

11

Pensieri
che cambieranno
per sempre

il tuo modo di vivere
L'Amore



AMORE MALEUCATO
L'ACCADEMIA DELL'AMORE

**11 Pensieri che cambieranno per sempre
il tuo modo di vivere l'amore.**

Ettore Amato

Note di Copyright

Prima di fare qualunque cosa con questo eBook leggi quello che voglio dirti.

Se vuoi, puoi dare a chi ti sta a cuore l'opportunità di ricevere queste informazioni e REGALARE questo eBook, non posso in alcuna maniera controllare quello che ne fai.

Ricorda però che le cose regalate con troppa facilità non stimoleranno la persona a leggere questo libro e quindi non cambierà il suo modo di vedere l'amore.

Se pensi che queste pagine possano essere utili a qualcuno per aiutarlo a migliorare il suo rapporto con l'amore, invita la persona a scaricare da sola questo eBook e magari dopo averlo letto, parlatene e riflettete insieme in modo da ottenere risultati ancora maggiori.

Attenzione, puoi fare molte cose con questo eBook, ma non puoi venderlo, modificarlo o utilizzare parti di esso per scopi commerciali che non siano stati espressamente autorizzati dall'autore per iscritto, quindi da me.

Le frasi sono tutte create, pensate e spiegate da me. Se vuoi utilizzarle in blog, siti internet, articoli informativi gratuiti o diffonderle in qualunque altra forma digitale o cartacea, puoi farlo senza modificare o alterarne i contenuti.

Ti chiedo solo di citare l'autore e la fonte. Questo eBook parla d'amore e appropriarti di pensieri che non sono i tuoi, implica invece una mancanza di amore.

Ogni abuso sarà perseguito secondo i termini di Legge, ma Sempre con Amore.

Introduzione

Le frasi che trovi in queste pagine nascono da una profonda riflessione, da anni di studio, seminari e consulenze sull'amore.

Nascono dall'osservazione dell'amore e dei pensieri che abbiamo sulle relazioni e che trovi anche sulla pagina Facebook di Amore Maleducato e sul blog AmoreMaleducato.it (*le scritte in blu, sono dei link che puoi cliccare per visitare la pagina indicata*)

Ti chiedo di avvicinarti a queste riflessioni con la mente aperta a nuove prospettive e provare a vedere l'amore e la relazione da punti di vista diversi rispetto a quelli a cui ti hanno abituato fino ad oggi.

L'obiettivo di queste frasi è quello di farti riflettere sui condizionamenti e le convinzioni che con il tempo si sono installate nella tua testa.

I pensieri che molte volte hai sull'amore non sono veramente tuoi e non nascono nemmeno da esperienze dirette, ma da relazioni vissute da altri o dai consigli di amici e parenti e non fanno altro che rovinare il tuo rapporto.

Queste convinzioni t'impediscono di vivere davvero la relazione secondo i tuoi valori e non ti permettono di vedere l'amore per quello che è: **un'esperienza unica e personale.**

Questi pensieri malsani, spesso non ti permettono di vivere l'amore in una maniera felice.

La nostra testa è piena di condizionamenti inculcati dalla società attuale, da una certa letteratura, dai media e da tutte quelle convinzioni che nel corso della storia umana si sono radicate nella donna e nell'uomo.

Pensaci solo per un attimo: se i pensieri che la maggior parte delle persone ha sull'amore

fossero giusti, allora intorno a te non dovresti vedere solo coppie e persone felici?

A me non sembra di vederne così tante e a te?

Invece, capita di incontrare sempre più persone che attribuiscono la colpa della loro infelicità all'amore e al partner.

Spesso queste persone sono alla ricerca di un qualcosa che è perfetto solo nella loro testa, ma che difficilmente può esistere nella realtà.

La storia perfetta, l'uomo e la donna ideale o l'amore come eterno palpito del cuore, sono pensieri che spesso sono stati creati ad arte per emozionarci, per venderci un'idea di amore irrealista ed ideale che non esiste, ma che è alla base di un enorme business emotivo.

Eppure ci crediamo e vogliamo che l'amore sia sempre così come lo hanno cantato i poeti o raccontato i libri e i film, ma non riuscendo a viverlo in questa maniera trascorriamo la vita nel dolore e nella frustrazione.

Studiare e capire l'amore, anche attraverso delle semplici frasi che possano aiutare a riflettere e vedere la realtà, le relazioni e l'amore da punti di vista diversi, può aiutarti a vivere in maniera diversa l'amore e a cogliere la vera essenza di questo sentimento che per sua natura è gioia e condivisione.

Il compagno ideale esiste ed è là fuori che aspetta qualcuno che sappia capirlo, apprezzarlo e viverlo per quello che è, senza obblighi o aspettative enormi e irreali.

Il partner ideale è semplicemente qualcuno che possa aggiungere valore alla tua vita felice e alla cui vita felice tu puoi aggiungere valore.

In quest'ottica chiunque può essere perfetto, chiunque può dare amore e riceverlo in maniera sana e potenziante, perché sarà un amore libero da preconcetti, imposizioni e illusioni.

Un amore libero di aggiungere, di sommare, ampliare e migliorare e non di imporre, sottrarre o rinunciare.

Questo è l'amore che vuoi, l'amore che desideri. Questo è l'amore che meriti.

Questo è AmoreMaleducato®

Sempre con Amore
Ettore

***“Mi hanno chiesto che si prova ad Amare,
ma è come chiedere che sapore ha la
Nutella”***

L'amore va vissuto, non può essere solo raccontato. Le emozioni che ognuno prova quando è preda dell'amore sono uniche.

E' inutile chiedere cosa sia la felicità o cosa significhi stare bene con qualcuno, perché nessuno può dirti davvero cosa si prova ad Amare, sarebbe come voler spiegare il gusto della Nutella.

Provaci, è impossibile.

Posso dire che è buona, che mi piace, che mi fa sentire bene, ma se davvero vuoi sapere che sapore ha qualcosa, allora non ti resta che assaggiarla.

Allo stesso modo devi assaggiare l'Amore.

Possono scriverlo i poeti, raccontarlo i cantanti, parlarne amici e parenti, ma per ognuno avrà il suo gusto e per te avrà un gusto tutto tuo.

Quindi prova senza paura. Senza pensare troppo al futuro, senza lasciarti condizionare da giudizi e preconcetti, ma concentrandoti al massimo sul presente.

Chiudi gli occhi e assaggia, gusta, assapora.

L'amore è come un cestino con un grande e fantastico assortimento di frutti.

Al suo interno puoi trovare della frutta piccola, altra più grande. Qualcosa è da sbucciare, mentre alcuni frutti vanno mangiati così come sono.

Assaporando tutta questa frutta troverai dolcezza, amarezza, qualche frutto più maturo e qualcuno più acerbo.

E' comunque frutta, ma i colori, i profumi e i sapori sono unici. Prova senza timore, assaggia con curiosità.

Non si può spiegare cos'è l'amore, nessuno può dirti davvero che sapore ha, perché per ognuno è qualcosa di unico, che si vive e si crea sulla base delle sue esperienze, pensieri e convinzioni.

Non chiederlo. Addenta questo frutto, infila le dita nel barattolo della Nutella, sporcati la faccia.

***“Si dice che in amore vince chi fugge.
Io non voglio inseguire, ma voglio
correre insieme”***

Non ne posso più di sentir dire che in Amore vince chi fugge, che bisogna farsi desiderare, che si deve essere liberi e indipendenti.

Non ne posso più di strategie e consigli da quattro soldi dati da persone infelici.

Queste sono cazzate da profeti scadenti della seduzione e di ridicole quanto inutili strategie amorose.

L'amore è condivisione, l'amore è fiducia, l'amore è una strada da percorrere insieme.

A volte capita che uno dei due corre più veloce e quindi l'altro resta un po' indietro, altre volte sarà il contrario, ma è importante che la meta del viaggio rimanga la stessa per entrambi gli amanti

Certo, ognuno ha la sua individualità, la sua indipendenza, ma deve sempre avere e mantenere dei punti di contatto con l'altro.

Il segreto per un rapporto pieno e duraturo è solo l'interdipendenza.

Io non voglio dover rincorrere una persona, non voglio fare giochetti o studiare strategie ridicole per fare in modo che l'altro si innamori di me o mi rimanga accanto.

Queste cose lasciamole agli altri, non fanno per noi. Lasciamole a chi non vuole essere sé stesso e sarà condannato a nascondersi per tutta la vita per paura di essere lasciato o per tenere legata una persona che non sa e non saprà mai chi siamo veramente.

Chi per paura di soffrire fugge, non vivrà mai la passione e le emozioni che l'Amore può dare.

La vita è spesso imprevedibile.

Possono esserci momenti belli e momenti meno belli, momenti fantastici e momenti brutti, ma questo non è un buon motivo per evitare di vivere.

La cosa migliore che puoi fare quando vivi una relazione è parlare dei tuoi desideri, delle tue aspettative, condividere le tue passioni, ma anche le tue paure e chiedere all'altro di fare lo stesso.

L'amore è sempre una strada da percorrere insieme.

***“E poi finisci per dimenticare.
Dimentichi anche quelli che amavi e puoi
ricominciare ad amare”***

Nella vita ho imparato che quasi nulla dura per sempre.

Tutto passa, se naturalmente sei disposto a lasciare andare e a dimenticare, altrimenti il passato ti resta sulle spalle come uno zaino pesantissimo carico di pesi emotivi.

Non serve rimanere ancorati a qualcosa che non c'è più, non serve pensare a tutto quello che c'è stato, al male che ti ha fatto, alle tue aspettative infrante o a quello che poteva essere.

Il futuro che avevi immaginato era solo nella tua testa, non era reale.

Se non ti liberi del passato non lasci spazio al futuro e non riesci a vivere il presente.

Se davvero vuoi ricominciare a vivere l'amore in una maniera diversa e che ti renda felice, non concentrarti sempre e solo su quello che ti è accaduto di brutto e smetti di pensare continuamente a tutto quello che ti ha fatto soffrire.

Lascia andare la sofferenza, altrimenti non avrai spazio per nuove emozioni.

Ricorda i momenti belli che hai vissuto e convinciti che puoi viverne di nuovi altrettanto belli.

Dipende solo da te, dai tuoi pensieri e dalle tue azioni.

Smetti di vivere nel mondo delle favole dove tutto deve essere perfetto.

La vita non è perfetta e anche l'amore non fa differenza.

Lo sai che l'Amore è Maleducato e può arrivare in qualunque momento nella tua vita se sei pronta a riconoscerlo.

Non serve cercarlo e non serve idealizzarlo.

L'uomo o la donna perfetti non esistono, ma ognuno è perfetto nella sua imperfezione, proprio come la vita.

Lascia andare il passato, non caricarti il dolore e il rancore sulle spalle, ma ricomincia ad amare partendo dall'amore verso te stesso.

“Le delusioni non ci insegnano ad Amare meno, ma ad Amare in maniera diversa”

“Io con l’amore ho chiuso perché l’amore fa soffrire!”

Non immagini quante volte durante le sessioni singole o i seminari ho sentito pronunciare questa frase da persone di ogni età, sesso e religione ed ogni volta ho risposto con le stesse parole:

non si può chiudere con l’Amore

Non è giusto nei tuoi confronti, non devi e non puoi farti questo, non puoi condannarti ad una vita senza amore.

A tutti è capitato di avere qualche delusione nella vita. Siamo rimasti delusi per il lavoro, per un esame, per un amico o per un parente.

Eppure nessuno di noi ha mai smesso di avere amici, di lavorare o di frequentare i parenti.

Abbiamo solo cambiato il nostro modo di rapportarci o di vivere certe situazioni.

Abbiamo cercato un nuovo lavoro, abbiamo nuovi amici o abbiamo cambiato il modo di relazionarci ai parenti.

E allora perché non fare lo stesso in amore?

Se hai avuto una delusione forse il tuo modo di amare non era quello giusto o non hai compreso davvero chi avevi accanto.

Invece di chiudere con l'amore non sarebbe meglio cercare di capire cosa rende le tue relazioni tutte uguali e smettere di dare sempre la responsabilità agli altri?

Impara a cambiare i tuoi pensieri, impegnati a vedere l'amore in maniera diversa e a fare cose nuove.

Inizia a pensare e a comportarti in maniera diversa e vedrai che anche le tue relazioni cambieranno.

Tutta la tua vita cambierà se inizi quel cambiamento da te.

Sul blog [AmoreMaleducato](#) e sul gruppo [Facebook](#), faccio proprio questo.

Mostro a chi mi segue altri punti di vista che possono farti vedere l'amore e la relazione da una prospettiva dalla quale non lo hai mai osservato

Rifletti sulle tue relazioni passate, smetti di dare la colpa agli altri e comprendi cosa TU devi cambiare dentro di te per essere felice.

Se vuoi davvero essere felice, cambia i tuoi pensieri e ti accorgerai che tutta la tua vita inizierà a cambiare.

***“L’Amore non conosce la matematica.
Per Lui 1+1 è uguale a 3”***

La matematica non è un’opinione o almeno così dicono.

Certo nella vita la matematica ha delle regole ben precise, ma l’amore oltre ad essere Maleducato non si cura nemmeno delle regole predefinite, dei teoremi scientifici e ancora meno della matematica.

Per l’amore $1+1$ non è mai è uguale a 2, ma può avere risultati diversi.

1. La falsa somma.

Esistono coppie dove $1+1 = 1$.

Questo accade quando uno dei due partner prenda il sopravvento sull’altro e tutta la relazione diventa a senso unico

Uno dei due pretende che l'altro si annulli, che faccia tutto quello che dice e che rende felice lui, senza curarsi dei desideri dell'altro, delle aspettative e dei sogni che anche il partner ha, proprio come ne abbiamo tutti.

2. La somma negativa.

Questo risultato si ha quando $1 + 1 = -2$.

Questo è quello che succede quando entrambi i partner si annullano e vivono nel dolore.

Quando il rapporto è logoro, quando si smette di comprendere i desideri e i bisogni dell'altro, quando si passano le giornate ad offendersi ed a rinfacciarsi le cose accadute in passato la relazione diventa distruttiva.

La coppia vive in una perenne situazione di frustrazione e rancore che alimenta il rancore e distrugge la vita di entrambi e delle persone a loro vicine.

3. La somma aumentata.

Quando due persone realizzate e felice s'incontrano e fanno in modo che $1 + 1 = 3$.

Questo accade quando ognuno dei partner aggiunge valore alla vita dell'altro.

Questo Amore permette ad entrambi i componenti della coppia di vivere qualcosa di più grande e di più bello.

Questa somma si realizza quando si sta bene da soli, ma insieme al partner si sta meglio.

L'Amore deve aggiungere valore alla vita senza togliere nulla a te o al tuo partner.

***“Nella Vita, molti ti tengono per mano,
ma alcuni dimenticano di stringere il tuo
Cuore”***

Durante la nostra vita incontriamo molte persone, con le quali instauriamo ogni tipo di rapporto.

Alcune di queste possono restare nella nostra vita soltanto il tempo di un'estate, altre possono farlo per mesi e altre ancora possono essere presenti nella nostra vita per anni o per sempre.

Alcune ci stanno accanto, promettono, giurano e ci tengono la mano.

Ma quante di queste hanno davvero capito chi siamo, hanno davvero compreso i nostri desideri, le nostre paure e speranze?

E quante volte, noi, abbiamo tenuto per mano qualcuno senza preoccuparci di cosa il suo cuore desiderasse?

Spesso in amore capita di stringere mani e fare promesse, ma troppe volte si dimentica di comprendere come vive l'amore il nostro partner. Cosa il suo cuore desidera e spera.

Ricorda sempre che ogni persona ha un senso molto personale della parola "amore".

Quello che per me è Amore per te potrebbe non esserlo, quello che io faccio pensando di dimostrarti amore, per te potrebbe non significare nulla.

Troppo spesso diamo per scontato che il nostro modo di amare sia l'unico possibile e l'unico giusto.

Parliamo alle orecchie del partner, quando invece bisognerebbe imparare a parlare al suo cuore, utilizzando il linguaggio che comprende.

Non basta stringere una mano, si deve imparare a riscaldare l'anima di chi amiamo.

A stringere delicatamente il suo cuore tra le nostre mani e sussurrargli il nostro amore nella maniera che possa comprendere davvero quello che proviamo.

Parla, chiedi e ascolta il linguaggio del cuore di chi hai accanto.

Impara a parlare la sua lingua e insegna a chi ami ad ascoltare e capire il linguaggio del tuo cuore.

***“Non puoi costruire l’Amore.
Puoi solo impegnarti a viverlo”***

Costruiamo l’amore a tavolino. Ci sediamo e stiliamo la lista della spesa.

*“Voglio un uomo che sia... Deve farmi sentire...
Una donna che pensi solo a me... Che faccia
questo... Che faccia quello”*

Si dice che l’amore è cieco, eppure la maggior parte delle persone pretende di scegliere con cura tutte le caratteristiche dell’altro, creando nella propria mente l’immagine di un partner ideale.

Non solo, ma pretende anche di decidere come deve comportarsi, cosa deve fare e come deve farlo.

Vogliamo qualcuno che esaudisca tutti i nostri desideri e che ci renda felici.

Voglio che tu capisca chiaramente una cosa: mettiti in testa che la persona perfetta non esiste.

Questa convinzione ti farà solo soffrire perché quello che pensi è perfetto solo nella tua testa.

Non esiste il principe azzurro, la storia perfetta, l'anima gemella o la principessa delle favole.

La perfezione che cerchi è solo un'illusione che creiamo durante l'innamoramento.

Forse adesso stai pensando che vorresti vivere nell'innamoramento eterno o forse vorresti avere sempre emozioni forti e il cuore che va a mille?

Alla lunga ti stancheresti anche di quello e inizieresti a fantasticare su un'altra persona perfetta.

Svuota la mente da condizionamenti e illusioni. Non creare aspettative impossibili, non mettere dei paletti alla tua vita.

Se inquadri il tuo partner in schemi predefiniti, se lo costringi in caratteristiche o doveri impossibili gli impedirai di essere libero e la mancanza di libertà non farà che generare sofferenza.

Vuoi che il tuo partner sia alto, basso, che ti faccia ridere, che ti chiami, che viva solo per te?

Allora impedirai a te stesso di vedere e cogliere le occasioni che la vita ti offre, solo perché avrai la convinzione che quella persona non è come vuoi.

Lascera i preconcetti, i giudizi e la superficialità scelgano per te e penserai che l'Amore non esista.

Smetti di cercare la persona perfetta e chiediti quali valori cerchi e vuoi portare in un rapporto.

Solo così avrai alte possibilità di essere felice e avere accanto a te la persona migliore.

“Ama le imperfezioni dell’Altro, perché è molto semplice Amare ciò che è perfetto”

E’ facile amare quando le cose vanno bene.

Siamo tutti bravi a comprendere gli altri quando non ci sono motivi di discordia.

Quando tutto funziona bene, quando le idee sono uguali, quando i nostri desideri sono soddisfatti, quando tutto procede per il meglio è molto semplice Amare qualcuno.

Oserei dire che siamo tutti bravi ad amare fino a quando non accade nulla che preveda impegno e considerazione dell’altro e dei suoi bisogni.

Quando però, la strada si fa in salita, quando i nostri desideri non coincidono con quelli del partner , quando l’altra persona non fa quello

che ci aspettiamo, allora in quel momento le cose cambiano molto velocemente.

Si litiga, si rimane male, si soffre e spesso si carica l'altro di colpe e responsabilità.

Troppo semplice scaricare tutte le colpe sull'altro, troppo semplice addossargli tutta la responsabilità, troppo semplice dire *"tu non mi capisci"* o *"tu devi cambiare"*.

Amare le imperfezioni dell'altro, le sue piccole manie, accettare i suoi desideri e sogni, comprendere che l'altra persona è diversa da noi e che come noi ha delle aspettative, richiede un'apertura mentale e una voglia di condivisione.

Richiede la voglia di stare insieme.

Bisogna imparare a venirsi incontro e vedere il punto di vista dell'altro.

La condivisione e il dialogo aperto e sincero devono essere presenze stabili all'interno di un sano rapporto di coppia.

Non possono esserci solo quando le cose vanno bene, ma devono essere più forti e presenti proprio quando arrivano i momenti difficili.

Amare quando tutto va bene è troppo facile.

Preferisco che mi dimostri il tuo amore quando piango, piuttosto che quando rido.

***“L’Amore è la droga più potente.
Ti fa ascoltare e vedere cose che gli altri
non vedono!”***

Molti studi neuro scientifici effettuati sul cervello negli ultimi anni, hanno dimostrato effetti molto simili tra l’innamoramento e l'assunzione di droghe.

Quando inizia l’innamoramento la tua vista si appanna e il tuo cervello va in tilt.

E’ come se la realtà si modificasse, proprio come accade con l'uso di stupefacenti.

Quando sei nella fase dell’innamoramento, non hai voglia di fare nulla che non sia stare insieme al partner, dimentichi le cose, non esistono distanze o azioni che non faresti pur di stare con quella la persona.

Sei proprio come un drogato ed hai bisogno della tua dose giornaliera. Hai bisogno di passare più tempo possibile con il partner.

Questo benessere naturalmente è positivo perché ci fa sentire bene, ma questo stato alterato potrebbe portarti a vedere le cose in maniera diversa da quello che sono in realtà.

Durante l'innamoramento sei portato a vedere cose che non esistono.

Potresti perfino vedere nella persona che ami qualità che non possiede o che ha solo in minima parte.

Non ti interessa nulla del suo passato, di quello che fa e di quello che dice. Per te è perfetto così.

Con il passare del tempo però l'effetto stupefacente dell'innamoramento cominciare a diminuire e girano dopo giorno questa "droga" potrebbe non farti più effetto.

Allora potresti iniziare a dare la colpa all'altro del tuo mancato stato di eccitazione,

pretendendo una dose sempre maggiore di attenzioni ed emozioni.

Quindi vorrai più impegno da parte sua e ci saranno sempre più richieste da parte tua per soddisfare costantemente i tuoi bisogni

Quello che ricevi adesso non ti basta più e vuoi rimanere in questo stato di allucinazione e di euforia in maniera costante e perenne.

L'amore può farti vivere in questo stato di benessere, ma non devi diventare dipendente da un pusher.

Non devi pensare che la tua felicità dipenda esclusivamente da qualcuno che ogni giorno ti passa una dose di amore.

Finita la fase dell'innamoramento si ritorna con i piedi per terra e le emozioni da sole non riusciranno a tenere unite due persone, perché prima o poi sono destinate a diminuire.

Se vuoi davvero essere felice cerca l'amore
dentro di te.

La tua droga migliore sei tu.

“ Si dice che l’Amore fa soffrire, ma è la Sua mancanza a fare male.”

“Non voglio più soffrire, l’amore è una fregatura.”

Se mi avessero dato una moneta per ogni volta che ho sentito questa frase, ora sarei probabilmente l’uomo più ricco del pianeta.

Lasciami dire che non è l’amore che fa soffrire, ma quello che genera sofferenza è quasi sempre il nostro modo di viverlo.

Lo idealizziamo all’estremo, costruendo nella nostra testa aspettative enormi nei confronti dell’altra persona.

Pretendiamo che l’altro ci renda felici a prescindere dai suoi desideri, dalla sua vita, dalle sue aspettative.

Vogliamo che l’altro diventi il nostro schiavo e faccia tutto quello che desideriamo.

Questi pensieri allontanano da te l'amore.

Il mancato raggiungimento delle tue illusioni e aspettative genera dolore e sofferenza, ma questo non è amore.

E' soltanto una ricerca costante di soddisfare i nostri bisogni senza però assumercene la responsabilità, ma delegando la nostra felicità all'altro e all'amore.

L'amore non può far soffrire, la sua mancanza si.

Se comprendessimo che è proprio la mancanza dell'amore a fare soffrire le cose inizierebbero a cambiare.

Se capissimo che è solo l'interpretazione che diamo all'amore la causa di tutte le nostre sofferenze allora non sentiremmo più nessuno dire che l'amore fa male.

Siamo portati a concentrarci solo su quello che non è andato, sulla sofferenza che abbiamo provato o stiamo vivendo senza ricordare tutti i momenti fantastici vissuti insieme all'altra persona.

Vuoi veramente perdere tutto questo e rinunciare all'amore?

Credi davvero che potrai impedirti di amare, di essere ancora preda di attrazione e innamoramento?

Se lo pensi, sarà proprio questo pensiero che ti porterà a soffrire molto di più, perché negherai a te stesso la possibilità di vivere momenti fantastici per evitare di soffrire.

Soffrirai per paura di soffrire!

Certo potresti soffrire ancora, ma invece di chiudere la porta all'amore sarebbe meglio aprire la mente a nuovi pensieri.

Concentrati sul comprendere cosa non è andato, cosa avresti potuto fare, quali pensieri ti impediscono di vivere felice e godere dell'amore.

Non è l'amore a fare soffrire, ma il nostro modo sbagliato di viverlo

***“L' Amore non è Quantità, ma Qualità.
La domanda non è Quanto mi Ami, ma
Come mi Ami.”***

L'amore non ha un peso specifico eppure molto spesso viene visto come quantità.

Viene pesato e misurato, quasi come se fosse possibile venderlo in buste da un chilo.

Se fosse così, ti garantisco che ne comprerei subito molti chili da regalare in giro.

Dovresti iniziare a vedere l'amore in maniera diversa: qualitativa piuttosto che quantitativa.

Posso dare al mio partner amore a tonnellate, ma non darlo nel modo giusto.

Posso non esprimerlo nella giusta maniera, una maniera che l'altro possa capire davvero e apprezzare.

Se parlo al tuo cuore secondo il tuo linguaggio dell'amore, nella maniera che tu capisci e comprendi, allora mi sono allontanato dalla quantità e mi sono avvicinato alla qualità.

Faccio quello che ti fa capire davvero che ti amo e che voglio stare con te, senza però rinunciare a quello che sono e che desidero.

Potremmo paragonare l'amore ad un frutto: tu preferiresti mangiare un chilo di frutta marcia o un bel frutto maturo e succulento?

Spesso non è importante quanto si dà in amore, ma piuttosto come si dà e cosa si dà.

Non è importante quanto ti amo e quanto amore posso pensare di darti se non te lo do nel modo giusto.

Se non riesco a farti percepire che sei importante per me, che voglio averti nella mia

vita e condividerla con te ti sto solo dando tonnellate di frutta marcia.

Se non ti comunico con il giusto linguaggio che apprezzo quello che fai per me, tu potresti non esserne consapevole e non sentirti amato.

Inizia a concentrarti sul come, sul modo in cui interagisci con la persona che hai accanto, invece che sul quanto.

Puoi passare ore con il tuo partner seduto a guardare la tv, ma questo non vuole dire che gli stai dimostrando amore o che staitе trascorrendo del tempo di qualità.

Se vuoi trasmettere amore, concentrati sul "come". Crea armonia, condivisione e fiducia.

Ricorda che non è importante quanto ami, ma è importante "come" ami.

Ancora qualche piccola riflessione.

Secondo un recente sondaggio, solo poco più del 20% delle coppie riesce ad essere veramente felice passato il periodo dell'innamoramento.

I comportamenti osservati in queste coppie felici sono quasi tutti scatenati da pensieri potenzianti, anche se molte volte entrambi i partner non riescono a spiegare con chiarezza quali sono.

La frase maggiormente ripetuta agli studiosi da queste coppie felici è *"Ho sempre accettato il mio compagno per quello che è, senza cercare di cambiarlo."*

Questo è il pensiero principale che fa la differenza e dal quale scaturiscono tutti gli altri.

Queste coppie e danno importanza a cose e hanno comportamenti che la maggioranza delle altre coppie non hanno.

Ad esempio:

- Preferiscono cercare di capire l'altro invece di accusarlo.
- Cercano un accordo invece di litigare.
- Ognuno dei due si assume le proprie responsabilità.
- Non credono nell'esistenza dell'anima gemella e della persona perfetta.
- Nella coppia ognuno dei due mantiene la propria identità.
- Preferiscono essere felici invece che avere ragione a tutti i costi.

Queste coppie, anche se molte volte in maniera inconscia, attuano tutta una serie di comportamenti che privilegia la felicità, invece che il rancore, l'egoismo e lo scontro.

Entrambi i partner si concentrano sulle cose positive, invece di essere pronti a rinfacciarsi o ad attaccarsi violentemente per ogni piccola cosa e comportamento.

Si assumono la responsabilità delle proprie scelte e decidono di essere felici.

Spesso non è importante capire di chi sia la colpa, ma è importante avere voglia di trovare insieme le soluzioni ai problemi e condividere con serenità quello che ogni giorno accade nella nostra vita.

Le coppie felici preferiscono coltivare i fiori invece che dedicarsi alla cura delle erbacce.

E tu da questo momento cosa pensi di fare per essere felice?

Sempre con Amore

Ettore

Impara a coltivare il giardino della tua relazione

Hai appena finito di leggere gli *“11 Pensieri che possono cambiare il tuo modo di vivere l’amore.”*

Questi pensieri possono aiutarti a vedere le cose in modo diverso ed aiutarti ad iniziare ad agire in una maniera produttiva di felicità.

Ma, cosa puoi fare in concreto per coltivare la tua relazione?

Quali azioni e strategie devi mettere in campo per migliorare il tuo rapporto di coppia presente o futuro?

Gli *“11 Pensieri”* che hai appena letto, sono solo una piccolissima parte del metodo *AmoreMaleducato®* e di quello che devi conoscere per essere felice in amore.

Hai appena iniziato un percorso che ti porterà a vedere e vivere l'amore come mai avresti potuto immaginare.

**L'amore è un'emozione fantastica,
ma si vive nella vita reale.**

L'amore è fatto di comportamenti concreti e di una conoscenza profonda di sé stessi e dell'altro.

Non puoi vivere l'amore senza sapere come comunicare con l'altro e fargli comprendere quali sono i tuoi dubbi, le tue paure e i tuoi valori.

Non puoi ignorare che anche la persona che hai accanto ha le proprie paure, i propri desideri e che potrebbe comunicarli nella maniera sbagliata.

Se vuoi davvero essere felice, devi sapere come funziona una relazione e cosa fare per

mantenere il tuo giardino sano e in “buono stato”.

Anche quando le cose vanno bene, se non coltivi il tuo amore e la tua relazione, le cose potrebbero peggiorare quando meno te lo aspetti.

A volte basta anche solo una parola sbagliata, un gesto o un pensiero non comunicato nella giusta maniera, per rovinare tutto, anche la relazione più solida.

Non aspettare di trovarti in questa situazione per fare qualcosa.

Non aspettare di trovare la persona giusta per comprendere cosa è davvero importante per te e come tenerla al tuo fianco, perché potresti perderla mentre cerchi di capire cosa fare.

Non aspettare di soffrire a causa di scelte o comportamenti sbagliati, prima di capire cosa avresti dovuto e potuto fare.

Non aspettare di essere infelice per costruire la tua felicità.

Proprio per aiutarti a comprendere e costruire con consapevolezza la tua felicità in amore ho scritto un eBook che ti mostrerà

"Come migliorare la tua relazione di coppia"
3 strategie per essere felici insieme

Un libro che ti mostrerà in maniera concreta quali sono i 3 comportamenti che possono cambiare in meglio qualunque relazione: anche la tua.

Un libro che ti preparerà a gestire situazioni difficili, litigi e incomprensioni nella maniera migliore.

Un libro che ti svelerà cosa fare e come fare, per mantenere sempre un buon livello emotivo e comunicativo all'interno della tua relazione.

Clicca sul link qui sotto per scoprire subito le 3 strategie che possono cambiare per sempre la tua vita e il modo di vivere la tua relazione ---
>> [LINK](#)

Gli 11 Pensieri sono stati un mio regalo per farti comprendere quanto sia importante capire che molte volte sei tu stesso la causa della tua infelicità.

Adesso tocca te, investire sulla tua felicità e continuare questo percorso.

Non aspettarti che qualcuno ti renda felice, ma inizia ad agire per vivere sempre meglio l'amore.

Meriti di essere felice e per questo devi essere consapevole di come raggiungere questa felicità.

Devi essere consapevole di come trovare e mantenere l'amore che hai sempre desiderato.

Essere felice dipende da te.

Tu che valore dai alla tua felicità?

Scarica subito il libro a questo link : ["Come migliorare la tua relazione di coppia - 3 strategie per essere felici insieme" --->> LINK](#)

Troverai 3 strategie pratiche ed immediate che ti permetteranno di cambiare la tua storia o creare finalmente la relazione che desideri e che meriti.

Altri ebook che potrebbero interessarti:

Prendi in mano la tua vita! **11 Passi per raggiungere i tuoi obiettivi**

Una guida pratica che ti permetterà di cambiare la tua vita e che ti mostrerà come raggiungere finalmente i tuoi obiettivi.

Per saperne di più clicca sul link qui sotto

[eBook - Prendi in mano la tua vita](#)



Continua a seguire Amore Maleducato

Sul blog

[AmoreMaleducato®](#)

Sulla pagina Facebook

www.facebook.com/amoremaleducato

Iscriviti al gruppo Facebook

www.facebook.com/groups/amoremaleducato