

Préface

Bienvenue dans "L'Art de l'Amour Durable".

L'amour, ce sentiment puissant et mystérieux, est l'une des expériences les plus profondes et gratifiantes que nous puissions vivre. Il nous offre une connexion spéciale avec un autre être humain, éclairant notre vie de couleurs éblouissantes et enrichissant notre existence. Mais trouver cet amour véritable et le conserver face aux tempêtes de la vie demande plus qu'un simple coup de chance.

Dans ce livre, nous plongerons dans les eaux profondes de l'amour et de la relation de couple, guidés par un désir ardent de comprendre les secrets d'une union épanouissante et durable. Nous explorerons les chemins sinueux de la recherche de l'âme sœur, apprendrons à cultiver les fondations solides d'une relation saine et nous armerons de résilience pour surmonter les épreuves inévitables de la vie à deux.

Au fil de ces pages, vous découvrirez des conseils pratiques et des outils précieux pour développer une compréhension profonde de vous-même et de votre partenaire. Ensemble, nous explorerons les clés pour cultiver une connexion authentique, développer une communication bienveillante et bâtir des souvenirs inoubliables.

Que vous soyez en quête de l'amour, dans une relation florissante ou en train de surmonter des défis, "L'Art de l'Amour Durable" vous

accompagnera sur ce voyage extraordinaire. Prêt à embrasser l'essence de l'amour véritable et à découvrir les joyaux cachés de l'épanouissement amoureux ? Alors, laissez-nous vous guider vers un horizon radieux où l'amour perdure, s'épanouit et brille d'un éclat infini."

Roberto Mendes

Remerciements

Je suis profondément reconnaissant envers ma chère et tendre épouse pour son soutien indéfectible tout au long de notre parcours, que ce soit dans les moments heureux ou les épreuves de la vie. Elle est bien plus qu'une partenaire dans notre mariage ; elle est mon pilier spirituel et mon alliée dans toutes les facettes de notre existence commune.

Table des matières

Préface	0
Remerciements	2
CHAPITRE UN :	4
L'a b c du domaine du couple	4
L'a b c du domaine du couple pour un mari et une femme	9
Séance de réflexions du chapitre un	25
Chapitre deux :	26
Le rôle de l'homme et de la femme dans le couple	26
Le rôle de l'homme dans la vie de couple	29
Le rôle de la femme dans la vie de couple	33
Séance de réflexions du chapitre deux	36
Chapitre trois :	37
Occupez-vous de votre couple	37
Séance de réflexions du chapitre trois	47
Chapitre quatre :	48
L'importance de déléguer	48
Séance de réflexions du chapitre quatre	56
Chapitre cinq :	57
L'amour, tout un art !	57
Séance de réflexions du chapitre cinq	62
En résumer	63
Bibliographie	79

CHAPITRE UN :

L'a b c du domaine du couple

Imaginez deux amoureux marcher main dans la main, côte à côte, le sourire aux lèvres et prêts selon eux à affronter la vie. Les projets fusent de tous les côtés, ils se sentent beaux et invincibles. Rien ne peut les arrêter. Et pourtant, après quelques mois ou quelques années, le disque n'émet plus la même musique....

Avez-vous eu le même genre de sentiment lorsque vous vous êtes mis avec votre conjoint ? Avez-vous ressenti ce même bonheur et cette détermination ressentis par les deux jeunes amoureux cités plus haut ? Et qu'en est-il aujourd'hui ?

Il existe des cours matrimoniaux ou de coaching personnalisé destinés à préparer les gens à la vie de couple. Cependant, toute personne mûre, capable d'envisager la question objectivement, conviendra que la vie conjugale nous enseigne beaucoup de choses, si bien que l'on pourrait parler de "l'école de la vie de couple" ou l'ABC du domaine de la vie de couple.

"L'Art de l'Amour Durable" nous apprend ainsi à mettre en lumière nos valeurs les plus profondes, celles inscrites dans notre cœur et notre pensée. Si l'on entend souvent dire que le plus important est de trouver l'amour, pour moi, ce n'est pas le plus compliqué et le plus important. En effet, ce qui compte dans la vie, ce n'est pas de « trouver l'amour » mais notre capacité à le conserver !

Par exemple, avant de rencontrer votre conjoint actuel, peut-être êtes-vous sorti avec quelqu'un d'autre. Vous pensiez à juste titre que vous aviez trouvé l'amour. Mais les circonstances de la vie ont fait que vous n'êtes plus avec cette personne. Pour moi, vous n'aviez pas trouvé l'amour. En revanche, malgré les hauts et les bas, si vous trouvez une personne qui vous corresponde vraiment, avec qui vous avez des valeurs, des projets communs, et avec qui vous vous inscrivez sur la durée, vous avez trouvé l'amour. Pourquoi ? Tout simplement parce que la notion de temps est l'un des indicateurs les plus importants en amour.

Le temps passé ensemble vous aura façonné, éduqué en amour, et vous aurez développé des qualités.

Je m'inquiète du fait de voir de nombreux couples se séparer sans raison valable et vital, car beaucoup de gens se concentrent à l'excès sur l'argent ou d'autres choses plutôt que sur la plus grande richesse qui soit : leur éducation.

Comme l'a expliqué magistralement Robert T. Kiyosaki, auteur à succès dans le domaine financier, si une personne veut avoir du « cashflow » positif sur ses finances personnelles, elle doit d'abord apprendre à gérer ses finances et être prête à ne pas suivre les idées populaires en termes d'argent afin de générer légalement plus de revenus.

Il en va de même en amour. Si vous souhaitez avoir une vie de couple épanouie, la première chose à faire est de développer votre intelligence en termes d'amour. Ce n'est pas que nous sommes stupides et que nous ne réfléchissons pas plus loin que le bout de notre nez, loin de là. Mais si vous voulez réussir dans un domaine, il vous faut apprendre à le maîtriser. Ce qui est important, c'est de garder l'esprit ouvert

et de continuer à vouloir apprendre de son conjoint et de ce que la vie nous montre par rapport à la vie de couple. Lorsque nous sommes dans cette démarche intellectuelle, nous apprenons "l'ABC du domaine de l'amour".

L'éducation scolaire classique actuelle est très importante, car elle permet à nos jeunes de se former pour avoir une place active dans la société et être des futurs employés prêts à en découdre avec le système. Mais l'école traditionnelle n'apprend pas aux jeunes à rechercher le véritable amour, le partenaire qui pourra faire de vous une personne meilleure dans la vie. Cela n'est pas enseigné dans les bancs scolaires.

En discutant avec certaines personnes, il est normal pour eux de ne pas enseigner cela à l'école, car s'il existait des formules toutes faites en amour, tout le monde les utiliserait. Je réponds à cela qu'il en va de même pour l'argent. Il n'existe pas de formule toute faite, mais comment expliquer que beaucoup de personnes se forment dans divers types d'investissements et s'enrichissent légalement ? Concernant l'amour, comment se fait-il qu'il existe des couples heureux aujourd'hui et ce depuis des années ? Dans les deux cas, ces personnes sont-elles des extraterrestres ou ont-elles