

Comment vivre son mariage dans la durée ?

Nous voudrions rester amoureux toute la vie, comme aux premiers jours, quels que soient les aléas de la vie.

Ceux qui y parviennent n'ont pas de secret ou de formule magique. Ils en ont le désir. Ils s'en donnent simplement les moyens.

Simplement... Ce n'est pas toujours si facile, mais l'amour devient ce qu'on en fait. Il se construit et s'entretient chaque jour, en étant attentif au dialogue dans son couple, au bonheur de son conjoint aimé, aux projets partagés, au pardon aussi.

L'aventure en vaut la peine, nombreux sont les couples qui peuvent en témoigner.

Le jour de son mariage le nouveau couple tient dans ses mains un trésor inestimable : l'amour, le bonheur d'être deux dans la vie, et ce que cela implique : protection, tendresse, partage, projets, etc. Il arrive cependant qu'au bout de quelques années, la vie en commun, les soucis de santé ou d'argent, la routine, le train-train quotidien, les malentendus, amènent un éloignement progressif, voire des disputes ou des conflits qui font mal. Un jour on se pose la question : « Est-ce que je suis encore vraiment amoureux (se) ? ». Mais la famille est là, les enfants grandissent ; ils ont besoin de leurs parents. Alors que faire ?

Trois solutions :

- On se sépare.
- On continue à vivre ensemble, mais avec indifférence, amertume, déceptions, lassitude, petites phrases venimeuses ou désabusées, etc.
- On décide de vivre son mariage dans la durée.

L'amour devient ce qu'on en fait

Comme la croissance d'une plante dépend en grande partie des soins qu'on lui prodigue, l'amour d'un couple dépend aussi des soins qu'on lui prodigue.

Si on reste passif devant l'amour et qu'on le laisse s'user par les soucis de la vie quotidienne, il s'émeuse obligatoirement. Un couple qui reste marié pendant de longues années traverse inévitablement des périodes de « turbulences », parfois très lourdes.

L'amour ne peut grandir que si l'on est décidé à donner à l'autre le meilleur de soi-même, dans toutes les circonstances. Pour qu'un couple vive bien il a besoin d'être dynamique, renouvelé, joyeux, jamais résigné à la désunion.

Quatre attitudes essentielles pour la durée d'un couple :

Prendre le temps de réfléchir ensemble et de se parler en amoureux

Chaque nouvelle situation implique une nouvelle réponse du couple, réponse qui ne peut se définir que dans la concertation. Prendre le temps de se parler, de réfléchir ensemble, de ne pas imposer son point de vue, d'être attentif aux attentes de l'autre et à ses réactions, est un des premiers atouts pour la durée d'un couple.

Savoir se pardonner mutuellement

Inévitablement, dans la vie en commun, il y a des jours où l'on se heurte. La rancune est la mort de l'amour. Faire la tête est un tue-l'amour. Un couple ne devrait jamais se coucher sans s'être demandé pardon, réconcilié, apaisé. Vouloir toujours avoir le « dernier mot », avoir raison jusqu'au bout, est une catastrophe pour le couple.

Une phrase nocive : « S'il (ou si elle) vient me demander pardon je pardonnerai. » La plupart du temps, dans une dispute, il n'y a pas un innocent et un coupable. Les deux ont leurs torts.

Ne pas s'ennuyer ensemble

Il est important de faire des projets ensemble, d'avoir des moments attrayants en perspective, d'avoir

beaucoup d'ouvertures sur toutes sortes de sujets et sur les autres, de faire du sport ensemble, d'aller au cinéma ensemble, de voir d'autres personnes, de ne pas toujours tourner dans son petit cercle routinier, etc. Les distractions en commun sont source de joie partagée.

Si la vie n'est faite que du quotidien, de la cuisine, des courses, du travail de chaque jour et des soucis, elle est rapidement source de lourdeur et de monotonie. Un couple qui s'ennuie est un couple qui va tout droit à la catastrophe.

Chercher le bonheur de l'autre

Certains diront peut-être, même inconsciemment : « Chercher le bonheur de l'autre ? C'est un dévouement dont je n'ai nulle envie ! C'est mon bonheur que je veux. J'ai ma conception de la vie ; j'ai mes habitudes, ma façon de me comporter. A l'autre de s'y habituer. C'est la base de l'amour quand on veut vivre ensemble ».

En réalité chercher toujours son propre bonheur est une cause d'échec certain. Si tous les deux cherchent le bonheur de l'autre, le bonheur du couple est assuré car cela implique écoute, attention, générosité, ouverture d'esprit et tout cela est gage de bonheur.

Le couple n'est pas l'addition de deux célibataires qui vivent ensemble tout en continuant à vivre chacun en célibataire. Dès que la vie en commun commence, le « je » de chacun devient un « nous », ce qui implique une nouvelle façon de vivre en fonction de l'autre.

Bernadette Chovelon

Auteur, avec son mari Bernard, du livre L'aventure du mariage chrétien (Cerf)

Lire aussi

[Questions/Réponses](#)

Comment vivre son mariage dans la durée ?

Publié sur Equipes Notre-Dame (<http://www.equipes-notre-dame.fr>)

[Un couple modèle : Louis et Zélie Martin](#)

[Le pardon dans le couple](#)

[Quand les nuages s'amoncellent...](#)

Source (téléchargé le 08/01/2012 - 16:09):

<http://www.equipes-notre-dame.fr/article/comment-vivre-son-mariage-dans-la-dur%C3%A9e>