

EXERCICES D'APPLICATION



LES SECRETS DE L'ENGAGEMENT



FRENCH WISDOM
ACADEMY



Souvent, ce que nous PENSONS vouloir est une illusion, qui nous empêche de voir qu'au fond nous voulons en réalité autre chose. Voyons si nous pouvons découvrir votre vérité personnelle. Essayez cet exercice.

Asseyez-vous avec un stylo et une feuille de papier et essayez de mettre des mots sur ce qu'est un « couple parfait » pour vous. Voici quelques questions pour vous aider à démarrer :

Comment les deux partenaires se traiteraient-ils ?

À quoi ressemblerait leur quotidien ?

Quelle serait leur situation dans la vie ?

Auraient-ils des enfants ?

Auraient-ils des animaux de compagnie ?

Comment passeraient-ils leurs week-ends ?

Comment et où passeraient-ils leurs vacances ?

Quel genre de cadeaux s'offriraient-ils à l'occasion d'un anniversaire ou de Noël ?

Travailleraient-ils tous les deux à l'extérieur de la maison ?

Comment gèreraient-ils leur argent ?

Que feraient-ils le soir ?

Quelle tenue vestimentaire auraient-ils ?

Quel genre de musique jouerait-il chez eux ?

Quel genre d'aliments mangeraient-ils ?

À quelle fréquence auraient-ils des relations sexuelles ?

Comment pratiqueraient-ils leur religion ou leurs croyances spirituelles ?

Auraient-ils deux voitures ou une seule ?

Voudraient-ils discuter, et si oui, comment ?

À quoi ressemblerait une relation de couple parfaite ?

L'aspect le plus important de cet exercice est l'honnêteté. N'écrivez pas ce que vous avez vu dans des films ou ce que vos parents ou amis pensent d'un couple parfait. Écrivez ce qu'il y a dans votre cœur.

En visualisant votre relation idéale, vous voudrez peut-être repenser à votre passé. L'une de vos relations antérieures incluait-elle des éléments de ce que vous avez écrit ici ?

Lorsque vous savez ce que vous voulez, vous voyez plus clairement comment y parvenir.

Alors ne négligez pas cet exercice et prenez le temps pour y répondre et revenir dessus de temps en temps. Considérez cela comme un investissement dans votre avenir romantique !

Vous pouvez obtenir ce que vous voulez, toute une vie avec l'homme que vous aimez, pour découvrir qu'il y a beaucoup de choses que vous ne savez pas sur lui. Ce que l'on ne sait pas peut causer beaucoup de souffrance. Vous pouvez éviter tout cela simplement en vous posant quelques questions à l'avance. Avant qu'il ne vous passe une bague au doigt. Avant que vos comptes ne deviennent communs. Avant la naissance de vos enfants.



Voici les questions que vous devriez vous poser :

Comment s'est déroulé le mariage de ses parents ?

Que signifient les vœux de mariage pour lui ?

Comment parle-t-il du mariage ?

Comment décrit-il ses relations passées ?

Comment parle-t-il des relations de ses amis ?

Est-ce qu'il lui arrive de généraliser des choses à propos des femmes ? Si oui, que dit-il ?

Comment traite-t-il les choses auxquelles il tient, comme sa voiture ?

Quel est son rapport à l'argent ? A-t-il un bon historique avec son compte ?

Est-il fatigué d'être célibataire ou aime-t-il être seul ?

Garde-t-il ses amis et son travail longtemps ?

Que fait-il quand vous vous disputez ?

Croit-il en une puissance supérieure ou en une pratique spirituelle ?

Je vais maintenant vous donner 10 façons de pratiquer l'engagement dès maintenant dans votre relation, mais vous ne devez pas vous sentir limitée à cela. L'engagement peut faire partie intégrante de tout ce que vous entreprenez à deux.

1. Travaillez ensemble vers un objectif

2. Créez des rituels de couple

3. Faites des projets

4. Mettez en pratique vos croyances spirituelles ou religieuses ensemble

5. Faites les tâches ménagères ensemble

6. Prenez soin de quelque chose ensemble

7. Apprenez quelque chose ensemble

8. Parlez de vos relations en tant que couple

9. Fusionnez vos cercles sociaux

10. Traversez quelque chose de difficile ensemble



Informations légales : Ce livre électronique est protégé par les lois internationales sur les droits d'auteur. Chaque exemplaire possède un identifiant numérique unique. Vous ne pouvez pas l'offrir, le vendre ou le partager avec des tiers, sauf autorisation spéciale de l'auteur.