

Vivre en Couple : un chemin, un engagement.

Tobie 8,4 « Tobie sortit du lit et dit à Sarra : « Lève-toi, ma sœur. Prions, et demandons à notre Seigneur de nous combler de sa miséricorde et de son salut. »

Cantique 2,10-11 « Il parle, mon bien-aimé, il me dit : Lève-toi, mon amie, ma toute belle, et viens...**11** Vois, l'hiver s'en est allé, les pluies ont cessé, elles se sont enfuies. »

Introduction :

La plupart du temps, lorsque nous sommes devant un dilemme nous sommes assaillis de questions. Quel chemin faut-il prendre ? Quel comportement faut-il adopter ? Cette incertitude devient plus grave lorsqu'il s'agit de faire le choix du ou de la partenaire de notre vie. Comment et où le trouver ? Comment faire le bon choix ?

Mariés ou désireux d'avancer à deux, ce sont les mêmes problématiques auxquelles nous sommes aussi confrontés. Cela concerne tout le monde, ceux qui vivent en couple et d'autres qui souhaitent s'y engager. Cela nous concerne aussi à Efesia où nous participons à une vie communautaire pleine de valeurs et de références en rapport à l'acceptation de l'autre. Comment nous préparer à vivre en couple et en faire un engagement bénéfique ? Sans prétendre à répondre de manière singulière à cette question, la communauté souhaite aujourd'hui nous donner l'occasion de partager ce que nous vivons ou cherchons de vivre dans nos vies respectives, à des degrés différents et selon nos propres expériences et contextes. Bien que ces questions ne soient pas les plus récurrentes, elles ne représentent pas non plus les moins importantes dans la vie de la communauté. Nous sommes engagés dans l'écoute et le dialogue. Mais cela passe aussi par notre propre mode de vie au sein même de nos familles, nos quartiers, nos villages et nos villes. C'est aussi à travers nos choix de vie personnels que nous témoignons de la sincérité de notre engagement. La communauté n'exige pas de nous un effort extraordinaire d'exemplarité, mais que nos simples vies quotidiennes, nos petits gestes et la sincérité de nos actes contribuent à faciliter la transmission du message de paix que nous portons. Avant de dialoguer avec l'autre nous devons nous assurer que nous sommes bien préparées à la rencontre.

Revenons à notre thème d'aujourd'hui : « Vivre en couple un chemin, un engagement ». Nous sommes témoins d'une époque où l'idée du couple ne trouve pas toujours de cadre

qui permet à la fois à l'homme et à la femme de puiser des forces pour affranchir les difficultés. C'est encore plus complexe lorsque l'un ou l'autre ne trouve pas d'écoute. Il suffit aujourd'hui de faire un tour sur internet pour que nous nous rendions compte du désarroi de beaucoup de gens. A lire les réflexions sur ces réseaux sociaux on s'aperçoit que l'expérience de la vie en couple a été fâcheuse pour beaucoup qui ne s'en remettent très difficilement.

En Europe, nous constatons une difficulté face à l'engagement à vie. De nombreux couples se séparent, beaucoup vivent ensemble sans se marier et refusent le cadre institutionnel. En Afrique en plus d'une vie matérielle déjà très compliquée, beaucoup de familles se déchirent du fait de la polygamie imposée parfois par la tradition et acceptée par la loi dans certaines contrées. Nous ne jugeons pas. Mais nous devons avoir en tête le type de modèle de vie en couple auquel nous aspirons. Comment faire de la vie en couple un véritable engagement ?

L'écrivaine Florence Escaravage* se confiant sur la question, pense que le choix d'un partenaire n'est pas écrit d'avance mais est le fruit d'un véritable cheminement, d'échanges et de connexion. Ce qui exige de s'impliquer dans la recherche de cette connexion et non de rester dans une position d'observation. « Le bon partenaire » comme nous le souhaitons tous n'est plus le fruit d'une rencontre hasardeuse, mais d'un véritable cheminement. Sa pensée ne semble pas loin de ce que dit l'Eglise. Même si nous trouvons certains aspects trop doctrinaux, la notion de rencontre entre deux êtres dans l'enseignement de l'Eglise revêt toute la dimension de recherche mutuelle des deux. Pourtant très claire la célèbre formule biblique du livre de Genèse (Gn 2-24) : « l'homme quittera son père et sa mère, il s'attachera à sa femme et les deux deviendront une seule chair » peut parfois nous induire à considérer que la charge de la recherche de cette connexion incombe uniquement à l'homme et que le rôle de la femme reste passif ou vice-versa. Il n'en est rien. C'est un appel aux deux êtres. Ce qui se confirme dans le livre de Tobie (8-7).

Aujourd'hui, notre thème de réunion nous conduit à recueillir nos propres réactions de jeunes. Il nous permet d'approfondir et d'échanger en confiance nos expériences respectives. C'est l'occasion aussi de présenter au Seigneur ce qui nous tient plus à cœur pour qu'il nous donne son Esprit et nous conduise pas à pas.

* Florence Escaravage, auteure de « Trouver l'amour en 3 mois », aux Editions Marabout.

Objectifs de la rencontre :

- Écouter des témoignages de jeunes et offrir une occasion de partager dans la confiance
- Recevoir des repères qui peuvent aider à progresser.
- Avoir une occasion de réfléchir et de prendre du recul
- Se confier au Seigneur
- Recevoir l'invitation à l'une ou l'autre démarche pour avancer et traverser des difficultés dans la vie de couple .

Déroulé de la rencontre :

- Après un temps d'accueil du groupe, une offrande de la rencontre au Seigneur, la lecture de l'introduction est faite. (15mns)
- Il peut y avoir des réactions spontanées à cette lecture. (5mns)
- Puis chacun écoute en lui-même ce qu'éveille ce sujet (10mns environ) :

« Quelles sont mes aspirations pour une vie de couple, un engagement à deux ? Comment ai-je déjà avancé dans cet aspect de ma vie : ce qui me rend heureux, les difficultés que je rencontre ? Quels sont les éclairages ou l'aide que j'aimerais recevoir ? »
- On peut chacun à son tour partager dans un petit groupe à la suite de cette réflexion (20mns). On veille à ce que chacun puisse avoir un temps de parole.
- Les animateurs peuvent proposer d'écouter l'un ou l'autre des enseignements présentés en annexe. Les faire lire par des personnes différentes pour que cela soit plus vivant ou choisir quelques passages (20ms)
- Temps personnel de réflexion. (10mns) :

*« Qu'est ce qui me parle et m'éclaire dans ces réflexions ? Est-ce que j'y vois une direction pour avancer, dépasser un blocage ou une difficulté ?
Quels pas concrets pourraient m'aider ? Quelle demande je veux faire au Seigneur pour qu'Il me guide, me fortifie, me guérisse afin de mieux vivre ? »*

➤ Une prière collective sera en tous cas vécus : (20mns) :

- *Louange et ouverture au Seigneur, par des chants*
- Lecture d'un passage des Ecritures par exemple un de ces passages :

Livre de Tobie 8 (4-8) la prière de Tobie et de Sara

« Tobie sortit du lit et dit à Sarra : « Lève-toi, ma sœur. Prions, et demandons à notre Seigneur de nous combler de sa miséricorde et de son salut. »⁰⁵ Elle se leva, et ils se mirent à prier et à demander que leur soit accordé le salut. Tobie commença ainsi : « Béni sois-tu, Dieu de nos pères ; béni soit ton nom dans toutes les générations, à jamais. Que les cieux te bénissent et toute ta création, dans tous les siècles.⁰⁶ C'est toi qui as fait Adam ; tu lui as fait une aide et un appui : Ève, sa femme. Et de tous deux est né le genre humain. C'est toi qui as dit : "Il n'est pas bon que l'homme soit seul. Je vais lui faire une aide qui lui soit semblable."⁰⁷ Ce n'est donc pas pour une union illégitime que je prends ma sœur que voici, mais dans la vérité de la Loi. Daigne me faire miséricorde, ainsi qu'à elle, et nous mener ensemble à un âge avancé. »

⁰⁸ Puis ils dirent d'une seule voix : « Amen ! Amen ! »

Cantique des cantiques 2, 8-14 :

« La voix de mon bien-aimé ! C'est lui, il vient... Il bondit sur les montagnes, il court sur les collines, mon bien-aimé, pareil à la gazelle, au faon de la biche. Le voici, c'est lui qui se tient derrière notre mur : il regarde aux fenêtres, guette par le treillage. Il parle, mon bien-aimé, il me dit : Lève-toi, mon amie, ma toute belle, et viens... Vois, l'hiver s'en est allé, les pluies ont cessé, elles se sont enfuies. Sur la terre apparaissent les fleurs, le temps des chansons est venu et la voix de la tourterelle s'entend sur notre terre. Le figuier a formé ses premiers fruits, la vigne fleurie exhale sa bonne odeur. Lève-toi, mon amie, ma toute belle, et viens... Ma colombe, dans les fentes du rocher, dans les retraites escarpées, que je voie ton visage, que j'entende ta voix ! Ta voix est douce, et ton visage, charmant. »

Matthieu (19, 3-6) :

Des pharisiens s'approchèrent de lui pour le mettre à l'épreuve ; ils lui demandèrent : « Est-il permis à un homme de renvoyer sa femme pour n'importe quel motif ? » Il répondit : « N'avez-vous pas lu ceci ? Dès le commencement, le Créateur les fit homme et femme, et dit : À cause de cela, l'homme quittera son père et sa mère, il s'attachera à sa femme, et tous deux deviendront une seule chair. Ainsi, ils ne sont plus deux, mais une seule chair. Donc, ce que Dieu a uni, que l'homme ne le sépare pas ! »

- Silence pour écouter le Seigneur et accueillir les invitations qu'Il me fait ou les demandes de grâce qu'Il suscite en moi.
- Demande au Seigneur soit individuelle soit deux à deux ou en petits groupes
- Prière collective comme un Notre Père

En conclusion de la rencontre, l'animateur peut demander ce que les participants ont pensé de ce partage et ce qu'ils souhaitent pour une autre réunion sur ce thème.

En annexe pour les animateurs :

1 Ame sœur

L'âme sœur existe-t-elle vraiment ? On fait le point avec Florence Escaravage, auteur de Trouver l'amour en 3 mois, aux Editions Marabout.

Article écrit par Aude Tixeront dans « Femme Actuelle »

« On parlera plutôt de « complémentarité, au bon moment ». C'est-à-dire que deux personnes, compatibles, traversent l'une et l'autre une phase de leur vie, un moment précis, où elles sont dans une réceptivité, et où elles sont toutes les deux en mesure de faire raisonner la rencontre avec l'autre.

Certaines personnes attendent toute leur vie leur "âme sœur". Or, l'expression "*chaque pot a son couvercle*" n'est pas juste pour Florence Escaravage. La spécialiste du couple estime qu'il n'y a pas une seule et unique personne sur Terre qui pourrait nous convenir, et que tout est une question de disposition, de rencontre et de *timing*, et bien sûr, de compatibilité !

En effet, tout n'est pas écrit par avance : plus on va s'intéresser à une personne, à ce qu'elle est réellement et sincèrement, plus cette personne va devenir intéressante à nos yeux. Lorsque l'on "attend" la bonne personne, qui partagera notre vie et nous permettra de vivre une belle histoire d'amour, il ne faut pas adopter une position d'observation. Au contraire, il faut absolument s'impliquer, aller chercher cette connexion, cette rencontre de deux êtres. Mais alors, quels sont les signes qui montrent qu'il pourrait être "le bon" ?

S'ouvrir à son âme soeur

Vous êtes dans l'échange, et vous ressentez quelque chose lors des discussions avec l'autre. Et ce n'est pas forcément le cas dès le début d'ailleurs. En effet, l'être humain est complexe et intéressant, et il ne peut pas se révéler comme ça, d'un coup, à l'autre. Il faut "gratter" un peu pour qu'il se révèle, et dépasser les préjugés que l'on pourrait avoir.

Et surtout, il ne faut pas attendre que les choses se fassent toutes seules, il faut se connecter à deux, sur des choses vraies. Il faut pour cela, être disponible. C'est à ce moment-là, que l'on ressent, ou non, une émotion, quelque chose qui nous traverse, lorsque l'on questionne l'autre, qu'il s'ouvre à nous, et que l'on en fait autant. L'idée, c'est d'aller dans la rencontre, d'être dans une relation vraie, et de ressentir ce qui se passe. Là, si l'autre vous émeut, c'est bon signe.

La complémentarité au sein du couple

La qualité des échanges est primordiale dans une relation amoureuse. Pour qu'il y ait compatibilité, il faut qu'il y ait des choses sur lesquelles vous êtes complémentaires, et donc différents. Vous observez, comprenez, que l'autre a développé en lui des choses que vous n'avez pas forcément développées, et que vous auriez aimé explorer.

Prenons par exemple, le sentiment de liberté, que l'on a plus ou moins, en fonction de son parcours de vie, de son éducation, etc. Quelqu'un de très libre dans sa tête, va pouvoir ouvrir l'autre, le renvoyer à une liberté dont il ne jouit pas forcément. Et dans cette même relation, l'autre au contraire, qui lui est moins libre, va rassurer, cadrer et structurer l'autre. Chacun y trouve son compte, et c'est ce qui fait que vous êtes complémentaires.

On ne peut pas entretenir une bonne relation amoureuse sans avoir une altérité. Pour Florence Escaravage, l'un des principes fondateurs de l'amour, c'est la différence. C'est d'ailleurs ce qui

nous attire, et il ne faut pas en avoir peur, au contraire il faut en faire une force pour le couple en devenir !

(...)

L'autre respecte ma personne

... Et vice et versa. Aucun des deux n'a comme projet de changer l'autre. Il aime votre personnalité, et ne veut pas la changer, malgré vos défauts. Il n'essaye pas de vous dire ce qui est mieux pour vous, et vous laisse vous épanouir tel que vous êtes. Et vous êtes dans le même état d'esprit de votre côté. Vous êtes tous les deux, malgré votre altérité, dans le "Je te respecte, tu me respectes".

La notion de respect de l'individualité, de la singularité est primordiale dans un couple. Vous devez avoir le sentiment d'être comprise, vous devez sentir qu'il capte votre individualité.

Être sur le même pied d'égalité avec son partenaire

L'équilibre : c'est la base d'une relation qui fonctionne, et si cet équilibre n'existe pas au sein de votre couple, c'est probablement que vous n'avez pas encore trouvé la bonne personne.

Pour qu'une relation fonctionne, il faut être sur un même pied d'égalité, être capable de construire une relation saine. C'est-à-dire qu'aucun de vous deux ne doit mettre l'autre sur un piédestal. Malgré certains ascendants sur tel ou tel sujet, (qui font partie de vos différences, et qui vont justement nourrir le couple), il faut être considéré de la même manière. Ce qui n'empêche ni à l'un, ni à l'autre, d'oser revendiquer ses convictions, d'exprimer sa fierté, et d'affirmer ses projets. Des "âmes sœurs" ne sont pas dans le schéma "l'un admire l'autre, pendant l'autre brille", mais dans une relation équilibrée, avec des bases saines. »

2 Le père Hippolyte Agnigori est prêtre du diocèse d'Abidjan, curé de la paroisse Saint Jean de Cocody, spécialiste en histoire de l'Église et auteur de plusieurs ouvrages.

Périodiquement, La Croix Africa propose ses enseignements sur des thèmes d'actualité.

« Par son incarnation et sa résurrection, le Christ, tout en purifiant l'Église, la rend apte à être son épouse. Cette pureté venant du Christ fait de l'épouse un être uni de manière indéfectible à son époux (Christ) : aucune force ne peut séparer l'Église du Christ. Cette union, parce que mue par la pureté, devient modèle de l'amour des époux chrétiens. La communication dans le couple chrétien se réfère aux liens qui établissent les époux comme potentiels êtres sociaux. Pour une bonne communication, les époux doivent tenir compte de plusieurs facteurs.

I- Nos différences

Le premier aspect de la différence qui apparaît dans une relation conjugale exprime la diversité des genres : masculin et féminin. C'est dans cette conception des faits que l'Église catholique accepte de fonder la communication pour que les deux genres engagés dans un tel projet réalisent dès le départ que pour qu'il y ait pleinement vie et réalisation d'engagement mutuel, la communication devra s'imposer : puisque les deux genres ont pratiquement une certaine manière de s'exprimer naturellement.

Le fait d'être différents dans le genre crée nécessairement une élaboration de points de vue différents : les manières de percevoir les choses seront à ce niveau très différents. Le "oui" de l'amour doit faire prendre conscience aux époux que dès la base la différence fondera une communication qu'on devra accepter d'engager puisque nous sommes créés différents de manière morphologique.

- **Les différences liées à notre histoire, notre culture, notre éducation.**

Dans la communication entre les époux, la prise de conscience des différences due à l'histoire, à la culture et à l'éducation est un fait à ne pas négliger.

Ces différences sont essentielles à la communication car il ne peut y avoir de véritable communication sans altérité. Nous sommes appelés à ne faire qu'un avec l'autre qui est différent et complémentaire.

II- La pratique de la communication

Dans le mariage, la communication se conçoit comme une obligation naturelle qui permet aux deux conjoints de se sentir aimés et existants : elle est donc un élément essentiel pour l'épanouissement du lien matrimonial.

Les époux doivent faire l'effort de parler, d'exprimer ce qu'ils ressentent et pensent car c'est une exigence incontournable.

Écouter, c'est plus qu'une attitude physique qui est elle-même indispensable, c'est décider d'ouvrir son cœur et d'accueillir ce que l'autre a à nous dire, décider de recevoir et de donner, de connaître et se faire connaître **pour vivre en communion dans l'amour**. Lorsque des époux s'écoutent et se comprennent, ils

Les conditions de la communication

La communication dans le couple obéit à certaines conditions. On ne conçoit pas une communication sans, au préalable, avoir identifié les conditions dans lesquelles elle pourrait s'épanouir. Ainsi pour établir une base solide de communication entre les époux, quatre conditions (non-exhaustives) semblent nécessaires : le désir, le respect, la vérité, l'acceptation des désaccords.

La communication physique : la consommation du lien matrimonial.

La communication avec le physique est un élément essentiel de la communication dans le couple. Le physique est fait pour servir l'Amour. C'est le lieu du don et du don total.

La relation des époux dans la communication par le physique est donc un sujet important : ne pas en parler risquerait de faire sombrer le couple dans une satisfaction extérieure. C'est un sujet qui doit évacuer la gêne et la pudeur : en parler est nécessaire pour faire avancer le couple.

(...)

III- Le pardon

Dans la communication dans le couple, le pardon occupe une place importante. Le pardon dans le couple est une démarche difficile et toujours douloureuse car elle touche à ce qu'il y a de plus profond et de plus sensible au cœur de chacun. Pourtant c'est une démarche souvent indispensable lorsque l'on veut que son couple continue et que chacun puisse rester debout.

IV : La prière dans le couple

La prière conjugale est l'expression libre et volontaire du respect dû au Créateur. En reconnaissant leur limite de créatures devant Jésus, les époux témoignent de ce que leur vie appartient à Dieu.

En vivant la grâce d'une seule chair, ils découvrent ensemble combien Dieu est grand dans cette union qui dépasse leur entendement. Ce stade de la prière révèle la chrétienté du couple car il instaure une ère de dépendance au Créateur : dans le bonheur comme dans le

malheur, les conjoints se tournent vers Dieu pour lui présenter leur existence. Ce fait traduit la distinction entre les couples profanes et les couples chrétiens. »

Père Hippolyte AGNIGORI [\[1\]](#)

3 Les 3 étapes pour construire un couple en béton :

[Article de « Famille je t'aime »](#)

Construire sa vie de couple avec de bons matériaux est tout à fait essentiel !

J'entends souvent des jeunes couples dirent : " *C'est trop dur la vie à deux. J'en ai marre de voir qu'il ou qu'elle ne correspond pas à ce que j'avais espéré. J'ai envie de partir de retrouver ma liberté. Et puis, je crois que je ne l'aime plus* "

Ces gens-là ont oublié qu'il faut du temps, de la persévérance et beaucoup de travail pour construire un couple. Une vie à deux ne peut s'épanouir que dans la durée. C'est tout l'inverse de la génération Kleenex : je prends, je jette.

La parole de Dieu est là pour nous rappeler comment construire notre mariage.

Voici les recommandations qu'elle nous donne dans Genèse 2, 24 : "[L'homme quittera son père et sa mère, il s'attachera à sa femme et les deux deviendront une seule chair](#)".

Il y a un ordre à respecter dans ce que dit Dieu :

- Quitter père et mère, ou ses habitudes de célibataires
- S'attacher l'un à l'autre, en s'appliquant à découvrir ses points communs
- Devenir une seule chair

Quitter

Un couple marié depuis 7 ans avec 3 enfants me disait dernièrement : " *Nous habitons la même maison que nos parents : eux sont au 1er étage et nous au rez de chaussée. Ils ne respectent pas notre choix de vie, et nous trouvent trop rigides avec nos enfants. Ils interviennent dans leur éducation. Mon mari n'ose pas poser les limites à ses parents, et vous imaginez les conflits qui s'en suivent entre nous* ".

Ce couple a bien sûr négligé de mettre en pratique la première recommandation de Dieu : quitter père et mère .

Il y a parfois un avantage matériel à rester habiter chez les parents, mais quelles difficultés si l'on ne pose pas des limites claires.

Il est vrai que c'est plus facile de quitter l'autorité des parents quand on a mis une distance géographique entre eux et nous.

Toutefois, même dans la situation exposée ci-dessus, il est possible de vivre une vie de couple en autonomie en expliquant aux parents qu'ils doivent maintenant nous laisser vivre le style de vie que nous avons choisi, et qu'ils doivent rester à leur place c'est à dire derrière, comme soutien et non plus comme acteurs principaux.

Veiller à bien faire la différence dans nos cœurs entre honorer ses parents et continuer à leur obéir plus ou moins consciemment. Honorer et respecter nos parents est un

commandement auquel nous devons obéir jusqu'à la fin de nos jours.

Par contre, il est important qu'en tant que couple nous décidions de re-choisir nos propres valeurs, celles que nous voulons garder de l'éducation reçue de nos parents respectifs, et celles que nous allons laisser tomber

Un autre domaine à quitter : c'est notre vie de célibataire et nos habitudes de vivre en autonomie. Mon conjoint passe avant mes copains, ou mes copines. Je ne peux plus faire n'importe quoi, et c'est là que les difficultés peuvent commencer. I

Il faut pouvoir en parler ensemble et écouter ce que l'autre exprime, et décider d'y répondre.

S'attacher

L'attachement est un processus.

Ce n'est pas l'amour fou que l'on ressent au début de la relation amoureuse qui se concrétise par le mariage et le don sexuel. C'est une tout autre réalité, car il se construit tout au long de la vie.

En Hébreux il correspond à " s'appliquer, à tenir ferme, et à rester uni ".

En grec, il évoque l'image de deux feuilles de papier collées sur toute leur surface, et que l'on ne peut détacher sans qu'elles se déchirent. On ne peut s'empêcher de penser au déchirement du divorce.

L'attachement se transforme et grandit tout au long des différentes étapes de la vie : pendant la lune de miel, pendant l'organisation de la vie commune tout au long de la vie. Il se fait dans un fondu enchaîné au fur et à mesure que l'on se détache des parents.

C'est mon conjoint qui devient mon plus proche prochain, c'est avec lui que je veux bâtir ma vie de couple et de famille. Cela va donc nécessiter certains choix, qui vont m'amener à lâcher certaines attitudes, priorités ou relations pour en choisir d'autres qui permettront la consolidation de mes liens dans le couple.

S'attacher est un travail volontaire, celui de la construction de la vie de couple. Comme un enfant, le couple naît, se développe et mûrit, s'épanouit, mais il peut aussi régresser et s'il n'est pas soigné, il peut mourir. C'est donc un processus qui demande des soins constants.

La question à nous poser chacun personnellement est : comment gérons-nous les difficultés, les problèmes qui se posent à nous chaque jour, et qui peuvent nuire à la consolidation de notre couple ? Arrivons-nous à en parler calmement, avec maturité, réalisme, en ayant une bonne communication entre nous dans la vérité et l'amour ? Ou avons-nous tendance à nous décharger sur l'autre, en l'accusant ?

La problématique de la vie de couple réside dans notre façon de gérer nos conflits.

C'est un vrai apprentissage car toute relation peut être génératrice de conflit, tout simplement parce que nous sommes différents.

Il est donc utile de nous interroger sur notre manière de réagir, savoir reconnaître nos torts, apprendre à communiquer, à nous écouter et nous demander pardon quand cela est nécessaire.

Reconnaître nos responsabilités dans un conflit, et vivre le pardon réciproque est source de croissance et d'attachement pour le couple.

Devenir un

La vie de couple, prévue par Dieu, nous rappelle que la sexualité s'inscrit dans le projet de bonheur du créateur. Il l'a prévue pour notre joie, et non pas pour la souffrance et les abus.

La Bible développe une approche positive et non pas culpabilisante comme on l'a trop souvent entendu. Le Cantique des cantiques nous décrit le chant d'amour de la bien-aimée et de son bien-aimé. C'est sans doute un des plus beaux poèmes d'amour jamais écrit, et il se trouve dans la Bible.

Le livre de la Genèse nous rappelle une parole sortie de la bouche du Créateur : *" Il n'est pas bon que l'homme soit seul, je lui ferai une aide qui soit son vis à vis "* Genèse 2/ 18

Notre sexualité est donc un don de Dieu. C'est un puissant facteur d'unité dans le couple. Un moyen merveilleux pour la satisfaction de nos besoins les plus intimes.

J'aimerais rappeler ici que le moteur de notre sexualité, c'est notre unité affective. Le besoin d'être aimé est au cœur de tout être humain, et n'est jamais assouvi .

La relation amoureuse doit donc se concrétiser par de multiples signaux : dire " je t'aime " faire des compliments, exprimer sa reconnaissance, faire un cadeau, une surprise, donner de l'aide. Il ne s'agit pas seulement de " faire l'amour ", mais de donner de l'amour de multiples façons, afin de bien vivre le don de l'amour comme une joie, une fête, aussi avec mon corps.

Il convient de rappeler que vie sexuelle et vie spirituelle ont un lien étroit.

" Ne vous privez pas l'un de l'autre, si ce n'est d'un commun accord, pour un temps, et pour vaquer à la prière, puis retournez l'un vers l'autre. Il ne faut pas donner à Satan l'occasion de vous tenter " nous dit Paul en 1 Corinthiens 7/5.

Quelle sagesse dans cette parole ! Dieu reconnaît que nous avons des besoins sexuels et qu'il est normal de les exprimer et de les satisfaire dans le couple.

N'utilisons pas trop facilement le prétexte de la fatigue, pour nous refuser. Notre vie sexuelle est aussi importante que notre vie spirituelle, car elles sont source d'unité.

Pour conclure, j'aimerais rappeler cette parole de la *Genèse 1.27-28 " Dieu créa l'homme à son image, il le créa homme et femme...Et d'ajouter : Dieu vit tout ce qu'il avait créé, et voici, cela était très bon "*.

Ce que le Créateur a déclaré très bon, ne le méprisons pas mais vivons-le dans la joie et la reconnaissance, afin que Dieu soit glorifié dans tous les domaines de notre vie.

En partenariat avec www.famillejetaime.com