



Eglise Adventiste du 7^{ème} Jour
de la Guadeloupe

MINISTERE DE LA FAMILLE

SEMAINE DE PRIERE DE LA FAMILLE



J'IRAI AVEC MA FAMILLE CÉLÉBRER LA
CRÉATION : LE MARIAGE, LA FAMILLE ET LE
SABBAT.

DU 08 AU 15 FEVRIER 2025

Mercredi 12 février
POURQUOI LE MARIAGE CHRÉTIEN
EST TRÈS BON ! Partie 2
Texte biblique : Éphésiens 3 :20

WILLIE ET ELAINE OLIVER
Conférence Générale

INTRODUCTION

Dimanche dernier, nous avons conclu notre présentation en soulignant une vérité importante : il n'existe pas de mariage parfait, car aucune personne n'est parfaite. Cependant, le mariage est bien plus qu'une simple institution humaine. Il est une création divine, un don précieux de Dieu, conçu pour être une source de joie, d'épanouissement et de bénédiction. Lorsque Dieu unit un couple, Il accorde également sa bénédiction, assurant que « la corde à trois fils ne se brise pas facilement » (Ecclésiaste 4 :12).

Pourtant, comme tout ce qui est précieux, le mariage demande des efforts, de la persévérance et une volonté sincère de grandir ensemble. Les principes bibliques offrent une richesse de conseils pratiques et spirituels pour aider les couples à surmonter les défis et à bâtir une relation solide et durable. Parmi ces principes, nous avons identifié sept comportements clés qui peuvent transformer positivement la vie conjugale. Ces comportements, enracinés dans la sagesse divine, sont accessibles à tous les couples chrétiens, quels que soient les défis auxquels ils font face.

Même en adoptant un seul de ces conseils, les conjoints pourront voir des changements significatifs dans leur relation. En appliquant ces recommandations avec foi, amour et persévérance, chaque couple peut raviver son mariage, renforcer ses liens et découvrir la joie d'une union épanouie sous le regard bienveillant de Dieu.

1-CESSEZ DE QUALIFIER VOTRE MARIAGE DE DYSFUNCTIONNEL

Le cerveau humain est programmé pour croire ce que nous lui disons. Si on continue à dire que son mariage ne fonctionne pas, on finira par y croire. Nous suggérons souvent aux gens de se demander s'ils ont un bon mariage avec des moments dysfonctionnels, ou s'ils ont un mariage nul avec de bons moments. C'est un cas de la réalité proverbiale du "verre à moitié plein ou à moitié vide".

Les couples qui considèrent leur mariage comme un verre à moitié plein tendent à être optimistes au sujet de ce qu'ils ont dans leur mariage et voient les possibilités de croissance pour l'avenir. L'inverse est aussi vrai : les couples qui voient leur mariage comme un verre à

moitié vide se concentrent sur les lacunes de leur mariage et tendent à voir seulement morosité et sinistrose pour leurs relations dans les jours à venir.

Ainsi, si vous commencez à vous dire que vous avez un mariage merveilleux, votre conjoint/e et vous commencerez à le croire et le vivrez probablement aussi. La vérité est que n'importe quel mariage peut être rétabli si le couple y croit et veut s'engager à rendre leur mariage plus fort. Ceux dont le mariage est bon cesseront de qualifier leur relation de "dysfonctionnelle."

2-PRIEZ ENSEMBLE AVEC VOTRE CONJOINT/E POUR VOTRE MARIAGE CHAQUE JOUR

Dieu, le Créateur, a inventé le mariage. Par conséquent, ce n'est pas seulement sage mais énormément essentiel de Le garder au centre de votre mariage. Nous ne voulons pas dire pour les couples mariés de simplement manifester un intérêt de pure forme à ce concept. Nous encourageons plutôt les couples à établir et à maintenir une relation significative avec Dieu en s'engageant dans des prières fréquentes et l'étude de la Bible, tout en reconnaissant Sa présence dans leurs vies avec persévérance. Demandez à Dieu de guérir votre mariage et puis attendez un miracle. Dieu peut faire "par la puissance qui agit en nous, infiniment au-delà de tout ce que nous demandons ou pensons" (Éphésiens 3 :20).

Nous lançons aussi un défi aux couples de croire que Dieu est présent alors qu'ils se parlent l'un à l'autre, pour qu'ils soient plus conscients de la façon dont ils se parlent l'un à l'autre devant le Dieu de l'univers. Surtout si nous faisons appel à Dieu de nous pardonner nos péchés et de nous favoriser de Sa grâce et Sa compassion, comment pouvons-nous faire moins pour notre partenaire ? Dieu promet que si nous le cherchons humblement quand nous prions, Il nous entendra, nous pardonnera, et guérira nos blessures (2 Chr 7 :14). Aussi, dans un bon mariage, les époux prieront ensemble chaque jour.

3-APPRENEZ ET PRATIQUEZ LES TECHNIQUES DE COMMUNICATION EFFICACES

Ceci peut sembler évident et intuitif. Cependant, ce n'est pas du tout instinctif ou facile. Alors que nous avons tous appris comment communiquer depuis notre naissance, la plupart d'entre nous ont développé des méthodes de communication défectueuses et fausses. Nous apprenons comment communiquer dans nos familles d'origine et nous apportons ces modèles—bons et mauvais—dans notre mariage. En addition, ce qui a bien marché dans notre foyer ou avec nos amis peut ne pas fonctionner dans le mariage d'un autre. Chaque partenaire a besoin d'avoir la volonté de faire des ajustements dans son propre style de relation et de communication de façon à rehausser la qualité de la relation. La plupart des désaccords se

passent dans le mariage parce que les époux se coupent la parole et aucun ne s'est arrêté pour écouter les besoins, les désirs, et les blessures de leur partenaire.

Un nombre équitable de problèmes dans le mariage ne sont pas vraiment des problèmes. Beaucoup de problèmes peuvent être résolus en prenant le temps de s'écouter l'un l'autre et de chercher une compréhension authentique (Voir Willie et Elaine Oliver : Espoir pour les Familles aujourd'hui). Il y a beaucoup de sagesse dans Jacques 1 :19, qui affirme : ***“Que tout homme soit prompt à écouter, lent à se mettre à parler, et lent à se mettre en colère”***. Pour mettre en pratique le message de Jacques 1 :19, les couples devraient développer une structure de communication qui s'engage à écouter d'abord et à parler après.

Écouter d'abord signifie pratiquer l'écoute active, ce qui veut dire résumer ce que son conjoint dit, transmettre ce qu'on a entendu, et compris ce que l'autre essaie de communiquer. Le partenaire qui parle doit aussi s'engager à employer des messages avec “Je” plutôt que d'employer le “tu”. Cette technique aidera à diminuer la tension entre partenaires et aidera à créer une atmosphère d'inquiétude authentique et le désir de résoudre les différences. Par exemple, si un partenaire a développé l'habitude d'être en retard à des événements auxquels ils ont accepté de participer, le partenaire blessé peut demander une rencontre pour parler des problèmes les préoccupant.

Il est important d'être flexible et de permettre au partenaire d'être invité à une rencontre pour exprimer quand c'est le bon moment de se rencontrer. Une fois le moment de rencontre décidé, et que les époux sont prêts à se parler, le partenaire blessé peut commencer en disant : “Merci de trouver le temps pour me rencontrer ; je l'apprécie beaucoup. Je voudrais que tu saches que je me sens blessé/e et pris/e pour acquis quand nous sommes d'accord d'aller au parc à seize heures et que tu n'es pas prêt/e quand l'heure arrive.” Si vous faites une approche en employant “tu”, le partenaire pourrait dire : “Tu es toujours en retard, ce qui révèle ton manque de maturité et de responsabilité.”

Manifestement, la première approche est moins menaçante et conflictuelle et permet une meilleure communication et une meilleure résolution. Bien sûr, le partenaire qui écoute attentivement peut répondre à la première approche en disant : “J'entends que tu dis que tu te sens déçu/e quand nous nous mettons d'accord de faire quelque chose à un certain moment et que je ne parviens pas toujours à respecter nos accords.” Remarquez qu'au lieu d'être sur la défensive, le conjoint qui écoute, résume ce que dit l'autre, parce que l'objectif ici est de transmettre au partenaire blessé qu'il/elle a compris ses préoccupations. Pour mettre en pratique ces types de techniques de communication, s'inscrire à une retraite pour les mariés où l'on enseigne les techniques de communication ou lire un bon livre sur l'écoute active peut aider

n'importe quel couple à améliorer ses techniques de communication et à gérer les conflits avec un plus grand succès.

4-TROUVEZ ET FAITES CE QUE VOTRE CONJOINT/E AIME ; ABANDONNEZ CE QU'IL OU ELLE N'AIME PAS

Avant le mariage, les gens sont très fiers de présenter leurs meilleurs côtés—le meilleur petit ami, la meilleure petite amie. Ils sortent le grand jeu pour trouver ce que l'autre personne aime, puis arrose la personne de ce que tout son cœur désire. Cependant, après le mariage et la période de la lune de miel— qui dure entre douze et dix-huit mois—ils n'ont plus besoin de faire des choses spéciales l'un pour l'autre, et chacun commence à se sentir pour acquis. C'est alors que nous entendons les gens dire qu'ils ont épousé la mauvaise personne. Ainsi, ce n'est pas tant qu'ils ont épousé la mauvaise personne, mais que chacun a cessé d'être la bonne personne.

Pour aggraver les choses, ils commencent à s'irriter mutuellement en faisant les choses mêmes qu'ils savent que leur partenaire déteste. Si les couples Chrétiens employaient la règle d'or de Matthieu 7 :12—“Tout ce que vous voulez que les hommes fassent pour vous, faites-le de même pour eux”—ils verraient leur mariage fleurir et croître de manière exponentielle. Être intentionnel pour trouver le langage principal de l'amour de l'autre (voir Gary Chapman : Les 5 langages de l'amour : Le secret pour aimer qui dure), peut aussi aider les couples à améliorer leurs relations en faisant attention à la façon dont ils se communiquent l'amour réciproquement. Aussi, dans un bon mariage, chaque partenaire trouvera ce qu'aime son/sa conjoint/e et continuera à le faire, et voir également ce que n'aime pas son/sa conjoint/e et cessera de le faire.

5-

5-PARDONNEZ SOUVENT

Au sein du mariage—la relation la plus intime—les couples feront l'expérience de blessures (nous ne parlons pas de peine physique ou d'abus. Si vous expérimentez n'importe quel type d'abus physique ou émotionnel dans votre relation, veuillez chercher de l'aide auprès d'un conseiller qualifié ou un pasteur qui a montré un niveau élevé de compréhension — Sans aide l'abus va empirer), les couples devront apprendre à se pardonner. Parfois un partenaire blesse l'autre sans le vouloir et avec insouciance. Parfois les gens se blessent en disant des paroles offensives et méchantes en représailles aux peines dont ils font l'expérience. Quelques blessures peuvent être facilement ignorées, alors qu'il est plus difficile d'oublier, et certaines laissent des cicatrices profondes et durables. Pardonner à quelqu'un qui nous a blessés est la

part la plus dure de l'amour, et pourtant nous ne pouvons pas continuer à aimer vraiment sans cela.

Ce n'est pas devenir un paillason qu'on piétine, décharger l'autre de ses responsabilités, ou de simplement oublier. Malgré tout, pardonner aide à commencer le processus de guérison de nos blessures et à passer du besoin de punir l'autre personne à autre chose. Cela nous pousse aussi à combler le fossé dans la relation. Et, à travers la puissance divine, nous pouvons offrir le don du pardon à notre partenaire. Romains 5 :8 déclare : ***“Mais Dieu prouve Son amour envers nous, en ce que, lorsque nous étions encore des pécheurs, Christ est mort pour nous.”***

Rappelez-vous que l'objectif ici pour la relation est de gagner, plutôt qu'un des époux ne gagne. Un objectif important à se rappeler est que même si vous ne pouvez pas contrôler ce que votre conjoint fera, vous pouvez toujours contrôler votre réponse. Aussi, choisissez une réponse qui construira votre relation au lieu de la briser. Un bon mariage aura des partenaires engagés à résoudre les malentendus rapidement et à développer une attitude de pardon dans leur relation.

6-RIEZ BEAUCOUP

Le vieil adage “Le rire est un bon remède” sonne encore juste aujourd'hui. En fait, la recherche médicale a trouvé que le rire a des bienfaits physiologiques et neurologiques. Le rire réduit le stress, stimule le système immunitaire, réduit la pression artérielle, lie les couples, et garde les relations rafraichissantes. Nous disons aux couples de trouver des sujets dont on peut rire et de cesser de stresser sur les choses insignifiantes. Une fois de plus, beaucoup de problèmes que rencontrent les couples au sein du mariage sont simplement des idiosyncrasies. Néanmoins, eux aussi peuvent apprendre à rire de malentendus non-intentionnés (Proverbes 17 :22). On rit beaucoup au sein d'un bon mariage.

7-FAITES CONFIANCE À DIEU CONCERNANT VOTRE MARIAGE CHAQUE

JOUR

Bien qu'humains et imparfaits, nous servons un Dieu extraordinaire et parfait qui peut tout faire sauf faillir. Après tout, si vous avez tous deux, confiance en Dieu, toutes les choses sont possibles, incluant la restauration de votre relation. Étant donné que Dieu promet d'être toujours avec vous (Matthieu 28 :20), de vous donner Sa paix (Jean 14 :27), et subvenir à tous vos besoins (Philippiens 4 :19), vous pouvez être sûrs que si les deux époux font confiance à Dieu pour leur mariage chaque jour, ils auront un mariage réussi qui n'est pas seulement bon, mais très bon.

CONCLUSION

Nous disons souvent que si la plupart des gens savaient ce qu'un bon mariage comporte, beaucoup choisiraient de ne pas y participer. Cependant, si nous pouvions seulement comprendre que Dieu, notre Créateur, aspire si désespérément à avoir une relation étroite et intime avec nous qu'Il nous a donné le mariage pour nous aider à mieux comprendre Son amour et Sa grâce, alors peut-être notre concept tout entier et notre compréhension du mariage seraient différents. Le mariage serait élevé à plus qu'un statut social, et sa partie chrétienne serait plus qu'une simple désignation ou qu'un simple titre. Le mariage chrétien est peut-être très bon parce qu'au final c'est moins que notre satisfaction personnelle et plus au sujet du désir de Dieu de nous sauver dans Son royaume !

Prions notre Dieu pour que son Esprit-Saint accomplisse son œuvre en chacun de nous et que nos familles soient des lumières qui éclairent le monde. Amen.