



**Avec toi, j'écoute la Parole de Dieu** Rm 12, 9-13

*Que votre amour soit sans hypocrisie. Fuyez le mal avec horreur, attachez-vous au bien. Soyez unis les uns aux autres par l'affection fraternelle, rivalisez de respect les uns pour les autres.*

*Ne ralentissez pas votre élan, restez dans la ferveur de l'Esprit, servez le Seigneur, ayez la joie de l'espérance, tenez bon dans l'épreuve, soyez assidus à la prière.*

*Partagez avec les fidèles qui sont dans le besoin, pratiquez l'hospitalité avec empressement.*

Prendre le temps de lire le texte puis de partager l'expression qui nous marque le plus chacun.

**Y a-t-il un texte, une prière, un chant... qui nous porte et nous habite particulièrement ?**

En ce cas, prenons-le ensemble.

Si nous sommes mariés, relisons un texte de la célébration de notre mariage.

Prendre un temps de silence et remercier.

**Donnons-nous rendez-vous**

N'hésitons pas à ouvrir dès à présent nos agendas et à nous réserver notre prochain moment à deux.

Si vous souhaitez réagir, faire part de vos remarques :  
[pastoralesdesfamilles@diocese-alsace.fr](mailto:pastoralesdesfamilles@diocese-alsace.fr)



Pastorale des familles - Alsace

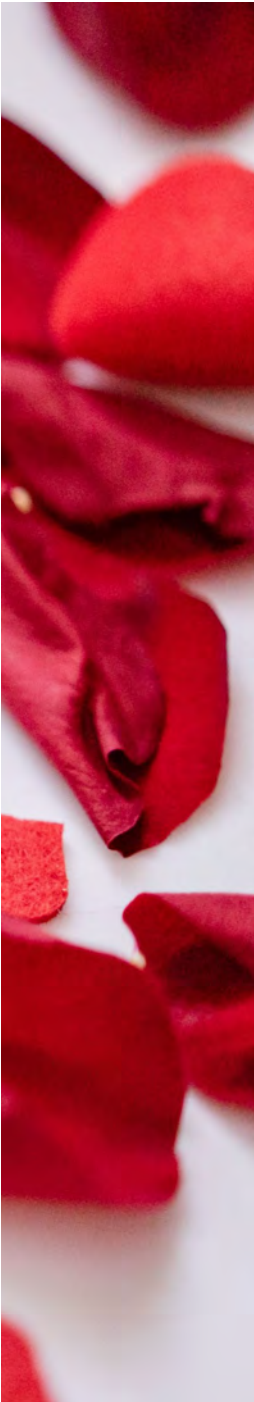


## **SAINT-VALENTIN, UN MOMENT À DEUX**

Cette rencontre est proposée par la  
Pastorale des familles du diocèse de  
Strasbourg et des membres des END  
et des Familles Nouvelles.

[pastoralesdesfamilles@diocese-alsace.fr](mailto:pastoralesdesfamilles@diocese-alsace.fr)





*Tout au long de notre échange, nous sommes invités à parler à la première personne, en JE. Différentes étapes vous sont proposées pour cette rencontre ; accueillez-les librement et passez plus de temps sur celles qui vous correspondent.*

**Je te dis bonjour, je prends le temps de te saluer**

Se dire l'un à l'autre comment on se sent.

**Je repère et te partage des moments heureux vécus ensemble**

Penser aux jours, aux semaines qui viennent de s'écouler.

**Je te dis les choses que j'apprécie chez toi et pourquoi**

Prendre le temps de mettre des mots sur ce qui touche chez l'autre.

**Je prends le temps de te regarder**

Poser un regard neuf, d'émerveillement...

**Je te partage mes souffrances, mes peurs, mes angoisses...**

Ecouter, accueillir... simplement...

**Je regarde nos différences**

Je te dis celles que j'apprécie chez toi, je te partage celles qui me pèsent.



**Pour quelle chose ai-je besoin de te demander pardon pour grandir dans notre relation ?**

Prendre le temps de l'échange.

**Rappelons les « réservoirs d'amour », les langages de l'amour**

- le contact physique
- les services rendus
- les cadeaux
- les moments de qualité
- les paroles valorisantes

Quel est le « niveau » de mon réservoir d'amour ? du tien ?

Qu'est-ce que nous pouvons faire pour les remplir et les maintenir pleins ?

**Nous nous rappelons notre projet de vie lorsque nous nous sommes connus**

Quel est notre projet aujourd'hui ?

Que voulons-nous vivre pour la suite de notre chemin ?

**En quoi notre amour me nourrit ?**

Prendre le temps d'apprécier ce que l'amour partagé fait jaillir en moi.

Que faire pour que cela perdure et grandisse ? Comment souhaitons-nous témoigner de notre amour autour de nous ?