

Rester amoureux

pour la vie...



ERIC & RACHEL
DUF**UR**

Comment utiliser cet eBook

Nous sommes ravis que vous ayez décidé d'entreprendre ce voyage. Faites nous confiance, votre relation ne sera plus jamais la même ! En tant que pasteurs et thérapeutes conjugaux et familiaux, nous croyons passionnément que le temps est venu d'éradiquer les paradigmes relationnels et sexuels malsains. Les relations demandent du travail c'est sûr, mais elles existent pour être appréciées et célébrées !

Cet eBook est conçu comme un voyage interactif pour vous et votre conjoint et est construit de manière à être lu et discuté ensemble. Chaque chapitre offre un nouveau concept pour aider votre relation à devenir la meilleure possible. Nous vous encourageons à le lire dans l'ordre présenté et à faire tous les exercices.

Avec notre affection,

Eric & Rachel DUFOUR

Rester amoureux pour la vie...

Avez-vous parfois l'impression que la flamme d'amour pour votre conjoint s'estompe ? Apprenez dans cette section ces clés stratégiques qui entretiendront la passion dans votre relation et raviveront la flamme dans votre mariage. Soyez ouvert aux changements et gardez votre cœur réceptif à de nouvelles façons d'apprendre et de grandir. Rester amoureux pour la vie est possible !

Aperçu

Chapitre 1 : Il ne s'agit pas de chance mais d'intentionnalité

Chapitre 2 : Je veux vivre ce que Dieu veut que je vive

Chapitre 3 : Être intentionnelle

Chapitre 4 : Le Rendez-Vous Amoureux

Chapitre 5 : Kiss, Kiss, Kiss !

Chapitre 6 : Restez l'amante de votre mari

Chapitre 7 : Les langages d'amour

Chapitre 8 : Et s'il y a, géographiquement, un océan entre nous ?

Chapitre 9 : Et s'il y a une contrainte physique de séparation ?

Chapitre 10 : Et s'il y a, émotionnellement, un océan entre nous ?

Chapitre 11 : Vieillir heureux ensemble, c'est possible !

Chapitre 12 : Aimer c'est un choix

Chapitre 1

Il ne s'agit pas de chance mais d'intentionnalité

« Ah, mais vous, vous avez trop de chance ! » Éric et moi avons souvent entendu ces phrases-là, lorsque certaines personnes parlent de notre couple... Ces déclarations me font toujours sourire... un peu « jaune », je l'avoue.

Le problème avec la « chance », c'est que l'on ne choisit pas, cela ne dépend pas de notre travail, ni de notre intentionnalité... La chance, ou le manque de chance, me semble être, trop souvent, une excuse bien trop facile...

Ce n'est pas une question de chance, mais une question de désir d'apprendre, de volonté de pardonner, d'objectif de vie à dessiner, d'heures

de conversation avec Dieu au sujet de son propre cœur à améliorer.

C'est vrai que certains sont plus avantagés que d'autres. Il est plus facile de devenir champion de natation avec ses deux bras et ses deux jambes. Et pourtant, Théo Curin est un nageur de haut niveau. Il a eu le « manque de chance » de contracter une méningite à l'âge de six ans, qui a causé l'amputation des extrémités de ses quatre membres. En 2016, il était le représentant le plus jeune de la délégation française aux jeux olympiques.

Ce n'est pas une question de chance mais de cheminement... Cette vérité est vraie pour tous les domaines de notre vie. Vous pouvez l'appliquer à vos circonstances : études, apprentissage d'une langue, d'un métier, d'un loisir, couple, enfant, marche avec Dieu.... Il s'agit de vouloir embellir, cultiver, développer, ne jamais abandonner son premier amour.

- Ne laissez pas les obstacles de la vie vous stopper net. Faites-en des marches pour aller plus haut.
- Ne vous arrêtez pas en chemin. Il y a toujours plus à découvrir, à apprendre et à apprécier.

Depuis quelques mois Éric et moi nous nous retrouvons dans notre nid vide. Nos enfants ont tous pris leur envol... Voilà une merveilleuse opportunité de découvrir de nouveaux bonheurs du quotidien, juste tous les deux... Il nous faut réinventer les styles de repas que nous allons manger, réorganiser notre « petit chez nous ». Explorer un nouveau rythme à nos soirées...

Exercice... Quelles sont vos zones de croissance, vos défis, votre prochaine étape pour que votre vie ne dépende pas de la « chance » mais des pas que vous faites vers l'avant, l'un avec l'autre et avec l'aide de Dieu ?

Prenez un moment pour les noter. Ensuite, notez quelques étapes pratiques pour vous aider à effectuer ces changements. Nous devons être intentionnels au sujet du changement et des mesures que nous allons prendre pour aller de l'avant! N'oubliez pas qu'il ne s'agit pas de chance, mais d'intentionnalité !

Chapitre 2

Je veux vivre ce que Dieu veut que je vive

« J'ai tellement envie de vivre cette vie de couple que vous décrivez avec Dieu à la première place ! », nous a écrit une lectrice.

C'est vrai que nous vous présentons souvent, de façon intentionnelle et insistante, le plan de Dieu pour nos vies. Trop souvent, l'ennemi a réussi à nous faire croire que ces plans de bonheur et non de malheur (Jérémie 29:11-14) que Dieu a pour nous, sont de l'ordre du conte de fée, inaccessibles.

C'est tout le contraire ! Nous n'avons jamais rencontré de situation qui, avec l'aide de Dieu, ne pouvait pas trouver de solution, de restauration,

de nouveau départ, jamais ! Dieu n'éteint pas le lumignon qui fume (Matthieu 12:20).

C'est vrai que la douleur semble parfois insupportable, mais Dieu ne nous ment pas. Il a le meilleur pour vous !

« Je veux vivre ce que Dieu veut que je vive ! » est un excellent point de départ.

Si vous êtes au démarrage de votre vie et en train de l'écrire, pensez à lui donner les rênes de vos décisions. N'abandonnez pas votre bon sens pour autant. Rappelez-vous que Dieu veut vous parler directement. Les prophéties et conseils en tous genres doivent tous être filtrés par la Parole de Dieu, la Bible, celle qui résonne dans votre cœur, et aussi au travers du bon sens que Dieu vous a donné.

Oui, Dieu veut que vous viviez une vie sans regret ! Accrochez-vous aux promesses qu'il vous a données. Nous continuerons à couvrir ce sujet

dans les prochaines clés pour vous donner des idées pratiques...

« Dieu n'est pas un homme pour mentir. Ni fils d'un homme pour se repentir. Ce qu'il a dit, ne le fera-t-il pas ? Ce qu'il a déclaré ne l'exécutera-t-il pas ? » Nombres 23:19 LSG

Exercice... Notez les promesses que Dieu vous a faites individuellement et en couple. Ensuite, méditez ensemble sur ces promesses pendant une promenade en amoureux ou tout simplement en vous prélassant sur le canapé autour d'une tasse de café.

Chapitre 3

Être intentionnelle

Vivre sans regret, se construit, un jour après l'autre, patiemment...

→ Si vous êtes déjà en couple et si vous vous demandez si vous ne vous êtes pas trompés, rappelez-vous que votre alliance devant Dieu est sérieuse. Même si vous ne l'aviez pas vraiment consulté au moment de dire « oui » devant l'autorité légale de votre pays, Dieu était présent. Nous croyons fermement que si vous impliquez Dieu dans votre vie de couple et de famille, Il peut racheter les années où Il n'avait pas la première place dans votre vie, et vous aider à réorganiser votre famille autour de Lui. Donc si vous êtes

mariés, la question n'est plus : « Est-ce le bon conjoint pour moi ? » mais plutôt :

- « Seigneur, comment aimer mon conjoint comme Tu veux que je l'aime ? »
- Si vous avez envie d'aller plus loin et de grandir, considérez l'endroit où vous êtes, non pas comme un échec, mais comme un point de départ. Il n'y a pas d'échec dans la vie, mais seulement des occasions d'apprendre et de grandir....
- Si vous vous sentez bloqué, paralysé, trop blessé pour avancer seul, demandez de l'aide. La foi, la prière, la Parole de Dieu sont des armes excellentes à notre disposition, mais parfois, nous avons besoin d'une aide extérieure pour pouvoir reprendre pied. Ce n'est pas trahir Dieu que de demander de l'aide. Jésus, dans le jardin de Gethsémani, a Lui-même demandé de l'aide à ses disciples, parce que le combat était trop lourd et difficile. Le blessé au bord de la route de

Jérusalem vers Jérico a eu besoin du bon samaritain pour avoir la vie sauve, guérir et se rétablir.

Alors vous avez raison de vouloir vivre ce que Dieu veut que vous viviez... Le mot clé est : Intentionnalité... Ne restez pas au stade du vœu pieux, mais choisissez de passer à l'action et mettez en place une première décision pour prendre soin de votre couple. Dieu est avec vous !

Exercice... Lisez 1 Corinthiens 13 ensemble ou séparément. Ensuite, discutez de la manière dont vous pouvez mettre ce genre d'amour en pratique dans votre mariage.

Chapitre 4

Le Rendez-Vous Amoureux

Être amoureux pour toute la vie, est-ce possible ?
N'est-ce qu'une utopie, un mensonge ? Est-ce
vrai que la routine tue l'amour ?

Autant de questions que vous avez déjà dû
entendre, voire vous poser vous-mêmes. Dans ces
affirmations, il y a du vrai et du faux :

- Vrai - Il est possible de rester amoureux l'un
de l'autre pour toute une vie de couple, oui !
- Vrai - la routine peut tuer l'amour, même
entre deux chrétiens.
- Faux - Une fois mariés, il/elle comprendra ce
dont j'ai besoin si il/elle m'aime sincèrement.
- Faux - L'amour doit toujours être spontané,
jamais travaillé. Nous avons tous été bernés
par des déclarations sur l'amour qui nous ont

fait croire qu'une fois amoureux et mariés,
tout serait simple et coulerait de source
entre nous.

L'amour n'est pas magique. Aimer est une décision (une promesse solennelle faite entre deux personnes devant Dieu le jour de leur mariage). Le couple est un chantier qui redémarre chaque matin que Dieu nous donne à vivre ensemble.

Ici, comme dans tous les domaines de la vie chrétienne, la clé est, encore une fois, l'intentionnalité.

Nous devons être intentionnels dans notre couple pour ne pas laisser mourir nos sentiments.

Un excellent antidote : le rendez-vous amoureux. Une fois par semaine, prenez une à deux heures juste pour vous deux, obligatoire ! Vos emplois du temps sont surchargés, vous en avez besoin, ce n'est pas un luxe !

Alternez une semaine sur deux la responsabilité de son organisation. Choisissez un endroit qui vous plaît, où vous pourrez être tranquilles. Pas de téléphone portable avec vous, éteignez-le ! Ne parlez pas de vos problèmes, ni du travail, ne réglez rien.

De quoi parler alors ? De votre vie avec Dieu, de vos rêves, de votre couple, de vos sentiments, de votre intimité physique : soyez romantiques, et retrouvez la flamme qui brûlait en vous quand vous n'étiez pas encore mariés !

Exercice... Séparément, faites une liste de ce que vous considérez être le rendez-vous amoureux (RVA) idéal et de vos activités préférées à faire en couple. Donnez ensuite cette liste à votre conjoint. Puis, décidez qui sera chargé d'organiser le prochain RVA. Prenez l'habitude de les organiser à tour de rôle.

Chapitre 5

Kiss, Kiss, Kiss!

Éric et moi donnions une conférence pour une organisation missionnaire qui nous invite depuis des années à intervenir pour leur retraite spirituelle d'équipe. Nous abordons souvent les sujets du couple à leur demande. Cette année-là, nous parlions avec un groupe important de la longévité dans la vie de couple. Un des couples les plus âgés de l'assistance nous a surpris. Le mari nous a interrompu avec cette interpellation : « Dites-leur au sujet du Kiss Kiss Kiss ! Ça a changé notre vie depuis votre dernière conférence ! » J'avoue que ce mari enthousiaste m'a fait sourire ! Je lui ai demandé de prendre le micro pour en parler lui-même, mais il a refusé

avec ferveur et le rouge aux joues tout embarrassé...

Alors, laissez-moi vous partager aussi ce secret :
embrassez-vous, embrassez-vous, embrassez-vous
!

Notre corps, parfaitement créé par Dieu, a besoin de se connecter à notre conjoint de multiples façons quotidiennement. Un de ces secrets est le baiser. Pour que nos bouches partagent la même flore bactérienne (pas de panique, c'est positif !), ce qui permet à nos corps de ne faire qu'un, il nous faut nous embrasser au moins 9 fois par jour... Vous avez bien entendu, le conseil qui a changé la vie de ce couple de missionnaires qui a plusieurs décennies de vie maritale est de s'embrasser au minimum 9 fois TOUS les jours ! Vous pouvez intégrer dans ces 9 fois quelques « French Kiss », c'est à dire le baiser passionné à pleine bouche. Cela permettra à vos corps de rester connectés, mais aussi à vos âmes de vous

sentir proches l'un de l'autre. Ces baisers vous permettront d'entretenir l'affection non sexuelle mais aussi de mettre en route le désir sexuel chez l'un ou chez l'autre.

Alors vous aussi, améliorez votre vie de couple en vous embrassant tous les jours...

Exercice... Commencez par vous embrasser ! Si vous ne vous êtes pas embrassé au moins neuf fois aujourd'hui, assurez-vous de le faire maintenant. Faites-le tous les jours à partir d'aujourd'hui.

Chapitre 6

Restez l'amante de votre mari

L'arrivée des enfants peut bouleverser la vie d'un couple à plus d'un niveau : le sommeil, bien sûr, sera perturbé, et parfois pour plusieurs années, le budget, la logistique seront aussi affectés, mais la relation sexuelle devra elle aussi être souvent redéfinie.

Une femme qui devient mère voit très fréquemment son besoin de connexion et d'apaisement rempli par l'arrivée de ce petit être qui dépend d'elle. Son corps sécrète de l'ocytocine, l'hormone du lien, quand elle allaite,

et ne la recherche plus auprès de son mari lors de la relation sexuelle avec lui.

Mesdames, une femme sera une meilleure maman si elle reste femme et amante ! Selon l'ordre des priorités que Dieu a établi pour nos vies, prendre soin de soi et de son conjoint passe avant les enfants... Bien sûr, il ne s'agit absolument pas de délaisser les enfants mais, comme lors des consignes de sécurité dans un avion, de mettre son masque d'oxygène sur soi-même avant de le mettre sur l'enfant qui nous accompagne.

Une femme, amante de son mari, se sentira :
épanouie physiquement,
connectée émotionnellement
et **protégée spirituellement**

...lorsque le couple entretient sa relation sexuelle.

S'il y a des recommandations d'ordre médical après un accouchement, bien sûr, nous vous

encourageons à les respecter, mais reprenez au plus vite votre vie sexuelle, pour le bien de votre couple et de vos enfants.

Vous créez ainsi un lien mari-femme qui se renforcera avec le temps, et qui vous permettra d'envisager la période de la vie pendant laquelle les enfants quittent le nid de façon plus sereine.

Dieu nous confie des enfants pour que nous les élevions puis pour que nous les laissions s'envoler... Et un jour, Dieu voulant, vous vous retrouvez face à face, avec votre conjoint.

Nous prions pour que vous restiez toujours mari et femme, bien avant le fait d'être papa et maman. Votre conjoint et vos enfants vous en seront pour toujours reconnaissants !

Exercice... Maman, mettez intentionnellement du temps de côté chaque jour pour penser à votre mari. Remplissez votre esprit de tout ce que vous aimez de cet homme que vous avez

épousé... et assurez-vous d'aller lui montrer combien vous l'aimez !

Chapitre 7

Les langages d'amour

Connaissez-vous « Les 5 langages de l'amour » de Gary Chapman ? Voilà un livre que tous les couples devraient avoir lu, voire même relire ensemble. Gary Chapman a résumé par catégories nos langages basiques et essentiels.

- **Les services rendus** : si votre conjoint se sent aimé(e) quand vous faites la vaisselle pour lui ou pour elle, quand vous lui servez une tasse de thé, quand vous remplissez la voiture pour lui ou pour elle, rendez-lui service et vous en ferez le ou la plus heureux(se) au monde !
- **Le toucher physique** : si votre conjoint se sent aimé(e) quand vous le ou la touchez,

quand vous lui passez la main dans les cheveux, quand vous le ou la surprenez ou passez vos bras autour de lui ou d'elle, touchez-le ou la aussi souvent que possible, et vous en ferez le ou la plus heureux(se) au monde !

- **Les cadeaux :** si votre conjoint se sent aimé(e) quand vous lui offrez un cadeau, quel qu'il soit, si son visage s'illumine lorsque vous ramenez un petit souvenir de votre dernier voyage, ou que vous êtes passé chercher un joli bouquet, juste parce que vous avez pensé à lui ou à elle, soyez intentionnel et creusez-vous la tête pour trouver le petit geste qui fera de lui ou d'elle le ou la plus heureux(se) au monde !
- **Les paroles valorisantes :** si votre conjoint se sent aimé(e) quand vous le complimentez sur sa personne ou sur ce qu'il ou elle a accompli, s'il ou elle est sans cesse à la recherche de ce précieux compliment, c'est

que son oxygène provient de ces fameuses petites phrases qui font tellement de bien : « Tu es formidable, merci pour tout ce que tu as accompli aujourd'hui ! ». Donnez-le lui aussi souvent que possible, et vous en ferez le ou la plus heureux(se) au monde !

- **Les moments de qualité** : si votre conjoint se sent apaisé(e) lorsque vous pouvez passer du temps ensemble, si les tensions diminuent simplement parce que vous vous êtes assis une demi-heure pour discuter tranquillement, si une course semble agréable pour lui ou elle juste parce que vous la faites ensemble, c'est qu'il ou elle a besoin de passer des temps de qualité avec vous. Organisez-vous pour instaurer et protéger ces temps de connexion très spéciaux pour votre conjoint, et vous en ferez le ou la plus heureux(se) au monde !

Éric et moi voudrions ajouter, ici, un 6ème élément : la **nourriture** ! Cuisiner pour ceux que l'on aime est très souvent un moyen de dire je t'aime. Manger ensemble produit le même effet positif ! Alors nous vous encourageons à connaître et pratiquer le langage de l'amour de votre conjoint, et n'oubliez pas d'ajouter ce 6ème élément ! Passez du temps ensemble autour d'un bon repas préparé avec amour !

Exercice... Apprenez les langages d'amour et discutez ensuite avec votre conjoint de ceux que sont les vôtres. Mettez les en pratique tout de suite !

Chapitre 8

Et s'il y a, géographiquement, un océan entre nous ?

Nous avons reçu de nombreux e-mails de la part de couples qui vivent dans deux pays différents et rencontrent des difficultés sérieuses dans leur couple. Mettre des milliers de kilomètres entre le mari et la femme ne peut pas aider à la croissance et l'épanouissement du couple. Construire son couple est déjà un vrai défi, si ce challenge est à relever en l'absence de l'autre, cela devient presque impossible !

Une séparation géographique temporaire acceptée par les deux époux est gérable en

faisant des aménagements nécessaires. Si, par exemple, un des conjoints a des missions professionnelles à durée déterminée, style armée, plateforme pétrolière, etc, le couple peut convenir de modalités de communication à l'avance.

Quelques idées :

- Préparer des lettres à ouvrir de façon étalée pendant la séparation
- Prévoir des « phrases codées » qui permettront d'aborder des sujets intimes en toute discrétion
- Emmener des photos de l'autre pour remplir les yeux des deux conjoints avec des images de leur moitié
- Enregistrer des vidéos à l'avance pour pouvoir garder les enfants connectés à leur parent absent
- Anticiper les événements importants de la vie de famille pendant l'absence d'un des

parents, et s'assurer que ce dernier puisse avoir une part dans ces événements

- Préparer le retour. Cela va prendre du temps pour se reconnecter, c'est normal, mais ne laissez pas la distance survivre lorsque vous êtes à nouveau ensemble.

Mais si les occasions de séparation augmentent jusqu'à devenir permanentes, nous vous rappelons que selon les priorités de Dieu, votre couple est plus important que votre travail ou votre ministère.

N'acceptez pas la distance géographique permanente comme étant « normale ». Prenez les décisions nécessaires pour réunir votre couple. Un des deux va devoir déménager pour rejoindre l'autre.

Votre couple est précieux, c'est un cadeau de Dieu, ne le négligez pas, et ne le mettez pas en danger en oubliant les recommandations

basiques de Dieu pour garder votre vie en ordre. Gardez vos priorités dans l'ordre divin, mettez votre couple devant vos activités !

Exercice... Commencez déjà par créer vos propres « phrases codées » et utilisez-les tout de suite ! Pas besoin d'attendre d'être séparés pour avoir des conversations secrètes en public.

Chapitre 9

Et s'il y a une contrainte physique de séparation ?

De manière générale, nous ne recommandons pas aux couples mariés de se séparer pour de longues périodes de temps, que ce soit pour faire des études ou pour des choix de vie personnels.

Il faut prendre très au sérieux l'avertissement de l'apôtre Paul qui recommande aux époux, dans sa première épître aux Corinthiens 7:5 : « Ne vous privez point l'un de l'autre, (sexuellement) si ce n'est d'un commun accord pour un temps, afin de vous consacrer au jeûne et à la prière ; puis retournez ensemble, de peur que Satan ne vous tente à cause de votre manque de maîtrise. »

(SG21)

Pourquoi ? Pour des raisons de protection spirituelle, émotionnelle et aussi sexuelle.

Cependant dans certains cas, la profession peut exercer une contrainte sur le couple en imposant des absences régulières et prolongées, parfois de plusieurs mois. C'est le cas notamment des militaires déployés à l'étranger, des membres des forces de l'ordre, des marins, des employés expatriés seuls pour une mission par exemple sur une plateforme pétrolière, une usine, ou autre.

Comment faire dans de tels cas avec nos désirs physiques l'un pour l'autre ?

Oui, il est possible de vivre pendant ces temps sans avoir de relations intimes, mais les désirs sexuels viendront durant la séparation. Ils sont naturels et ne constituent en aucun cas un péché.

Il est donc indispensable d'avoir ensemble, avant votre séparation, un dialogue dénué de tabous.

Vous avez absolument besoin de décider à deux de ce qui sera pour chacun acceptable ou non, sans contrainte d'aucune manière. Invitez le Saint-Esprit dans cette conversation, Il veut vous bénir !

Parlez en toute transparence de l'éventualité d'échanges à caractère sexuel entre vous via des textes, des courriels, des appels téléphoniques. Voire même de la possibilité de moments intimes par le biais de vidéoconférences privées.

Dans tous les cas, respectez la volonté de votre conjoint par rapport à ce qui est acceptable. Car votre corps lui appartient ! « La femme n'a pas autorité sur son propre corps, mais c'est le mari ; et pareillement, le mari n'a pas autorité sur son propre corps, mais c'est la femme. » (1 Corinthiens 7:4 LSG)

Dieu vous aidera à traverser ensemble ces moments de séparation et vos retrouvailles n'en seront que meilleures !

Exercice... Surtout si l'un d'entre vous doit s'absenter pendant une longue période, discutez de la façon dont vous allez le gérer. Comment garderez-vous la romance vivante ? Comment gèrerez-vous l'intimité sexuelle une fois séparés ? Soyez ouvert aux suggestions de votre conjoint et parlez sans gêne, ni tabous.

Chapitre 10

Et s'il y a, émotionnellement, un océan entre nous ?

La solitude ne dépend pas du nombre de personnes autour de nous. Il n'y a rien de plus triste que de ressentir un océan de séparation entre son conjoint et soi.

C'est vrai que le couple, s'il n'est pas entretenu, peut vite ressembler à un abysse émotionnel. Le mari et la femme risquent de devenir de bons colocataires, gérant les différents emplois du temps des enfants et la logistique de la maison, mais sans vivre l'union que Dieu veut pour eux.

Ce n'est pas le plan de Dieu pour le couple. Quand Dieu parle de devenir un (Genèse 2:24), il

ne s'agit pas que de l'union sexuelle, mais aussi de celles des âmes et des esprits.

Comment rester connectés au niveau émotionnel ? Nous vous encourageons à être vous-mêmes créatifs !

Définissez des temps spéciaux, toutes les semaines, où vous pourrez vous connecter émotionnellement avec votre conjoint.

Si c'est difficile pour vous, procurez-vous ou fabriquez un support visuel avec des émoticônes. Choisissez deux ou trois questions que vous voulez poser à votre conjoint pour mieux le/la connaître ou mieux le/la comprendre.

Par exemple :

- Quels sont les moments que tu as le plus aimés depuis notre temps ensemble ?
- Quelle est l'activité sportive que tu aimerais que nous essayons ensemble dans l'année à venir ?

- Quelle est ta plus grande peur ?
- Quel est ton plus grand rêve ?
- Quelle est ta plus grande motivation ?
- Quel est ton plus tendre souvenir d'enfance ?
- Quel est ton pire cauchemar ?
- Comment est-ce que je peux t'encourager cette semaine ?

Soyons intentionnels dans notre couple pour que notre union soit bien plus qu'un document de mariage officiel entre nous, mais une vraie communion de cœur, d'esprit et de corps. Franchissons l'océan pour rejoindre notre conjoint émotionnellement.

C'est un travail de tous les jours, mais les fruits et le bonheur qui en découlent en valent la peine !

Exercice... Fabriquez votre propre support visuel. Soyez proactif en vous posant des questions et soyez créatif ! Placez ce tableau dans un endroit de votre maison où vous ne l'oublierez pas.

Chapitre 11

Vieillir heureux ensemble, c'est possible !

Il y a plus de vingt ans de cela, Rachel et moi avions l'habitude avec notre Église, chaque année pour Pâques et pour Noël, de visiter une maison de retraite avec le groupe du culte des enfants où de nombreuses personnes âgées venaient écouter les chants des tout-petits. Notre Église désirait ainsi apporter joie et chaleur à ces aînés, parfois bien seuls au moment des fêtes, au travers du message chanté de l'Évangile.

Un jour, nous avons eu l'heureuse surprise de rencontrer un couple de personnes du quatrième âge: ils avaient 98 ans chacun et venaient de fêter leur quatre-vingts ans de mariage, incroyable,

non ? Pas de doute, ils avaient traversé ensemble beaucoup d'épreuves : les deux guerres mondiales, peut-être avaient-ils eux-mêmes perdus des enfants, ils avaient aussi dû connaître à plusieurs reprises la maladie... Que de choses à raconter !

Tous les deux avaient une belle peau fripée par les années, mais ce qui nous surprit le plus était que, loin de se plaindre, ils rayonnaient d'une véritable joie de vivre.

Des rhumatismes, des articulations douloureuses, des soucis... en avaient-ils ? Oui, sans aucun doute ! Mais ils avaient une étincelle de bonheur dans le regard qu'ils se portaient l'un envers l'autre qui valait tous les discours. Ils se tenaient par la main et se bécotaient avec un plaisir non-dissimulé qui révélait une longue poursuite amoureuse l'un de l'autre. Rachel et moi étions loin de nous imaginer, à cet instant, combien leur exemple nous influencerait.

Oui, vieillir ensemble est une bénédiction ! Après un cancer à trente-sept ans, suivi d'une méningite l'année d'après, nous avons réalisé, Rachel et moi, que vieillir en couple était une grâce incroyable ! Nous avons décidé de faire en sorte que chaque jour compte pour notre couple et notre famille.

Oui, s'aimer jusqu'au bout est possible ! Il n'y a pas de fatalité dans le couple, car Christ est toujours du côté de notre mariage.

Non, l'amour n'est pas supposé mourir entre deux conjoints après quelques années de vie commune. Ou alors, Dieu nous aurait trompés en nous proposant la monogamie comme style de vie, ce qui est impossible.

Si chacun dans le couple demeure intentionnel, investit dans des temps de vie spirituelle commune, pratique le pardon, met en place des rendez-vous amoureux, des loisirs en commun,

fait l'effort de chercher à comprendre les besoins fondamentaux de l'autre en les lui demandant, et en les mettant en pratique au quotidien, alors il n'y a aucune raison pour que votre amour ne se renforce pas d'année en année !

Aujourd'hui, est-ce que j'aime ma femme plus qu'avant ? Non, pas plus, mais beaucoup mieux, ça oui, c'est certain ! Et c'est accessible à chacun d'entre nous, avec l'aide et la grâce de notre Sauveur.

Exercice... Discutez de ce que signifie vieillir ensemble. Comment l'envisagez-vous ? À quoi voulez-vous que votre couple ressemble dans vingt ans ?

Chapitre 12

Aimer c'est un choix

C'est vrai que cette étincelle d'amour dans les yeux l'un de l'autre s'entretient et qu'elle peut parfois vaciller. Cela fait partie de la vie et des défis du couple marié. Heureusement, Dieu a mis en nous tout ce dont nous avons besoin pour pouvoir maintenir ce feu indispensable pour rester amoureux.

Garder les yeux sur son conjoint, se nourrir de son corps, de son image, de sa personne exclusivement, remplit notre banque d'images, de sentiments et d'émotions. Lorsque ce fameux réservoir est plein, il n'y a plus de place pour ajouter des images d'autres personnes. Une amitié développée de façon intentionnelle et régulière assure aussi l'étanchéité du couple.

Quand nos cœurs, nos esprits, et nos corps sont attachés l'un à l'autre, il n'y a pas la place pour d'autres attaches qui nous éloigneraient de notre conjoint.

Les rendez-vous amoureux réguliers sont aussi des clés pour que des conjoints restent amoureux toute la durée de leur vie. Ces moments privilégiés, mis à part pour permettre aux maris et à leur femme de se reconnecter, produisent des poussées de l'hormone du coup de foudre (la PEA) dans le corps des amoureux. C'est pour cette raison que nous vous recommandons fortement de vous retrouver au moins deux heures toutes les semaines.

Choisir de croire qu'avec l'aide de Dieu, vous allez pouvoir traverser les épreuves de la vie, qu'Il sera là pour vous relever quand la tempête semblera trop violente pour ne pas se noyer, gardera l'espoir vivant dans votre cœur.

Appuyez-vous sur la définition de l'amour de 1 Corinthiens 13, c'est un excellent soutien pour le couple. Aimer est aussi un choix. Choisir d'aimer nous donne la force de choisir la bienveillance pour son conjoint.

Nous prions pour que vous choisissiez de construire un couple qui vous apporte tout le bonheur que Dieu a pour vous. Donner du bonheur à l'autre, et vous en recevrez en retour. Dieu veut le meilleur pour votre vie, pour votre couple, et avec son aide, il n'est JAMAIS trop tard pour construire, reconstruire et avancer avec un couple solidement fondé sur l'amour de Dieu pour chacun de vous.



**Vous avez terminé la section
« Rester amoureux pour la vie »**



Les rôles *dans le mariage...*



ERIC & RACHEL

DUF  **UR**

Les rôles dans le mariage...

Votre relation manque-t-elle de stabilité ?
Êtes-vous souvent confus quant à votre rôle dans
votre mariage ? Dans ces prochains huit
chapitres vous trouverez des clés pratiques qui
vous donneront un éclairage biblique sur le rôle
des conjoints dans le couple et vous conduiront
dans la direction dont vous avez besoin pour
aider votre relation à prospérer.

Aperçu

Chapitre 13 : Amour et Respect

Chapitre 14 : Mais qui porte la culotte dans notre couple ?

Chapitre 15 : Mesdames, vous avez une voix

Chapitre 16 : Qui décide quoi ?

Chapitre 17 : Le mari : protection spirituelle, mode d'emploi

Chapitre 18 : La femme : soumission spirituelle, mode d'emploi

Chapitre 19 : L'équilibre spirituel dans le couple, mode d'emploi

Chapitre 20 : Comment m'y prendre si j'ai épousé « Wonder Woman » ?

Chapitre 13

Amour et Respect

Maris, aimez vos femmes... Femmes, respectez vos maris... Amour et respect semblent faire partie de l'équilibre du mariage dans le plan de Dieu. Nous avons toujours trouvé intéressant que Dieu prenne le temps d'encourager le mari à aimer et la femme à respecter. C'est sans aucun doute parce que le respect vient plus naturellement au mari qu'à la femme et que l'amour vient plus naturellement à la femme qu'au mari.

Si Dieu prend le temps de souligner ces besoins d'apprendre à aimer et à respecter, cela signifie sans doute que ces notions ne sont pas toujours aussi évidentes que cela pour nous dans le cadre du mariage.

Il semble parfois plus facile d'être patient, aimant et respectueux pour un collègue que pour son conjoint.

Aimer et respecter semblent aussi être des notions simples et évidentes et pourtant... Si vous prenez le temps de demander à votre conjoint de vous donner une définition de l'amour et du respect, vous serez peut-être surpris des différences qui apparaîtront entre vous deux.

Exercice... Voilà un sujet de conversation intéressant pour votre prochain rendez-vous amoureux :

Messieurs, posez ces questions à votre épouse :

« Dis-moi ce que je fais déjà qui te fasse te sentir aimée par moi ? »

« Que puis-je faire pour que tu te sentes encore plus aimée ? »

Mesdames, posez ces questions à votre époux :

« Dis-moi ce que je fais déjà qui te fasse te sentir respecté par moi ? »

« Que puis-je faire pour que tu te sentes encore plus respecté ? »

Si Dieu nous lance le défi de Éphésiens 5:21-33, que chacun de vous aime sa femme comme lui-même et que la femme respecte son mari, c'est qu'il y a une vraie bénédiction associée à cet équilibre dans le mariage.

Aimer et respecter, voilà une des clés d'un mariage épanoui et épanouissant, qui reflète Christ en nous.

Chapitre 14

Mais qui porte la culotte dans notre couple ?

Dans nombre de mariages, des tensions apparaissent quand une décision importante doit être prise et que les avis divergent.

Comment fait-on ? Si l'homme est le chef de la femme, cela veut-il dire qu'il prend ses décisions seul et que l'épouse doit se soumettre aveuglément ?

Pour certains hommes, le sentiment de n'être pas respecté, ni entendu peut apparaître quand son épouse n'est pas encline à accepter une décision qui n'a pas été conçue à deux. Elle demande des explications, et elle a raison !

Messieurs, il ne faut pas regretter le temps où la voix de l'homme s'exprimait seule, et la femme devait obéir sans comprendre. Ce temps où l'égalité de valeur entre époux n'existait pas. Le dialogue est une nécessité, il faut, non seulement l'inviter, mais aussi s'en réjouir ! Alors, comment faire pour donner à chacun une parole de même valeur et de même qualité ?

Celui qui vient avec le problème, a la haute main sur le mode de langage utilisé. Par exemple : si votre femme engage la discussion au niveau émotionnel, vous devez valider ce qu'elle dit, sans la dénigrer, ni lui répondre au niveau logique. C'est une question de respect. Ne l'interrompez pas. Laissez-lui le temps de dire tout ce qu'elle désire, en écoutant attentivement. Vous devez être capable de lui répéter ses arguments, si besoin était.

Votre rôle de mari est de lui offrir cette écoute. Cette sécurité d'avoir été entendue. Ensuite,

expliquez votre propre point de vue sans discréditer le sien au passage. Puis répétez l'exercice, jusqu'à ce que vous obteniez soit une solution gagnant-gagnant, soit une solution où vous serez prêts à assumer les conséquences de votre leadership, car en tant que chef spirituel de votre foyer, c'est vous qui répondrez devant Dieu de vos choix de vie à deux !

Dans tous les cas, invitez le Saint-Esprit à vous aider dans ce processus, en priant ensemble.

Exercice... Si vous ne l'avez pas déjà fait, posez vous les questions qui ont été abordées dans la clé #1 sur l'amour et le respect. Parlez d'une décision récente sur laquelle vous n'êtes pas en accord. Entraînez-vous à laisser de la place à votre conjoint lorsque vous discutez de ce sujet. Trouvez une solution gagnant-gagnant.

Chapitre 15

Mesdames, vous avez une voix

Pour nos arrière-grands-mères, il semblait être plus évident d'accepter l'interprétation des versets qui parlent de la soumission de la femme à l'homme comme étant une obligation du silence de l'épouse face aux décisions unilatérales de leur mari.

Cette compréhension des Écritures était abusive et ne correspondait pas du tout à l'équilibre et à la liberté que la Bible offre aux femmes.

Les femmes avaient un rôle primordial dans le ministère de Jésus. La première à avoir annoncé la résurrection de Jésus était une femme. La femme vertueuse de Proverbe 31, est un exemple magnifique de l'équilibre entre le mari et la femme. Le mari permet à sa femme de

développer le plein potentiel que Dieu a mis en elle, en la protégeant et lui facilitant l'exercice de ses dons. En retour, elle amène l'honneur et la reconnaissance vers son mari et son foyer.

Donc, oui, mesdames, vous avez une voix, dans votre couple et votre famille ! Partagez, expliquez, développez votre position sur les différents sujets que vous abordez en couple avec un esprit de paix et de conciliation.

Soyez positive, demandez au Seigneur de vous inspirer des paroles et des idées qui seront partagées avec douceur. Vous avez tout à y gagner !

Quand Éric et moi devons prendre une décision, nous choisissons ensemble une date limite de nos conversations sur le sujet, pour éviter que la décision ne soit en permanence repoussée. Puis, je prends le temps d'exposer à Éric mes multiples idées, et il s'engage à ne pas les juger, ni les

dénigrer. Nous prions au sujet de la décision, chacun de notre côté et ensemble si besoin. Puis, Éric prend la décision finale, en intégrant mes réflexions.

Pour ma part, je m'engage, devant Dieu, à m'aligner sur sa décision, en faisant confiance à la relation d'Éric avec Dieu. C'est lui qui rendra compte à Dieu, en qualité de chef de notre famille, et cela me convient...

Nous vous partageons, ici, notre façon de faire, simplement comme un exemple pour vous donner des idées. J'avais besoin de me sentir entendue. Nous avons réfléchi, et mis en place ce processus qui nous a grandement simplifié la vie quand nous devons prendre une décision. Que Dieu vous inspire pour votre propre couple.

Exercice... Maris, emmenez votre femme pour un rendez-vous amoureux et demandez-lui si elle pense que sa voix est entendue et ses sentiments

pris en compte lorsque des décisions importantes sont prises dans votre couple.

Chapitre 16

Qui décide quoi ?

L'équilibre du couple dans la prise de décision n'est pas toujours simple. C'est sans doute un des domaines qui demande le plus d'ajustement. Le mariage implique que deux personnes indépendantes choisissent de lier leur vie à celle d'une autre personne. Cet homme et cette femme vont devoir maintenant faire des compromis, décider à deux, et se répartir les responsabilités des décisions et du foyer.

Chaque couple est différent, et la clé est de bien prendre le temps de réfléchir à l'équilibre que l'on veut adopter pour son propre style de couple. L'important est que les deux se sentent entendus, et qu'ils arrivent à une décision acceptée et adoptée par les deux.

Exercice... Nous vous recommandons de prendre du temps pour réfléchir à, par exemple, comment les décisions financières sont prises pour votre famille. Avez-vous besoin de vous asseoir avec un professionnel de la finance pour vous aider à sortir la tête de l'eau en mettant en place, un processus de remboursement de vos dettes ? Avez-vous besoin de faire des plans financiers pour vous permettre de réaliser les objectifs et rêves que vous nourrissez ensemble pour votre famille ?

Au niveau de votre rôle de parents, avez-vous besoin de prendre du temps pour décider ce qui sera le mieux au niveau de votre style d'éducation, des études de vos enfants, de leur santé, de l'environnement dans lequel ils grandissent, etc... ?

La gestion de votre agenda, la gestion de la maison, de vos carrières respectives, les visites des belles-familles, votre vie de foi sont des domaines

pour lesquels le couple a besoin de se poser et de décider, « qui décide quoi ? », en suivant une ligne de conduite qui aura été choisie après discussion et accord commun.

Ne vous laissez plus piéger par des disputes inévitables liées à l'improvisation dans le domaine de la prise de décision. Priez ensemble, discutez jusqu'à ce que vous vous sentiez entendus et écoutés, puis prenez une décision et tenez-vous-y, jusqu'à ce qu'il soit temps de la réévaluer.

Chapitre 17

Le mari : protection spirituelle, mode d'emploi

La plupart des hommes chrétiens aiment lire Éphésiens 5:23-24 (LSG) :

« ...le mari est le chef de la femme comme Christ est le chef de l'Église (...) Or de même que l'Église est soumise à Christ, les femmes aussi doivent l'être à leur mari en toutes choses. »

Malheureusement pour ceux qui les lisent trop vite, ils ne donnent, en aucun cas, un droit au machisme, au contraire. Paul y proclame quelque chose de révolutionnaire pour sa culture méditerranéenne, mais aussi pour le reste de l'humanité.

L'homme et la femme sont égaux dans le salut, mais ils sont différents, quant à leurs rôles au sein du couple.

Le passage qui suit (v25-27, SG21) dit ceci :

« Maris, que chacun aime sa femme comme Christ a aimé l'Église et s'est livré lui-même pour elle, afin de la sanctifier en la purifiant, et en la lavant par l'eau de la parole, pour faire paraître devant lui cette Église glorieuse, sans tâche, ni ride, ni rien de semblable, mais sainte et irréprochable. »

Christ est défini par Paul comme étant le « second Adam » (1 Cor. 15:45-46).

Pourquoi cela ? Parce que là où le premier Adam avait échoué à protéger Ève, Christ est venu pour racheter ses erreurs, et remplir parfaitement son rôle de futur époux de l'Église.

Cela signifie que notre rôle en tant que mari, doit s'inspirer de celui que Christ a rempli sur terre et

continue de remplir à chaque instant, pour son Église.

Notre rôle de responsable de notre mariage implique que nous fassions tout notre possible pour protéger, encourager, soutenir, édifier, bénir, et plus encore, l'épouse que Dieu nous a confiée !

À l'instar du mari de la femme vertueuse de Proverbes 31:10-31, ou de Boaz avec Ruth (Le Livre de Ruth), notre rôle est de créer pour notre femme l'environnement dont elle a besoin pour pouvoir s'épanouir et développer le plein potentiel que Dieu a placé en elle, comme Christ le fait quotidiennement pour nous !

N'importe quelle femme qui se sent protégée spirituellement, et la première dans le cœur de son mari, n'aura aucun problème à avoir confiance en son leadership !

Souvenons-nous d'une chose : Nous avons épousé, la fille chérie de Dieu, alors, au travail !

Exercice... Maris, demandez à votre femme ce dont elle a besoin pour se sentir protégée spirituellement, et faites tout votre possible pour le lui apporter. Demandez quotidiennement à Dieu son aide dans cette responsabilité. Votre propre bien être en dépend, et c'est à vous de prendre les devants et d'initier.

Chapitre 18

La femme : soumission spirituelle, mode d'emploi

« Femmes, soyez soumises à vos maris... » (Éphésiens 5:22 LSG) a été trop souvent utilisé pour « écraser » les femmes et les maintenir dans une position de « soumission », les garder à leur place, juste en dessous de l'homme...

Ces abus spirituels ont engendré de grandes douleurs, des incompréhensions, et des femmes en rébellion contre une autorité spirituelle qui se voulait dominatrice.

Bien sûr, cela n'a strictement rien à voir avec ce que Dieu demande à l'homme et à la femme.

Si vous faites partie de ces femmes blessées, je vous demande pardon au nom de l'Église qui n'a

sans doute pas joué son rôle en aidant votre mari à être l'homme protecteur que Dieu voulait pour vous.

Si vous êtes un homme qui a su protéger sa femme et l'aimer comme Christ aime l'Église, je vous dis « merci ! » au nom de votre femme et de toutes les autres pour qui vous pouvez être un modèle pour d'autres hommes.

Une femme qui se sent aimée et protégée spirituellement n'a aucun mal à être soumise à son mari.

À quoi cela ressemble-t-il ?

Éric aime utiliser l'image du chapiteau pour représenter cet équilibre : Le mari est la toile de tente qui protège des intempéries, prend les coups de l'extérieur et la femme est le pôle central qui soutient toute la structure, en étant le centre de tout le chapiteau.

Elle n'est **pas** :

- Écervelée, incapable de réfléchir par elle-même.
- En rébellion permanente, challengeant systématiquement son mari.
- Effacée sans aucune opinion.

Elle **est** :

- Devant Dieu pour chercher Son conseil.
- Coparticipante aux décisions de la famille.
- Prête à prendre ses parts des responsabilités de la famille.
- Capable d'exprimer son point de vue sur une situation à son mari.
- Décidée à laisser le choix final et la responsabilité de la décision à son mari, en faisant confiance à Dieu, à la relation avec Dieu de son mari, et à la protection de cet équilibre que Dieu veut pour le couple.
- Déterminée à soutenir son mari en le respectant comme la Bible le demande.

Mesdames, rassurez-vous, Dieu voit votre valeur, et Il veut vous permettre d'être épanouie et en sécurité.

Messieurs, aimez votre femme comme Christ aime son Église.

Exercice... Prenez un moment pour visualiser l'analogie d'Éric avec le mari comme toile de tente et la femme comme pôle central qui supporte toute la structure...

Chapitre 19

L'équilibre spirituel dans le couple, mode d'emploi

Un mari qui se sent respecté et une femme qui se sent aimée, c'est l'équilibre que Dieu veut pour le couple. Christ est notre modèle, et Il le démontre au travers de sa relation avec son Église.

Le Psaume 112 nous permet d'avoir une description du mari de la femme vertueuse du Proverbe 31. Il est celui qui permet à sa femme de développer tous les dons et talents que Dieu a mis en elle.

Cette femme était sans doute une femme d'affaire accomplie. Si nous regardons le contexte social et historique de ce couple, nous ne pouvons qu'être fascinés par la liberté d'action, de

mouvement, et de décision de cette femme, dans un milieu où sa « place » était sans doute « à la maison, derrière ses fourneaux ». Elle fait des affaires, dirige une entreprise et sa famille avec brio, sous la protection de son mari... Cela signifie sans doute qu'il a eu à se battre pour elle, à faire écran devant elle, pour qu'elle puisse amener à maturité tous les dons que Dieu lui a confiés. Les réussites de sa femme sont aussi les siennes. Ses réussites à lui permettent aussi à sa femme d'être protégée et en sécurité.

La sexualité dans le couple étant hautement spirituelle, cet équilibre du mari qui prend soin de sa femme en premier, se retrouve même dans leur sexualité. « Que le mari rende à sa femme ce qu'il lui doit... » (1 Corinthiens 7:3, LSG) parle ici du niveau sexuel de la relation. Ce passage peut être lu de la façon suivante : « Que le mari s'occupe sexuellement de sa femme en premier... ». Les deux conjoints y trouveront satisfaction.

Le mari aime sa femme comme Christ aime son Église. La femme respecte son mari en lui donnant la chance de conduire et protéger son couple et sa famille. Voilà l'équilibre qui permet à chacun de s'épanouir et de grandir aux côtés de celui ou de celle qui partage sa vie.

Que Dieu vous bénisse et vous inspire l'amour et la soumission selon Son cœur.

Exercice... Nous vous encourageons à lire pour vous-mêmes ou en couple les passages suivants :

Psaume 112

Proverbe 31:10-31

1 Corinthiens 7:3-5

Éphésiens 5:21-33

Mettez-les en parallèle, et regardez comment Dieu nous présente cet équilibre spirituel dans le couple.

Chapitre 20

Comment m'y prendre si j'ai épousé « Wonder Woman » ?

La personnalité, le caractère, ce n'est pas qu'une question de genre sexué.

Une épouse peut tout à fait posséder une personnalité plus prononcée que celle de son mari ! Dans le monde moderne, il se peut même que sa carrière professionnelle soit plus rapide ou plus brillante que celle de son époux. À cause de cela, toutes sortes de questionnements et de crises de masculinité peuvent frapper les maris, qui voient les rôles traditionnels s'inverser dans leurs mariages.

La soumission biblique de la femme à son époux signifie-t-elle que ce dernier doit être celui qui

ramène le plus d'argent à la maison ? Ou celui qui dirige le couple en imposant ses décisions sans discussion, juste parce qu'il est l'homme ? Cela veut-il dire qu'il a toujours raison ?

Tout homme marié lisant ces lignes sait intuitivement que ce n'est pas le cas. Pour ceux qui désirent trouver une épouse, prêtez l'oreille !

Toute femme, même celle dotée de la plus forte personnalité a, au fond d'elle-même, le besoin de se sentir protégée par celui qui est ou qui sera son mari.

Protégée ne signifie pas écrasée, ni dominée. Mais prise en considération, écoutée, choyée et encouragée quand elle en a besoin. En un mot : *aimée*.

Messieurs, si vous avez épousé une femme de forte personnalité, personne ne vous a forcé la main ! Vous avez précisément été séduits par sa

force de caractère, ses idées, sa capacité à prendre des décisions, à agir...

Cette force de caractère qui vous attirait en elle, une fois mariés, est précisément ce qui vous agace, vous challenge le plus... Comment est-ce possible ?

Vous avez besoin de définir des zones de responsabilités différentes dans votre couple. Des secteurs où vous exercerez le leadership, puis d'autres où ce sera elle. Tout en prenant soin de toujours communiquer à propos de ce que vous faites. N'oubliez jamais d'informer l'autre.

Ensuite, choisissez quels domaines vous voulez gérer ensemble puis mettez sur pieds un protocole de prise de décision.

Qu'il faisait partie des notables de cette localité, et que tout le monde savait qu'elle agissait sous sa protection ! Il avait créé pour elle à l'instar de Boaz avec Ruth, une sphère de protection qui lui

donnait tout le champ d'action voulu pour exercer ses dons et ses qualités !

Messieurs, vous avez été choisis par Dieu pour être le mari de Sa fille, demandez-Lui de vous montrer comment faire, Il vous inspirera.

À vous de jouer, Supermen !



**Vous avez terminé la section
« Les rôles dans le mariage »**



**Si vous avez été bénis par nos
enseignements, nous vous invitons à
retrouver davantage de ressources sur notre
site internet : www.ericracheldufour.com.**

Soyez bénis !