

# Meilleur Amant - Meilleur Aimant



Votre couple va bien, cela fait un petit temps que vous êtes ensemble, vous vivez ensemble, travaillez et êtes peut-être aussi parents. Globalement ça se passe bien, **vous aimez votre femme mais il y a parfois des tensions entre vous car vous ne comprenez pas pourquoi elle repousse régulièrement vos avances** se disant par exemple fatiguée ? Vous souffrez de ce rejet, en ressentez de la frustration, et parfois vous le lui faites sentir d'autant plus que vous ne comprenez pas pourquoi elle n'a pas plus envie de faire l'amour puisque pour vous tout va bien. Sachez déjà qu'elle aussi en souffre ! **Vous madame, vous en avez marre qu'il râle quand vous lui dites non, qu'il ne comprenne pas votre fatigue entre votre travail et votre job de maman** et vous vous sentez coupable de cette libido qui vous a peu à peu désertée et parfois harcelée et vous lui en voulez pour son insistance ?

Souvent quand vous l'approchez pour faire l'amour, elle vous repousse alors que, ce que **vous aimeriez**, c'est **qu'elle redevienne plus entreprenante ou au moins plus réceptive à vos approches**. Et si je vous disais que vous pouvez y arriver mais qu'il va vous falloir **comprendre comment elle fonctionne au niveau de son désir et de son plaisir afin de pouvoir activer les clés pour le rallumer** ?

Vous ne le savez peut-être pas, mais **de nombreux couples connaissent cette problématique**. Et encore plus depuis le Covid et son lot d'interdiction qui mine le moral et nous a enlevé tout un pan de vie sociale qui nous permettait de nous changer les idées et avoir du plaisir autrement. C'est justement parce que j'ai pu me rendre compte **du fossé qui existe entre les croyances qu'on peut avoir sur la sexualité et ce qu'il en est véritablement de la nature humaine** lors de mes consultations de Sexologie et Coaching Conjugal, où j'ai répété ces conseils et explications à des dizaines de couples, que je me suis dit que **tous les couples devraient savoir ça !** Que tous les hommes devraient savoir nos différences, comment fonctionne la fragile mécanique du désir féminin (ses ennemis, ses amis, comment le raviver ?) et comment elles accèdent au plaisir !

Et c'est la raison pour laquelle j'ai créé ce programme « Meilleur amant, meilleur aimant » **pour un couple épanoui aussi sous la couette**. ☺ Pour que votre femme, elle aussi, puisse me dire après avoir appris et appliqué ces conseils (sans ça, les mêmes choses produisant les mêmes effets, ben rien ne changera ! ;-)) « *Waouw, c'est fou ! Je n'imaginais pas qu'en appliquant vos conseils ça changerait à ce point ! Moi qui croyais que je n'aimais pas les préliminaires, là, ça n'a plus rien à voir, il y a préliminaires et préliminaires ! Les dernières fois j'ai eu un orgasme à chaque fois alors qu'avant c'était sympa mais pas à ce point-là !* » ;-).

Si vous vous reconnaissez et que vous vous dites que vous aussi vous aimeriez obtenir ça, que **vous avez envie de faire passer votre couple à un niveau supérieur de complicité et d'empathie et de plaisir partagé ?** Surtout pas de culpabilité ! Ce n'est pas votre faute si vous n'y êtes pas arrivé jusque-là, on ne nous apprend pas ça à l'école ! La sexualité, c'est bien plus que la reproduction humaine ! Et c'est bien pour ça que mon programme va être utile à beaucoup de couples !

## Que vas-tu y trouver justement ?

C'est une **formation en ligne de plus de 35 vidéos conçues pour être visionnées sur 3 mois** à raison de 2/3 vidéos par semaine pour vous permettre une progression régulière, mais à vous de choisir le rythme qui vous convient le mieux.

Dans la **1<sup>ère</sup> partie sur la fragile mécanique du désir féminin**, il y a 21 vidéos réparties en 5 modules où il est expliqué :

- **Module 1 : Nos différences** fondamentales (hormonales, biologique, neurologiques) et leurs répercussions sur notre libido. Ces différences sont vraiment importantes à connaître et comprendre pour déconstruire de nombreuses fausses croyances et favoriser l'empathie pour l'autre.
- **Module 2 : La mécanique** du désir féminin, comment ça marche ? (au fil du temps, le paradoxe féminin, l'importance du contexte et de la manière)
- **Module 3 : Les adversaires** du désir (quels sont les comportements à éviter si on veut pécho ;-)
- **Module 4 : Les amis** du désir féminin (les comportements appropriés et à privilégier pour susciter l'intimité)
- **Module 5 : Comment s'y prendre** concrètement pour raviver son désir et pimenter la relation

Et dans la **2<sup>ème</sup> partie, 15 autres vidéos sur le plaisir féminin** où tu vas trouver :

- Pourquoi c'est important d'en apprendre plus sur le plaisir féminin ?
- Un peu d'histoire pour expliquer pourquoi on ne se sent parfois pas à la hauteur
- **Hommes et femmes** face au plaisir, quelques **comparaisons**.
- Si on veut comprendre de quoi on parle, il faut déjà connaître la machine ! Un peu d'**anatomie** et la réalité de sa **diversité** : Comment sommes-nous faites ?
- **Différence entre désir et excitation** et en quoi chacun compte
- Comment se déroule la montée de ce **plaisir** vers l'explosion finale
- Savez-vous que **jouir et avoir un orgasme** peuvent être deux choses différentes ?
- **L'orgasme féminin** :
  - C'est quoi exactement ?
  - A quoi on le reconnaît, quels sont les signes ?
  - Quelques statistiques sur les autres femmes, comment ça se passe pour les autres ?
  - **Comment y accéder ?**

- Le **point G**, qu'en est-il ? Peut-il toutes nous faire grimper au 7<sup>è</sup> ciel ?
- Qu'est-ce qui peut bloquer la montée du plaisir ?
- Quels sont les **accélérateurs du plaisir** en solo et en duo ?
- **Femmes fontaines**, « j'ai peur de me lâcher » : explications
- Quelques cas particuliers (ex : la ménopause impacte-t-elle mon plaisir ?) et anecdotes rigolotes pour terminer sur une touche d'humour et de légèreté (ce qui ne peut pas faire de tort avec un tel sujet ! ;-)

PS : Tu trouveras plus bas quelques témoignages de personnes qui ont compris et appliqué ces principes pour leur plus grand bonheur ;-)

**Le tout représente** un condensé de 12 à 14 séances en cabinet, mais avec

- L'avantage (vu le format vidéo) de pouvoir les réécouter à vie quand tu le souhaites ☺
- Et avec un groupe Facebook en plus où tu peux poser tes questions (tu peux aussi me les poser par mail ;-)
- Et accès également aux mises à jour que je rajouterai au fil du temps sans frais supplémentaire ☺

Soit un programme d'une **valeur de plus de 1000 euros** !

Mais comme j'ai envie de pouvoir rendre un maximum de couples plus heureux (car, moi aussi depuis bientôt 20 ans je fais en sorte d'appliquer ces clés avec mon mari, **pour moi le couple et la famille sont importants** ! Imaginez, si on ne sait déjà pas s'entendre et se comprendre entre hommes et femmes, comment voulez-vous qu'on construise un monde meilleur pour nos enfants ?!), il est **offert à 347€** ☺

Alors **si vous voulez donner à votre couple un nouveau souffle et une nouvelle complicité, inscrivez-vous vite mon à programme** par mail ([info@fabiennelambert.be](mailto:info@fabiennelambert.be)) et faites votre virement sur le BE20 0689 0384 8956 (Communication : Programme couple épanoui)

Prenez bien soin de vous et de ceux que vous aimez <3

PS1 : **Messieurs** ! Je ne connais pas beaucoup d'hommes qui osent affirmer haut et fort qu'ils sont nuls au pieu ! En général, ils préfèrent plutôt être vu comme des bêtes de sexe ;-). Alors **donnez-vous les moyens de le devenir un vrai « bon coup »** (même, et surtout ! si vous croyez déjà l'être ! ;-)

PS2 : **Mesdames ! Ce programme est vraiment conçu pour vous rassurer et vous déculpabiliser** ! Je sais que bien trop souvent, dans d'autres programmes sur la sexualité, les femmes se plaignent que c'est « encore elles qui doivent faire les efforts ! » c'est justement pour ça que j'ai voulu cette fois mettre l'accent sur votre homme ! Non pas pour dire que vous n'avez rien à faire de votre côté, ce serait trop facile, un couple ça se construit à 2 ;-). mais bien pour vous sécuriser sur le fait que, cette fois, chacun aura compris le rôle qu'il peut jouer dans l'amélioration de la situation.

## Ce qu'ils en disent :

puis je me suis décidée.. et voilà.. et c'est vrai que je ne regrette pas.. j'aurais même du le faire plutôt comme vous me l'aviez conseillé a la base.. mais je n'avais jamais franchis ce cap et voilà maintenant c'est fait et je me sens bcp mieux.. a l'air d'être sur la bonne voie.. pour vu que ça dure 🙌🙌 .. merci

Waouw! Moi qui croyait ne pas aimer les préliminaires ! Enfin, y a préliminaires et préliminaires! 😊 On a appliqué tous tes conseils et maintenant j'ai un orgasme à chaque fois! Avant c'était chouette mais sans plus, là rien à voir!

À : Fabienne Lambert <fabienne.lambert@fabiennelambert.be>

Fabienne,

Comme promis, voici un petit texte de témoignage. L'écrire m'a remémoré tous ces moments. Quel chemin ! Mais cela en valait la peine ! Encore merci pour ton soutien et ta bonne guidance.

Au plaisir de te revoir.

J'ai rencontré Fabienne il y a quelques années alors que je rencontrais de grosses difficultés de couple qui me mettaient dans un état de déprime profond.

Fabienne m'a reçu avec beaucoup de bienveillance et une écoute totale.

Le défi que je lui présentais était de taille : une thérapie de couple mais sans la présence du couple.

En effet, ma compagne ne voulait pas consulter un thérapeute.

Fabienne a accepté ce défi et l'a relevé haut la main. Séance après séance, elle décodait dans mes seuls propos les enjeux qui mettaient notre couple en difficulté. Alors que je pouvais lui faire part de mes souffrances d'homme, elle a réussi à me faire découvrir les difficultés que pouvait ressentir ma compagne ; et tout cela sans jamais la rencontrer.

De séance en séance, elle a mis en équilibre mes besoins et attentes avec ceux de ma compagne. Elle m'a permis de comprendre la réalité et le point de vue de ma compagne, comme si elle était dans sa situation tout en respectant mes vécus de partenaire et d'homme.

Une expérience alchimique qui a sauvé notre couple et nous permettre aujourd'hui de vivre une relation épanouissante et riche.

En douceur, avec légèreté et humour, Fabienne m'a aidé dans ce parcours d'homme à la rencontre de sa femme. Ces échanges avec Fabienne m'ont vraiment permis de faire face aux difficultés que notre couple vivait. Je n'aurais probablement pas passé ce cap avec succès sans son aide.

Merci Fabienne pour ton soutien. Notre couple est aujourd'hui une belle aventure.

## FAQ :

### Ce programme est-il conçu pour les hommes ou pour les femmes ?

- ⇒ Pour les 2 ! En fait la partie sur le désir est plus à destination des hommes et la partie sur le plaisir a été conçue à l'origine pour les femmes car, elles aussi méconnaissent le fonctionnement intime de leurs consœurs. D'autant plus que celles qui en parlent facilement ont en général l'orgasme et donc la libido faciles, ce qui crée de fausses croyances ;-)

### Ce programme va-t-il m'aider à faire passer ma femme de 'glaçon à chaudasse' ?

- ⇒ Soyons bien clairs, la réponse est NON ! Mais il vous fera comprendre ce que vous pouvez espérer comme amélioration et comment l'atteindre ;-)

### Je n'ai pas beaucoup d'humour sur le sujet, ce programme peut-il me convenir ?

- ⇒ Pour être heureux à 2, il vaut mieux savoir rire ensemble, si vous n'avez pas cette légèreté et une capacité d'autodérision, mieux vaut passer votre chemin !

### Je pense que c'est moi qui ai raison et l'autre tort, puis-je changer l'autre ?

- ⇒ NON ! On ne change pas les gens (mais bien des comportements). Si vous n'acceptez pas de vous remettre en question et de prendre votre part de responsabilité, ce n'est pas pour vous !

<http://www.dhnet.be/regions/namur-luxembourg/elle-vous-prepare-au-mariage-5abe6c23cd709bfa6b15da77>

Elle vous prépare (au mariage) plus précisément à la vie à deux ! ;-)

**BELGRADE** INÉDIT

## ELLE VOUS PRÉPARE AU MARIAGE

▶ Quand les couples vont en thérapie, il est souvent trop tard, dit Fabienne Lambert

▶ La préparation au mariage est souvent associée à un encadrement religieux. Pas chez Fabienne Lambert, thérapeute de couple et sexologue.

"Quand j'ai réorienté ma carrière, j'ai directement eu cette envie de proposer une préparation à la vie commune et au mariage. Contrairement à ce que la plupart imaginent, il ne suffit pas de s'aimer pour que le couple dure. Ça demande, sinon des efforts, au moins des attentions", raconte celle qui, la quarantaine arrivant, a repris ses études et quitté le management public pour s'installer comme coach chez elle à Belgrade.

Or, on observe un pic de divorces après trois ou cinq ans, peu après ce que les psys appellent "la lune de miel".

Cette préparation, mieux vaut être aux débuts de la relation, quand on n'a pas encore l'envie de se consacrer à une autre relation, pour la suivre. "Souvent, quand je reçois les couples en thérapie, il est déjà trop tard alors que, si on s'y était pris plus tôt...", regrette-t-elle.

**CE COACHING COURT** coûte à peine plus cher qu'une séance, se déroule seul(e) ou en couple, par groupes de dix à vingt personnes, avec des exercices privés et un apéro convivial pour clôturer chacun des trois modules distincts de maximum 3 h. On y apprend les bénéfices des relations harmonieuses sur la santé comme l'augmentation de l'espérance de vie, l'immunité... Comment se complimenter, comment bien se disputer, mais aussi les comportements à éviter à tout prix sous peine de catastrophe.

"Dans tous les couples, certains virages sont plus difficiles à négocier et peuvent mettre en péril l'équilibre, comme l'arrivée d'un enfant, un licenciement ou des problèmes professionnels", met en exergue Fabienne Lambert. Autant anticiper...

"Une étude allemande de 2010 a montré que, chez les couples ayant été suivis, il y avait 27 % de divorces contre 52 %. Mieux encore : les couples heureux s'élevaient à 80 % à 11 ans de suivi." De quoi contredire les statistiques de divorces.

Magali Veronesi  
<http://www.fabiennelambert.be/>



✎ À Namur, Fabienne Lambert est la seule professionnelle non liée à un culte qui propose ce genre de coaching. © VERONESI