L'ART D'AIMER

Emmanuelle et Lifa Bombele

VOTRE FAMILLE COUP DE CŒUR DANS L'ÉMISSION *FAMILLES XXL* SUR TF1

L'ART D'AIMER

Emmanuelle et Lifa Bombele

#COUPLEGOALS

EDITIONS PREMIERE PARTIE

PRÉFACE D'ANNABELLE SOURDRIL

L'amour qui dure, un couple qui ne se sépare pas, oui c'est possible !

Mais cela n'arrivera pas par hasard ! Réussir à s'aimer toute la vie, c'est une décision quotidienne. Apprendre à aimer, c'est apprendre à faire confiance, à pardonner, à rêver, à partager, à se battre.

À travers leur histoire et leur expérience, Emmanuelle et Lifa Bombele nous montrent tout le potentiel d'une histoire d'amour qui n'a pas été gaspillée par l'égoïsme, la peur ou la facilité.

Peu importe où vous en êtes aujourd'hui dans votre couple, ce livre saura vous apprendre, ou vous rappeler comment aimer à nouveau et mettre toutes les chances de votre côté pour que l'amour triomphe toujours !

MOT DES AUTEURS

Ce livre, nous avons aimé l'écrire ensemble. À la fin de cette expérience qui nous a permis de passer plus de temps à deux, de matérialiser nos idées et les unir pour vous les livrer, nous sortons grandis.

Cette belle aventure a pris naissance pendant le premier confinement, au cœur d'une des périodes les plus troublées de ces dernières décennies. Durant ces moments particuliers, Dieu nous a une fois de plus étonnés et émerveillés par sa toute-puissance et son amour pour la Création. Car oui, il nous a permis de créer au milieu du chaos et de rêver alors que nous étions dans la détresse, c'est ainsi que du pire peut jaillir le meilleur.

SOMMAIRE

INTRODUCTION ..... p. 11

CHAPITRE 01: L'ARCHITECTURE DE L'AMOUR

L'ART DE CONSTRUIRE L'IMPOSSIBLE ..... p. 31

I. La préparation amoureuse ..... p. 32
II. Trouver l'âme sœur ..... p. 41

CHAPITRE 02: SCULPTER L'AMOUR

L'ART D'INFLUENCER SON COUPLE ..... p. 61

I. La famille ..... p. 64
II. L'éducation ..... p. 66
III. Les médias ..... p. 68
IV. Les divertissements ..... p. 70
V. La Religion ..... p. 71
VI. Les affaires ..... p. 74
VII. La politique ..... p. 76

CHAPITRE 03: L'ART GRAPHIQUE

L'ART D'AIMER AVEC DES SYMBOLES ..... p. 79

#07 conseils pour dessiner son couple ..... p. 91

CHAPITRE 04: L'AMOUR EN POÈME

L'ART DE DIRE LES CHOSES ..... p. 97

Quelques techniques inspirées du poète ..... p. 98

CHAPITRE 05: LA MUSIQUE

L'ART D'AIMER EN ACCORD ..... p. 107

I. Utilisons la musique ..... p. 108
II. Soyons une musique ..... p. 110

CHAPITRE 06: L'ART DRAMATIQUE

L'ART DE RÉSOUDRE LES CONFLITS ET DE SURMONTER LES DRAMES ..... p. 117

I. L'art de la guerre ..... p. 118
II. L'art de surmonter les drames ..... p. 122

CHAPITRE 07: LE CINÉMA

L'ART DE VIVRE SON HISTOIRE ..... p. 125

INTRODUCTION

#AIMER
C'ESTUNART

#AIMERC'ESTUNART

Si notre médecin refusait de nous prodiguer le minimum de soins nécessaires à notre bon rétablissement, nous n'irions probablement plus le consulter. Si notre architecte nous présentait des plans d'une maison complètement inadaptée à nos besoins, nous ne le laisserions pas démarrer la construction. Si notre banquier maîtrisait l'art de nous faire perdre de l'argent en investissant dans des projets sans avenir, nous ne lui confierions jamais le moindre centime d'euro.

À ce stade, le sourire que vous esquissez en lisant ces lignes montre que vous voyez où ce livre veut nous emmener…
Pourquoi devrions-nous ne rien attendre en amour ?
Pourquoi dans ce domaine, faudrait-il toujours avancer à l'aveugle, sans se former au préalable, en pensant que c'est juste « facile » d'aimer, que c'est inné et que le temps fera tout le travail ?
Si c'était si simple, cela se saurait ! Et les avocats n'auraient pas une si longue liste de clients qui se déchirent au cours de procédures de divorce qui ne laissent personne indemne.

Aimer correctement, ça s'apprend ! En tant qu'art, ça se travaille !

#LESRÈGLES DEL'AMOUR

#LESRÈGLESDEL'AMOUR

Qu'il s'agisse d'un projet immobilier, d'un investissement, du choix d'un professionnel de santé ou d'une relation amoureuse, nous voulons tous avoir un partenaire capable de nous fournir au moins l'indispensable. S'il fait l'impossible « ALLÉLUIA » ! Mais en aucun cas, nous ne voulons descendre en dessous de la barre du « minimum syndical ».

Dans le jargon de la construction, c'est ce qu'on appelle « bâtir dans les règles de l'art », dans le langage courant on dit : « faire les choses bien ».

#C'EST
LABASE

#C'ESTLABASE

Depuis quand n'avons-nous plus le droit de rêver d'une relation exclusive dans le couple ? Pourtant la fidélité, c'est la base.
Depuis quand offrir un petit cadeau n'est plus une attention normale ?
Nous revendiquons la base, rien de moins, mais nous espérons le plus.

Cet ouvrage va donc reprendre les bases pratiques pour aimer dans les règles de l'art.

#APPRENDRE À AIMER

#APPRENDREÀAIMER

L'amour est trop souvent pris à la légère à tel point que l'on néglige son apprentissage ; beaucoup pensent qu'autant qu'il est naturel de grandir, autant il est naturel d'aimer. Pourtant, beaucoup en ont fait l'expérience, il est très facile de passer de l'amour à la haine, tant la frontière est étroite.

Vivre en couple est une expérience qui peut être très éprouvante si nous ne faisons que progresser par l'erreur. Ce genre d'apprentissage conduit à aimer dans la douleur puisqu'on doit gérer quotidiennement la trahison, l'adultère… Mais soyons rassurés, *L'Art d'aimer* est justement là pour éviter ce genre de situations dramatiques. Apprendre c'est prévenir là où l'excès de confiance nous donne à guérir.

#ÊTRE CHANCEUX ENAMOUR

#ÊTRECHANCEUXENAMOUR

Je n'ai jamais entendu un doctorant dire qu'il avait eu de la chance de trouver un bon travail. Il sait que son diplôme a raisonnablement réduit le facteur chance, ou tout du moins lui a conféré l'art d'être chanceux au travail. Et si nous passions maîtres dans l'art d'être chanceux en ménage ?

#UNLIVRE
POURTOUS

#UNLIVREPOURTOUS

Nous vous livrons un manuel qui devrait permettre aux âmes en quête d'un amour authentique, fort et inébranlable d'augmenter considérablement les facteurs de succès dans leur projet de couple. Cela concerne tous ceux qui ont ce besoin existentiel d'être aimés et d'aimer en retour. Osons le dire, cela nous concerne tous !

En nous éduquant à l'art d'aimer, on équipe son couple pour honorer celui qui a institué, dès la nuit des temps, l'amour entre ses deux créations.

Tout au long de ce parcours, nous nous efforcerons de donner des clés à appliquer au quotidien, inspirées des sept grandes formes d'art que nous avons voulu appliquer au couple, en présentant toujours un point de vue masculin et féminin, car l'amour se vit à deux.
La Bible dit que la nature nous enseigne. En écrivant ce livre nous avons été émerveillés de découvrir combien les arts nous en apprennent sur l'amour. L'art étant l'une des formes d'expression les plus répandues, nous avons étudié comment puiser dans les différents domaines artistiques, les ressources pour réussir ce beau voyage qu'est la vie en amoureux.

C'est comme si Dieu avait inspiré aux artistes des indices, comme autant de petits cailloux pour nous guider vers l'art d'aimer.

#JAMAIS
SANSJÉSUS

#JAMAISSANSJÉSUS

Au fil des pages, nous partagerons aussi et surtout les valeurs fondamentales de la foi, car c'est cela qui fait la différence. C'est cette dimension spirituelle qui amène une œuvre à devenir un « chef-d'œuvre » !
Ce livre est écrit par deux amoureux pour des amoureux. Nous sommes chrétiens et nous croyons que l'amour n'a aucune religion, aucune couleur, aucune nationalité, et qu'il est simplement un cadeau offert à l'humanité par Celui qui s'est offert pour nous sauver.

En fait, puisque nous sommes tous un peu brisés, cassés, parfois par nos expériences, notre enfance, ou encore, par des relations compliquées, personne d'entre nous n'est bien placé pour aimer correctement.
Alors, comment pourrions-nous humblement croire que nous pouvons y arriver seuls ? Comment oserions-nous nous lancer dans la plus grande aventure de la vie, sans l'aide du Créateur ?

#AIMER?

#AIMER?

Avant d'entrer dans le vif du sujet, il nous semble indispensable de dire qu'aimer ne peut pas se définir parfaitement parce que l'amour se ressent et s'expérimente par de multiples petites actions.
Cependant, s'il fallait oser le définir, probablement l'on dirait que l'amour est un sentiment ET une action. C'est un mélange entre deux choses, le sentiment amoureux et l'action d'aimer.

Le sentiment amoureux, ce sont les papillons dans le ventre, les étoiles dans les yeux, le coup de foudre qui font qu'on n'a d'yeux que pour elle/lui. Cette personne nous fascine, être à ses côtés devient vital, c'est donc un sentiment que l'on ne peut contrôler.

L'action d'aimer, c'est une décision que l'on renouvelle chaque fois que l'on veut aimer. C'est un choix qui a été sagement et mûrement réfléchi pour nous conduire à la certitude que nous avons choisi la bonne personne.

Lorsque les deux se mélangent parfaitement en conjuguant tant l'attirance pour l'autre que l'engagement envers l'autre, on peut véritablement parler d'amour.

Finalement, l'un ne va pas sans l'autre, c'est d'ailleurs un garde-fou qui peut nous sauver quand on a parfois la sensation de « moins » aimer, de ne plus avoir de sentiment amoureux pour l'autre… Nous nous rappelons que nous avons fait un choix éclairé. Aussi, même lorsque le sentiment semble s'évaporer, l'espoir est encore possible, car tant que nous sommes capables de choisir, nous sommes capables d'aimer, tant que nous sommes capables d'agir, nous sommes capables de redonner une chance à l'autre.

Emmanuelle et Lifa Bombele ont marqué les téléspectateurs de TF1 au cours des deux saisons de l'émission « *Familles nombreuses, la vie en XXL* ». Pourquoi ? En raison d'une vie de famille pétillante partagée par les cinq enfants et leurs parents. Et surtout par la complicité extraordinaire qui unit Lifa et Emmanuelle après quinze ans de mariage.

D'après eux, cette harmonie dans le couple est accessible à tous ! Il faut juste comprendre qu'une relation amoureuse se construit, comme n'importe quel projet, avec art.

Les Bombele ont trop souvent été témoins d'échecs qui auraient pu être évités : des couples qui se déchirent, des familles qui explosent et aussi des célibataires qui désespèrent. Lifa et Emmanuelle nous présentent ici les méthodes imparables pour être heureux en amour. Cet art d'aimer fait appel à beaucoup de bon sens et également à la foi qui les anime.

À partir de leur expérience de couple chrétien marié, Lifa et Emmanuelle questionnent les lecteurs : pourquoi devrions-nous ne rien attendre en amour ? Pourquoi dans ce domaine faudrait-il toujours avancer à l'aveugle, sans se former au préalable en pensant que c'est « facile » d'aimer, que c'est inné et que le temps fera tout le travail ? Si c'était si simple, ça se saurait, et il n'y aurait pas tant de ruptures douloureuses. Cet ouvrage met les couples au défi, au travers d'enseignements et d'exercices pratiques pour solidifier leur relation, et par là, leur famille tout entière. Un livre à mettre entre toutes les mains !

LES AUTEURS

Jean-Marie Bombele Lifafu, appelé affectueusement Lifa, est pasteur et avocat de profession, il exerce au barreau de Bruxelles et de Lille. Il a un passé de footballeur professionnel et il continue à entraîner des équipes de jeunes.

Emmanuelle Verwilghen est kinésithérapeute. Elle est aussi engagée dans l'Église où elle chante et anime des programmes. Installés récemment à la Réunion, ils sont mariés depuis 15 ans et ont 5 enfants. Ils ont été révélés au grand public dans

#COUPLEGOALS

ISBN : 978-2-36526-255-2
9 782365 262552
EPP255
15€
www.premierepartie.com