

1) Communication et altérité dans le couple

9h45-10h10 «Aimer quelqu'un, c'est lui révéler sa beauté.» Jean Vanier

Qu'est-ce qui vous émerveille le plus chez l'autre ?

Comment communiquez-vous : Qui parle le plus ? Qui écoute le plus ? Que veut dire parler ? Que veut dire écouter ?

Quelles sont les difficultés que vous rencontrez pour communiquer : Parlez-vous facilement de ce qui vous oppose ? Vous arrive-t-il d'être blessé par ce que dit l'autre ? Acceptez-vous de ne pas avoir toujours raison ? de ne pas forcément partager le même point de vue ? Doit-on tout se dire ?

1- D'abord chercher à comprendre avant de chercher à être compris

(S. Covey)

11- On ne peut pas se faire bien comprendre si on n'a pas d'abord pris le temps de réellement comprendre l'autre :

- ça suppose de **se taire** et d'écouter.

- Si je l'interromps trop vite en croyant avoir compris ce qu'il dit, je risque de déformer sa pensée parce que je reçois son propos avec le filtre de mes idées et de mon histoire personnelle.

- Or, je ne peux pas chausser les lunettes de ma propre autobiographie pour comprendre l'autre. On a en quelque sorte chacun notre propre « carte du monde », qui s'est faite à partir de toutes nos expériences de vie.



12- « D'abord chercher à comprendre » va me demander un effort pour **opérer un changement de point de vue** et me mettre mentalement dans l'état d'esprit de mon conjoint.

- J'essaye de me mettre vraiment à sa place (comme si je m'installais physiquement dans son cerveau ou son cœur).

- En opérant ce changement de point de vue, j'accueille l'autre dans son ressenti et j'admets mieux la légitimité de son point de vue, même si je suis en désaccord.

Le fait d'essayer de voir avec ses lunettes, ou avec sa carte du monde, ne signifie pas que j'adopte ses idées mais que je cherche à me mettre à sa place.

13- Je cherche à **accueillir le ressenti** de mon conjoint, y compris dans ce qu'il ne verbalise pas explicitement. Je mobilise ainsi les zones de « l'hémisphère droit » de mon cerveau (zones fortement activées par l'intuition, la sensibilité, qui perçoivent le non dit).

14- L'autre a besoin de se sentir entendu avant de pouvoir entendre à son tour. Mon écoute préalable est pour lui un « **oxygène psychologique** », indispensable pour lui permettre de s'ouvrir ensuite à ce que je vais dire.

En somme il y a deux temps de l'échange :

1- D'abord prendre le temps d'écouter sans interrompre ni juger a priori.

2- Puis oser dire ce que l'on pense et se montrer tel que l'on est (mon conjoint ne devine pas forcément ce que je pense ou ce que j'attends, il faut que je sache l'exprimer). L'objectif de ma parole est de progresser dans la compréhension réciproque avec mon conjoint, jamais de le blesser.

2- Parler « Les langages de l'amour » (Gary Chapman)

➤ Chapman identifie 5 principaux moyens de **communiquer son amour** à l'autre

- Les paroles valorisantes (je pense à dire ce que j'aime chez toi)



- Les moments de qualité (je prends du temps pour toi)
 - Les cadeaux
 - Les services rendus
 - Le toucher physique
- Les langages d'amour qui parlent le mieux à mon conjoint ne sont pas nécessairement les mêmes que ceux qui me parlent à moi.
- Par exemple, mon mari met toute son énergie à bien gagner sa vie et à bricoler dans la maison (« services rendus »), mais moi je trouve qu'il n'est pas assez disponible pour passer du temps ensemble (« moments de qualité ») ou qu'il ne me dit pas assez qu'il m'aime (« paroles valorisantes »).
 - Pour bien communiquer mon amour, je dois essayer de parler à mon conjoint avec les langages qui le touchent, même si ces langages me parlent moins à moi.
- Si mon conjoint a du mal à parler les langages qui me touchent, je peux lui dire délicatement ce qui me ferait plaisir.
- Mais si ça ne marche pas, plutôt que de ruminer ma déception, je peux travailler à deux attitudes positives à cultiver chez moi : patience et sens de l'humour.
- Il y a un **cercle vertueux** des langages de l'amour : Plus l'autre se sent aimé, plus il va être en capacité d'aimer à son tour ; plus je me sens aimé, plus je peux aimer...

3- Garder à l'esprit les différences homme/femme

Elles sont joliment illustrées dans la Bande-Dessinée « Les hommes viennent de Mars, les femmes de Vénus ». Hommes et femmes peuvent avoir des modes de communication « étrangers » l'un à l'autre. Il me faut donc patiemment et humblement chercher à décrypter la langue de mon conjoint pour un jour devenir bilingue. Des exemples :

- La caverne. L'homme « rentre dans sa caverne » pour y régler intérieurement ses problèmes de la journée écoulée et tout remettre en ordre dans sa tête. Sa femme ne comprend pas ce besoin de recroquevillement, et elle veut l'aider en lui parlant. Mais quand on le fait sortir prématurément de son antre, il en sort comme un dragon.
- L'oreille attentive. La femme exprime des états d'âme, parle de ce qui lui a pesé dans sa journée, etc. Elle veut surtout recevoir une écoute aimante, et pas être interrompue avec les solutions que son mari recherche fébrilement pour l'aider.
- L'élastique. L'homme parfois s'éloigne un peu, en souhaitant avoir des activités de son côté, voir des amis, sentir qu'il a une sphère d'autonomie. Plus sa femme le retient, plus il cherche sa liberté. Si en revanche elle le laisse prendre un peu de champ tout en restant positive et attentive à lui, il va revenir à elle comme s'il lui était lié par un élastique.

C'est bien sûr un peu schématique, car il n'y a pas de loi absolue chez l'être humain : contrairement à l'animal, les inclinaisons de notre nature sont retravaillées par notre psychisme, notre histoire, nos choix.

4- Rechercher des temps d'échange privilégiés

Prendre le temps d'échanges conjugaux privilégiés semble **moins une évidence au fil des années** :



- Après les premières années de découverte de l'autre, on risque de négliger de prendre vraiment le temps pour échanger sur nos sentiments profonds, nos joies, nos difficultés. Le faire suppose de la **volonté**, mais c'est un oxygène indispensable pour que la vie de couple soit vivante.
- Les temps du couple ne se résument pas aux temps familiaux avec les enfants, ou aux temps avec des amis. Le couple a un besoin vital de **temps pour lui seul**. Cela reste vrai à toutes les étapes de la vie, surtout quand on pense ne justement plus avoir de temps à consacrer à ces respirations à deux

(trop de travail, besoin de temps pour les enfants, pour les amis ou les loisirs...); et surtout quand on pense ne plus en avoir besoin (on se connaît par cœur, je sais déjà tout de mon conjoint).

➤ Un « **devoir de s’asseoir** » :

- On décide d’avoir 1 rendez-vous régulier (par exemple chaque mois, ou même chaque semaine) pour prendre le temps de parler de manière plus profonde de ce que nous vivons ensemble, de beau ou au contraire de difficile...
- Les échanges qui pourraient être tendus sont ainsi mieux maîtrisés parce qu’ils ne tombent pas à chaud, en sortant brutalement ou de façon blessante quand la coupe est pleine (que la cocotte explose).
- L’échange intervient à un moment qu’on a décidé, et où on fait le choix de chercher à accueillir le ressenti de l’autre même s’il me remet en question (pour les croyants, ce temps peut débuter en mettant l’échange sous le regard de Dieu en priant). On peut prévoir de le conclure de manière festive.

➤ L’étude Huston¹, conduite sur un panel de couples suivi sur une période de plusieurs années, pointe plusieurs **traits masculins** auxquels il faut porter attention :

- Au fil des années, les hommes sont de moins en moins enclins aux échanges avec leur conjointe et préfèrent avoir des activités avec elle.
- La perception que les hommes ont de la qualité de leur relation conjugale est généralement excessivement optimiste au regard des indications précises qu’ils donnent dans l’étude (d’où leur surprise quand après 15 ou 20 ans leur femme part en disant qu’elle ne se sent pas considérée, ou qu’elle sent qu’elle n’existe pas).
- Les réponses des hommes soulignent une aversion au conflit et une tendance à esquiver les difficultés (politique de l’autruche ou méthode Coué).

2) Le bonheur conjugal

10h10-10h35

Que voulez-vous construire à deux ? Où situez-vous vos priorités ? Où situez-vous vos sécurités : en Dieu, dans votre amour l’un pour l’autre, dans vos liens familiaux, dans vos amis, dans votre travail, dans votre autonomie financière ?

Faut-il garder des activités personnelles ? Un temps pour soi ? Un jardin secret ?

1. Vivre les différents stades de la vie de couple.

Ils s’entremêlent bien sûr dans les faits, mais distinguer ces trois stades apporte un éclairage sur l’évolution de la vie de couple :

11- Premier stade, **le stade fusionnel** : **1+1 = 1**. « J’idéalisais l’autre »

➤ Il est souvent de courte durée. Cette durée est semble-t-il aussi expliquée pour partie par des mécanismes hormonaux. Dans une durée comprise entre 18 mois et 3 ans, notre hypophyse produit, au contact d’un être aimé, une hormone (l’ocytocine) qui selon plusieurs études² provoquerait attachement et confiance. Elle est produite également en grande quantité chez la femme qui a accouché.

➤ Je crois que l’autre va **combler tous mes manques** et tous mes besoins. Le besoin de guérir les blessures de mon enfance ; le besoin d’être aimé et admiré ; le besoin de me sentir choyé ou protégé ; le besoin de porter un regard optimiste et dynamique sur la vie.

¹ Citée par Daniel Goleman dans « L’intelligence émotionnelle »

² Par exemple, Kosfeld M, Heinrichs M, Zak PJ, Fischbacher U, Fehr E, [Oxytocin increases trust in humans \[archive\]](#), Nature, 2005,435, 673-676

➤ Je suis **prêt à changer** certains traits de ma personnalité pour lui. Et les traits qui chez lui me dérangent je les accepte de bon cœur. Mais tout cela, pour le temps que durera le stade fusionnel...

Ce temps de fusion et les deux autres temps qui suivent peuvent être illustrés par l'image du téléphérique :

✓ Etape 1 : On monte vite (c'est la passion, l'émotion, la fusion). L'autre est enfin cette moitié qui **comble mon ego**.

✓ Etape 2 : Mais ensuite on re-dévale la pente (c'est l'étape de la désillusion, je ne suis finalement pas comblé par l'autre).

- L'**élan spontané de la fusion et des émotions** à fleur de peau n'existe qu'une fois, il n'y a qu'un seul ticket de téléphérique avec un partenaire donné (comme pour l'ocytocine)...

- Il faut donc ensuite remonter à pied pour construire une relation durable, ce qui demandera plus d'efforts. On peut se laisser décourager par la remontée à pied, et céder à la tentation de remonter en téléphérique avec quelqu'un d'autre, en croyant que cette fois-ci je serai vraiment comblé. Je reste au stade d'un amour adolescent ou narcissique.

✓ Etape 3 : On remonte à pied, et on peut envisager d'attaquer des sommets plus élevés (c'est l'étape de la relation qu'on a la volonté de développer).

- Pas à pas, nous avançons dans la construction de notre relation, par des choix libres et par notre volonté.

- L'amour solide n'est pas de l'ordre de la sensibilité ou de l'affectivité qui sont fugitives, mais il est **une relation choisie** qui se nourrit et se développe progressivement.

12- Second stade, **le stade du besoin d'indépendance : 1+1 = 2**. « Je cherche mon bonheur qui est distinct du bonheur de l'autre »

➤ Chacun de nous va pouvoir se montrer sous un jour plus vrai. Oser **être soi-même**, avec ses défauts, ses failles, sa difficulté à accepter les différences de l'autre.

Il y a une lutte qui s'installe en moi entre « être en relation » et « être soi-même ».

➤ Cette aspiration à être soi-même est normale et légitime.

- Je ne peux pas aimer l'autre si je ne m'aime pas moi-même.

- Ce n'est pas facile de **sortir de l'illusion** de la fusion pour construire une vraie relation d'adultes où je suis moi et où tu es toi.

- J'ai le droit d'être déçu, même si j'ai le devoir de ne pas en rester là : tu n'es pas la personne que j'ai idéalisée, je dois faire le deuil de la relation idéale que j'avais rêvée ; mais je peux regarder avec réalisme la personne que tu es, et tes qualités réelles.

➤ Puisque l'autre ne me comble pas, il est possible que j'aie chercher **mon bonheur dans d'autres champs** hors de mon champ conjugal : les amis, les loisirs, le travail, etc.

Il n'y a pas de ma part une volonté de s'éloigner, mais je désinvestis notre relation, je ne me mobilise plus pour elle.

➤ Mais le bonheur du couple ne peut pas être que l'addition de deux bonheurs individuels.

- ça réduirait le couple à une dimension utilitariste, où les deux époux s'instrumentalisent réciproquement : j'accepte de te donner si je reçois au moins autant en échange.

- L'autre est alors un moyen, pas une fin. Je regarde les choses de mon point de vue : cette relation doit être **au service de mon bonheur**. Je t'« aime » assez égoïstement.

- Or la satisfaction que m'apporte l'autre, si je vois la relation comme toute entière tournée vers moi, **s'émousse forcément** au fil du temps : parce qu'il ne m'apporte pas tout ce dont j'ai besoin ; parce qu'il devait combler mes manques et qu'il n'y arrive pas ; parce qu'il y a de moins en moins de nouveauté et que je m'ennuie.

13- Troisième stade, **le stade du don conjugal : 1+1 = 3**. « J'aime l'autre pour lui-même »

➤ Chacun des conjoints (ça fait 2) + le couple (ça fait 3).

- Ce 3^e, le couple, est notre identité commune, **notre être commun**.

Il y a une culture de couple, riche de notre créativité commune, de nos codes, de nos rites. J'ai déjà commencé à la construire avec mon conjoint dans les deux premiers stades.

- Mais à présent je dois aller plus loin qu'une relation où c'est moi qui attend de l'autre qu'il me donne, et je dois davantage regarder ce que je peux lui donner. Je veux passer d'un amour captatif « pour moi », à un **amour de don « pour toi »**. D'un amour adolescent à un amour adulte.

- La première chose que je peux lui donner, c'est d'accepter ce qu'il est. Il ne correspond pas à l'être rêvé qui peut combler mes manques, mais il est celui avec qui je veux grandir en me donnant à lui.

➤ **Le paradoxe du bonheur** est que quand on le recherche pour soi on ne le trouve pas, ou pas longtemps en tout cas.

- Quand, au contraire, je cherche le bonheur de l'autre, je trouve étonnamment aussi le mien par surcroît.

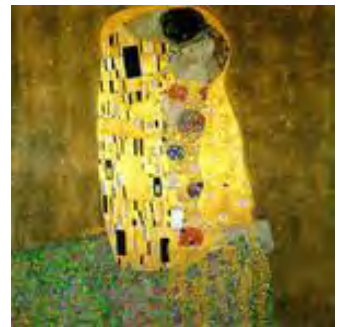
- Ce paradoxe souligne que le véritable bonheur passe par le don de soi : j'aime mon conjoint pour lui et pour son bonheur (et pas seulement pour moi), et je découvre que par surcroît c'est ce qui me rend heureux moi aussi.

➤ Pour décrire ce 3^e stade, la théologie chrétienne parle de **communion**.

- Il y a 18 siècles déjà, des Pères de l'Eglise, comme St Irénée, évêque de Lyon au II^e siècle, voyaient dans le couple une image ou une **icône du Dieu trinitaire** (le Père, le Fils, et l'Esprit Saint qui est le jaillissement d'amour qui procède de leur relation) : l'amour du couple reflète Dieu.

Notre vocation conjugale et notre bonheur sont dans ce mouvement d'échange à l'image des relations qui unissent le Père, le Fils et l'Esprit.

- Cette vision est cohérente avec le récit imagé de la Genèse, écrit 700 à 800 ans avant notre ère : « Dieu créa l'homme à son image, à l'image de Dieu il le créa, il les créa homme et femme » (Genèse 1,27).



2. Dépasser les étapes critiques successives

L'équilibre que trouve la relation de couple peut être affecté au fil du temps par des événements extérieurs ou intérieurs :

21. L'arrivée du 1er enfant.

- 90% des couples déclarent ressentir une dégradation de leur intimité dans les temps qui suivent la naissance du 1er enfant³.

- Cela s'explique par la fatigue et par une intimité charnelle à reconquérir.

- Mais aussi parce que le bébé peut combler la maman d'une manière nouvelle et qui laisse moins d'importance à la relation avec son mari.

22. La lassitude.

- L'autre n'étant pas la personne rêvée qui comble mes besoins, il y a un risque qu'au fil du temps nous tracions des routes parallèles qui ne se touchent plus : on se retrouve sur moins de choses, nos terrains communs sont plus rares. (mais le plaisir d'être ensemble se réapprend, justement en étant ensemble)

- L'autre devient comme ce vieux buffet à côté duquel on passe tous les jours et qui rend des services mais qu'on remarque de moins en moins.

23. Des événements extérieurs.

- Le chômage ou des difficultés professionnelles ; la maladie ; le départ des enfants ; une passe déprimée voire dépressive ; etc...

- Or c'est dans ces mauvaises passes où mon conjoint a le plus besoin d'être aimé qu'il est le moins « aimable ». J'ai plus de mal à le comprendre, il n'est plus celui que j'ai admiré et qui répond à mes attentes.

³ 2008- Université de Denver (en revanche ces couples vivent plus longtemps ensemble que les couples sans enfant)

=> Ces étapes difficiles peuvent être une chance quand le couple les surmonte, quand il « remonte la pente à pied », pour reprendre l'image du téléphérique, et qu'il peut alors poursuivre plus haut l'ascension conjugale.

3) Le 1^{er} pilier du mariage : La liberté... condition du don de soi !

(11h05-11h40) Juste avant l'échange des consentements, le prêtre demande aux futurs époux de se prononcer sur les **quatre piliers** du mariage chrétien.

- la liberté : « Est-ce librement et sans contrainte ? »
- l'indissolubilité : « Est-ce pour toute votre vie ? »
- la fidélité : « Vous vous promettez amour mutuel et respect. »
- l'accueil de la vie : « Etes-vous prêts à accueillir les enfants que Dieu vous donne ? »

Pourquoi avez-vous décidé de vous engager dans le mariage ?

Etes-vous influencés l'un par l'autre pour les décisions importantes ? Et pour votre mariage ?

Vos familles, vos amis ont-ils d'une manière ou d'une autre eu une influence sur votre décision ? Quel rôle jouent tous les liens qui se sont créés entre vous depuis que vous vous connaissez ?

1. Pourquoi la liberté ? C'est le 1^{er} pilier parce qu'il n'y a pas de don de soi sans liberté

L'importance qu'attache l'Eglise au pilier de la liberté est liée à **la nature du mariage : c'est un engagement à se donner totalement...** or, un engagement par définition doit être libre !

11- L'engagement à se donner totalement est constitutif du mariage, car le mariage est 1 communauté d'amour :

Pour se donner le plus totalement possible l'un à l'autre, il faut avoir la volonté de se donner sans se reprendre après ! (l'amour n'est pas un contrat, ni CDD ni CDI)

Pour que le don des époux l'un à l'autre soit au fil des années de plus en plus complet et gratuit, il faut que la perspective soit « pour toujours » : si l'on est dans l'état d'esprit qu'on peut se « reprendre » après s'être « donné », on ne peut pas arriver à se donner complètement.

12- Dans ce libre don de soi, le couple est à l'image de Dieu :

Par le libre don de l'amour humain on est image de l'amour divin.

➤ Pour l'Eglise, la personne qui aime « reflète » Dieu même si cette personne n'a pas la foi : « **Celui qui demeure dans l'amour demeure en Dieu, et Dieu en lui** » (1 Jean 4).

Donc, que je sois croyant ou non, je suis à l'image de Dieu quand j'aime autrui ... Or, de manière toute privilégiée, j'aime mon conjoint...

➤ **Cela explique que la foi ne soit pas une condition formelle de validité du mariage, et que la condition soit la volonté de se donner totalement (= les 4 piliers) :**

- ✓ La volonté d'aimer son conjoint (ce qui correspond aux 3 premiers piliers)
- ✓ La volonté de « donner la vie » avec lui (c'est le 4^e pilier)

Même si le sacrement ne prend bien sûr tout son sens qu'à la lumière de la foi.

2. Les pressions qui limitent la liberté :

21- Les pressions internes au couple :

- Des attaches relationnelles : mes parents l'ont adopté, notre cercle d'amis est devenu commun, etc.
- La volonté de ne pas abandonner l'autre même si on n'est pas convaincu de vouloir s'engager définitivement avec lui (mauvaise conscience).
- Mon manque de liberté par rapport à l'autre dont j'ai besoin pour qu'il pallie mes fragilités, qu'il soit ma « béquille affective ».

=> Le mariage est la décision propre des conjoints. L'Eglise les laisse libres de s'engager ou non. Cet engagement doit être pris en toute connaissance et compréhension de sa portée.

22- Les **pressions externes** sont plus rares :

- L'Eglise a défendu au long des siècles la liberté de consentement des époux, allant souvent sur ce point contre les normes sociales dominantes⁴.



- Elle a tenu cette position à contre-courant alors même qu'elle joue à partir du IV^e siècle le rôle de « ciment social » de l'Empire (en 313 l'Empire romain cesse de persécuter les chrétiens et accorde une place centrale à l'Eglise dans l'organisation de la société)...
- ...et alors même que sa place dans l'édifice social et institutionnel l'a conduit dans de nombreux autres domaines et à perdre une part de sa liberté (les évêques, surtout à partir du IX^e siècle, sont fréquemment désignés sur décision des souverains ou sous leur influence).
- Pour l'anecdote, on peut citer la figure de Saint Valentin qui au III^e siècle célébrait en secret des mariages de soldats romains en dépit de l'interdiction de l'Empereur Claude, qui pour cette raison l'a fait torturer et décapiter.

- Il peut y avoir « reconnaissance de nullité » du mariage lorsque la décision de l'un des deux conjoints n'est pas libre. Ça n'annule en rien la valeur et les fruits éventuels de ce qui a pu être vécu, mais cela signifie que les conditions d'un engagement indissoluble n'étaient pas réunies.

4) Le 2^e pilier du mariage : La fidélité... je me donne à toi tous les jours !

(11h40-12h15) *Qu'est-ce que la fidélité, quand commence l'infidélité ?*

1. La **tentation** de nouer une autre relation.

- Un élan pour une autre personne, qui pendant un temps va me submerger comme une vague. Quand la vague me submerge j'ai l'impression que rien ne peut lui résister, même si je tiens toujours à mon conjoint et à nos enfants.
- Cette vague submerge puis laisse un grand vide quand elle se retire, mais elle a abîmé ce qu'elle a abîmé.
- On parle souvent de la « crise du milieu de vie » ou du « démon de midi », où je peux être tenté de remettre en cause mes choix de vie fondamentaux, comme pour conjurer la perspective de la pente déclinante de ma vie.

2. Je prends le temps d'une réflexion sur les **attitudes de prudence** ou à l'inverse de naïveté, et sur la « juste distance/juste proximité » avec les autres (collègues ou amis de l'autre sexe) :

⁴ Refus de la polygamie, des relations avec les esclaves, promotion de la liberté des unions, de l'exclusivité sexuelle et de la chambre commune. A partir du Xe siècle, la ligne de l'Eglise est à nouveau battue en brèche et la polygamie s'ancre pour plusieurs siècles dans les sociétés européennes avec les invasions nordiques (vikings, etc). Le Concile de Trente (1545-1563) refuse de considérer comme nuls les mariages clandestins malgré la pression des grandes familles. Par l'ordonnance de Blois, en 1579, Henri III décide que les prêtres qui les célèbrent sans l'autorisation des parents doivent être condamnés pour « rapt de séduction ».

- Je peux être chaleureux et amical, sans pour autant devenir le confident, le collègue ou l'ami proche d'une personne qui à terme risque de susciter en moi un sentiment d'attirance. Est-ce que je suis déterminé à ne pas me mettre dans des situations qui peuvent fragiliser mes engagements ?
- L'infidélité peut être une infidélité de cœur. C'est « l'infidélité en tout bien tout honneur ». Je développe une relation de proximité amicale ou affective avec une personne que je vois seul, sans prendre conscience que ce type d'intimité relève de la sphère conjugale. Mon corps mais aussi mon cœur sont à toi.

3. Les pulsions, les tentations ne sont pas en soi des « péchés ».

- Le péché est un mal fait volontairement à autrui ou à soi-même, un acte contraire à l'amour d'autrui ou de soi-même. Or les tentations et les pulsions ne sont pas volontaires.
- Ce qui est de l'ordre du péché, ce sont les choix que je fais face à ces pulsions ou ces tentations : je travaille à faire grandir ma liberté face à elles ; je développe des attitudes de prudence ; je donne la priorité à tout ce qui nourrit mon couple ?



4. Si l'un de nous chute et blesse notre couple par une infidélité :

- C'est une épreuve dure et dangereuse pour la survie du couple, mais il est possible de la traverser, même si de telles blessures ne cicatrisent pas en quelques mois.
- Face à cette épreuve, il n'y a pas de honte à **se faire aider**. Par exemple par un conseiller conjugal (des coordonnées sont sur la plaquette). Il nous appuie pour exprimer la douleur, puis pour regarder le plus objectivement possible les fragilités de chacun de nous et de notre couple, et enfin pour envisager des voies pour reconstruire.

5) Le 3^e pilier du mariage : L'indissolubilité... je me donne à toi pour toujours !

*L'indissolubilité : quels moyens pensez-vous mettre en œuvre pour construire votre relation dans la durée ?
Comment réagissez-vous face au conflit ? Qu'est-ce que le pardon pour vous ?*

1. Etre lucide et apprendre à verbaliser.

11. Etre lucide sur les fragilités de notre amour.

Ça ne va pas de soi, comme le souligne le Père Jacques Marin, qui organise des « retraites de guérison intérieure » pour les couples :

- Au début de leur vie commune, les conjoints voient leur amour comme un grand mur porteur qui leur semble indestructible.
- Or, ce mur porteur est imperceptiblement touché par des micro-lézardes qui s'accumulent au fil du temps : les petites rancœurs du quotidien ; des attentions pour l'autre qui se raréfient ; une indifférence qui grandit avec moins de terrains communs. Ces micro-lézardes finissent par rendre le grand mur friable.
- On croit fréquemment que notre amour est différent de celui des autres, qu'il va de soi, qu'il durera toujours, et du coup on court le risque de négliger de l'entretenir...

12. Verbaliser les choses avec bienveillance :

- Je dois **prendre conscience** de mes déceptions, de mes attentes non comblées.
 - Il devait remplir tous mes manques et combler mes aspirations. Grâce à lui je pouvais être fort et optimiste face à la vie.
 - Or il est désespérément différent de mes rêves, il ne peut pas répondre à mes besoins, et il ne va pas changer pour se conformer à mes rêves.
- Puis, je cherche à verbaliser mes déceptions avec le plus de **délicatesse** possible pour mon conjoint.

- Cette délicatesse est capitale pour ne pas charger les épaules de mon conjoint d'un fardeau trop lourd ou blessant.
- Souvent les différences de l'autre m'amènent à être dans l'**accusation** ou la critique : je m'efforce d'être bienveillant et de l'accepter tel qu'il est.
- Mais je ne dois pas refouler ces déceptions, car « ce qui ne s'exprime pas s'imprime », et ressort tôt ou tard plus violemment (l'amertume ressortira d'autant plus violemment qu'elle a été enfouie longtemps).



2. Chercher à toujours progresser.

Je dois réaliser que la durée n'est pas quelque chose à vivre de manière statique, en serrant les dents comme dans une citadelle assiégée, mais qu'elle est au contraire **une dynamique** dans laquelle le couple peut grandir :

21. Avancer ensemble.

- Notre vécu à deux est plus riche et étoffé dans la durée, au travers de temps heureux et de temps d'épreuve, à condition d'avoir la volonté de les traverser ensemble.
- Dans les temps d'épreuve, la **patience** est une force à faire grandir (apprendre à « faire le dos rond »)
- Dans notre histoire qui avance, ma volonté de servir mon conjoint et son bonheur peut grandir, ou peut au contraire s'étioler. Ce sont nos choix quotidiens qui vont donner à notre vie conjugale sa dynamique de croissance ou au contraire d'étiollement progressif. Une idée pour **progresser** : la règle de vie⁵.
 - Je me donne chaque mois un objectif précis et atteignable, pour progresser dans ma relation avec mon conjoint ou mes enfants, et les rendre plus heureux.
 - Par exemple, je vais chercher à ne pas m'énerver dans tel type de situation ; ou bien je veux essayer de prendre un temps consacré entièrement à mon conjoint pour lui faire plaisir ; ou je vais lui rendre tel service auquel il est sensible, etc...
 - Si je n'y arrive pas, je peux reprendre la même règle de vie le mois suivant. La règle de vie se veut surtout un encouragement à persévérer sans se décourager.

22. Apprendre à « prendre le bon pli » de la bienveillance pour mon conjoint.

- Cela ne vient pas d'un coup de baguette magique. Je dois y appliquer ma volonté, avec persévérance au fil du temps (à l'image d'un sportif qui ne devient pas fort juste parce qu'il l'a décidé une fois pour toutes).
- Cette persévérance, c'est une liberté que je conquière progressivement par rapport à mes limites, et c'est un acte d'amour pour mon conjoint.

3. Mieux se connaître soi-même pour mieux aimer l'autre.

31. J'apprends à connaître mes **limites** physiques et psychiques (stress, fatigue,...).

- J'observe dans quels types de situation je peux me mettre en colère, ou bien être désagréable, etc.
- Petit à petit, j'apprends à être vigilant dans ces situations... à me ménager, à me reposer... ou à exprimer à mon conjoint que je me sens fragile et que j'ai besoin de sa compréhension, de son aide.

32. Je cherche à mieux comprendre mes **blessures enfouies**, héritées de mon histoire.

- J'ai un travail d'introspection à mener pour identifier et **nommer ces blessures** : peur d'être délaissé ou peu considéré ; impératif de réussir dans la vie ou de se montrer fort ; angoisse d'être privé de liberté ou d'indépendance ; etc.
- En me comprenant mieux, je suis moins enclin à **accuser l'autre de mon mal-être**. Et je suis moins enclin à rejouer contre lui des scénarios de mon enfance qui lui échappent : l'accuser de me délaissé ;

⁵ C'est l'expression retenue par les Equipes Notre Dame (mouvement de couples qui se rencontrent pour progresser dans leur amour et dans leur foi)

ou l'accuser de me priver de ma liberté ; ou démontrer quoi qu'il en coûte que je peux réussir professionnellement ; ou ne jamais reconnaître mes faiblesses et erreurs, etc.

4. En toute chose garder à l'esprit ses finalités.

Cet état d'esprit à développer est bien formulé dans la seconde des « 7 habitudes » proposées par l'auteur de référence en management Stephen Covey : « **En toute chose garder à l'esprit ses finalités** ».

Pour mieux situer nos finalités, Covey suggère un exercice mental :

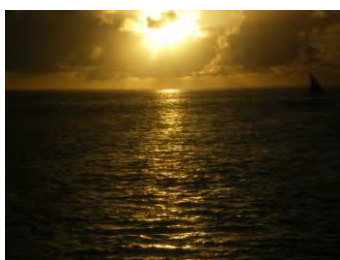
➤ Visualiser un enterrement qui a lieu dans 3 ans.

- Dans l'assistance, le conjoint, les enfants, la famille élargie, les amis, les collègues... tous parlent du défunt, de ce qu'il laisse comme souvenirs, comme marque, et des valeurs que sa vie a transmises.
- Je remonte lentement l'allée de l'église, et je m'arrête devant le visage du défunt : c'est moi-même qui suis dans le cercueil !

➤ Cet exercice de projection mentale peut m'amener à me poser des questions :

- Qu'est-ce que je veux laisser de moi, quelle marque j'ai apportée dans la vie de ceux qui comptent pour moi ?
- Quelle est la valeur de cette promotion pour laquelle je bataille ? De ces petits conflits et médisances qui mobilisent mon énergie ? Ou de ces hobbies auxquels je consacre beaucoup de temps ?
- Quelle place j'ai laissée à l'amour de mon conjoint, de nos enfants ?

A chacun de répondre. On peut le faire seul puis en couple.



- Cet exercice de discernement de mes priorités peut m'aider à ne pas seulement « naviguer à vue », ballotté au fil de l'eau... mais à savoir où je veux aller avec ma famille et à **tenir le cap de nos priorités**.

- Ça peut être aussi l'occasion de prendre un temps d'**émerveillement** devant la joie d'être ensemble, en prenant conscience que cette joie peut prendre fin à tout instant.

- Prendre conscience de ma finitude m'aide à « habiter l'instant » dans sa plénitude. C'est d'ailleurs une recherche commune aux traditions mystiques des grandes religions (les religions monothéistes tout comme les sagesses orientales, quand bien même leur vision de Dieu et de l'homme sont fondamentalement différentes).

5. Se faire épauler par Dieu

➤ La prière est une **source de forces** et de régénération pour soi et pour son couple :

- C'est un temps où je parle à Dieu, où je lui ouvre mon cœur. Je peux lui dire mes joies et mes espoirs, ou aussi lui déposer le fardeau de mes peurs, déceptions ...
- Comme pour toute relation, la prière gagne en profondeur en prenant du temps ensemble (plus je prie, plus je sens que Dieu est proche).
- Nous pouvons aussi prier à deux. La prière à deux fonde notre unité en Dieu, qui est le roc le plus solide qui puisse exister. Au départ, la prière du couple peut être très simple, par exemple se tenir la main et dire ensemble un Notre Père le soir en se couchant.

➤ Je peux aussi goûter la force du sacrement de **réconciliation** auprès d'un prêtre :

- Dieu nous a déjà pardonné toutes nos fautes et il nous tend les bras, comme le père aimant dans la parabole du Fils prodigue racontée par Jésus. Mais il faut être deux pour se réconcilier. Je dois moi aussi tendre les bras pour qu'il y ait une étreinte !
 - Cette démarche demande du courage et de l'humilité.
 - Dans cette étreinte avec Dieu, on peut vivre d'étonnantes guérisons de nos blessures intérieures. Ce sacrement m'aide à **dépasser certaines de mes limites** que je croyais insurmontables.
- Par rapport à mon couple : je tends les bras à Dieu en reconnaissant que j'ai blessé mon conjoint et que j'ai besoin d'être guéri pour pouvoir mieux l'aimer, pour pouvoir refaire Alliance avec lui. Je trouve aussi dans ce sacrement la force de demander pardon à mon conjoint pour les blessures que je lui ai faites.
- J'arrive à me pardonner à moi-même, et je peux aussi mieux pardonner mon conjoint pour tout ce qui m'a blessé.



Sexualité et régulation des naissances : qu'est-ce que dit l'Eglise ?

Voici ce que dit l'Eglise d'abord sur la sexualité puis sur la régulation des naissances, plus récemment en particulier dans des enseignements de Jean-Paul II (notamment « Homme et femme il les créa ») et de Benoît XVI (notamment encyclique « Dieu est amour ») :

La sexualité humaine a deux finalités intimement liées :

- **Une finalité « unitive »** : C'est le don amoureux des corps de l'homme et la femme qui ont soif de faire un.
- **Une finalité « procréative »** : C'est le don de la vie qui fait naître de nouveaux humains.

Cette double-finalité de la sexualité est proprement humaine :

- Chez les autres mammifères que l'homme, la sexualité est sauf exception⁶ exclusivement procréative : l'accouplement n'a lieu que durant les phases de fertilité.
- A l'inverse, la sexualité humaine répond aussi à une soif d'union recherchée pour elle-même.

1. La finalité unitive de la sexualité : vivre l'Eros et l'Agapè

Cette finalité unitive de la sexualité est la sexualité-langage d'amour qui unit les époux. Elle est animée par une double-dynamique, décrite par deux mots grecs :

- L'Eros, qui est l'amour de désir et d'élan physique vers l'autre
- L'Agapè, qui est l'amour gratuit et désintéressé, de don de soi à l'autre parce que je veux son bonheur

11- L'Eros et l'Agapè des conjoints sont intimement liés

Pour l'Eglise, la sexualité atteint sa plénitude et son sens quand elle unit Eros et Agapè.

D'ailleurs, l'un fait grandir l'autre, et réciproquement :

➤ **Eros fait grandir Agapè** (dans l'Eros je vis l'Agapè)

✓ Agapè **s'incarne** dans Eros :

« Eros est cette force qui ne permet pas à l'amant de demeurer en lui-même, mais le pousse à s'unir à l'aimé » Message de Benoît XVI pour le Carême 2007, citant Denys l'Aréopagite, un des Pères de l'Eglise du Ve siècle :

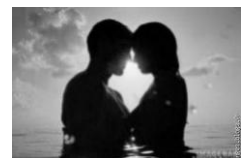
- L'union des corps est un **lieu de communion**, où nous nous offrons l'un à l'autre, et où nous nous abandonnons l'un à l'autre.

- L'union charnelle est un **langage d'amour** intense, qui renforce notre unité.

C'est l'acte par lequel se manifeste au plus haut point la **donation totale** et réciproque des époux : corps et cœur.

✓ Cette communication privilégiée est d'autant plus forte qu'elle est **fréquente**, comme d'ailleurs pour tout type de communication :

- Or on constate que ce langage d'amour a tendance à perdre beaucoup en fréquence chez de nombreux couples au fil du temps.



⁶ Quelques rares espèces de primates comme les bonobos peuvent s'accoupler hors de la période fertile

- Après la naissance du premier enfant où la femme pour des raisons physiologiques et hormonales en a moins le désir. Le couple doit alors veiller à relancer la dynamique de son Eros.
- Si le couple soigne son Eros, il soigne sa relation amoureuse dans sa globalité. C'est d'ailleurs quand la communication charnelle s'appauvrit, voire s'étiole, qu'on peut être tenté de retrouver un échange riche avec quelqu'un d'autre.

➤ **Agapè fait grandir Eros**

- ✓ Eros va grandir grâce à Agapè.

- Si au fil du temps mon amour pour mon conjoint est de plus en plus gratuit, ma relation charnelle avec lui va alors gagner en **désir de le combler**. Je vais prendre en compte ses attentes (même quand il a du mal à les exprimer), et son rythme (avant, pendant, après).

- On donne souvent pour illustrer le désir masculin l'image du chalumeau qui démarre et s'arrête instantanément ... et celle du four pour le désir féminin qui chauffe progressivement mais puissamment et durablement.



- ✓ Notre Agapè et notre Eros sont en complète **résonance**.

- Plus notre relation dans toute sa globalité est riche et généreuse, plus notre relation charnelle qui en fait partie intégrante est épanouie.

- C'est lorsque nous sommes le plus complices et attentionnés que nous allons vivre aussi les plus belles unions charnelles.

12. Pas de sacrement sans Eros + Agapè :

Un mariage n'est valide dans le droit de l'Eglise que s'il est suivi d'une union sexuelle. A défaut, il peut y avoir « reconnaissance de nullité » du mariage. Pourquoi ?

➤ **Eros fait partie du « signe » du sacrement :**

- ✓ Les 7 sacrements sont réalisés par un signe sensible qui mystérieusement nous unit à Dieu. Ce signe trouve son origine dans les paroles ou les actes de Jésus. Par exemple, dans le sacrement de l'eucharistie, le prêtre redit les paroles de Jésus « Ceci est mon corps » en bénissant le pain.
- ✓ Pour le sacrement du mariage, le signe est réalisé en deux temps : **la promesse de se donner** exprimée pendant la cérémonie (« Je te reçois comme épouse et je me donne à toi pour nous aimer fidèlement tout au long de notre vie ») + **sa concrétisation dans l'union charnelle** (parce que nous sommes des êtres de chair)⁷.

➤ **Ce signe apparaît déjà dans les paroles de Jésus :**

- ✓ Questionné sur le droit pour l'homme de répudier sa femme, Jésus répond de manière déconcertante en assimilant l'union charnelle et l'action de Dieu : « L'homme quittera son père et sa mère, **il s'attachera à sa femme, et tous deux ils ne feront plus qu'une seule chair**. Ainsi ils ne sont plus deux mais une seule chair, que l'homme ne sépare pas ce que **Dieu a uni** » (Evangile selon Matthieu chap 19.)
- ✓ Cette assimilation entre l'action des conjoints (« s'attacher et faire une seule chair ») et l'action de Dieu (« Dieu a uni ») est paradoxale.
Pour la comprendre il faut réaliser que **Dieu « consacre » notre libre choix de nous unir : il scelle notre Oui (promesse et union charnelle) par son Oui (le sacrement)**. Il épouse notre

⁷ Pour reprendre les mots mêmes de Jean-Paul II : « Les paroles mêmes 'Je te prends pour mon épouse-pour mon époux' (...) ne peuvent s'accomplir que dans l'acte conjugal ». La « parole sacramentelle n'est en soi que le signe de la réalisation du mariage (...) en l'absence de cette consommation le mariage n'est pas encore constitué dans sa pleine réalité ». « Le langage du corps devient le langage des ministres du sacrement ». « Le langage du corps en tant que continuité ininterrompue de la langue liturgique ».

couple (c'est aussi pour ça que le sacrement vaut jusqu'à la mort, parce que Dieu épouse jusqu'au bout).

➤ **Par ce signe les époux sont eux-mêmes les ministres du sacrement :**

- ✓ **Les époux se donnent totalement l'un à l'autre en Eros et en Agapè et Dieu « consacre » ce don total** (« sacrement »). L'Eglise dit que les époux « **se donnent le sacrement de mariage** », dont le prêtre est le témoin. C'est le seul des 7 sacrements dont le ministre est ceux qui le reçoivent et pas un prêtre, un diacre ou un évêque.
- ✓ **Les 4 piliers du mariage résument cette volonté de don total** : On peut dire que la finalité unitive du mariage s'appuie sur le don total des trois premiers piliers (je veux un don libre, fidèle, indissoluble), et la finalité procréative sur le don total du 4^e (un don ouvert à la vie). « Je veux » ce don total des 4 piliers quand je me marie, ce qui est différent de ce qui adviendra dans la vie que je ne maîtrise pas.

13- L'amour des époux reflète l'amour de Dieu qui lui aussi est à la fois « Eros » et « Agapè »

Dans l'encyclique « Dieu est amour » et dans différents messages, Benoît XVI reprend une tradition de l'Eglise des premiers siècles et souligne que **l'amour des époux reflète l'amour de Dieu qui lui aussi est à la fois « Eros » et « Agapè »** (l'homme est à l'image de Dieu).

« **L'éros fait partie du cœur même de Dieu** »⁸ et se manifeste doublement dans un seul élan :

- L'incarnation est un élan de Dieu pour l'homme.

C'est ce qu'il y a de plus fondamental dans la foi chrétienne, Dieu se fait homme par l'incarnation de son fils : en Jésus il s'unit physiquement aux hommes en partageant notre chair humaine.

- L'Eucharistie prolonge aujourd'hui cet élan d'éros de l'incarnation.

- ✓ Jésus, la veille de sa mort, se donne mystérieusement à manger et à boire en consacrant le pain et le vin, « prenez et mangez-en tous, ceci est mon corps livré pour vous ». Et il nous dit « qui mange ma chair et boit mon sang demeure en moi, et moi en lui ». J'ingère le pain et il devient moi-même : Jésus s'offre à nous, pour nous unir à lui. **Il manifeste son Eros pour moi chaque fois qu'une messe est célébrée quelque part dans le monde.**



- ✓ Benoît XVI rappelle au sujet de l'adoration eucharistique que « Le mot latin pour adoration est *adoratio* - contact bouche à bouche, baiser »⁹. Comme un époux, Dieu veut être en communion avec nous.

- L'Eros de Dieu pour l'homme est en même temps totalement Agapè.

- ✓ Le don de l'incarnation tout comme le don de la communion eucharistique sont purement gratuits¹⁰. En effet Dieu s'offre gratuitement aux hommes par pur amour de don pour qu'ils communient à la joie divine : « Dieu s'est fait homme pour que l'homme devienne Dieu » dit St Irénée en l'an 180, dans une phrase qui résume toute la foi chrétienne.

⁸ Message de Benoît XVI pour le Carême 2007 : « L'amour dont Dieu nous entoure est certainement agapè... Mais l'amour de Dieu est aussi éros... l'éros fait partie du cœur même de Dieu : le Tout-puissant attend le « oui » de ses créatures comme un jeune époux celui de son épouse ».

⁹ JMJ 2005.

¹⁰ « On pourrait précisément dire que la révélation de l'éros de Dieu envers l'homme est, en réalité, l'expression suprême de son agapè. En vérité, seul l'amour dans lequel s'unissent le don désintéressé de soi et le désir passionné de réciprocité, donne une ivresse qui rend légers les sacrifices les plus lourds. » Message Carême 2007 Benoît XVI

- ✓ On pourrait le reformuler : Dieu s'est fait homme (Eros de l'incarnation et de l'eucharistie qui nous unissent à lui)... pour que l'homme devienne Dieu (Agapè de Dieu qui veut nous sauver et que nous ressuscitions à la suite de son Fils).

2. La finalité procréative de la sexualité : le couple donne la vie

21- La volonté de donner la vie avec celui que j'aime est une condition de validité du mariage.

➤ Le mariage, dans ses 4 piliers, se fonde sur la volonté de se donner totalement à celui qu'on aime. Le 4^e pilier du mariage, c'est que **le don total à mon conjoint va jusqu'à vouloir donner la vie avec lui**. Je ne peux pas dire « je me donne totalement à toi, mais pas au point de vouloir donner la vie avec toi ». Le couple humain, dont la vocation est l'amour et le don de soi, ne peut pas vouloir rester replié sur lui-même.

C'est la volonté de donner la vie à deux qui marque ce don total, pas la capacité biologique à donner la vie : de nombreux couples font face à l'épreuve de la stérilité ou de l'hypo-fécondité. Ils peuvent vivre d'autres fécondités, dans l'accueil et leur rayonnement de couple pour les autres, dans des engagements au service d'autrui.

- Les époux font aussi, pour reprendre les mots de Jésus, « **une seule chair** » au travers de cette **vie nouvelle**, qui n'est ni seulement moi ni seulement toi, mais qui nous dépasse.
- Homme et femme sont à **l'image de Dieu** en donnant la vie : Dieu, qui crée le monde par amour, donne à l'homme et à la femme d'être à son image (là encore), et de participer à la Création en procréant par leur amour charnel.

22- L'Eglise appelle à une « paternité-maternité responsable » : il n'y a aucune norme de format familial

L'Eglise appelle les couples à une « paternité-maternité responsable » : cela signifie que chaque couple apprécie « généreusement » et « en conscience » sa capacité à accueillir des enfants :

- Chaque couple apprécie « **généreusement** » :

- ✓ Parce que chaque enfant est un trésor et est source de joie.
- ✓ Et qu'une famille qui grandit démultiplie l'amour donné et reçu.



- Chaque couple apprécie « **en conscience** » :

✓ L'Eglise ne donne aucun standard de taille de famille à atteindre. Pourquoi ? Parce qu'il s'agit d'une question de conscience, que chaque couple applique à sa situation particulière en regardant le bien des enfants. Vatican II¹¹ : « **ils prendront en considération à la fois leur bien et celui des enfants déjà nés ou à naître** ».

✓ Le couple réfléchit au fil du temps à sa capacité à donner à ses enfants ce dont ils ont besoin, au plan de leur équilibre personnel et affectif. On bâtit sa famille en fonction de ce qu'on est capable de faire, avec **nos limites** physiques, psychologiques, etc. Et c'est à chaque couple d'y réfléchir.

✓ Pour autant, le couple ne doit pas s'enfermer dans un **schéma arithmétique** et figé : les couples qui ont une naissance inattendue la perçoivent en général, avec le recul des années, comme un merveilleux cadeau.

¹¹ Vatican II (Constitution Gaudium et Spes, 50) « ils se formeront un jugement droit : ils prendront en considération à la fois leur bien et celui des enfants déjà nés ou à naître ; ils discerneront les conditions aussi bien matérielles que spirituelles de leur époque et de leur situation »

3. La régulation des naissances

L'Eglise appelle le couple à ne pas mettre de barrière artificielle entre les deux finalités de sa sexualité : entre le don amoureux des corps et le don de la vie.

➤ La régulation des naissances est légitime à ses yeux, mais sans qu'elle passe par des **barrières artificielles**, qu'elles soient physiques ou chimiques.

➤ L'enseignement de l'Eglise sur la régulation des naissances n'est pas du même ordre que les commandements moraux qui visent à défendre les **droits d'autrui**, ou les droits de l'homme : « Tu ne tueras pas », « Tu ne voleras pas », « Tu ne commettras pas d'adultère », « Tu ne porteras pas de faux témoignage », ... En effet, seuls les conjoints sont ici concernés d'un commun accord, et aucune tierce personne n'est susceptible d'être lésée.

➤ L'Eglise se situe donc ici exclusivement sur le terrain du **bien du couple**.

31- Comment ? 'Pas de barrière artificielle entre don des corps et don de la vie' signifie une régulation naturelle des naissances.

Ce sont les méthodes qui s'inscrivent en harmonie avec le cycle naturel de fécondité de la femme.

➤ Les plus courantes aujourd'hui sont les **méthodes « d'auto-observation »** (qui ont remplacé des méthodes plus anciennes comme celle dite du calendrier ou celle des températures) :

✓ La prise de température est réalisée au minimum pendant quelques mois pour mieux connaître son cycle de fécondité.

Puis, à chaque cycle, on observe sa glaire au début et à la fin de sa période féconde pour être sûre de bien l'identifier.

✓ Lorsque la glaire est filante et transparente comme du blanc d'œuf, qu'on ressent une sensation humide, que le col est dilaté ... le corps est fertile.

A l'inverse il n'est pas fertile quand la glaire est opaque, élastique et cassante, avec une sensation sèche.

➤ Les méthodes naturelles **sont-elles fiables ?**

✓ Le document de référence de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) « Recommandations pratiques relatives à l'utilisation de méthodes contraceptives » est téléchargeable sur le site de l'OMS.

L'OMS indique, pour chaque méthode, le pourcentage de grossesses non désirées sur la 1ère année d'utilisation (étude réalisée sur la population des Etats-Unis).

✓ Elle distingue le résultat en cas « d'usage parfait » (« **systematique et correct** ») et le résultat en cas « d'usage typique » (c'est-à-dire statistiquement observé sur des échantillons qui ont une pratique approximative de la méthode) :

- Méthodes naturelles d'auto-observation :

Usage parfait = **1 à 3%** d'échecs selon la méthode retenue. Usage typique = 25% d'échecs.

- Pilule oestroprogestative :

Usage parfait = **0,3%** d'échecs. Usage typique = 8% d'échecs.

- Préservatif masculin :

Usage parfait = **2%** d'échecs. Usage typique = 15% d'échecs.

➤ Ces chiffres illustrent l'importance de bien maîtriser la méthode que l'on choisit pour qu'elle soit fiable. Pour les méthodes naturelles d'auto-observation, il existe dans la plupart des grandes villes des présentations Power Point, organisées chez des couples sur une soirée ou une journée. On peut se renseigner par exemple sur www.cler.net ou sur www.methode-billings.com

➤ Les périodes infécondes étant celles où la femme n'ovule pas, ne sont-elles pas de ce fait moins propices au plaisir ?

C'est juste. C'est aussi la situation permanente de toutes les femmes sous pilules oestroprogestatives puisque l'œstrogène et la progestérone qu'elles contiennent bloquent l'ovulation.

Mais que ce soit pour la pilule ou pour les méthodes naturelles, c'est toujours la qualité de l'intimité et les dispositions psychologiques vis-à-vis de l'autre qui jouent le plus dans le désir et le plaisir.



32- Pourquoi ? L'Eglise voit dans la régulation naturelle des naissances une source de biens pour le couple

Le Concile Vatican II¹², plusieurs encycliques et des textes de Jean-Paul II¹³ développent les fruits des méthodes naturelles :

➤ **Une écologie des corps**, par l'harmonie avec le cycle de la femme sans intervention extérieure (pas de produit chimique, pas de barrière physique entre les corps).

➤ **Des temps de patience** (dans la période féconde) puis des temps de retrouvailles.

✓ Les temps de patience :

- Ils sont aussi un lieu d'apprentissage d'une **délicatesse nouvelle dans le rapport au corps de mon conjoint** que je ne m'approprie pas, et d'une liberté nouvelle dans le rapport à mon propre corps.

- Ils poussent le couple à **enrichir sa communication non charnelle** et à **découvrir d'autres formes de tendresse**.

- Ils sont un temps d'**effort à deux qui renforce la complicité** au sein du couple.

✓ Les temps de retrouvailles :

- Ils sont des unions particulièrement riches et intenses. **L'élan d'Eros pour mon conjoint** est renforcé.

- Les couples qui recourent aux méthodes naturelles témoignent en général que leur désir d'union charnelle reste élevé même avec le temps qui passe.

¹² Vatican II (Constitution Gaudium et Spes 50), encyclique Humanae Vitae, Catéchisme de l'Eglise Catholique (« Les méthodes de régulation des naissances fondées sur l'auto observation et le recours aux périodes infécondes respectent le corps des époux, encouragent la tendresse entre eux et favorisent l'éducation d'une liberté authentique »).

¹³ Homme et femme Il les créa » Recueil d'enseignements de Jean-Paul II donnés entre 1979 et 1984.

➤ **Une maîtrise à deux** de la régulation des naissances, dans la mesure où ces méthodes supposent un engagement des deux conjoints. Elles sont donc pleinement l'affaire de la femme et de l'homme, et pas juste de l'un des 2 selon la technique retenue¹⁴.

33- Au plan éthique, l'Eglise fait une distinction majeure entre les méthodes de régulation des naissances contraceptives et les méthodes contragestives (ou abortives)

La parole de l'Eglise en faveur des méthodes de régulation naturelle des naissances est donnée aux conjoints pour leur bien propre et en vue de leur plein épanouissement humain. Il en va autrement des méthodes contragestives.

331 – Les méthodes contragestives sont aux yeux de l'Eglise une question qui relève des droits de l'homme

Il ne faut pas confondre méthodes contraceptives et méthodes contragestives :

- La contraception empêche la conception, elle ne met donc pas en jeu les droits de qui que ce soit d'autre que les conjoints eux-mêmes (spermatozoïdes et ovules ne grandissent pas chacun dans leur coin).
- La contragestion en revanche intervient après la conception, en supprimant l'être qui vient d'être conçu, par des moyens qui empêchent la nidation de l'ovule fécondé comme les stérilets au cuivre (contrairement aux stérilets à la progestérone qui sont uniquement contraceptifs), ou des abortifs chimiques.



Pourquoi parler de droits de l'homme pour un simple œuf fécondé ?

L'Eglise ne se situe pas ici au plan théologique mais se fonde sur une réflexion éthique :

➤ Dès sa conception l'être (qu'on l'appelle humain ou pas) a un **patrimoine génétique unique au monde** : il n'a jamais existé avant dans l'histoire de l'humanité, il n'existera plus jamais après. D'où l'unicité et l'infinie dignité de chacun.

➤ **Chacun de nous est passé par ce premier stade** fragile d'œuf fécondé puis d'embryon :

- ✓ Je n'existerais pas aujourd'hui si l'œuf fécondé que j'ai été n'avait pas survécu.
- ✓ Un autre enfant qui serait né juste après aurait été mon frère ou ma sœur, mais ce n'aurait pas été moi. Ma femme ne m'aurait pas connu, mes enfants n'existeraient pas, ...¹⁵

¹⁴ La question est souvent posée : Que dit l'Eglise sur le préservatif ? La légende veut que Jean-Paul II aurait condamné à maintes reprises le préservatif : en fait il n'existe pas de prise de position de ce type de sa part.

➤ Le message qu'elle veut absolument transmettre est celui de la fidélité.

- A ce jour, la position officielle de l'Eglise catholique sur le préservatif est celle qui a été rédigée en 1989 par la Congrégation pour la doctrine de la foi, sous l'égide du cardinal Ratzinger devenu depuis Benoît XVI : « La question centrale est celle de la fidélité. Le préservatif est pour l'Eglise une question secondaire qui relève du cas par cas ».

- L'union charnelle est un **don total de mon corps** à l'autre, ce don n'a de sens que s'il est partie intégrante du don total de toute ma personne dans l'engagement du mariage et la fidélité.

- Dans la fidélité le couple cultive non seulement sa santé de corps mais plus encore de cœur.

➤ Le recours au préservatif est regardé comme un moindre mal.

En 2010, dans le livre d'entretiens Lumière du monde, Benoît XVI précise « dans l'intention de réduire le risque de contamination, l'utilisation d'un préservatif peut cependant constituer un premier pas sur le chemin d'une sexualité vécue autrement, une sexualité plus humaine ».

¹⁵ Si l'on ne considère pas que l'être est humain à partir de sa conception, on sera en difficulté pour trouver une autre frontière rationnelle pour basculer du statut de « amas de cellules » au statut d'humain :

➤ Pour le chercheur qui a cloné la brebis Dolly, Ian Wilmut, c'est lorsque les terminaisons nerveuses du cerveau sont formées que l'être devient humain (18 semaines). Le néocortex est effectivement le lieu du for interne et des actes libres ou moraux. La limite de cette approche est que ce n'est que beaucoup plus tard que ces capacités cérébrales proprement humaines seront effectivement utilisées. Elles existent en puissance, mais après tout elles sont aussi en puissance dans l'œuf fécondé une seconde après la conception.

➤ Lors des débats sur les lois de bioéthique, plusieurs parlementaires ont défendu le critère du « désir d'enfant » du couple, comme seul à même de conférer à l'embryon sa nature humaine et le droit à être protégé par la loi. La difficulté posée par ce critère est que l'humanité n'est plus propre à l'être lui-même, mais dépend du désir subjectif d'autrui. Et pourquoi ce critère ne serait-il valable que jusqu'à x semaines, voire jusqu'à l'accouchement, mais pas après ?

332- L'Eglise juge les actes et ne juge pas les personnes

➤ L'Eglise condamne tout **acte** qui nuit à autrui, et tout particulièrement les actes qui ôtent le droit fondamental dont tous les autres dépendent, qui est celui de vivre.

➤ Elle se refuse en revanche à juger les **personnes**, conformément au commandement des Evangiles :

« Ne jugez pas et vous ne serez pas jugés » Luc 6,37. « Le Fils de l'homme est venu non pour juger mais pour que le monde soit sauvé » Jean 3,17.

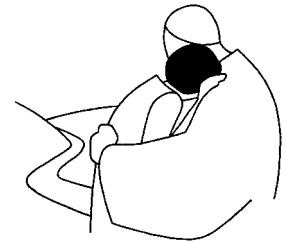


➤ Elle veut au contraire tous nous **libérer du poids de la faute et de la culpabilité** qui nous éloigne de Dieu :

- Comme dans la parabole du fils prodigue, le Père nous tend les bras, et il faut juste que l'homme les tende lui aussi pour qu'il y ait étreinte et pardon. Le fils prodigue retourne vers la maison parce qu'il reconnaît qu'il a mal agi, et le Père « se jette à son cou » et le « couvre de baisers » nous dit Jésus.

- C'est le sens du sacrement de réconciliation : Je reconnais que j'ai réalisé des actes contraires à l'amour, et je reçois mystérieusement le pardon du Père et la grâce du sacrement qui me guérit intérieurement.

- La théologie de l'Eglise ne se fonde pas sur la condamnation mais sur le pardon de Dieu qui veut retrouver tous ses enfants.



Pour conclure sur la sexualité et la régulation des naissances :

- L'Eglise s'adresse uniquement aux consciences, et chacun décide de ses choix en conscience.
- Si l'on parcourt le Catéchisme de l'Eglise Catholique, on voit que la barre est placée haut dans tous les champs de la vie humaine : solidarité et partage, justice, humilité, exigence de vérité et de sincérité, etc.

L'Eglise ne cherche pas à plaire mais à proposer à chacun des buts élevés dans la vie.

Et tant mieux : si elle nous appelait seulement à ce qu'on fait déjà, quelle dynamique apporterait-elle ?

- Elle le fait d'autant plus librement que les deux derniers siècles l'ont éloignée du pouvoir temporel : L'Eglise n'est plus un lieu attrayant pour ceux qui ont soif de pouvoir...contrairement à certains siècles antérieurs où elle était le principal ciment de la société, et où elle a dans certains cas attiré en son sein certains hommes davantage assoiffés de pouvoir que de foi.

Aujourd'hui, elle parle librement et sans peur de déplaire : qu'on soit d'accord ou non, il faut la voir comme une chance pour tous dans les débats de société.

6) Le 4^e pilier du mariage : Union charnelle et fécondité... être ouvert à la vie !

(15H10-16H) En complément de l'échange en grand groupe :

Quelles sont les conditions d'une sexualité épanouissante ? Peut-on parler facilement de ce sujet en couple ?

Quelle discussion et quel partage avez-vous ensemble sur ce sujet ?

Souhaitez-vous des enfants ? Y a-t-il un meilleur moment pour avoir un enfant ? Régulation des naissances, désir d'enfant, paternité et maternité responsables... parlez-vous de ces sujets ensemble régulièrement ?

De quelles réussites rêvez-vous pour vos enfants ? « Pour grandir », de quoi vos enfants auront-ils le plus besoin ?

A garder à l'esprit, dans la déclaration d'intention des conjoints, ils prennent un engagement pour la transmission de la foi aux enfants :

- On n'attend pas qu'un enfant prenne de l'âge pour qu'il décide s'il s'intéressera aux savoirs, aux arts, aux règles de la vie en commun : les parents lui transmettent dès son enfance ce qu'ils ont de meilleur, et l'enfant fera ses choix dans tout ça en grandissant.

- Pour la foi, le baptême, l'éveil à son intériorité... c'est la même chose. Là aussi nous lui transmettons ce que nous avons de meilleur, à lui de poser plus tard ses actes de liberté.

7) Le sacrement de mariage... s'unir en Dieu

(16h-16h30)

Le mariage est un engagement face à Dieu : qui est Dieu pour vous ?

1- « Dieu est amour »

11. C'est par amour que Dieu crée l'univers¹⁶ et qu'il nous crée aujourd'hui.

Dieu ne s'est pas contenté de créer le monde il y a 13,7 milliards d'années. Il continue de le créer à chaque instant qui passe :

Nous pouvons observer les « causes secondes » (les lois de l'univers, de la physique, de la liberté de chaque homme...), mais la « **cause première** » invisible, celle qui porte les causes secondes, c'est son amour.

12. C'est par amour pour nous que le Fils de Dieu s'est fait homme : Il s'unit à notre humanité pour nous unir à Dieu.

➤ Il est venu partager totalement notre humanité : ce qu'il y a de plus beau dans l'expérience humaine mais aussi ce qu'il y a de plus dramatique, la souffrance et la mort¹⁷.

➤ En étant vainqueur de la mort (ressuscité), c'est à tous les hommes qu'il ouvre la voie de la Résurrection.

En résumé de la foi chrétienne : « Dieu s'est fait homme pour que l'homme devienne Dieu » selon l'expression des Pères de l'Eglise depuis Saint Irénée (en 180, évêque de Lyon).



➤ Cette offrande du Christ et son lien avec notre salut restent de l'ordre du mystère. Cela dépasse les explications qu'on peut en donner, et en tout cas les capacités de notre imagination (ce qui n'est pas illogique quand on pense que même des réalités naturelles, comme l'infiniment grand ou l'infiniment petit, dépassent déjà notre imagination).

13. C'est par amour que les disciples du Christ ont osé affronter la mort (suivis par les chrétiens des trois premiers siècles) pour annoncer la nouvelle qui a changé leur vie : « Jésus est ressuscité, nous en sommes témoins ».

➤ La sincérité de leur témoignage peut difficilement être remise en cause, car personne ne donne sa vie pour quelque chose qu'il ne croit pas vrai.

➤ Mais la sincérité n'implique pas qu'on dit la vérité et qu'on ne se trompe pas. Des kamikazes par exemple sont sincères, pour autant ils sont dans l'erreur.

¹⁶ « L'idée que l'ordre et la précision de l'univers dans ses aspects innombrables seraient le résultat d'un hasard aveugle est aussi peu crédible que si après l'explosion d'une imprimerie tous les caractères retombaient par terre dans l'ordre d'un dictionnaire » Albert Einstein. A titre d'illustration : le réglage incroyablement fin de la « densité critique » de l'univers : Si la gravitation l'emportait sur l'expansion, alors l'univers, plus dense, se serait effondré sur lui-même. A l'inverse, dans un univers moins dense, les galaxies n'auraient pas pu se former. Ce réglage est d'une précision estimée de 10 puissance -60 (60 chiffres après la virgule) – Notre existence a-t-elle un sens, Jean Staune.

¹⁷ Le Christ n'a pas recherché cette souffrance : « Mon Père, s'il est possible, que cette coupe passe loin de moi ! » Matthieu 26. Mais tout ce qu'il a vécu il l'a supporté avec amour. Dieu n'a pas non plus inspiré le mal aux bourreaux de son Fils : chaque homme est libre et responsable de ses actes bons ou mauvais. En fait, du *mal terrible* qu'est objectivement la passion Dieu a tiré *un bien plus grand encore* que ce mal : la résurrection de Jésus pour que les hommes ressuscitent à sa suite. C'est la victoire de l'amour sur la mort. La mort n'a pas pu retenir en son pouvoir le fils de Dieu.

S'agissant du témoignage sur la résurrection de Jésus donné par les apôtres, chacun en son âme et conscience peut se forger sa conviction en lisant les évangiles : les apôtres sont-ils des déséquilibrés, des victimes d'une vaste hallucination collective, ou l'ont-ils vraiment vu ressuscité ?

Parmi les éléments qui plaident en faveur de la bonne santé mentale des apôtres, on peut souligner :



- La sobriété des évangiles, dont les récits sont dépouillés et jamais grandiloquents (contrairement à ceux des évangiles « apocryphes »).
- L'humilité des apôtres qui ne cherchent pas à se donner le beau rôle dans ce qu'ils rapportent et n'hésitent pas à décrire leurs incompréhensions, leurs disputes, leurs lâchetés.
- La sagesse qui caractérise les enseignements évangéliques, qui ont d'ailleurs profondément inspiré notre éthique contemporaine des droits de l'homme.

Le mariage est un sacrement : qu'est-ce que cela signifie pour vous ?

2- S'unir en Dieu

En complément de son caractère humain (au plan naturel), abordé dans le second carrefour du matin, le mariage chrétien a un caractère sacramentel (au plan surnaturel) :

21- Qu'est-ce qu'un sacrement ?

211- Un sacrement c'est...

➤ Le mot sacrement vient du latin « sacer », qui veut dire « sacré », dédié à Dieu.¹⁸ Le sacré est donc ce qui est pour Dieu, **ce qui est lié à Dieu**.

➤ Dans la foi de l'Eglise, un sacrement, c'est :



- **Un signe sensible** (une parole, un geste, avec du pain et du vin, de l'huile, de l'eau...),
- **Réalisé initialement par Jésus**, et accompli aujourd'hui par l'Eglise (en général par un prêtre),
- **Pour nous unir à lui**. On dit qu'il nous donne la grâce de Dieu, c'est-à-dire l'amour gratuit de Dieu qui nous unit à lui (Le mot « grâce », issu du latin gratia, désigne un don gratuit).

⇒ Pour le dire autrement, au travers de ce signe, réalisé par Jésus le Fils de Dieu, c'est Dieu qui se donne à nous pour nous unir à lui.

Ce don est gratuit parce qu'il nous aime et veut notre bonheur.

➤ Prenons l'exemple du sacrement de l'Eucharistie. Lorsque Jésus bénit le pain en disant « ceci est mon corps », il s'offre mystérieusement à manger pour s'unir ainsi à nous.

Il fait donc corps avec moi. Il me donne, au travers du signe de ce pain que mon corps métabolise, la grâce d'être uni au Père. En communiant au corps de Jésus, je suis en communion avec le Père.

Ainsi le **Christ s'unit à nous pour nous unir à son Père**, c'est le grand mystère de notre salut.

Les 7 sacrements vont réaliser ce mystère chacun à sa manière : **ils prolongent et actualisent pour nous le mystère de l'Incarnation** et de la résurrection de Jésus.

212- Quels sont les effets des sacrements ?

¹⁸ Sacer signifie « délimité, réservé ou rendu inviolable » : le « sacré » est donc ce qui est pour Dieu, lié à Dieu.

Les sacrements en nous unissant à Dieu produisent deux types de fruits : D'abord dès aujourd'hui dans notre temps. Puis après la mort, au-delà de notre temps, dans la vie éternelle.

❖ Aujourd'hui : en m'unissant au Christ et au Père, les sacrements me donnent la grâce de partager leur vie divine, et de recevoir l'Esprit Saint d'amour et de joie qui les unit.

❖ Après la mort : l'union au Fils de Dieu et au Père me donnera de partager leur vie divine. Une vie d'amour, de paix et de joie qui dépasse les facultés de notre imagination.

213- Pourquoi 7 sacrements et pas 3 ou 10 ?

La liste des 7 sacrements n'a pas été établie d'emblée et elle s'est précisée progressivement :

❖ Certains signes sacramentaux ont été compris depuis l'origine du christianisme comme des sources de la grâce divine. C'est le cas de l'Eucharistie.¹⁹



❖ Le mariage, à l'inverse, a mis davantage de temps à être discerné comme un sacrement (en 1215 au IV^e concile du Latran). Pourquoi ? Le signe du sacrement de mariage est le don l'un à l'autre, que s'expriment les époux devant Dieu lors du mariage (« Je te reçois comme épouse et je me donne à toi ») et dans sa concrétisation charnelle. Or ce signe n'apparaît pas en tant que tel dans le Nouveau Testament.

Cela étant, c'est bien Jésus qui a lui-même fondé ce mystère en affirmant : « Ainsi ils ne sont plus deux mais une seule chair, ce que Dieu a uni, que l'homme ne le sépare pas » (Matthieu 19).



❖ A certaines époques, on a inclus sous le mot sacrement toute une série de gestes de la vie chrétienne tels que des bénédictions, des prières, etc. Le Concile de Trente, au milieu du 16^e siècle, a clarifié les choses en établissant la liste précise des 7 sacrements,

1. Le baptême (le grec Baptizein veut dire « plonger »). Il nous immerge dans la mort et la résurrection du Christ, c'est la signification de l'eau baptismale.

Etre « baptisé » (terme utilisé par Jésus dans l'Évangile) nous unit ainsi au Christ, et donc à sa vie d'amour avec son Père, dans l'Esprit Saint²⁰.



2. L'Eucharistie

3. La Confirmation, sacrement qui nous confirme dans l'Esprit Saint, au travers du signe de l'onction du saint chrême, cette huile bénie par l'évêque qui imprègne le corps du Confirmé.



4. La Réconciliation. Comme dans la parabole du fils prodigue, l'homme retourne vers son Père en reconnaissant qu'il a mal agi, et le Père « se jette à son cou » et le « couvre de baisers » nous dit Jésus (Lc15).



5. Le mariage

6. Le sacrement de l'ordre, par lequel le diacre, le prêtre ou l'évêque sont configurés au Christ, et deviennent figure du Christ, tout entier donnés au peuple de Dieu.



7. Le sacrement des malades. Au travers du signe de l'onction d'huile, bénie par l'évêque durant la semaine sainte, il communique au malade une grâce de force pour affronter son épreuve.



¹⁹ ainsi que la 1^{ère} lettre de St Paul aux Corinthiens permet de le constater : « La coupe de bénédiction que nous bénissons, n'est-elle pas communion au sang du Christ ? Le pain que nous rompons, n'est-il pas communion au corps du Christ ? » (1 Co 10, 16).

²⁰ C'est pourquoi le prêtre baptise « au nom du Père, du Fils et du Saint Esprit » (il reprend les mots de Jésus après sa résurrection : « Allez, de toutes les nations faites des disciples, baptisez-les au nom du Père, du Fils et de l'Esprit Saint » Mt 28, 19).

214- Qui donne le sacrement ?

➤ Pour la plupart des sacrements, les signes réalisés initialement par Jésus sont aujourd'hui accomplis par un prêtre.

Le prêtre est configuré au Christ par son ordination. Il va être, pour ses frères les hommes, « figure du Christ ». Et il va accomplir pour eux les signes sacramentels par lesquels le Christ va se donner aux hommes et les unir à Dieu.

➤ Mais pourquoi n'importe quel chrétien, père ou mère de famille par exemple, ne pourrait-il pas recevoir le sacrement de l'ordination et donner ainsi les sacrements à ses frères ?

Pour l'Eglise il est essentiel que celui qui reçoit l'ordination soit « configuré » à Jésus y compris de manière concrète :

- C'est un homme. Il est identifié à Jésus jusque dans sa corporéité masculine, et pas de manière éthérée.

- Lorsqu'il consacre le pain en disant « ceci est mon corps », il est pour ses frères une figure du Christ jusque dans son corps d'homme (même s'il reste lui-même fragile et pêcheur).

- Il se consacre entièrement au service de ses frères, au travers de son célibat²¹ et d'un renoncement à la richesse matérielle.



22- Pourquoi la grâce de Dieu aurait besoin de ces signes pour nous être donnée ?

221- On pourrait bien sûr dire que Dieu n'a pas besoin de signes pour être présent dans la vie d'un homme.

Dans la foi chrétienne, Dieu est présent en tout homme qui réalise des actes bons, des actes d'amour, que cet homme soit croyant ou non : « Celui qui demeure dans l'amour demeure en Dieu, et Dieu en lui » (1 Jean 4). En ce sens il est vrai que Dieu n'a pas besoin de signes pour être présent dans le cœur de l'homme.

222- Pourtant, le dessein d'amour de Dieu sur l'homme passe mystérieusement par des signes sensibles.

❖ Toute la vie du Christ est marquée par des signes sensibles : il impose les mains, il utilise de la boue ou de la salive pour guérir, il mange avec ceux qu'il rencontre, il lave les pieds de ses disciples, il fractionne le pain, etc. ...

❖ Comme on l'a vu, dans l'encyclique « Dieu est amour », Benoît XVI insiste sur l'Eros de Dieu pour l'homme, et nous fait comprendre que le corps (le « sensible ») est une dimension centrale du dessein d'amour du Père pour nous : l'Eros de Dieu pour les hommes se concrétise par l'Incarnation et l'Eucharistie.

⇒ **Le fondement même de la révélation chrétienne est l'incarnation du Fils de Dieu : les sacrements sont en profonde cohérence avec ce socle charnel et sensible. Les sacrements prolongent l'incarnation.**

La volonté de Dieu de se donner aux hommes est ainsi toute entière marquée par le corps qui est une réalité sensible.

Au travers des signes sensibles et tangibles des sacrements, Dieu se donne à nous de manière mystérieuse et invisible mais réelle.



²¹ Le célibat n'est pas une règle absolue dans l'Eglise catholique. Les maronites ou les grecs-catholiques par exemple ordonnent des hommes mariés.

Mais il est la règle retenue dans la plupart des Eglises catholiques, car le célibat du pasteur, tout entier donné à ses frères, est vu comme un « surcroît de réalité » dans la configuration du prêtre à la personne du Christ.



23- Le sacrement de mariage :

Avec l'échange des consentements, il y a une unité nouvelle créée entre les conjoints : une unité fondée sur Dieu lui-même puisque dans le sacrement il s'unit à notre couple.

Quand Jésus dit : « ainsi ils ne sont plus deux mais une seule chair, que l'homme ne sépare pas ce que Dieu a uni » : « Ce que Dieu a uni » signifie qu'en consacrant notre choix libre de nous donner totalement l'un à l'autre, Dieu épouse notre couple. Il aime infiniment notre couple.

Jean-Paul II souligne que **l'homme et la femme paraissent dans le monde visible comme la plus haute expression du don divin**. Leur amour constitue le signe qui transmet efficacement, dans le monde visible, le mystère invisible de l'amour de Dieu. En ce sens, le sacrement du mariage est le **sacrement primordial**, ou originaire : « Tous les sacrements de la Nouvelle Alliance trouvent en un certain sens leur prototype dans le mariage en tant que sacrement primordial » écrit-il.

24- Nos dispositions intérieures :



- L'effet du sacrement dépend des dispositions intérieures de celui qui reçoit ce sacrement... de la même façon qu'une vitre laissera plus ou moins passer la lumière selon son état de propreté. Donc, plus la personne qui reçoit le sacrement est **transparente** à l'amour de Dieu, plus la grâce du sacrement pourra la traverser.

- On peut aussi donner l'image du **réceptacle intérieur** que nous offrons à la grâce de Dieu : si nous lui offrons un dès à coudre, Dieu le remplira, et si nous lui offrons une citerne ou un océan, il les remplira aussi.

- Cela illustre simplement notre liberté par rapport à Dieu. Il ne s'impose pas à nous, et notre couple est libre de lui faire une grande ou une petite place, de laisser ou non sa grâce nous pénétrer progressivement.