

Samenvatting

Een verhelderend boek over het belang van de kleine dingen voor je relatie 'Waarom je verliefd wordt, blijft grotendeels een mysterie. Maar als je de liefde vindt, moet je haar proberen vast te houden. En dat kan, door elkaar op elk moment bewust (graag) te blijven zien. Letterlijk en figuurlijk.' Liefde is complex, kent vele vormen en is daardoor niet eenvoudig te beschrijven. Maar het goede nieuws is: liefde bestaat. Meer nog: een langdurige liefdesrelatie is voor iedereen weggelegd. Als je de liefde maar genoeg voedt, onderhoudt en wakker houdt. Psycholoog en relatietherapeut Lieven Migerode begeleidt al vele jaren koppels die vastlopen in hun relatie, ondanks hun liefde voor elkaar. Vaak ligt zich onbegrepen en 'ongezien' voelen - veelal ongewild en onbewust - aan de basis. In dit uiterst toegankelijke boek vat hij zijn visie op wat liefdesrelaties gezond en gelukkig houdt samen, en toont hij hoe je elkaar steeds opnieuw kunt blijven graag zien.

Recensie

Een levensdroom is voor velen: een levenslange partnerrelatie. Levenslang bemind worden. De liefde wordt centraal gesteld. Hoe kunnen we deze ondersteunen, voeden en wakker houden? Want de liefde is kwetsbaar. Wat is het geheim van de liefde? Het mysterie dat ieder overkomt. Zie foto's van geliefden. Toch kun je bang zijn dat de liefde, het geluk je verlaat. Het is zo broos. Maar koester de liefde. Dit bijzondere boek omvat acht hoofdstukken. Wat is dan liefde? Dat is niet eenvoudig te begrijpen. Het vermogen tot liefhebben maakt verbinding. Liefde is emotie, maar spreken, het gebruik van de taal blijft wezenlijk belangrijk. Liefde kan in gevaar komen en sterven. Er worden verschillende manieren behandeld hoe de liefde kan vastlopen. Je kunt ook aan de liefde lijden, bijvoorbeeld bij overlijden of verbreken van de relatie. Belangrijk het omgaan met emoties zoals angst, paniek, ontroering, kwaadheid, plezier, verdriet, walging, jaloezie, schaamte en schuld. Dus als je van iemand houdt die ook van jou houdt, ben je gelukkig. Verzorgde uitgave voor een doelgroep met voorkennis.

Frans Peterse