

Des questions à se poser à deux pour préparer son (sacrement de) mariage

Propositions pour 'traiter' ces questions

- 1- *Pour le choix des questions :*
 - a. *soit vous les prenez comme elles viennent, thème après thème,*
 - b. *soit vous sélectionnez ensemble un thème ou un sous-thème particulier, avec son pool de questions*
- 2- *Nous vous proposons d'opérer en deux temps*
 - a. *tout d'abord chacun prend du temps personnel pour y réfléchir seul, notez par écrit vos réponses ou vos réflexions, ce que cela évoque pour vous.*
 - b. *puis revenez ensemble pour échanger*
 - i. *chacun prend le temps de partager à l'autre ce que chaque question a évoqué pour lui, et l'autre s'attache à l'écouter attentivement*
 - ii. *puis échangez une fois que chacun s'est exprimé*

A- LA RENCONTRE, L'AMOUR, LE BONHEUR

- 1. La rencontre, le cheminement puis la décision de se marier; ce que nous voulons construire ensemble**
 - 1.1. Depuis combien de temps nous connaissons-nous ? Faisons mémoire de cette première rencontre (coup de foudre ? indifférence, etc...)
 - 1.2. Comment notre relation a-t-elle évolué : de l'indifférence, de l'amitié ou du 'copinage' vers la séduction, au cœur qui bat, au désir et à l'amour exprimé, partagé.... puis vers cette nouvelle étape où on a pu se dire : « *c'est lui, c'est elle, pour la vie* » ! Essayons d'identifier les étapes-clé, les points de bascule qui nous ont amené à décider d'une part à nous aimer, puis à nous marier.
 - 1.3. Qu'avons-nous envie de construire ensemble en se mariant ?
 - Qu'est-ce qui nous est commun, ce qui nous rassemble ?
 - Est-ce que cela a des incidences sur ce que nous avons envie de vivre à 2 ?
 - 1.4. Si nous vivons déjà ensemble, qu'est-ce que la vie commune a changé ? Qu'est-ce que le mariage va changer selon vous dans cette vie commune ?
 - 1.5. Si vous ne vivons pas ensemble, quelle est notre attente de la vie commune ? Est-ce uniquement une source de joie, ou également une certaine appréhension ? si oui, en quoi ?
- 2. Ce que je suis, ce que tu es**
 - 2.1. Y a-t-il un décalage ou non entre « l'idée » que je me faisais plus jeune de l'homme ou de la femme de ma vie, et ce que tu es réellement aujourd'hui ? Pourquoi à votre avis ces différences ?
 - 2.2. Pourquoi je t'aime de manière unique jusqu'à décider de te choisir comme mari/femme, pour la vie ? Qu'est-ce qui fait que tu es différent des autres ? .. que je te préfère à tout autre ?
 - 2.3. Suis-je aussi conscient de certaines de tes 'limites', de tes défauts ? ...Suis-je aussi conscient de mes propres limites ou défauts ?
 - 2.4. Certaines de ces défauts, limites, etc... - les tiennes et/ou les miennes – sont peut-être des freins, des risques, des blocages pour envisager le mariage
 - S'en est-on déjà parlé en vérité, paisiblement, posément et en toute franchise?
 - Selon toi, selon moi : peut-on s'engager l'un vis-à-vis de l'autre dans le mariage malgré cela ?
 - Comment je peux travailler personnellement sur mes défauts ? Comment s'aider davantage l'un l'autre pour vaincre nos défauts ?
 - Comment pourrait-on « gérer » ensemble ces limites pour en minimiser à l'avenir au possible les effets négatifs sur notre relation ?
- 3. S'exprimer de l'affection, les langages de l'amour**
 - 3.1. Comment me témoignes tu ton affection, ton attachement, ton amour ? Et moi, comment je t'exprime mon amour ? (Gestes tendres, propos valorisants, attentions délicates, cadeaux, services, temps tous les 2... ?)
 - 3.2. Pour moi, ces 'expressions' sont-elles vraiment nécessaires et pourquoi ? Est-ce vraiment important pour moi que tu m'exprimes ton amour ? ... que je t'exprime aussi mon amour ?
 - 3.3. Suis-je sensible, reconnaissant à tes marques d'affection ? Est-ce que je suis en manque d'affection de ta part ? Est-ce que j'attends d'autres marques d'affection, et si oui, lesquelles ? Ou est-ce que j'en attends de plus régulières ?
 - 3.4. Les expressions d'affection et d'amour de mon futur conjoint, c'est plutôt 'too much', débordant, trop expressif ?... ou plutôt un peu trop pâle, contenu, sage, discret ... ? Ou alors, c'est le top : ni trop, ni trop peu, l'équilibre parfait ☺ !
 - 3.5. Garry Chaman, un conseiller conjugal très connu, identifie 5 langages de l'amour :
 - ✓ le service rendu,
 - ✓ le toucher/la tendresse physique,
 - ✓ le cadeau,
 - ✓ les paroles valorisantes,

✓ les moments de qualité passés ensemble.

Quel est selon moi leur ordre d'importance ? quel est à mon avis celui de mon futur conjoint ? puis échangeons sur les réponses que nous apportons à ces questions

- 3.6. Dans chacune de nos familles, comment se témoigne-t-on de l'affection ? On est plutôt du genre expressif... ou plutôt discret, pudique en terme de sentiment ? Comment nous situons-nous chacun face à cet 'héritage' ? Identifions le mode familial d'expression affective auquel chacun est attaché, puis peut-être un mode d'expression qu'au contraire on redoute ? Partageons à l'autre ces choix, leurs raisons et à quels souvenirs cela fait référence
- 3.7. Dans notre entourage, avons-nous rencontré des couples dont les expressions d'affection et d'amour nous semblaient usées, voir réduites à bien peu de choses ? Qu'est-ce qui conduit à cela ? comment lutter contre ? comment s'en prémunir suffisamment tôt ?

4. Le chemin du Bonheur

- 4.1. Connaissons-nous des couples particulièrement heureux autour de nous ?
- Présentons chacun à l'autre ces 'exemples' qui nous ont marqué, qui sont pour nous comme des modèles, de exemples à suivre (même s'ils sont imparfaits, ont surement des défauts)
 - Exprimons-nous pourquoi - pour moi, pour toi - ils incarnent une forme de bonheur ou de chemin vers le bonheur conjugal, familial
- 4.2. A quoi est surtout dû - selon moi, selon toi - le bonheur dans un couple : qu'est-ce qui dépend de lui ? de chaque époux ? ...de la chance, de la providence ? ... de l'histoire de chacun (éducation, famille, biens, .) ? ... de Dieu ?...
- 4.3. Qu'est-ce qui nous rend le plus heureux d'être ensemble ? Qu'est ce qui nous manque(ra)it pour être pleinement heureux ? Ce temps de préparation du mariage nous apporte-t-il du bonheur (ou est-il frustrant, tendu, difficile, 'entre 2 chaises'...) ?
- 4.4. Qu'est ce qui pourrait rendre malheureux notre couple ? Est-on inquiet pour son avenir ? Comment « conjurer » ensemble ce qui pourrait conduire notre couple ou l'un de vous à devenir malheureux avec l'autre ?
- 4.5. Que recherchons-nous en fait dans le mariage : notre bonheur personnel, celui de l'autre, être heureux à 2, en famille, tout ça à la fois ?
- Exprimons-nous l'un à l'autre : qu'est-ce qui selon moi rendra notre couple le plus heureux et le plus durable ?

5. La prière, la foi

- 5.1. Partageons l'un à l'autre
- Quel est mon chemin avec Dieu jusqu'à aujourd'hui ? Qu'est que je connais de lui ?
 - En quoi je crois vraiment ? (foi chrétienne ou autre)
- 5.2. Qu'est-ce que la prière, la messe, ...pour moi/toi ?
- Quelque chose de rituel, sans grand intérêt
 - Nourrir mon amour pour le Seigneur, boire à la source de vie
 - Etre fidèle à une tradition qui est la base de notre civilisation
 - Lire l'Evangile, la bible
 - Méditer, réfléchir, faire silence, prendre du recul, ...
 - Autre
- 5.3. Quel est mon/ton lien d'amour avec Dieu, Père, Fils et Saint Esprit ?
- 5.4. Est-ce que j'ai envie de mieux le connaître, de mieux l'aimer ?
- 5.5. Qu'est ce que j'aimerais que Dieu fasse pour moi : cadeau, guérison, exaucer une prière particulière, ... ? ... idem pour toi, pour nous
- 5.6. Prier seul, à 2 , est ce que ce sera important dans notre vie ? Pourquoi ? Comment ?

B- LA DECISION DE SE MARIER

6. Pourquoi avons-nous décidé de nous marier à la mairie et à l'Eglise ?

- 6.1. Est-ce que le mariage civil est important pour moi, pour toi, ... ? Qu'est-ce que le mariage religieux représente de plus, de différent pour toi, pour moi, ... ? Quelles différences majeures entre les 2 ?
- 6.2. Pourquoi avons-nous décidé de nous marier à l'Eglise ?
 - Est-ce une décision à laquelle je suis, tu es vraiment attaché ? si oui, pourquoi...
 - Est-ce plutôt le désir fort de l'un auquel se range l'autre pour lui faire plaisir ? ...
 - Ou est-ce avant tout parce que dans la famille, on se marie à l'Eglise, c'est la tradition qu'il est important de la respecter ? c'est une manière d'honorer et de respecter nos parents, la famille d'où on vient ?
- 6.3. Le mariage catholique est-il, selon nous, vraiment nécessaire au bonheur conjugal ?
 - Notre amour, notre attachement mutuel, n'est-il pas suffisant au bonheur ?
 - Qu'est-ce que ce mariage à l'Eglise va ou peut changer dans notre vie de couple ?...
- 6.4. Quels sont pour moi, pour toi les engagements les plus importants attachés au mariage à l'Eglise ? :
 - attachement commun à certaines valeurs (lesquelles ?) ?
 - éducation chrétienne des enfants ?
 - fidélité ?
 - indissolubilité du mariage ?
 - pratique chrétienne commune, prière, Dieu lui-même vient nous unir, ... ?
 - le mariage religieux est plus 'sérieux' / mariage civil... ?

7. Le mariage...pour la vie

- 7.1. En France aujourd'hui : 2 mariages pour un divorce, un mariage dure en moyenne 10 ans, et près de 7 à 8 couples mariés sur 10 ne finiront pas leur vie ensemble (données INSEE 2015) :
 - se marier pour la vie n'est-ce pas de la folie ?
 - se marier n'est-ce pas un engagement où on se raconte des histoires ?... où, quelque part, on se ment finalement à soi-même et à l'autre ?...
 - pourquoi se marier dans ces conditions-là ? « l'amour libre », au jour le jour, ne serait il pas la solution ?...
- 7.2. Qu'allons-nous faire pour entretenir dans la durée la flamme des débuts de notre mariage, de notre vie en couple ? ... pour que cette durée ne soit pas 'contrainte', 'étouffer', mais chemin de joie, de découverte, d'amour renouvelé ?
- 7.3. Dans le mariage catholique, les 4 engagements nécessaires à la validité du sacrement sont :
 - la fidélité :
 - ✓ est-ce de l'inconscience ? un pieux mensonge ? une loterie ? un don de Dieu ? autre chose ?
 - ✓ la croyons-nous possible même si c'est un combat de tous les jours ? ...Approfondissons ce que signifie cet engagement à la fidélité pour toute la vie :
 - ✓ fidélité qq soient les épreuves puisqu'on se marie pour le meilleur et le pire ?
 - ✓ fidélité jusqu'à la fin de notre vie commune, c'est à dire jusqu'à décès de l'un des 2 ?
 - ✓ si mon conjoint est infidèle : en suis-je moi-même dédouané ?
 - la liberté :
 - ✓ comment être assuré que je ne suis pas quelque part conditionné par mon milieu ? mon éducation ? mes valeurs ? mes blessures ?
 - ✓ comment être sûr d'être véritablement « libre » dans le choix de mon conjoint ?

- la fécondité :
 - ✓ sommes-nous prêts à accueillir les enfants que Dieu nous donnera ? même si cela ne correspond pas à notre calendrier ? ...à nos plans ? ... à ce que nous avons prévu ?
 - ✓ si on attend un nouvel enfant alors qu'on avait décidé de ne plus en avoir, qu'est-ce qu'on décide ?
 - ✓ si on découvre qu'il porte un handicap : qu'est-ce qu'on décide quand on l'apprend avant la naissance ? ... après la naissance ? ...
 - l'indissolubilité du mariage :
 - ✓ quand on se marie à l'Eglise, on ne se remarie à l'Eglise avec un/e autre : le 1^{er} est le bon et l'unique de notre vie, en tous cas marié à l'Eglise
 - ✓ en sommes-nous bien conscients ?
 - ✓ mesurons-nous ce que nous demandons à l'autre ? ... ce que nous lui faisons aussi comme immense cadeau à l'autre : quoiqu'il se passe après, tu seras à jamais le/la seule/e ?
- 7.4. Dans l'Evangile de St Jean, chapitre 3, Jésus souligne qu'avec lui, le bon vin de l'amour n'est pas simplement pour le début de la noce mais plus encore pour la fin des noces : en cela, il signifie que l'amour vécu avec lui se bonifie et s'enrichit dans le temps :
- en sommes-nous conscients ? savons-nous pourquoi ? qu'en pensons-nous ?
 - Jésus peut-il être vraiment agissant au cœur de la vie conjugale, la bonifier ? ... lui donner plus de saveur, de profondeur ? Croyons-nous qu'avec Jésus, le meilleur, comme à Cana, peut-être plus encore à la fin des noces qu'au début ?

8. « Quitter son père et sa mère pour s'attacher »

- 8.1. Dans l'Evangile, Jésus souligne le caractère indispensable pour des époux de « *quitter son père et sa mère pour s'attacher* » à son époux
- Cela ne signifie pas 'bien sûr rompre' toute relation avec ses parents ou être en conflit avec eux mais acquérir des relations libres avec eux : ni fusion affective, ni conflit adolescent, mais une relation d'adulte à adulte
 - Comment vois-tu cette question pour toi, pour ton conjoint ?
 - Où en êtes-vous selon vous de ce « quitter » ? quel chemin reste-t-il à faire ? quel choix concret comptez-vous faire mieux le vivre ?
- 8.2. Qu'est-ce que pensent tes parents, tes amis, tes frères et sœurs, tes collègues... du choix de te marier avec lui, avec elle ? Y en a-t-il qui sont fans, d'autres plus distants (voire hostiles) ?
- Ces avis sont-ils importants pour toi, pour ton futur conjoint ? Pourquoi ?
 - Comment le vis-tu ? Comment le vit l'autre ? Comment gères-tu ces différents avis ? Faut-il les ignorer ou les écouter ?
 - Arrivez-vous à vous entraider si ce sont là des situations délicates, difficiles ?
- 8.3. As-tu le sentiment que tu es sur la bonne voie pour « quitter afin de bien s'attacher » ? quels sont selon toi les points de progrès à te fixer pour avancer dans cette exigence ? Tu peux aussi te poser cette question pour ton futur conjoint : où en est-il sur ce point ? quels points de progression te semblent-ils importants dans ce domaine ?
- 8.4. Comment veiller une fois mariés, à respecter la priorité de notre couple, de notre famille... face aux sollicitations des parents, des frères et sœurs et amis ? Comment trouver le bon équilibre :
- garder de bonnes relations, vivre de bons moments avec eux ...
 - sans que ceux-ci nous étouffent, nous détournent de ce que nous avons à vivre à 2 ?
- 8.5. Quels indicateurs, quels warnings pourraient nous alerter que la famille ou les amis de l'un ou de l'autre deviennent intrusifs dans notre couple ?
- 8.6. Quel fonctionnement concret retenir entre nous pour bien gérer cette question de relation avec familles et belles-familles

C- LA VIE DE COUPLE MARIE

9. Dialoguer, se parler, s'écouter

- 9.1. Comment chacun peut-il qualifier le dialogue au sein de votre couple ? Paisible, houleux, délicat, difficile, conflictuel, riche, pauvre, aléatoire, ?
- 9.2. Existe-t-il selon nous des sujets tabous, dont vous n'osez pas parler ?
 - Ce peut être aussi des sujets dont il est impossible de parler ensemble sans se fâcher
 - Quelques pistes pour être sûr de n'avoir rien oublié : l'argent, la belle famille, la sexualité, la foi, le travail, les passions, les loisirs, les copains...
- 9.3. Quel est le degré de « transparence » nécessaire dans le couple ?
 - Uni demain dans le sacrement du mariage, dans ce « une seule chair », doit nous conduire à tout se dire, à être entièrement « nu » devant l'autre, c'est-à-dire tout lui dire ? au moins cheminer vers cet objectif ?
 - Y-at-il des limites à la transparence ? Jusqu'où est ce indispensable ?
 - Y a-t-il aussi pour moi un « jardin secret » auquel je tiens, que je lui demande de respecter, de ne pas en franchir la porte ? En ce cas, exprime clairement à l'autre pourquoi c'est important
- 9.4. Pour alimenter le dialogue, la parole entre nous deux, avons-nous découvert la richesse de la Parole de Dieu, des Evangiles, etc... , elle éclaire la vie concrète d'un jour nouveau :
 - Avons-nous découvert cette réalité ou sommes-nous disposés à la 'tester' ?
 - Pourquoi ne pas essayer quelque temps par exemple de lire chaque jour ou chaque WE un texte évangélique puis partager tous 2 à partir de ce qu'il nous dit, ce qui raisonne en nous ?
- 9.5. Savons-nous utiliser entre nous les trois mots-clé recommandés par le pape François aux couples et à vivre selon lui quotidiennement : *s'il-te-plait, merci, pardon* ?
- 9.6. Les écrans (télé, séries, smartphone, jeux video, ...) perturbent-ils notre communication, et plus largement notre relation ?
 - Combien de temps je passe sur les écrans (hors travail ou nécessité) par jour ? par semaine ?....
 - Les écrans nous empêchent-ils de passer du bon temps ensemble, de faire des choses ensemble, prendre du temps d'échanger, de partager, de communiquer
 - Quel est selon moi (puis selon mon futur conjoint) mon degré de liberté vis-à-vis de ces écrans ?
 - Faudrait-il que nous progressions dans ce domaine : moi, toi, nous ? comment nous y aider concrètement

10. Les conflits

- 10.1. En avez-vous rarement, souvent, jamais ? les disputes vous font-elles peur ? Pourquoi ?
- 10.2. Dans les disputes peut-il y avoir quelque chose de positif ? comment les rendre positives ?
- 10.3. Pouvons-nous identifier les principales causes de nos disputes ? problème de fond ou vie quotidienne ? y a-t-il une cause qui revient souvent, et si oui, la/les quel/les ?
- 10.4. Une fois la phase aigüe de la dispute passée, est-ce une occasion pour nous de rebondir sur une discussion de fond ?
 - arrivons-nous à nous demander pardon, d'autant plus si nos propos ont été plus loin que nos pensées, si nos propos ont été blessants ?
 - ou est-ce l'occasion d'un repli sur nous, chacun dans sa coquille ou même d'une guerre de tranchée qui va durer ?
- 10.5. Quelle attitude chez l'autre vous aide à sortir du conflit, de la bouderie, de la colère ?
- 10.6. Comment concrètement mieux prévenir, déminer ensemble nos conflits avant qu'ils éclatent ?
 - Comment mieux les gérer s'ils adviennent ?
 - Comment en diminuer le nombre, l'intensité ?...

11. Les blessures

- 11.1. Sommes-nous conscients que notre éducation, notre petite-enfance, notre milieu familial, a pu nous blesser ou induire en nous des fausses appréciations de nous-mêmes ou des autres ?
- 11.2. Avons-nous déjà expérimenté des situations commune où ma ou ta propre réaction a été selon moi disproportionnée par rapport aux faits ?
 - Dans ces situations, est-ce que vous rendez l'autre systématiquement responsable ou cherchez-vous à repérer ce que cela active en vous, qui ne dépend pas de l'autre ?
 - Pensez-vous que cela n'est pas de votre responsabilité et que vous n'avez rien à faire, qu'il faut que l'autre vous accepte comme cela ?
- 11.3. Avons-nous pris le temps de relire ces événements ensemble, d'en parler, de chercher à guérir et consoler ce qui a été abîmé ?
- 11.4. Etes-vous prêts à entreprendre un travail sur vous-même, à vous faire accompagner (psychologue, accompagnateur spirituel) pour éviter et déminer des conflits inutiles qui blessent votre amour ?
- 11.5. Avez-vous expérimenté que le Christ peut vous aider à dépasser ces événements et guérir des blessures du passé ? Sinon, désirez-vous expérimenter cette grâce ?

12. Le pardon

- 12.1. Quelle est la place du pardon dans notre relation de couple ?
- 12.2. Chacun arrive-t-il à reconnaître ses torts ? ... à demander pardon ? si non, quelles conséquences ? pourquoi ? comment y remédier ?
- 12.3. Arrivons-nous à nous pardonner ?
 - Si oui, quels fruits cela porte ? Est-ce utile ?
 - Si non, quels fruits portent l'absence de pardon même si l'autre l'a demandé ? Pourquoi de tels blocages ? Comment y remédier ?
- 12.4. Comment mieux arriver à se pardonner : plus vite, plus clairement, ... ?
- 12.5. Quelle est la place du sacrement du pardon dans notre vie de baptisé ?
 - Depuis quand ne l'avons-vous pas vécu chacun ?
 - Est-on à l'aise avec ce sacrement ?
 - Est-ce un point d'appui, une force, une 'grâce' ?
 - Est-ce plutôt un mur, un repoussoir, qq chose avec lequel j'ai du mal, je ne suis pas d'accord ou que je ne comprends pas
 - Et si j'allais me confesser ? ou tout au moins parler de ce sacrement avec un prêtre en qui j'ai a priori confiance ?

13. L'argent, le partage

- 13.1. La question des finances, des dépenses ou du budget est-elle un sujet de disputes entre nous ? Le partage des tâches, des revenus, de la gestion financière du couple est-il selon nous équitable ?
- 13.2. Comment gérer nos comptes communs, la caisse commune ? Estime-t-on que l'un est trop dépensier, l'autre trop pingre ou prudent ?
- 13.3. Est-ce important d'être informés des biens et des revenus de l'autre ? Doit-on toujours rendre des comptes à son conjoint sur la manière dont on use de ses propres biens ?
- 13.4. Doit-on tout mettre en commun financièrement dans le couple ? Par exemple n'avoir que des comptes joints ou se donner pouvoir mutuel sur tous les comptes ?
- 13.5. Comment gérer ensemble dépense et revenus ? Les décisions sur le sujet sont-elles sources de conflits, de différents, de tensions, d'inquiétudes ? Comment améliorer votre fonctionnement sur ce point ?
- 13.6. Quelle est votre conception du niveau de vie nécessaire à votre couple, votre famille ? Selon vous votre statut social, professionnel, familial... passe-t-il selon vous par des impératifs en termes de bien : maison, localisation, voiture, vacances, revenus ... ?

13.7. La simplicité de vie, , le partage des biens, le don de la dîme de ses revenus, la solidarité avec les démunis, l'accueil du pauvre, ainsi d'ailleurs que le respect de la planète et l'écologie sont des valeurs évangéliques importantes :

- Est-ce une source de discussion entre nous ?
- Est-ce ces valeurs, ces sujets font partie de notre socle de valeurs communes ?
- Est-ce là une partie du contenu de notre socle commun d'engagement de vie dans le mariage, dans notre future vie de famille ?
- Concrètement, comment comptons-nous mettre cela en œuvre ?

14. La vie professionnelle

- 14.1. Est-ce qu'elle me-lui prend beaucoup de temps ? Trop (voir pas assez.) ?
- 14.2. Est-ce pour moi un épanouissement, une contrainte, une corvée ?
- 14.3. Est-ce que nos horaires sont compatibles, ne pèsent-ils pas trop sur notre vie de couple ? Sont-ils conciliables avec une vie de famille ?
- 14.4. Le lieu du travail est-il éloigné, entraîne-t-il de longues absences : comment le vivons-nous ?
 - Quel impact sur notre vie de couple ? Comment on tente d'y palier ?
 - Et quand nous serons mariés ? quels choix voulons-nous poser sur ce point ?
- 14.5. Travailler tous les deux : une solution ? avantages et inconvénients ?
- 14.6. Parle-t-on ensemble de ce que vous vivez au travail ?
 - Est-ce que les relations professionnelles doivent intégrer en partie dans la vie du couple ?
 - Passer plus de temps avec collègues qu'avec toi, comment je le vis ? tu le vis ?
- 14.7. Faut-il beaucoup sacrifier au travail ? Jusqu'où aller ? Où s'arrêter ?
- 14.8. Et quand viendront les enfants, avons-nous prévu de modifier certains choix professionnels en fonction ? Comment envisageons-nous cette situation ? Est-ce à tous deux de modifier son engagement professionnel ou à l'un de nous ? Est-ce que nous vivons cela paisiblement ?

15. Les loisirs, les vacances

- 15.1. Les loisirs que j'aime ? qui me passionnent ? qui me sont 'vitaux' ? Pourquoi ?
- 15.2. Voulons-nous les vivre ensemble ? Séparés ? Pourquoi ?
- 15.3. Que changera la venue des enfants : stop, 'piano' ou encore ?
- 15.4. Les vacances : ma/ta/nos priorité/s et le rythme avec
 - Familles (la/les quelle/s)
 - Tous les 2 en amoureux
 - Nos enfants
 - Nos copains

16. Les engagements

- 16.1. Est-ce important que notre couple vive, s'engage au service d'autres et donc au-delà de notre cercle familial et amical ?
- 16.2. Avons-nous des talents à mettre à disposition d'autres personnes ?
- 16.3. Avons-nous le désir de nous engager au service de personnes dans le besoin, d'associations diverses, de communautés ecclésiales, de mouvements politiques ?
- 16.4. Voulons-nous vivre ces engagements ensemble ou chacun de son côté ?
- 16.5. Qu'est-ce qui nous semble important dans ces choix ?
- 16.6. Comment garder un équilibre avec notre vie de couple et de famille ?
- 16.7. Ressentons-nous un appel de Dieu pour notre vie conjugale, un charisme qui nous est propre ?

D- LA SEXUALITE

17. La sexualité, la tendresse

- 17.1. En quoi avez-vous identifié que l'homme et la femme en général, vous 2 en particulier, ont des désirs, des attentes, des rythmes, ... différents en matière de sexualité ? Comment les conjuguer, comment s'ajuster, comment se respecter, ... sur le sujet ?
- 17.2. Une vie sexuelle de couple « réussie », ça veut dire quoi au juste selon vous ? Ce qui pour vous est majeur ou plus secondaire dans ce domaine ? ...
- 17.3. Pensez-vous que la sexualité est une source d'équilibre pour votre couple ? un pilier de la vie conjugale ? si oui, pourquoi ?
- 17.4. En matière de relations sexuelles, pouvez-vous lister au moins
 - 3 points importants que vous attendez particulièrement de votre conjoint
 - 3 points importants que, selon vous, votre conjoint attend de vous
- 17.5. Certains disent : « *pour bien faire l'amour, il faut des années : c'est pourquoi le mariage s'inscrit sur une longue durée* ». Qu'en pensez-vous ?
- 17.6. Certains conseillent : « *pour bien faire l'amour, il faut beaucoup parler avant, après et parfois pendant* » : qu'en pensez-vous ? est-ce à mettre en pratique ?
- 17.7. Quelle est votre approche de la régularité, du rythme et/ou de la décision ou non d'avoir des relations sexuelles ? comment être en phase sur ce sujet ?
- 17.8. Y a des risques dans la sexualité conjugale d'usure, de routine, ... ? comment y remédier quand cela arrive ? Etes-vous à l'écoute du désir et aussi du non-désir de votre futur conjoint ?
- 17.9. En termes d'expression de notre communion d'amour, par le cœur et le corps, quelle expression de tendresse autre que la sexualité, usons-nous ? ...pourrions-nous davantage user ? Quelle place à donner à la tendresse non-sexuelle dans le couple ?
- 17.10. Connaissez-vous « L'Evangile de la Sexualité », la « Bonne Nouvelle de Dieu pour la Sexualité Conjugale » ? les derniers écrits des papes, de l'Eglise sur le sujet ?
 - L'Eglise est-elle selon vous ringarde, dépassée, *has been*, décalée...sur la sexualité ? ...a-t-elle selon vous toujours de sérieux problèmes sur le sujet ? Est-elle toujours janséniste ?...
 - Ou, est-elle au contraire prophétique, pertinente, juste, équilibrée au regard de tout ce qu'on voit de dérive sur le sujet dans la société, ... ? Etes-vous disposé à découvrir cet Evangile ?

18. Fidélité et infidélité

- 18.1. Quel est pour moi le sens et l'importance de la fidélité dans le mariage ? Pourquoi est-elle si importante, si prioritaire dans le mariage ?
- 18.2. L'infidélité est-ce seulement « tromper » son conjoint ? Où commence en fait l'infidélité conjugale ? Dans des comportements précis, à quel moment, sur quels critères, devant quels actes... je vais considérer que mon conjoint rentre dans un comportement ambigu qui s'approche ou frise l'infidélité ? ... où je serais vraiment mal à l'aise, voire blessé ?
- 18.3. S'il arrivait que mon conjoint 'tombe' : qu'est-ce que je fais ...
 - s'il vient me le dire de lui-même et en demande pardon ? ...
 - si je le découvre de moi-même ?
- 18.4. En cas d'infidélité est-ce que le pardon reste selon moi possible ?... sous certaines conditions ?
- 18.5. La jalousie :
 - En quoi peut-elle être justifiée dans le mariage ? en quoi elle forme une sorte d'alerte quant à notre relation, nos comportements ? ...
 - A quel moment, la jalousie peut-elle devenir excessive, voire toxique pour notre relation de couple ? A quel moment exprime-t-elle un manque de confiance dans l'autre ?
 - Quels comportements avoir pour ne pas tomber dans des relations ambiguës, ne pas éveiller des sentiments justifiés de jalousie ? Tentons de fixer ensemble des limites concrètes
 - Comment identifier puis combattre de mauvaises jalousies ?

19. La pornographie, la masturbation

- 19.1. Pourquoi selon vous la pornographie est-elle aujourd'hui si 'consommée', si attirante ? Pourquoi a-t-elle autant de succès ?
- 19.2. Quels sentiments ont habité mon cœur, qu'est-ce que j'ai ressenti lorsque, ne serait-ce que voir une fois ou l'autre, ...
- ...j'ai pu consulter des images pornographiques ? ...
 - ...je me suis masturbé ?
- Ou, vraiment, cela ne m'est jamais arrivé
- 19.3. Si je découvrais - sans que tu me l'ais partagé auparavant - que tu te masturbes ou que tu visionnes du porno dans ton coin
- Qu'est-ce que je ressentirais ?
 - Qu'est-ce que j'aurais envie de te dire ?
- 19.4. Jésus dit dans un Evangile que celui qui désire une femme dans son cœur est lui-même adultère (Mt 5:28-29) :
- Suis-je d'accord sur le fait que la consultation pornographie, des chats coquins ou se masturber, c'est aussi tromper l'autre ? et donc qu'il faut s'en prémunir ensemble ?
 - Si non ou plutôt non : pouvez-vous expliquer pourquoi ? ... quelle est pour vous la limite dans le couple dans ces domaines ?
 - Si oui : Est-on tous les 2 disposés à lutter ensemble contre l'adultère du cœur, et à s'aider pour cela ? Quels moyens concrets on se donne pour cela ?

20. Sexualité et Célébration du Mariage

- 20.1. L'Eglise invite à ce que l'union sexuelle des époux soit comme le couronnement et le signe le plus tangible du sacrement du mariage¹ et non un préalable plusieurs années ou semaines avant ce sacrement :
- Est-ce cela me, te, nous paraît
 - Une 'règle' dépassée ? inutile ?
 - Un permis-défendu d'un autre âge...
 - Une invitation tout à fait légitime de l'Eglise pour mieux préparer ce don magnifique
 - Je n'ai pas bien compris en fait : je veux comprendre avant de me faire une opinion
- 20.2. Si nous vivons déjà ensemble, que pensons-nous de l'idée d'un certain temps d'abstinence avant le mariage, pour - après notre '*oui pour la vie*' - nous redonner plus totalement l'un à l'autre, avec comme une nouvelle 'virginité' ?

¹ La formule centrale de l'engagement de la célébration du mariage catholique est « N.... *je me donne à toi pour t'aimer fidèlement* ... ». Ne dit-on pas de même quand d'un H ou d'une F qui fait l'amour pour la 1^{ère} fois avec un autre : « *Elle/il s'est donné/e à lui/elle* ... »

E- LA VIE, LES ENFANTS

21. La fécondité, la maîtrise des naissances (méthodes naturelles, contraception)

- 21.1. Comment envisageons-nous la question ? ... la responsabilité, l'implication de chacun sur le sujet ?
- La contraception, le choix du mode contraceptif, d'espacement des naissances, ... sont-ils l'occasion d'un dialogue dans le couple ?
 - Décision prise uniquement par elle ? ... d'un commun accord ?
 - Est-ce entre nous source de paix ? ... de tensions ? ... de débat ?
- 21.2. Êtes-vous au courant des débats récents sur les méthodes contraceptives chimiques, portées par de nouvelles générations de femmes : *'on ne veut pas se rendre malade tous les jours pour ça', 'on ne veut pas polluer la planète par les hormones qu'on rejette', 'ça éteint ma libido', 'ce n'est vraiment naturel'...* qu'en pensez-vous ?
- 21.3. Quels sont nos opinions sur les autres méthodes contraceptives ?
- 21.4. Connaissons-nous le point de vue de l'Eglise sur la gestion conjugale de la fécondité : la « paternité et maternité responsable » ?
- 21.5. Connaissons-nous « Les méthodes naturelles » pour 'gérer' notre fécondité ?
- Si non, nous vous invitons à les découvrir via Internet, des livres spécialisés, ...
 - Si oui, selon vous, comment apprécier le pour et le contre des « méthodes naturelles »
 - a-Qu'est-ce qu'est le plus difficile pour moi, pour toi d'envisager les méthodes naturelles ?
 - ✓ *Les difficultés à s'observer, la « technique » assez subtile, les irrégularités du cycle*
 - ✓ *Le risque de donner la vie sans l'avoir décidé : méthode selon moi trop peu fiable*
 - ✓ *C'est frustrant : les unions sont 'proscrites' durant les périodes les moins propices au désir et plaisir féminin*
 - ✓ *La difficulté de pouvoir s'unir chaque fois qu'on le désire*
 - ✓ *L'angoisse d'avoir un nouvel enfant chaque fois qu'on fait l'amour*
 - ✓ *C'est la biologie qui dicte les unions, ce n'est plus l'amour*
 - ✓ *Si mon mari ne 'peut' pas x jours par mois, il va aller voir ailleurs ou sur Internet*
 - ✓ *Autre ?....*
 - b-Qu'est-ce qui me/te motive, m'/t'attire le plus dans les méthodes naturelles ?
 - ✓ *C'est la seule méthode où on est tous les 2 totalement impliqués*
 - ✓ *Le fait d'avoir une période de continence sexuelle chaque mois est bénéfique pour notre couple : il n'y a pas que le sexe comme langage d'amour conjugal; on n'est pas des lapins : on ne se saute pas dessus simplement quand on en a envie ; cela apprend la maîtrise de soi, et dans un monde pollué par la pornographie, c'est très important ; dans les périodes non-fécondes, c'est la fête !*
 - ✓ *Même si je ne comprends pas tout, l'Eglise a ses raisons, et cela semble cohérent, pour ce que je connais ; en couple, on pratique « les méthodes naturelles », ce qui n'est pas une obligation mais une invitation de l'Eglise*
 - ✓ *Autre ?....*

22. Donner la vie

- 22.1. Que représente pour vous, dans le mariage, le fait d'accueillir la vie et d'avoir des enfants ?
- 22.2. Le mariage dans l'Eglise catholique présuppose l'engagement à donner la vie ?
- Êtes-vous tous 2 en phase avec cet engagement ?
 - Quand désirez-vous attendre votre 1er (sinon prochain) enfant ?
 - Combien voulez-vous avoir des enfants a priori ? ... espacés, rapprochés ?
- 22.3. Est-ce que pour vous l'arrivée d'un enfant peut perturber la vie du couple ?
- A quoi il vous semble important d'être vigilant pour la préserver ?
 - Des idées de pistes concrètes ?

- 22.4. Si durant la grossesse de votre enfant, on vous apprend qu'il va naître handicapé, comment vais-je a priori réagir : moi, toi ?
- Est-on en phase ?
 - Qu'est-ce que j'attends de toi dans une telle situation ?
- 22.5. S'il s'avérait que vous ne pouvez pas avoir d'enfant 'naturellement'
- Pour y remédier, envisage-t-on la possibilité de traitements lourds ? FIV ? PMA ?...
 - L'adoption d'un enfant vous apparaît-elle aussi pertinente ?
- Sur ces 2 points
- Qu'est-ce que j'en pense ? ... en pense mon futur conjoint ?
 - Est-on en phase ? Comment rapprocher nos éventuels points de vue différents ?
- 22.6. Si les évènements de la vie conduisaient à ce que ...
- On ne peut pas avoir d'enfant de notre propre chair (infertilité de l'un ou de l'autre)
 - Notre enfant devient handicapé (accident, maladie),
- Comment réagit-on ? moi, toi ? qu'est-ce que j'attends de toi dans une telle situation ?
- 22.7. La mort peut survenir bien trop tôt dans la vie : un époux, un enfant, un parent, ...
- Comment appréhendez-vous la mort ? notamment d'un proche ? ... partie très tôt ?
 - Si jamais, un tel évènement brutal arrivait : ce qu'a priori j'attendrais de toi...
 - La vie après toi, si tu décèdes vite : à jamais fidèle ? un remariage est peut-être possible ? ...nécessaire ?

23. L'interruption de grossesse (IG)

- 23.1. Ai-je vécu de manière proche un IG, soit volontaire (IVG), soit involontaire (dite 'fausse-couche'), ou la perte d'un bébé à la naissance ?
- ✓ ma mère ? une amie proche ? un membre de sa famille ? ...
 - ✓ moi-même ?
- 23.2. Comment je relis cet évènement ?
- Ce qu'il m'en reste de plus marquant
 - Ce qu'il me reste à vivre, à faire, ... pour mieux 'digérer' cet évènement ? (Voir un psy, un prêtre, participer à un groupe de parole se confesser, ?)
- 23.3. Que puis-je exprimer à mon futur conjoint sur cet évènement, sur mes ressentis ? Qu'est ce que j'attends de lui sur ce point ?

24. L'IVG

- 24.1. Est-ce qu'une IVG, même exceptionnellement, reste à l'avenir - pour toi, pour moi - une possibilité en cas de....
- grossesse qui survient à un moment que l'on n'estime pas propice à l'accueil d'un enfant ?
 - grossesse d'un enfant qui nous est annoncé comme ayant un problème de santé ou un handicap ?
- Est-on tous 2 en phase sur la réponse ?
- 24.2. Sommes-nous informés de ce que pense l'Eglise de l'IVG ? ... des raisons qui conduisent à cette position ? Avons-nous des questions sur cette position ? des accords/des désaccords et pourquoi ? Avons-nous besoin d'en parler à quelqu'un pour mieux comprendre cette position ?
- 24.3. Dans le cas où vous avez vécu une IVG et que votre ressenti intime est douloureux
- Dans ce cas, aujourd'hui ou dans l'avenir, savez-vous qu'il existe des sessions de quelques jours pour retrouver la paix, le pardon, l'unité ... ?
 - Savez-vous qu'il est nécessaire et bénéfique avant le mariage d'aller rencontrer un prêtre pour déposer cet acte auprès de Dieu et recevoir le sacrement du pardon ? C'est une occasion magnifique de réconciliation avec soi-même, son passé, et un baume de guérison de l'âme et du cœur

25. Eduquer les enfants

- 25.1. Quel "bilan" je fais de mon éducation, toi de la tienne ? Quelle priorité pour la nôtre ?
- 25.2. Peut-on tenter de préciser à l'autre ce qui nous paraît essentiel, prioritaire dans l'éducation des enfants sur
- Différents thèmes à prioriser : l'amour, l'affection, le respect, la relation à autrui, la générosité, l'engagement, les valeurs, la foi, l'autorité, les idées, la culture, l'art, la créativité, le sport, la nature, l'environnement, la droiture, le courage, l'humilité...
 - Différents lieux de vie où être éduqué : famille, école, société, pays
 - La façon dont nous attendons que chacun de nous s'investisse sur ce registre
 - Y-a-t-il des domaines réservés ou prioritaires plus à l'un qu'à l'autre ?
- 25.3. Dans le domaine de la vie chrétienne, qu'est-ce qui nous paraît essentiel au plan de l'éducation ?
- Découvrir Jésus, sa parole, nouer une relation personnelle avec lui
 - Les sacrements, et en 1er lieu le baptême
 - La pratique religieuse, la découverte des saints
 - Vivre avec bonheur la messe le dimanche, être servant de messe
 - Le choix de l'école : laïque, catholique ?
 - Participer à des mouvements d'enfants ou de jeunes chrétiens (scouts, MEJ,
 - Servir des pauvres, s'engager d'une manière ou d'une autre, apprendre à partager
- 25.4. Au plan de l'évangélisation de nos enfants, de les conduire à accueillir la foi de l'Eglise dans leur vie, qu'est-ce qui nous paraît important ?
- La découverte de l'amour et la joie de Dieu, dans la louange ?
 - Savoir parler à Dieu et l'écouter dans sa Parole et dans la prière ?
 - Vivre la joie de la communauté chrétienne, sa fraternité, ses célébrations si singulières ?
 - Incarner dans le très concret de la vie la priorité de l'amour pour les autres
- 25.5. Sommes-nous prêts à nous investir par des décisions concrètes sur ce sujet : temps, argent, choix du logement, ...

EN GUISE DE CONCLUSION

A TOUTES CES QUESTIONS ABORDEES ENSEMBLE

26. Quel « projet de vie » voulons-nous confier à Dieu lors de la célébration de notre mariage ? Que lui demandons-nous comme cadeau de mariage ?
27. Le prêtre qui va nous marier va nous demander de rédiger une « lettre d'intention » des futurs époux qu'il insérera dans le 'dossier' de mariage à la paroisse : qu'avons-nous envie d'y écrire ?
28. Les époux sont invités lors de la célébration à lire devant toute l'assemblée une prière pour confier leur mariage à Dieu et lui confier leur projet de vie : quelle prière aimerions-nous écrire, choisir et lire ?

Dans le cadre de votre préparation au mariage, nous vous recommandons d'écouter plus particulièrement les podcasts REVEILLER LE FEU DE NOTRE MARIAGE et L'EVANGILE POUR LE COUPLE, sur www.evangeliepourlecouple.fr.

Pour décrocher d'un quotidien souvent très accaparant, pour prendre de vrais temps d'échanges et de réflexion à deux afin de bien préparer votre mariage, pour mieux comprendre comment Dieu agit dans la vie de couple, comment Dieu unit les époux et ce que recouvre la grâce du sacrement de mariage, ... nous vous encourageons à vivre ensemble un bon temps de retraite dédié à cette préparation (WE, Journée, parcours) : de nombreuses propositions sont faites en France par des communautés, des mouvements, des diocèses ou des paroisses. Près de 50 diocèses proposent notamment en France une JOURNEE DIOCESAINE DES FIANCES ou DES FUTURS MARIES. N'hésitez pas à demander conseil au prêtre ou à l'équipe qui vous prépare au mariage, ou recherchez sur Internet.

*Nous vous recommandons plus particulièrement les « CENACLES POUR COUPLES » : si vous vivez déjà ensemble depuis quelque temps, nous vous suggérons de suivre un « WE CENACLE POUR COUPLES » (chaque année, une vingtaine de WE sont proposés dans toute la France) ; si, avec votre mariage, débutera réellement votre vie commune, nous vous suggérons de suivre un « WE CENACLE POUR FIANCES ». Ces CENACLES ont rejoint et touché des milliers de couples depuis leur création en 2005 : leur invitation centrale semble particulièrement bien adaptée à ce que beaucoup de couples attendent de Dieu en se mariant : « Ravivez votre amour au feu de Dieu ! »
Présentation, témoignages, localisation et dates sur www.cenaclepourcouples.fr*

