

# **LE MARIAGE : QUELQUES CONSEILS PRATIQUES**

## **LE SEIGNEUR JESUS ne désire que LE MEILLEUR pour tous les Mariés.**

Que LE SEIGNEUR JESUS aide chacun de nous à rendre notre conjoint heureux, à s'oublier soi-même pour aimer et servir celui ou celle que LE SEIGNEUR nous a confié. Nous honorerons ainsi CELUI qui a institué LE MARIAGE pour en faire une Aventure harmonieuse qui LE glorifie. Avec notre CREATEUR à nos côtés, TOUT est possible.

La chair est faible, mais l'ESPRIT DE DIEU veut nous aider et nous vivifier ; SON désir est qu'en tant que couple, nous LE glorifions par notre vie commune !

### **Les trois piliers de la vie de couple :**

**Construire une vie de couple, c'est un peu comme construire une maison.**

**Pour que celle-ci tienne debout, il faut un Bon Terrain, des matériaux de Bonne Qualité, un Bon Architecte et un Bon Maçon.**

- **Pour construire son couple, il faut avoir trouvé Le Bon Architecte, c'est à dire DIEU, car c'est LUI Le Concepteur du Mariage.**
- **Ensuite, il est important de choisir ensemble "Le Bon Terrain", celui de nos croyances, de nos valeurs communes c'est cela qui va nous permettre de construire sur des bases solides.**
- **Puis il faut retrousser ses manches et Travailler, Travailler, Travailler encore, pour élever les murs avec le ciment de l'AMOUR et du PARDON.**

### **La "lune de miel" :**

**Nous en rêvons tous et elle est chargée d'une bonne dose d'attentes. Cela peut être un temps de grand bonheur.**

**Il arrive aussi parfois que la découverte de l'autre, de ses besoins, de son intimité, de ses traits de caractère cachés apporte quelques déceptions et nous plonge dans la perplexité.**

**« Il ou elle n'est donc pas tout à fait ce que j'avais rêvé... »**

**Tout ce qui vit est appelé à grandir. Donc le couple qui est vie, est en période de croissance.**

Si cette pensée est présente à votre esprit, elle vous aidera à dépasser les moments de crise qui peuvent survenir.

## **Les Saisons de L'Amour (Du Mariage)**

Les relations sont comme les fleurs d'un jardin : pour qu'elles s'épanouissent et fleurissent, il faut en prendre soin, en tenant compte des saisons et des aléas de la météo.

### **Le printemps de l'amour :**

C'est une période qui commence quand on tombe amoureux. A ce moment, on a l'impression de voler sur un nuage et qu'on sera toujours heureux. On a l'impression que notre amour sera éternel et toujours aussi fort ; c'est le printemps de l'innocence. C'est un moment de félicité où tout semble parfait et fonctionne sans difficulté. Notre partenaire nous semble idéal.

### **L'été de l'amour :**

A cette période, on comprend que notre partenaire n'est pas aussi idéal que nous l'avions imaginé et que nous devons travailler pour maintenir une relation saine. Les frustrations et les déceptions apparaissent ; il est alors plus difficile de donner et de recevoir de l'amour. Nous découvrons que nous ne sommes pas toujours heureux et aimants; notre image de l'amour a changé. Les couples qui ne sont pas prêts à travailler à ce que leur relation tienne, abandonnent, les autres font des efforts pour poursuivre leurs relations, en redoublant d'amour.

### **L'automne de l'amour :**

Après avoir prodigué les meilleurs soins pendant l'été, c'est le moment de récolter les fruits de notre labeur. C'est une période riche et gratifiante. Notre amour a plus de maturité et nous savons mieux accepter et comprendre les imperfections de notre partenaire comme les nôtres. C'est le moment de l'action de grâce et du partage, du repos et de l'appréciation de l'amour que nous avons créé.

### **L'hiver de l'amour :**

C'est le temps du repos, de la réflexion et du renouveau. Dans nos relations de couple, c'est le moment de guérir nos problèmes non résolus. C'est un moment de croissance solitaire, d'hibernation...

Puis après nous être aimés et guéris dans la pénombre de l'hiver, le printemps revient et une fois de plus, nous nous retrouvons animés par l'espoir, l'amour et l'abondance des possibilités.

Pour passer victorieusement chacune de ces étapes, il faut savoir que le changement au sein d'un mariage est inévitable et qu'il faut s'adapter à chaque étape.

En plus de tous ces changements liés aux saisons cycliques de l'amour, il existe des aléas qui peuvent perturber notre relation conjugale.

## **Quelques attitudes pour prévenir des conflits et des disputes dans votre couple**

1) Ecouter : avoir une oreille plus attentive pour écouter ce que dit notre conjoint.

Sachez écouter avec attention et ne répondez que lorsque votre conjoint a fini de parler. C'est suivre le conseil biblique suivant : «*Celui qui répond avant d'avoir écouté fait un acte de folie et s'attire la confusion*» (Proverbes 18:13). Et encore:

«*Ainsi, que tout Homme soit prompt à écouter, lent à parler, lent à se mettre en colère* » (Jacques 1:19).

2) Encourager : L'encourager souvent, relever ses qualités, ses points positifs.

3) Avoir des moments d'intimité : prendre le temps de passer des moments agréables, de détente ensemble.

4) **Vous protéger l'un l'autre** : en établissant des limites au vocabulaire que vous employez (par exemple: éviter à tout prix le mot divorce ou bien la phrase : « *Je regrette de t'avoir épousé* »).

5) Etudier le comportement de son conjoint : cherchez à connaître de mieux en mieux qui est la personne que vous avez en face de vous et avec laquelle vous vivez.

6) Chercher à satisfaire ses besoins : à les connaître d'abord et à y pourvoir le mieux possible.

7) Savoir passer sous silence : les accrocs mineurs et ne chercher à vous expliquer que sur les choses importantes.

8) Apprendre à exprimer : vos reproches, vos griefs tout en cherchant à **favoriser la Réconciliation**, plutôt que la vengeance.

9) Admettre : votre part de responsabilité avant de pointer sur celle de votre conjoint.

10) Ne pas réagir : de façon exagérée à un simple incident.

11) Ne pas : partir du principe que l'autre a toujours tort. Eviter de mépriser son conjoint en parlant.

12) Eviter : de faire de grands gestes en criant, cela énerve plus encore.

13) Ne pas : se mettre à bouder, mais pardonner. Eviter la bouderie.

14) Efforçons-nous de rester calme. Gardons le contrôle de nous-mêmes.

15) Mettons-nous d'accord avec lui quant au moment qui lui conviendra le mieux pour parler des choses sérieuses seul à seul (pas lorsqu'il regarde la TV). Trouvons un moment tranquille, sans distraction. Ce sera le meilleur instant pour avoir toute son attention.

16) Préparons un plan de discussion, avec des points précis à aborder, avant d'entrer dans une discussion sérieuse. (Ceci est spécialement important pour les jeunes couples qui cherchent à établir un modèle de comportement dans leur relation de couple).

17) Dans la discussion, ne prenons qu'un point à la fois.

Nous atteindrons ainsi mieux notre but et trouverons plus facilement des solutions.

Assurons-nous d'avoir bien terminé notre premier point avant d'en entamer un deuxième. Ne cherchons pas à régler tous les points en bloc.

18) Utilisons davantage le « je » que le « tu ». Cela évitera à votre conjoint de se mettre sur la défensive. Réalisons que chaque mot est important. Les mots que nous utilisons peuvent soit apporter la guérison, soit détruire.

Si nous utilisons fréquemment le « tu », notre conjoint se sentira automatiquement accusé et il réagira. Et c'est ce qui provoquera soudain toute une série de réactions en chaîne chez lui et vous empêchera tous les deux de régler votre problème.

19) Écoutons-le attentivement et **efforçons-nous de clarifier tout malentendu**. On entend souvent, dans une discussion, des paroles comme : "Je ne voulais pas dire cela..." Ou "J'ai cru que c'était cela que tu voulais dire...!"

20) Donnons notre point de vue, sans tomber dans l'émotionnel (les crises de larmes). Les femmes, lorsqu'elles sont frustrées, elles se mettent parfois à pleurer sans contrôle et les maris éprouvent cela comme de la manipulation.

21) Complimentez votre mari souvent, apprenez à anticiper son côté sensible. Si nous ne faisons que nous plaindre et relever ses points négatifs ou ses échecs, il pourrait en arriver à la conclusion que je suis une femme qu'il ne pourra jamais contenter.

22) **Prenons-nous par la main et demandons au SEIGNEUR de nous aider à régler notre dispute**. Ce qui est merveilleux dans la prière, c'est que les deux conjoints se placent alors automatiquement dans une position de recherche de la face de DIEU, pour rechercher SA sagesse et la conduite de Son Esprit.

Au lieu de compter sur notre propre sagesse, nos propres forces, demandons au SEIGNEUR de nous aider à communiquer avec notre époux ou notre épouse d'une manière qui LE glorifie, et faisons-LUI confiance.

### **Où en est votre vie de couple ? Avez-vous de la peine à communiquer avec votre conjoint ?**

Si vous avez laissé des sentiments d'amertume s'accumuler dans votre cœur durant des années, il est vital et primordial de vous en débarrasser **au plus vite**. JESUS a Le Pouvoir de nous pardonner tout ce que nous nous sommes fait l'un à l'autre et de nous LIBERER de tout sentiment de culpabilité.

Ne perdons pas espoir. La chose la plus importante pour chacun d'entre nous est de **Sauver notre foyer, notre couple s'il est en péril**. Remettons au SEIGNEUR chacune de nos émotions présentes, et passées. IL saura les gérer et les apaiser.

Rappelons-nous aussi que dans chacun de nos couples **les conflits et les tensions sont inévitables**. LE SEIGNEUR connaît nos fragilités respectives. Apprenons donc à gérer correctement chacun de nos conflits, LE SEIGNEUR nous y assistera.

Ces quelques conseils vous aideront certainement à faire de votre couple un foyer en bonne santé, stable, fort et heureux. Que LE SEIGNEUR nous aide et faisons chacun notre part, ce qu'IL attend de nous.

**N'oubliez pas qu'il est possible d'avoir des différents sans se quereller**. Car ce que LA BIBLE dit est bien vrai **«...Commencer une querelle, c'est ouvrir une digue; avant que la dispute s'envenime, retire-toi » (Proverbes 17:14). «C'est une gloire pour l'homme de s'abstenir de querelles, mais tout insensé se livre à l'emportement » (Proverbes 20:3).**

De nombreux couples sont chancelants et souvent divorcent, même parmi les chrétiens. Leurs relations sont perturbées, ce qui rend petit à petit leur cohabitation difficile, voir impossible. En tant que couples chrétiens ; il nous faut réapprendre les vraies priorités conjugales selon LA BIBLE et réorganiser notre vie selon elles.

## **Quelques remèdes pour les couples en danger de faillite**

Voici encore quelques points sur lesquels il faut que chaque couple veille particulièrement :

### **Les accusations mutuelles**

Les accusations mutuelles dans un couple jouent malheureusement un grand rôle. C'est toujours la faute de l'autre. On dit par exemple : "c'est lui qui m'a agacée, m'a provoquée, manipulée, méprisée ou encore trompée".

Déjà du temps d'Adam et Eve, il en était ainsi. **C'est un jeu dangereux.** Suite à leur chute et jusqu'à ce jour, l'être humain refuse d'assumer la responsabilité de ses actes.

Nous nous réfugions constamment dans toutes sortes d'excuses pour nous blanchir. Remettre la faute sur l'autre est un péché capital. C'est précisément à cause de cette attitude-là que de nombreux foyers sont brisés aujourd'hui.

Celui qui jette la faute sur l'autre ne résout absolument rien. Il rejette simplement sa propre responsabilité. La relation du couple n'est pas du tout réglée (élucidée) pour autant. Les accusations ne servent finalement à rien. **Le pardon mutuel est la solution** pour rétablir un couple qui s'accuse mutuellement. **Il faut revenir à LA CROIX.**

### **Remède :**

*« Si vous avez quelque chose contre quelqu'un, pardonnez, afin que votre Père qui est dans les cieux vous pardonne aussi vos offenses. Mais si vous ne pardonnez pas, votre Père qui est dans les cieux ne vous pardonnera pas non plus vos offenses »(Marc 11:25).*

### **Refuser de pardonner**

**LE PARDON est la clé pour régler toutes nos disputes de couple. Toutes nos incompréhensions, nos offenses, les blessures que nous nous sommes infligées, peuvent être pardonnées et purifiées.**

**LE PARDON est un cadeau de DIEU et JESUS nous en a donné l'exemple suprême. Celui ou celle qui refuse de PARDONNER n'est pas en mesure de vivre en couple. Deux personnes qui s'aiment vivent de Pardon. Celui ou celle qui refuse de PARDONNER devrait renoncer à se marier.**

Derrière une personne qui refuse de PARDONNER se cachent souvent certains objectifs:

- Elle veut punir celui qui l'a offensée (qui selon elle aurait mis son foyer en danger).
- Elle veut manipuler son conjoint.
- Elle veut produire en lui des sentiments de culpabilité pour qu'il réalise davantage le mal ou les blessures qu'il lui a faites.
- Elle veut forcer l'autre à apprendre une leçon...

Faire payer et se venger sont des attitudes bien souvent utilisées, mais elles détruisent une relation de couple. Leur relation passe alors par un véritable enfer dans lequel l'amertume, la colère, la déception dominent. **Ne pas vouloir PARDONNER, c'est déclarer la guerre dans une relation de couple.**

## **Remède :**

**« Si l'un a sujet de se plaindre de l'autre, PARDONNEZ-vous réciproquement. De même que CHRIST vous a Pardonné, PARDONNEZ-vous aussi »** (Colossiens 3:13).

Si nous voulons trouver des solutions, une harmonie dans notre vie de couple, nous trouverons tout ce qu'il nous faut dans LA PAROLE DE DIEU. Si un couple désire vraiment régler ses conflits et trouver une solution à ses problèmes de vie commune, il y a, dans LE PARDON ET LA PATIENCE, l'Espoir et la possibilité d'envisager un nouveau départ ensemble.

### **« Attendre que le temps arrange les choses »**

Beaucoup de couples en dispute cherchent à éviter la confrontation l'un avec l'autre, espérant qu'avec le temps leurs problèmes se résoudre tout seul.

C'est aussi une tendance très accentuée dans notre société actuelle. Nombreux sont les couples qui n'ont jamais appris ou qui ont négligé de parler franchement l'un avec l'autre.

Cette lacune engendre un manque de dialogue, manque d'Amour, des tensions s'accroissant au fil des jours qui s'écoulent, mais on ne s'en rend souvent compte qu'un peu tard.

**Rien ne remplacera jamais le dialogue entre époux**, une confrontation ouverte et franche avec votre conjoint. Et le temps ne règlera aucune dispute, aucune friction, si celles-ci ne sont pas réglées. Soyons franc et honnête à son égard.

## **Remède :** **« La LUMIERE a de l'avantage sur les Ténèbres »** **Ecclésiaste 2 :13**

**« Si nous marchons dans La Lumière (l'un avec l'autre, en cherchant à régler nos disputes), comme IL est LUI-Même dans LA LUMIERE nous sommes mutuellement en communion (la communion avec notre conjoint(e) se rétablit) et le sang de JESUS...nous purifie de Tout péché »** (1Jean 1:7).

**Puisqu'il n'y aura pas de MARIAGE au Ciel d'après Les Enseignements du SEIGNEUR JESUS (Matthieu 22 : 30), chaque couple devrait TOUT FAIRE pour avoir un Foyer en bonne santé où on est HEUREUX et où il fait bon vivre. Donc homme fait TOUT pour rendre ta femme HEUREUSE et toi femme fait TOUT pour rendre ton mari HEUREUX puisque vous n'avez qu' « une seule vie » de MARIAGE : Ici sur la terre.**

**AU CIEL IL N'Y A PAS DE MARIAGE; PROFITEZ-EN SUR LA TERRE.**

**« A la résurrection, des morts les hommes et les femmes NE SE MARIERONT PAS, ils seront comme les anges de DIEU dans le Ciel »** dit JESUS. Matthieu 22:30

**Pour tout contact ou Conseils Spirituels :**

**Tél (00237) 677 61 93 77 / 696 36 25 40 Bangangté-CAMEROUN**

**E.mail : [contact@pasteurrodrigue.com](mailto:contact@pasteurrodrigue.com) ; [rodrigue.njendji@yahoo.fr](mailto:rodrigue.njendji@yahoo.fr)**

**Site internet : [www.pasteurrodrigue.com](http://www.pasteurrodrigue.com)**