COUPLE HEUREUX

Des conseils divins pour des couples humains

Guide pour les groupes connexion

Partie 1 : Un couple heureux n'est pas un accident!
Introduction
Un mariage réussi n'arrive pas par accident. Il faut en prendre soin et l'entretenir régulièrement. Par contre, il nous arrive parfois de ne pas vouloir faire d'efforts. Tant que rien n'est brisé dans notre relation, doit-on vraiment prendre le temps d'en parler?

Questions pour entamer une discussion
1. Quelle serait ta définition du but du mariage? Par quelles influences et quelles expériences est-ce que ta définition est caractérisée?
2. Prends quelques minutes pour noter certains de tes rêves, de tes espoirs et de tes désirs. Dans quelle mesure crois-tu que le mariage peut les combler?
3. Raconte aux autres l'une des fois où, dans une relation, tu as convaincu quelqu'un, l'as culpabilisé, l'as contrôlé ou l'as forcé à faire quelque chose dans le but d'essayer de combler tes rêves, tes espoirs et tes désirs.
4. Quand un conflit prend place au sein d'une relation, as-tu tendance à fuir, à essayer de gagner, à te conformer ou à faire des compromis? Est-ce que cette façon de faire a fonctionné par le passé?
5. Lis Éphésiens 5 : 1-2. Est-ce que l'idée de « te donner toi-même » à une autre personne – sans t'attendre à ce qu'elle comble tes rêves, tes espoirs et tes désirs – semble raisonnable? Pourquoi?
6. Crois-tu que le mariage est une question de compromis? Pourquoi?
7. « Le christianisme, ce n'est pas de recevoir ce qu'on mérite ni de donner aux autres ce qu'ils méritent. Il s'agit plutôt de recevoir ce qu'on ne mérite pas et de faire aux autres ce qui a été fait pour nous. Cette conception ramène le mariage à une compétition de soumission, à une course vers la dernière place. » Est-ce que cette approche du mariage semble réaliste? Pourquoi?

Allons de l'avant
Qu'est-ce que ton époux/épouse (ou futur époux/future épouse) te doit? Rien. Les couples heureux savent qu'ils doivent tout l'un à l'autre, mais que rien ne leur est dû en retour. Inspire-toi du commandement universel que Jésus nous a donné : « Comme je vous ai aimés, vous aussi, aimez-vous les uns les autres » (Jean 13 : 34).

Renouvelons nos pensées
« Soyez donc les imitateurs de Dieu, puisque vous êtes ses enfants bien-aimés, et vivez dans l'amour en suivant l'exemple de Christ, qui nous a aimés et qui s'est donné lui-même pour nous comme une offrande et un sacrifice dont l'odeur est agréable à Dieu. »
Éphésiens 5 : 1-2

Partie 2 : Un couple heureux dit : « Oui, je le veux » chaque jour!
Introduction
Les couples heureux décident qu'ils doivent tout à l'autre, mais que rien ne leur est dû en retour. Ça demande des efforts. Chaque personne mariée fait un choix chaque jour. Puisque ce choix est plutôt une réaction, plusieurs personnes ne croient pas qu'elles ont le choix, mais elles en ont un. Les couples heureux font le bon choix.

Questions pour entamer une discussion
1. Sur une échelle de 1 à 10, 1 étant « je peux lâcher prise presque immédiatement » et 10 étant « ça prend beaucoup de temps et d'efforts », à quel degré de difficulté associes-tu ta capacité à ne pas tenir rancune à l'autre? De quelle manière cette tendance a-t-elle affecté tes relations (positivement ou négativement)?
2. Pour quelles raisons est-ce que c'est plus facile pour les gens de soupçonner le pire dans leurs relations que de croire le meilleur?
3. Lis 1 Corinthiens 13 : 4-7. Quelles caractéristiques de l'amour décrites par Paul dois-tu davantage mettre en pratique dans tes relations?
4. Les couples heureux ne soupçonnent pas le mal chez l'autre, c'est-à-dire qu'ils voient le comportement de l'autre de la manière la plus gentille possible et qu'ils croient à cette version. Est-ce que ça semble raisonnable et réalisable à tes yeux? Pourquoi?
5. De quelles manières ton histoire, tes peurs ou tes craintes peuvent-elles être des obstacles à ta capacité à espérer le meilleur chez ton époux/épouse? Qu'est-ce qui t'aiderait à surmonter ces obstacles?
6. Nomme une chose que tu peux faire cette semaine pour choisir de croire l'autre? De quelle manière ton groupe Connexion peut-il te soutenir dans cette démarche?

Allons de l'avant
Le cœur humain ne veut pas être rejeté, il recherche l'acceptation. Ça ne signifie pas qu'on évite les conversations difficiles ni qu'on ignore les problèmes, mais plutôt qu'on travaille afin de résoudre nos conflits et qu'on recommence à se faire confiance mutuellement. Les couples heureux savent que de croire le meilleur chez l'autre est un choix. En fait, c'est le choix qui rend heureux.

Renouvelons nos pensées
« L'amour est patient, il est plein de bonté; l'amour n'est pas envieux; l'amour ne se vante pas, il ne s'enfle pas d'orgueil, il ne fait rien de malhonnête, il ne cherche pas son intérêt, il ne s'irrite pas, il ne soupçonne pas le mal, il ne se réjouit pas de l'injustice, mais il se réjouit de la vérité; il pardonne tout, il croit tout, il espère tout, il supporte tout. »
1 Corinthiens 13 : 4-7

Partie 3 : Un couple heureux pratique la soumission!
Introduction
On entre tous dans le mariage avec des rêves, des espoirs et des désirs qui créent des attentes, mais lorsqu'on s'attend à ce que ces dernières soient comblées par notre époux/épouse, ça transforme le mariage en une sorte de relation de débiteurs : « Tu me dois ça. Je te dois ça. » L'idée que notre époux/épouse nous doit quelque chose commence alors à définir notre relation. Comment peut-on faire en sorte, alors, que nos espoirs, nos rêves et nos désirs ne deviennent pas des attentes?

Questions pour entamer une discussion
1. Quelle est ta définition d'un mariage réussi? Selon toi, qu'est-ce que ça prend de la part de chaque personne dans un couple pour qu'un mariage soit réussi?
2. As-tu déjà été dans une relation où l'autre personne avait l'impression que tu lui devais quelque chose? Si oui, qu'est-ce qui est advenu de cette relation?
3. « Les mariages réussis ne sont pas construits sur une division du travail. Ils sont plutôt une compétition de soumission. » De quelle manière cette affirmation remet-elle en cause tes suppositions à propos du mariage?
4. Lis Jean 13 : 34. De quelles façons pratiques les époux peuvent-ils s'aimer comme Christ les a aimés?
5. Lis Éphésiens 5 : 22, 25. Crois-tu que ce conseil donné aux femmes et aux maris est réalisable? Pourquoi?
6. Que peux-tu faire cette semaine pour commencer à traiter ton époux/épouse (ou pour mettre en place les bases afin de traiter ton futur époux/ta future épouse) comme s'il/si elle ne te doit rien? De quelle manière ton groupe Connexion peut-il te soutenir dans cette démarche?

Allons de l'avant
Si ton mariage est un tir à la corde, l'idée de lâcher ton bout de la corde en premier est terrifiante, mais souviens-toi : alors que tu étais mort à cause de tes péchés, Dieu a lâché la corde. Il a fait quelque chose pour toi sans garantie que tu lui retournerais la pareille. Suis son exemple en lâchant ton bout de la corde dans ton mariage.

Renouvelons nos pensées
« Soumettez-vous les uns aux autres dans la crainte de Dieu. »
Éphésiens 5 : 21

Partie 4 : Un couple heureux sait lâcher prise.
Introduction
On entre tous dans le mariage avec des rêves, des espoirs et des désirs. Le seul moyen de faire en sorte qu'ils ne deviennent pas des attentes est de décider que notre époux/épouse ne nous doit rien. Aussi longtemps qu'on persiste à penser qu'il/elle nous doit quelque chose, notre mariage est transactionnel. Il est centré sur l'idée d'avoir une dette relationnelle et de noter les points. Ça détruit l'intimité. Ça détruit l'amour. Est-ce qu'il y a un problème avec le fait d'avoir des rêves, des espoirs et des désirs? Qu'est-ce qu'on est censés en faire?

Questions pour entamer une discussion
1. As-tu déjà vu quelqu'un essayer de gérer ses attentes non comblées en les ignorant, en restant occupé ou en se tournant vers quelqu'un d'autre?
2. Essayes-tu parfois de gérer tes attentes non comblées en prétendant que tu ne leur portes pas attention ou en te gardant occupé avec le travail ou la famille? Si oui, est-ce que cette manière de faire fonctionne pour toi?
3. Est-ce que tes attentes non comblées ont déjà affecté la qualité d'une relation?
4. Lis Psaumes 55 : 12-23. Est-ce que tu te retiens présentement en gardant tes prières à Dieu « polies »? Es-tu capable de t'imaginer t'agenouiller et parler à ton Père céleste sans filtre, t'imaginer lui parler réellement de tes inquiétudes et tes soucis?
5. Lis 1 Pierre 5 : 5-7. Est-ce qu'il y a un domaine dans ta relation à propos duquel tu as besoin de te poser la question : « Que ferait une personne humble? » Que peux-tu faire par rapport à ce domaine pour considérer les intérêts de l'autre avant les tiens?
6. Que peux-tu faire cette semaine pour « te décharger de tous tes soucis » sur Dieu? De quelle manière ton groupe Connexion peut-il te soutenir dans cette démarche?

Allons de l'avant
Les couples heureux ne laissent pas leurs désirs devenir des attentes. Ils savent se décharger de leurs frustrations sur Dieu. Il nous invite même à le faire. Si on le laisse faire, il va faire quelque chose de remarquable dans notre vie et dans notre mariage.

Renouvelons nos pensées
« Et vous soumettant tous les uns aux autres, revêtez-vous d'humilité, car *Dieu s'oppose aux orgueilleux, mais il fait grâce aux humbles*. Humiliez-vous donc sous la puissante main de Dieu, afin qu'il vous élève au moment voulu. Déchargez-vous sur lui de tous vos soucis, car lui-même prend soin de vous. »
1 Pierre 5 : 5b-7

COUPLE HEUREUX

As-tu l'impression parfois que tous les autres couples autour de toi semblent aller à merveille alors que dans le tien, vous n'arrivez même pas à vous entendre sur ce qui est au menu ce soir?