

MICHEL MARTIN-PRÉVEL



QUAND L'AMOUR  
CHERCHE À RENAIÎTRE

DANS LE COUPLE

---

Le parcours "Tobie et Sara"

---

EdB

- Si les mauvaises habitudes ont pris le dessus sur la communion conjugale,
- Si les incompréhensions et les déceptions se sont installées dans le secret des cœurs,
- Si la méfiance grandit, parfois jusqu'au conflit et à la souffrance,
- Si la crise laisse apparaître ses combats et son espérance...

> Il est alors temps de faire le point.

Le Parcours Tobie et Sara propose neuf étapes pour reconstruire la confiance, entamer le chemin du pardon et recréer une intimité nouvelle au sein du couple. Les différences peuvent créer des différends mais alimenter aussi les attirances fécondes de la vie conjugale.

Dans la Bible, l'exemple de Tobie et Sara nous éclaire car les épreuves n'ont pas été plus fortes que leur union. Ils ont triomphé de la mort malgré les nombreux obstacles rencontrés sur leur chemin.

Exprimer ses besoins, retrouver les règles du dialogue, se réconcilier profondément et rebâtir ensemble la maison conjugale quand l'amour vient à manquer, voilà comment l'Amour peut alors renaître.

*“ Le Seigneur nous a restaurés dans une forme étonnante de premier amour enfin correctement ajusté à notre fin. ”*

JEAN-FRANÇOIS ET CHRISTINE



*Le père **Michel Martin-Prével** connaît bien les réalités de la vie conjugale. Veuf après trente-deux ans de mariage, il accompagne beaucoup de divorcés et de couples en difficulté. Il est aussi le fondateur du Parcours Tobie et Sara qui vise à réconcilier les couples éprouvés.*



Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

élevés... Vous êtes tombé amoureux parce que votre vieux cerveau a confondu votre partenaire avec vos parents<sup>3</sup> ». Se marie-t-on pour guérir des vieilles blessures de l'enfance ou pour exorciser l'environnement de l'enfance ? S'agit-il par ailleurs de retrouver l'Éden, la complétude du bébé originel dans le sentiment d'unité avec la mère, stéréotype de l'univers ? La pulsion d'attachement, stéréotype de notre capacité à communiquer avec Dieu lui-même, dans notre qualité humaine du *capax dei* augustinien, capable de Dieu, nous tend vers une altérité indispensable, car « *il n'est pas bon que l'homme soit seul* » (Gn 2, 18).

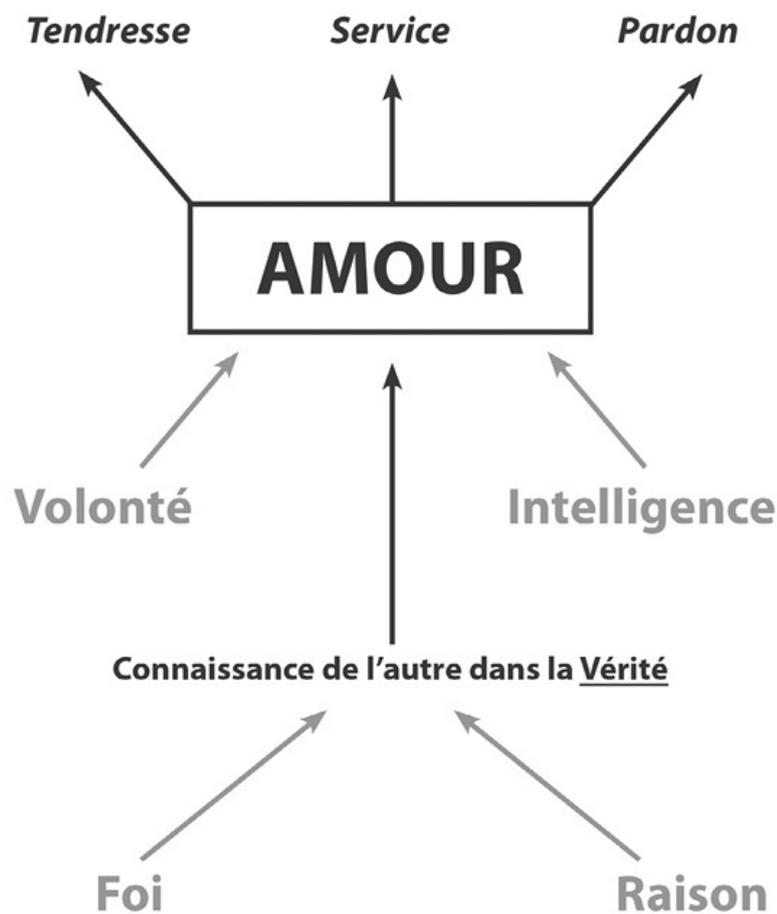
## L'expérience de l'amour

---

L'homme vit trois expériences au cœur de l'amour. Tout d'abord, la solitude qui touche tellement fort à l'affectivité, en face d'un besoin d'unité, car l'homme est un être social, relationnel. Ensuite, la fragilité qui est le propre de l'homme, le seul être vivant qui soit si long à se développer. Il est marqué par ses « erreurs » de croissance, blessures inévitables de son milieu familial originel, et qui touchent si fort le besoin de compassion, d'enveloppement. Il se trouve en face d'une reconnaissance de nudité, traduisant une sorte de honte, comme Adam se retrouvant dans sa nature déchue : « *J'ai eu peur parce que je suis nu.* » (Gn 3, 10) Enfin, l'expérience de la faiblesse, comprise comme une défaillance morale dans le péché trop souvent reproduit, le péché qui engendre la déception, chez l'autre comme chez soi, et qui fait crier vers le besoin de rédemption. « *Seigneur, prends pitié du pécheur que je suis !* » (Lc 18, 13.)

Dans ces trois expériences, l'homme bénéficie de trois facultés fondamentales. L'intelligence qui concourt si bien à la connaissance de l'autre et de soi, en utilisant la raison et la foi,

les deux ailes de la connaissance, parfois perturbées par la mémoire et l'imagination. Deuxièmement, la volonté, véritable moteur de l'amour et facteur de sa croissance, qui peut être affaiblie, mais ne disparaît jamais. Enfin, l'affectivité, si riche mais si fragile, lieu du plaisir, de la joie, des sentiments de bonheur, mais aussi de ses déviations : tristesses, colères, souffrances. L'amour se situe bien dans l'affectivité principalement, mais se ramifie dans l'intelligence et dans la volonté, car il se conçoit dans la raison et est entraîné par la volonté !



**SCHEMA 2 : CROISSANCE DE L'AMOUR**

Le schéma n° 2 résume la croissance de l'amour, dans sa genèse au moment des fiançailles comme au long de la vie conjugale. Foi en l'autre et raison ont concouru à démarrer la connaissance de l'autre dans la vérité. L'amour naît ainsi d'une

connaissance qui grandit, renforcée par l'intelligence qui discerne, imagine, se souvient, et par la volonté qui pousse à agir. Alors, l'amour se déploie en tendresse, dans le corps et dans l'esprit, en service, expression normale dans les actes d'amour, et en pardon ou miséricorde, qui guérissent si bien ses défaillances. Ces trois effets de l'amour : tendresse, service et pardon, mesurent un amour équilibré et vivant, réel et fécond. Quand il manque une de ces trois qualités, on peut dire qu'il y a danger et qu'il faut vite corriger quelque chose.

Le mariage d'amour n'est pas une bénédiction magique, une caution morale, mais une espérance à alimenter, une école faite pour aimer. En effet, nous ne sommes pas faits l'un pour l'autre, mais pour devenir meilleur l'un par l'autre ! L'autre est-il un but dans ma vie ou un moyen pour apprendre à aimer d'un amour éternel, *agapé* divin qu'il est si long d'apprendre à vivre ? La réplique de Bismarck à sa femme est bien connue :

– Madame, sachez que je vous ai épousée non pas parce que je vous aimais, mais pour vous aimer !

## **La croissance du couple**

---

Une femme épouse un homme dans l'espoir qu'il changera et un homme se marie avec l'espoir que sa femme ne changera pas ! Sans doute parce que l'homme voit plus le physique et la femme plus le mental. Le mariage, l'amour, la relation ne sont pas des états stables. En cinq, dix ou trente ans, je vais changer et l'autre va également changer. Notre couple va changer. Les événements s'en chargent : naissances, déménagements, travail, chômage, deuils... Pourquoi rester dans la nostalgie ? Ce que l'autre était, il ne l'est plus. Attachement romantique qui est signe de mort. La croissance est nécessaire, sinon la dégradation menace. Le temps peut user, mais il est aussi fait pour construire. Le mariage

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

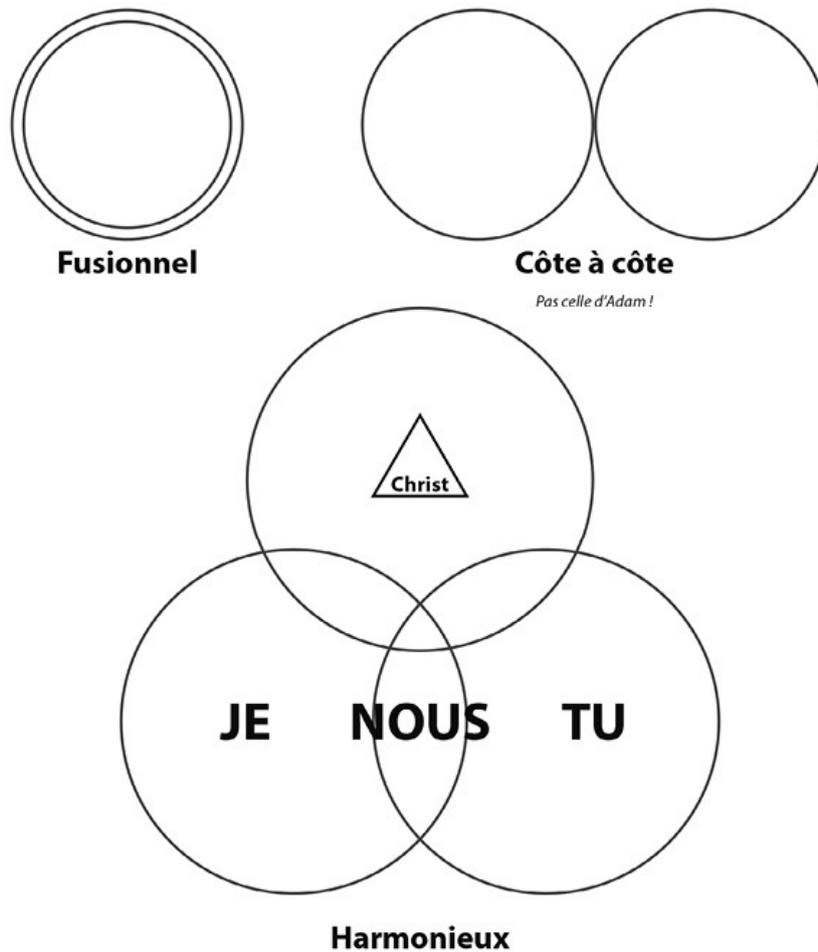
Quand cela va mal, est-ce que j'en tiens l'autre pour responsable, systématiquement ou du moins très souvent ? L'autre n'est pas un objet, on lui doit un respect permanent. Le désir de le connaître toujours mieux favorise la croissance du couple, car il fait mûrir en nous le souci du bien-être de l'autre. Les crises du couple sont autant de chances de croissance pour les personnes et l'amour peut en sortir grandi.

## **Bienheureuse autonomie**

---

La solitude dans le couple est-elle normale ? Traduit-elle un effacement de l'amour ? Une conception fusionnelle de la vie à deux, héritée d'une adolescence interminable ou de blessures peu guéries, peut faire très mal quand le couple doit trouver la juste distance qui permet à chacun d'accomplir sa vie propre, ses missions particulières, ses penchants naturels. Il y a toujours une part de solitude en chacun de nous, même si nous n'avons pas été créés seuls.

Mon bonheur dépend-il entièrement de l'autre ? Et comment peut-il y avoir communion s'il y a une trop grande dépendance de l'un envers l'autre ? Un surinvestissement initial dans la relation conjugale peut laisser amer au bout d'un certain temps. L'idéalisation de l'autre a besoin de se confronter à la réalité d'une différence incontournable. Le conjoint n'est pas chargé de nous combler entièrement. Il participe seulement à notre bonheur. On connaît l'image des deux cercles (schéma n° 4) qui deviendraient confondus dans une fusion quasi totale, à la manière de l'amour romantique. Faire UN et disparaître l'un dans l'autre. Ce rêve romantique se termine souvent par l'absorption de l'un par l'autre ou par la mort. Les amours de Tristan et Iseult, Roméo et Juliette ou de type racinien se terminent souvent par un déchirement mortifère.



#### **SCHÉMA 4 : TYPES DE COUPLES**

Les deux cercles tout juste tangents traduisent l'association des couples que plus rien ne rapproche, sinon un réfrigérateur commun.

La bonne distance propre à chaque ménage est représentée par deux cercles sécants, où apparaît une partie commune, le nous qui se construit peu à peu, et les parties individuelles, le je et le tu, où chacun garde une liberté et un épanouissement propre. Chacun conserve ses besoins unis à ceux de l'autre. Faites l'expérience de vous lier une jambe en commun avec des ceintures et de laisser l'autre jambe marcher à sa guise de chaque côté. Voilà la marche d'un couple, qui reste difficile si l'on ne tient pas compte à la fois de la jambe unie et de celle qui est libre !

Bienheureuse distance, qui permet d'accepter la différence, sans nier la communion. Faire UN tout en restant DEUX.

Khalil Gibran décrit la situation de deux piliers qui supportent un arc en plein cintre : ils ne tiennent que parce qu'ils sont dans la distance, tout en étant nécessaires l'un à l'autre. L'arc soutenu est bien sûr le couple, avant d'être la famille, me semble-t-il.

## Questions à se poser

- Qu'est-ce qui me tient encore attaché à l'autre ?
- Quel est le sentiment qui domine à son égard ?
- Quelle peur précise habite mon cœur ?
- Où se trouve la domination dans nos rapports ?

---

5. Martin GRAY, *Les hommes viennent de Mars, les femmes viennent de Vénus*, Poche, 2011.

6. Paul GERALDY, *L'homme et l'amour*, Hachette, 1951.

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

aux couples qui s'astreignent à cela de passer les épreuves, petites ou grandes, avec plus de facilité.

Nous avons vu qu'il était difficile de communiquer sans reprendre des habitudes d'égoïsme, d'oubli de l'autre. Nous avons mis l'accent sur l'écoute active. Pour réguler la conversation, le « coup du crayon », ou du mouchoir, que l'on saisit quand on parle, permet de désigner celui qui doit être écouté et celui qui doit parler. On rend le crayon à l'autre dès qu'on a fini et on ne répond pas tant que l'autre n'en donne pas l'autorisation en cédant le crayon. Essayer cette méthode, c'est grandir très vite dans une autre atmosphère.

Il est bon parfois de casser la routine par des extra : une soirée au restaurant pour parler ensemble, un week-end à la campagne, un voyage-lune de miel. Quand l'expression orale passe de moins en moins bien, il faut savoir utiliser des mots écrits, faire un papier disant une émotion, un ressenti. On peut aussi utiliser un carnet particulier, caché dans un lieu propre (à l'abri des enfants) où une conversation s'égrène en remarques et réponses. Les *tchats*, SMS et autres artifices informatiques remplissent bien cette fonction. Faire une lettre à l'autre, comme on a pu le faire pendant les fiançailles, permet d'écrire et d'explicitier une colère, une tristesse, une peur, un regret, une admiration, une marque d'amour.

En tout cas, on aborde très mal un dialogue si on se trouve avec une colère intérieure ou une amertume profonde. Il vaut mieux surseoir au dialogue et le reprendre plus tard.

Enfin et surtout, il faut se souvenir que nous ne prononçons pas assez de paroles valorisantes, les paroles négatives prenant trois fois plus de place que les paroles positives. Question : tous les jours, disons-nous une parole positive à l'autre ? Pourquoi ne pas faire, parfois, une liste de ce que l'on aime bien chez l'autre ?

## Questions à se poser

- Quels moments prenons-nous pour dialoguer et à quelle fréquence ?
- Ai-je le sentiment d'être entendu(e), compris(e) ?
- Suis-je prêt(e) à remettre des choses en question, à reconnaître mes failles, à valoriser l'autre ?
- Comment se prennent les décisions entre nous ?

---

7. Xavier LACROIX, *De chair et de parole : fonder la famille*, Bayard, 2007.

8. Ce proverbe serait originaire du Talmud.

9. Gary CHAPMAN, *Les langages de l'amour*, Éditions Farel, 2015.

10. Juliette LEVIVIER, « Cours de langue », dans : *Famille Chrétienne* n° 1970, 20 octobre 2015.

11. Marshall B. ROSENGERG, *Les mots sont des fenêtres (ou bien ce sont des murs)*, La Découverte, 2005.

12. Thomas d'ANSEMBOURG, *Cessez d'être gentils, soyez vrais*, Éditions de l'Homme, 2014.

## CHAPITRE 4

### *Blessés sur le bord du chemin*

« On peut faire beaucoup avec la haine,  
mais encore plus avec l'amour. »

William Shakespeare

« Quand il y a mariage sans amour, il y a amour sans mariage. »

Benjamin Franklin

« Mener grand bruit à propos d'une offense reçue  
n'en diminue pas la douleur,  
mais en accroît la honte. »

Boccace

« Roués » de coups, et des coups de la vie, nous sommes l'un et l'autre sur le bord du chemin de notre couple et en attente d'être guéris.

« *Mais un Samaritain, qui était en route, arriva près de lui ; il le vit et fut saisi de compassion.* » (Lc 10, 33)

Pourtant, nous ne sommes pas mariés pour panser nos blessures ou pour rechercher une sécurité nouvelle en se confiant à l'autre pour guérir du passé ou redonner sens à notre vie. Sinon, il ne faut pas s'étonner de vivre des désillusions après quelques années de mariage. En effet, nul ne peut être comblé totalement par l'autre, malgré le grand investissement fourni dans la relation à deux. En réalité, attendre tout de l'autre crée une dépendance, qui n'est pas celle de l'amour réciproque, mais celle du malade pour son médecin, du secouru pour le

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

se fragilise au contact de réalités que l'on n'a pas voulu voir. Fragilité d'autant plus grande que nous sommes restés très exigeants sur la qualité idéale de notre mariage.

Dans le couple, la première des crises est donc celle de la désidérialisation avec la confrontation à la réalité. Elle survient plus ou moins vite, à la faveur de la diminution du « sentiment amoureux », dont la durée de vie est d'environ trois ans. « Comment n'ai-je pas vu, n'ai-je pas compris plus tôt ? » Petits théâtres intérieurs, qu'on a reçus de nos familles respectives et qui font loi.

La crise tient aussi à l'expérience de l'altérité, dont on n'a pas fini de constater le mystère et l'apparente impossibilité. Les crises sont là pour nous empêcher d'être amalgamés, dévorés, dominés par l'autre. Elles permettent de grandir, d'être soi, de dire « je » et d'être distingué de l'autre. Toute crise est donc une crise de croissance, à condition d'être bien gérée.

« Dans une crise non assumée, c'est la communication qui est la plus affectée. Ainsi, peu à peu, celui qui était "la personne que j'aime" devient "celui qui m'accompagne toujours dans la vie", puis seulement "le père ou la mère de mes enfants" et, finalement, un étranger<sup>16</sup>. »

Pour cela, à nouveau le moyen le plus efficace est de parler, mettre des mots sur ce que l'on ressent, plutôt que de faire le procès de l'autre ; identifier mes besoins qui ne sont pas respectés, aboutir à une demande concrète. Mal gérer la crise conduit à se fermer un peu plus, avec pour effet d'amoinrir la confiance et la connivence, d'accumuler reproches et amertume. Le plus difficile est de se mettre d'accord tous les deux pour en parler. Il faut alors puiser dans ses ressources d'humilité et de courage, car des forces de division sont en jeu et, parfois, on les laisse gagner.

*« Soyez sobres, veillez : votre adversaire, le diable, comme un lion rugissant, rôde, cherchant qui dévorer. Résistez-lui avec la force de la*

*foi.* » (1 P 5, 8)

Si la gestion de la crise est trop difficile ou douloureuse, il faut avoir la sagesse de se faire aider.

## **Les jugements**

---

Au cœur des crises et à cause d'elles, une faculté importante s'avère nécessaire : bien juger des choses. Comme le mot même de crise, *crisis* voulant dire jugement, semble devoir l'impliquer, les époux se doivent de bien juger et de bien se juger. Si l'Évangile nous demande de ne pas juger, c'est au sens de condamnation. Le mot jugement comprend trois significations différentes. Tout d'abord le pouvoir de constater, jugement de fait, en vrai ou faux.

« *Que chacun dise la vérité à son prochain.* » (Ep 4, 25)

L'enjeu se trouve dans la recherche de la vérité entre les époux. La conséquence est le pouvoir de discerner pour choisir. Ensuite, le jugement de valeur. Cette fois-ci, en termes de bon ou de mauvais.

« *Discernez ce qui plaît au Seigneur ; ne prenez aucune part aux œuvres des ténèbres.* » (Ep 5, 10)

C'est là la grandeur de l'homme de ne pas faire n'importe quoi, soumis au gré de l'instinct comme les animaux. En troisième lieu, juger veut dire poser une sentence, une condamnation, acte de décision, et son résultat, le rejet. « *Ne jugez pas et vous ne serez pas jugés* » (Mt 7, 1) ou « *Qui es-tu pour juger le prochain ?* » (Jc 4, 12). Jugement des actes réservés à Dieu, et heureusement, qui voit bien la conscience et qui, Lui, juge avec miséricorde, ce qui n'est pas incompatible, car la miséricorde ne nie pas le mal ; elle sait le repérer et appeler à le dépasser, en faisant confiance au pécheur et non à ses actes. La miséricorde n'est pas opposée au discernement, sinon elle serait lâcheté.

L'Écriture dit aussi : « *Si ton frère vient à pécher... reprends-le seul à seul.* » (Mt 18, 15) Ceci justifie la belle exigence de la correction fraternelle à vivre entre conjoints, seul à seul : miséricorde à celui dont on voit la faute, pardon à quelqu'un qui est pécheur, mais que l'on appelle à juger de ses actes, surtout si l'autre est prêt à la contrition et décidé à changer.

## **Le pouvoir dans le couple**

---

Fruit du péché originel, avant lequel la soumission l'un à l'autre était naturelle, le pouvoir est une fausse question, mais une vraie solution à trouver ! Car, de fait, on se trouve en situation de prendre le dessus sur l'autre ou de mal supporter qu'il ait une prérogative dans un certain domaine exclusif.

Les deux passions-mère de l'Éden sont la domination et la convoitise. « *Ta convoitise te poussera vers ton mari, et lui dominera sur toi* » (Gn 3, 16), qui fait écho au : « *Femmes, soyez soumises à vos maris et maris, aimez vos femmes* » de Éphésiens 5. Le lien entre amour et pouvoir est explosif, antinomique. La blessure entre Adam et Ève s'est traduite chez Adam par cette propension à dominer pour séduire (conduire à soi) et chez Ève à séduire pour dominer. Le Seigneur à l'Éden constate ces deux passions sans les vouloir. Jésus reprendra cette relation entre les époux sur la croix en se donnant dans l'humilité (aimer comme le Christ, c'est pour le mari se livrer sur la croix) et en se soumettant à la volonté du Père (se soumettre comme le Christ au Père pour la femme, c'est se soumettre au Christ comme l'Église).

Le pouvoir, qui peut être le désir d'exister, doit-il se faire aux dépens de l'autre par cette loi de domination ? Il est en principe l'expression d'une rivalité larvée, d'une jalousie sourde, qui révèle en positif la soif de liberté. Il peut correspondre à une

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

En « bon chrétien », on choisira plutôt l'excuse, en cherchant des circonstances atténuantes au méfait de l'autre. On se fera l'avocat de son propre offenseur en minimisant le mal, voire en se satisfaisant d'être victime. Plus couramment, nous pensons qu'il vaut mieux oublier et filer dans l'indifférence, pensant à tort que le temps aidera à guérir, alors que ce qui est enterré va continuer dans l'inconscient à travailler et à se dégrader. Le malheur est que l'oubli est le déni de la blessure et donc empêche de la soigner.

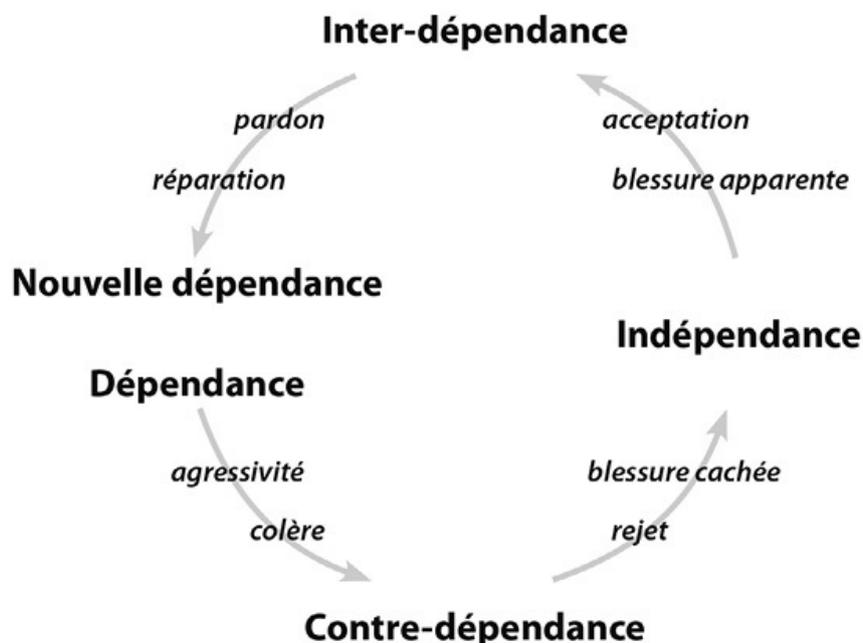
Finalement, la solution du pardon apparaît comme la plus efficace, surtout si on a pris l'habitude de le pratiquer dans des cas plus anodins. Il est plus facile à pratiquer si on a été éduqué à pardonner. C'est la voie étroite, qui va demander un surcroît de confiance et d'espérance, un effort de volonté, mais qui seule permet de dépasser l'offense.

Que devient alors la blessure dans cette évolution qui, par ailleurs, demandera du temps ? Faisons deux parts : dans certains cas, le pardon se satisfait d'une réparation, qui dépend de l'autre, sans être exigée, et qui va sans doute favoriser le pardon à accorder. Mais, et parfois en totalité, il s'agit de faire aussi la part de l'offrande pour ce qui ne peut être réparé, qui ne dépend que de l'offensé et qui est le cœur de cette démarche d'abandon.

## **La spirale des pardons**

---

Le schéma n° 9 décrit maintenant les allers et retours de beaucoup de nos pardons au cours de nos relations faites de distances et de rapprochements.



**SCHÉMA 9 : LA SPIRALE DU PARDON**

Au départ, une blessure atteint la dépendance entre les époux qui ne sont plus liés par l'amour, mais par la blessure. Dépendance entre l'offenseur et l'offensé. Les conséquences de l'offense sont l'agressivité et la colère, qui éloignent et font vivre une contre-dépendance. Les époux se tournent le dos : rejet et blessure qui enferment dans le mutisme. L'indépendance arrive à son maximum, avec une tentation dans la fuite, la compensation, l'oubli ou l'adultère. Si la blessure devient plus apparente par la réflexion sur soi ou l'aide d'un tiers, l'acceptation de la réalité commence à rapprocher de l'autre pour revivre une interdépendance dans le dialogue et le pardon. Alors, la réparation devient possible et une réconciliation rétablit une nouvelle communion, dépendance meilleure que celle du départ, montrant que, de pardon en pardon, l'amour se fortifie au lieu de se dégrader.

## **Les deux fils de la parabole**

---

La relation conjugale entre des époux désunis peut tirer de bonnes leçons des relations deux à deux de la parabole dite du Fils prodigue (Lc 15, 11-32) : Père-fils cadet, Père-fils aîné, fils aîné-fils cadet.

D'une part, comme le fils prodigue, l'un des conjoints brouillés a demandé « sa part » en fuyant l'autre, en organisant sa vie autrement, en se laissant tenter par des adultères divers. La distance a pu faire mûrir un regret, un retour salutaire à l'intérieur de soi, un désir de retrouvailles plus ou moins bien arrangé, comme le fils prodigue n'envisageant qu'une relation économique et en demi-teinte, prêt à demander pardon pour arranger les affaires courantes. On remarquera que l'autre, en la personne du Père, attend et guette de loin, pour renouer sans condition avec le « repenté », véritable expression du pardon accordé gratuitement. La joie retrouvée après la séparation est le fruit immédiat du pardon dans la parabole.

D'autre part, le conflit se précise entre le Père et l'aîné, rancunier, secret, justicier. Le Père tente toutes les démarches, oubliant ses propres attentes à son égard, si ce n'est de le retrouver, lui, dans sa souffrance et sa jalousie. Discussion qui semble ne pas se conclure, à cause de l'intransigeance du fils aîné et de son refus de comprendre autrement. On aimerait que la parabole nous décrive le fruit de la constance du Père dans la miséricorde. Le fils aîné est-il resté campé sur ses positions ? A-t-il pu se réjouir de retrouver son père en vérité et lui faire toute la place dans son cœur ?

On peut également méditer sur la relation entre les deux fils, qu'il faut imaginer car l'histoire ne nous en dit rien. Un antagonisme qui semble irréductible, comme chez les couples où rien ne laisse présager une réconciliation. Pourtant, la propriété du Père, la famille, leur appartient à tout deux et chacun doit trouver le moyen d'y travailler selon sa grâce propre. Si le Père

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

commun est le signe par excellence d'une incorporation au Christ réalisant le couple à trois. Ce qui fait comprendre que les divorcés remariés ne peuvent faire cette communion qui les renverrait à la première union dans laquelle ils ne sont plus, et qui rend donc incohérente leur deuxième union avec la signification de la communion eucharistique.

Dans la communion eucharistique se vit l'alliance du Christ à son Église sur la Croix, lieu de communion et d'amour intense, reproduit dans le don des époux. Cette loi du don nuptial des époux dans l'Eucharistie correspond au don total du Christ, origine et centre de l'Eucharistie. Les deux alliances indissolubles – ecclésiale et eucharistique – se répondent.

Par ailleurs, la messe est une belle analogie de toute leur vie conjugale dans son déroulement et ses huit moments : l'accueil et le pardon dès le début ; la parole entendue dans les consentements initiaux ; le credo dans le projet commun et la foi en l'autre ; l'offertoire dans le don de soi ; la consécration dans le oui à l'autre ; le Notre Père dans la prière commune et l'intercession ; la communion des corps en se laissant consommer par l'autre ; la bénédiction et l'envoi pour rayonner sur la famille et les autres. Ainsi, l'Eucharistie renouvelle sans cesse le sacrement du mariage.

La Présence réelle, comme incarnation de l'Amour divin, rend le Christ présent au monde par le témoignage de l'amour conjugal qui prolonge la messe.

## **Que faire de la différence de foi ?**

---

Comme il existe une saine différence homme-femme, il faut bien reconnaître que les époux sont rarement sur le même plan dans leur foi chrétienne. Soit dans le degré, avec un cheminement plus ou moins accompli dans la rencontre du

Christ ; soit dans la qualité, avec des formes d'expression de la foi très différentes. Ce constat n'est pas affligeant, mais peut traduire une expérience riche de sanctification réciproque :

*« Le mari non croyant se trouve sanctifié par sa femme, et la femme non croyante se trouve sanctifiée par son mari croyant. » (1 Co 7, 14)*

Saint Paul, qualifié à tort de misogyne, pense bien à la réciproque !

Souvent, des valeurs spirituelles communes peuvent se partager. Quand elles sont divergentes, comme vie contemplative ou active, types d'apostolat très différents, intelligence de la foi intellectuelle ou plus intuitive, sensibilité mariale ou charismatique, ne sont-elles pas la réplique de la diversité des charismes dans l'Église, et à intégrer comme tels ? S'il s'agit de religions ou d'églises différentes, c'est le dialogue interreligieux ou œcuménique qui prévaut. La foi conjugale vécue dans la charité devient alors primordiale sur la vie spirituelle, parce que l'unité ne veut pas dire l'identité.

De façon plus importante, le respect de l'autre dans ses aspirations spirituelles reste capital, même s'il ne veut pas les partager, au risque de le blesser, car il s'agit d'une intimité fragile.

## **La prière du couple**

---

Le lieu où la vie de foi se trouve en pleine lumière reste la prière commune. Elle ne remplace pas la prière personnelle, mais elle viendra la compléter avec beaucoup de fruit. Combien de couples en ont peu l'habitude, pour qui cette prière est inexistante ? Certes, la pauvreté, la simplicité, la délicatesse sont nécessaires. Mieux vaut toujours fidélité qu'abondance, surtout si elle est univoque. Mieux vaut sobriété encourageante,

surtout dans les débuts, pour laisser s'appriivoiser deux âmes qui se connaissent peu.

Le moment favorable est avant ou après un dialogue, un pardon, un rapport sexuel. Le soir, bien que la fatigue soit plus grande, est propice à la relecture de la journée. Le matin est rempli d'espérance pour le jour qui vient.

Comment procéder ? Choisir un moment commun qui convient bien à chacun. Commencer en silence aide chacun à entrer dans la prière. Choisir un vecteur commun : chapelet ou dizaine de chapelet, liturgie des heures, qui établit un lien ecclésial, passage de l'Écriture, intercession commune, paroles librement exprimées à Dieu devant l'autre. Le pape François rappelle souvent la simplicité de la prière : « merci », où l'on rend grâce ensemble, dans la louange, pour ce qui est passé ou par avance ; « pardon », pour s'éclairer l'un l'autre sur ses fautes, pardon à l'autre, à Dieu ; « s'il te plaît », dans une intercession commune pour familles, enfants, travail, amis.

## **Reprendre ses engagements sous le regard de Dieu**

---

Il est si bon de prendre le temps de se redire tout d'abord ce qu'ils sont ! Un bon partage là-dessus finit par les confirmer ou les ajuster. Refonder le projet du couple, après avoir rappelé ce qui nous a attirés l'un vers l'autre, permet de revenir à l'appel initial. Faire mémoire des attraits réciproques et de l'histoire du couple permet de faire « mémorial », comme on le fait à chaque liturgie eucharistique. La première rencontre fut-elle Thabor, Cana ou Golgotha ? Elle a sa signification propre qui attend tout son développement.

Les pièges du projet conjugal sont une trop grande spiritualisation ou idéalisation, une peur de l'avenir démesurée,

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

28. VATICAN II, *Gaudium et Spes*, n° 24, § 3.
29. BENOÎT XVI, *Dieu est amour*, n° 5.
30. Sophie LUTZ, *Famille Chrétienne*, 6 novembre 2012.
31. BENOÎT XVI, *Ibid.*, n° 7.
32. VATICAN II, *Gaudium et Spes*, n° 48, § 1.
33. PAUL VI, Encyclique *Humanae Vitae*, 1968.
34. CEC, n° 2370.

## CHAPITRE 9

### *La fécondité du couple, les enfants*

« Je t'aime, tu m'aimes, on sème. »

Maurice Chapelain

« Le verbe aimer est difficile à conjuguer : son passé n'est pas simple, son présent n'est qu'indicatif et son futur est toujours conditionnel. »

Jean Cocteau

« Aimer, ce n'est pas se regarder l'un l'autre, c'est regarder ensemble dans la même direction. »

Antoine de Saint-Exupéry

« Les enfants ont plus besoin de modèles que de critiques. »

Joseph Joubert

À comprendre la souffrance des couples qui ne peuvent pas avoir d'enfants, on mesure à l'inverse la joie profonde qu'il y a à enfanter, élever et conduire au monde des enfants qui nous ressemblent.

La chair de notre chair, les enfants tant chéris et pour lesquels on est capable de tant souffrir parfois, sont un troisième terrain de délicatesse et de fragilité dans le couple, après la foi et l'affectivité. On a d'autant plus investi sur eux que l'on n'est pas souvent prêt à les abandonner et à les laisser vivre leur propre vie. Pourtant, il est bien connu que :

« Vos enfants ne sont pas vos enfants. Ils sont les fils et les filles de l'appel de la Vie à elle-même. Ils viennent à travers vous, mais non de vous. Et bien qu'ils soient avec vous, ils ne vous appartiennent pas<sup>35</sup>. »

## Lien couple-famille

---

La famille vient du couple et non l'inverse<sup>36</sup>. On voit apparaître de plus en plus de familles qui se créent avant le mariage, comme par hésitation, le mariage venant en dernier lieu, après une vie commune et l'arrivée d'enfants, comme un dernier maillon venant consolider le tout. C'est oublier que c'est le couple qui soutient la famille et non l'inverse. On voit également des couples qui veulent se réconcilier en faisant un enfant comme motif d'un nouvel engagement. L'enfant n'est plus perçu comme le but ultime du couple, mais de plus en plus comme la raison d'être du couple. Or, il n'a pas pour identité d'être le ciment du couple, mais d'être son fruit autonome. La famille ne meurt-elle pas avant le couple, au sens où les enfants partent de la maison en laissant leurs parents vieillir seuls ? D'ailleurs, même non mariés, des parents constituent déjà un couple de fait, dont la solidité procure un grand réconfort aux enfants !

Des couples vivent souvent la priorité des enfants comme un absolu, en oubliant que le plus grand service qu'ils leur rendent est de leur montrer un mariage solide, en cultivant leur relation conjugale. Donc, le couple n'est pas assez prioritaire.

La fragilité du lien d'alliance entraîne *ipso facto* la fragilité de la famille. Une famille qui va mal tire son malheur de ce que le couple va mal. Voilà pourquoi il est si urgent de soigner son couple pour le bien des enfants, quel que soit leur âge.

## L'image de la Trinité

---

« Dieu créa l'homme à son image, à l'image de Dieu il le créa, il les créa homme et femme. » (Gn 1, 27)

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

# TABLE DES MATIÈRES

## INTRODUCTION

### **1. EST-CE QUE JE ME SUIS TROMPÉ ?**

Mes aspirations personnelles sont-elles bien satisfaites ?

Qui suis-je ?

L'expérience de l'amour

La croissance du couple

La fidélité

Qui doit changer ?

### **2. IRRÉMÉDIABLEMENT RELIÉ À L'AUTRE**

Nos sentiments à l'égard de l'autre

Connaître l'autre

Quelle conception de l'amour ?

Différents dans les différends !

Nous sommes coresponsables du couple

Bienheureuse autonomie

### **3. OÙ EN EST NOTRE COMMUNICATION ?**

Inventaire

Communiquer pourquoi ?

Lien conjugal et parole

Pouvoir de la langue

Parler et écouter

Équilibre des liens

La communication non-violente

Deux excès dans le dialogue

Les moyens

#### **4. BLESSÉS SUR LE BORD DU CHEMIN**

Pourquoi sommes-nous blessés ?

Souffrir par amour ?

Nos réactions à la souffrance

Les dépendances

Amour et égoïsme

#### **5. NOS BLESSURES DE COUPLE**

La crise

Les jugements

Le pouvoir dans le couple

Les disputes

Les infidélités

Les conflits

Les moyens

#### **6. NOTRE EXPÉRIENCE DU PARDON**

Le pardon, une voie difficile mais efficace

La spirale des pardons

Les deux fils de la parabole

Les étapes du pardon

Les faux pardons

Le pardon est divin

Les fruits du pardon

La réconciliation

#### **7. PARTAGER SA FOI**

Le mariage, une réalité complexe et complète

Le sacrement du mariage

Soumission de la femme et amour de l'homme

Lien entre Eucharistie et mariage

Que faire de la différence de foi ?

La prière du couple

Reprendre ses engagements sous le regard de Dieu

#### **8. LA VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE**

La personne humaine est un corps

Sexualité problématique

La bipolarité sexuelle

Le corps blessé

Je ne désire plus l'autre

Cœur et corps

La tendresse

## **9. LA FÉCONDITÉ DU COUPLE, LES ENFANTS**

Lien couple-famille

L'image de la Trinité

Père et mère

Les enfants

Relation aux autres

## **ANNEXES**

1 - Méditation sur l'icône de l'hospitalité d'Abraham,  
dite de la « Trinité »

2 - Méditation avant de se pardonner

3 - Méditation sur le Lavement des pieds

Ce livre vous a plu,  
vous pouvez, sur notre site internet :  
donner votre avis,  
vous inscrire pour recevoir notre lettre mensuelle d'information,  
consulter notre catalogue complet, la présentation des auteurs,  
la revue de presse, le programme des conférences  
et événements à venir ou encore feuilleter des extraits de livres :  
[www.editions-beatitudes.fr](http://www.editions-beatitudes.fr)