



La spiritualité du couple

John et Elaine Cogavin

Quand nous nous interrogeons sur le sens de la vie spirituelle du couple, notre première réponse serait de dire : c'est la manière dont nous nous aidons mutuellement à avancer sur notre chemin vers Dieu dans notre vie quotidienne.

Le Père Caffarel disait, en s'adressant aux couples des Équipes, ici à Rome en 1970 : « *Votre foyer rendra témoignage à Dieu de façon plus explicite encore s'il est l'union de deux "chercheurs de Dieu" selon l'admirable expression des psaumes. Deux chercheurs dont l'intelligence et le cœur sont avides de connaître, de rencontrer Dieu. Des passionnés de Dieu impatients de lui être unis. Pour qui Dieu est la grande réalité, que Dieu intéresse plus que tout* ».

Interpellés ainsi et par l'exposé du Père Michael Paul sur la spiritualité, nous allons essayer d'aller plus loin sur ce sujet. Avant de pouvoir comprendre la spiritualité du couple, nous devons chercher à comprendre ce que signifie la vie spirituelle pour chacun de nous. Nous nous sommes posé ces questions :

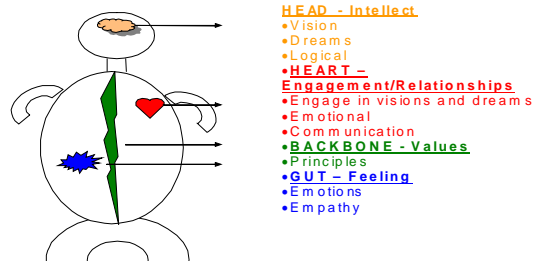
Est-ce une manière de vivre dans l'esprit de Jésus ?

Est-ce la sainteté ?

Est-ce l'épanouissement ?

Si nous pensons au couple comme à deux personnes faisant route vers l'épanouissement humain, il est important de comprendre ce que signifie l'épanouissement de la personne.

Épanouissement de la personne



Quand nous considérons la personne humaine, nous essayons de dépasser le corps et le visage auxquels nous sommes liés et par lesquels nous entrons en relation. Nous aimons nous représenter une image plus complète de notre corps, avec sa tête, son cœur, ses entrailles et sa colonne vertébrale. Alors, nous pensons à la tête comme le lieu de notre vision du monde, de nos rêves, de notre pensée logique. Nous pensons au cœur comme l'organe par lequel nous nous sommes fiancés, où nous entrons en relation avec les autres, où nous communiquons dans notre intime vérité.

John Henry Newman, quand il devint Cardinal il y a cent ans, avait pris comme devise :

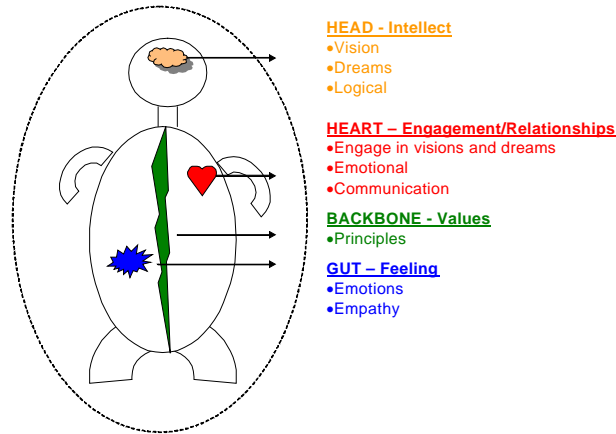
Cor ad cor loquitur - « Le cœur parle au cœur ».

Même en tenant compte de cette communication au niveau du cœur, il y a un autre niveau en dessous, par lequel nous avons besoin d'éprouver nos sentiments et nos émotions les plus profonds. C'est à ce niveau le plus profond des entrailles que nous prenons conscience de notre affectivité et que nous apprenons à la gérer pour qu'elle devienne notre "radar" social.

Notre être physique ne peut tenir sans une solide colonne vertébrale. Nous considérons la colonne vertébrale comme l'ensemble des valeurs qui soutiennent et guident notre être tout entier.

Être habituellement conscient de nos propres valeurs, cela affecte la qualité de nos attitudes et détermine notre comportement dans la vie.

La spiritualité personnelle



Notre épanouissement n'est complet que lorsque notre être physique s'ouvre harmonieusement à notre être spirituel. Cette dimension spirituelle est beaucoup plus grande, et se trouve en nous, au-dessus de nous, au dessous de nous et autour de nous. Quand nous réfléchissons à cet épanouissement, nous admirons notre Dieu créateur. Nous découvrons la proximité de Jésus qui nous oriente ; nous découvrons son plan de salut, l'intimité de l'Esprit Saint qui nous guide sur notre parcours, approfondissant notre recherche, nous tournant vers les autres dans un esprit de partage intime et d'hospitalité.

Peut-être était-ce cette recherche d'épanouissement personnel qu'évoquait saint Augustin quand il disait : *"Mon cœur est sans repos, jusqu'à ce qu'il repose en Toi, Seigneur"*.

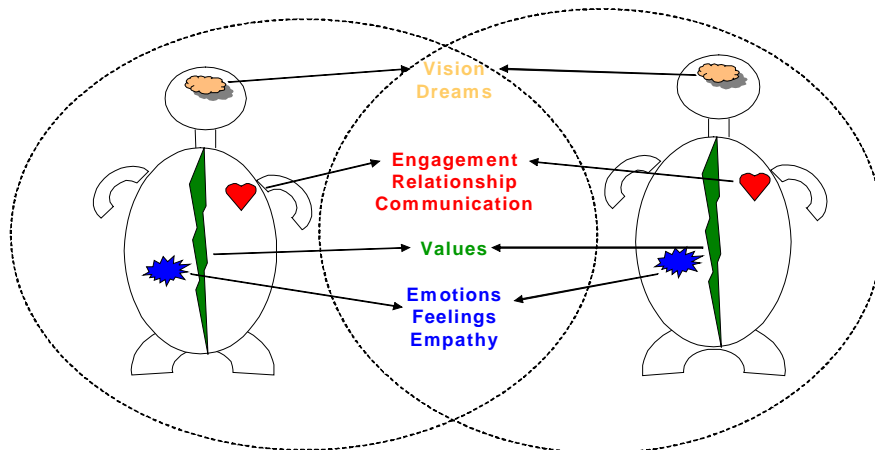
Quand nous nous fermons à cette recherche spirituelle, nous nous rendons compte que nous sommes souvent entraînés, et même parfois obsédés, par notre être corporel, par les exigences de nos responsabilités dans le monde. Nos besoins physiques, sociaux, mentaux, et affectifs se disputent notre attention. Une complaisance excessive à nos besoins temporels, peut nous faire perdre le sens de l'équilibre. Nous risquons de ne plus être attentifs à la part spirituelle de notre être. Nous risquons par facilité de ruiner toute notre personnalité.

Notre spiritualité est très mystérieuse et très difficile à décrire ou à définir. L'esprit, nos sens ne peuvent le percevoir et c'est souvent aussi le premier aspect de notre personnalité qui nous échappe, alors que nous nous concentrons sur la part matérielle de notre vie. Alors nous nous intéressons moins à Dieu. De plus en plus, nous durcissons notre cœur dans une certaine tension pour obtenir des résultats au travail, dans la société, dans la famille, dans nos relations les plus immédiates, même en nous-mêmes. De la sorte, nous nous enfermons en nous-mêmes, et nous nous trouvons loin de tout, brisés et isolés. Le monde actuel provoque ces tensions en chacun de nous.

À mesure que nous progressons vers Dieu, notre spiritualité se développe et nous sommes attirés vers l'Esprit de Jésus. « Quand vous regardez le Christ avec le cœur, au-delà des mots, vous devenez semblables à lui presque sans le savoir » (Guillaume de Saint-Thierry).

Nous devenons de plus en plus conscients, conscients de nous-mêmes, d'être uniques, de notre environnement dans la magnifique création de Dieu, conscients de l'existence de nos frères et sœurs en humanité. C'est ainsi que Jésus nous guide pour nous affirmer nous-mêmes et nous faire saisir le merveilleux déploiement de la personnalité de l'autre, tandis que nous grandissons ensemble dans l'amour pour arriver à la plénitude de notre humanité. Ces fondements créent un cadre où l'on va de la solitude personnelle vers des relations d'une profonde intimité dans un esprit joyeux et une disposition à l'accueil de l'autre. C'est ainsi que nous concevons la spiritualité conjugale.

Grâce à cette prise de conscience et dans le développement de notre spiritualité, nous allons vers les autres, dans un esprit qui inclut l'intimité, l'attention, la tendresse qui touche aussi notre relation avec Dieu.



Quand nous rencontrons quelqu'un pour la première fois et que nous nous rendons compte qu'il importe dans nos vies, une relation unique s'instaure. Par cette première poignée de mains, ce premier sourire, ce premier baiser, deux esprits se rencontrent et par cette union spirituelle le couple commence à réaliser et à découvrir l'existence de deux personnes, de deux esprits.

Trente ans après notre première rencontre, chacun de nous se rappelle encore très vivement ce premier contact, ce premier baiser et la surprise d'être aimé.

À d'autres moments de notre vie commune, en des moments d'intimité profonde, le fond de notre être s'ouvre – perçu par l'autre.

Nous gardons le souvenir de ces moments comme des moments importants. Nous nous autorisons mutuellement à être vulnérables et notre confiance s'approfondit. Lorsqu'une telle union spirituelle peut s'approfondir, chaque personnalité s'approfondit tournée l'une vers l'autre, et ensemble vers Dieu. Au long de cette croissance, les fruits de l'esprit – bonté, gentillesse, patience - sont abondants.

Cependant, les défis humains dont nous parlions, créent d'inévitables obstacles au développement de la relation. En affrontant ensemble ces obstacles, le couple grandit dans un nouvel esprit d'union, en même temps que grandit la personnalité de chacun et son être spirituel.

Le Sacrement du Mariage

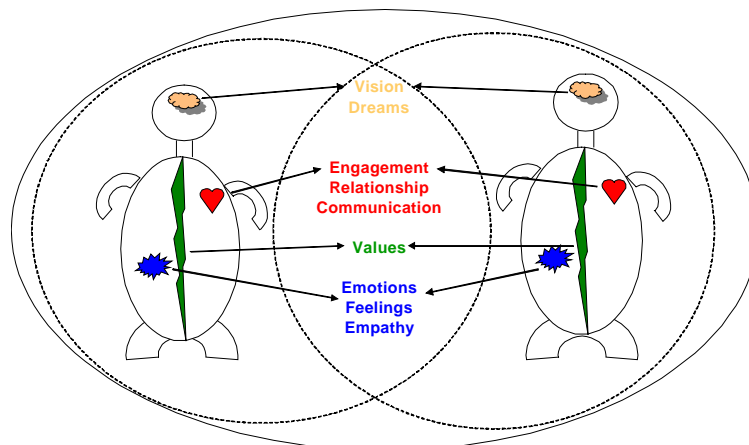
Deux personnes qui ont poursuivi ensemble leur recherche, qui ont grandi de cette manière et qui ont progressé dans leur confiance mutuelle sont capables de se promettre l'un à l'autre pour la vie :

- de s'aimer et d'avoir soin de l'autre,
- en union avec l'Esprit Saint de mettre au monde le fruit de leur amour pour la continuité de leur communauté,
- de donner le meilleur d'eux-mêmes pour l'éducation, le soin et la croissance de leurs enfants.
- se soutenant l'un l'autre, dans leur famille, dans la société, de développer un esprit d'hospitalité pour rendre effectif le plan de salut de Jésus et faire advenir le Royaume de Dieu sur terre.

Quand est pris un tel engagement dans le Sacrement du Mariage, les deux deviennent un couple et la vie spirituelle du couple prend une nouvelle dimension et un nouvel élan.

Par la grâce du sacrement, Jésus est présent en nous le jour de notre mariage et continue à être présent en nous d'une manière unique, chaque fois que nous réalisons ce que nous nous sommes promis, chaque fois que nous nous rendons service l'un l'autre, que nous nous unissons, que nous nous tournons vers l'autre dans un esprit de pardon et qu'ensemble nous écoutons Jésus qui nous appelle à une nouvelle manière de vivre.

La Spiritualité du couple



Si la spiritualité individuelle dont nous parlions plus haut consiste à construire la personne, nous croyons que dans la spiritualité conjugale la personne apprend à se donner. Chaque individu continue à grandir sur son propre itinéraire spirituel et ainsi se tourne vers son conjoint dans un esprit de don, pour aider l'autre à avancer dans son épanouissement. En développant leur projet commun, où le couple partage ses rêves, ses aspirations, ses espoirs, tout en tenant compte de la réalité des implications pratiques du travail, de la famille, de la sécurité, ils peuvent en couple réaliser leur projet pour cette vie et au-delà...

Apprendre de nouvelles manières d'écouter, d'entrer en relation, d'aimer, de parler le langage du cœur, de s'engager en vérité, de s'appartenir, cela aide le couple à vivre dans la joie, le bonheur, la gaieté et l'ouverture aux besoins des autres.

Même en développant les meilleurs modes de communication du cœur, nous avons toujours besoin de comprendre nos propres sentiments et nos émotions. Nous avons toujours à nous rendre compte des sentiments de notre conjoint, ainsi nous pouvons partager le plus profond de nous-mêmes avec une véritable empathie. Nous devons nous communiquer l'un à l'autre notre système de valeurs et développer un ensemble de valeurs qui reflètent notre foi chrétienne.

Nous aidons-nous mutuellement sur ce chemin d'intégrité, de justice, d'humilité, d'égalité ?

Nous aidons-nous mutuellement à vivre et à partager nos valeurs ?

Apprenons-nous ensemble à partager, à pardonner, à aimer ?

Vivons-nous la Parole de l'ancien prophète Michée qui disait : « Ce que le Seigneur réclame de toi : rien d'autre que d'accomplir la justice, d'aimer la bonté et de marcher humblement avec ton Dieu » (Mi 6, 8) ?

Durant nos vingt-six années de mariage, nous avons fait face à beaucoup de défis qui se présentaient pour chacun de nous et dans notre couple. Nous sommes conscients que le monde nous pousse vers le matérialisme et l'individualisme. Nous nous rendons bien compte aussi que c'est là la réalité du monde où nous vivons.

Il y a douze ans, nous étions très occupés par nos jeunes enfants et chacun de nous avait son propre travail. Mon affaire traversait une période très difficile. J'ai essayé de protéger Elaine des inquiétudes, mais plus je le faisais, plus notre relation devenait difficile. J'ai beaucoup prié. Finalement je m'en suis ouvert à Elaine et j'ai compris que, plutôt que d'en être blessée, elle me prêtait l'oreille attentive dont j'avais besoin. En partageant tout le poids de ce souci et en commençant à prier pour ce qui paraissait être sans issue, nous avons grandi ensemble. Même si l'entreprise devait échouer, nous commençons à bâtir ensemble notre nouveau projet, à réduire nos ambitions et à partager ce qui était réellement important à ce moment-là pour nous et pour nos enfants.

Quand nous portons un regard rétrospectif sur la tapisserie de nos vies, nous nous rappelons particulièrement cette confrontation et aussi d'autres moments sombres dans notre expérience et nous constatons que la main de Dieu nous a guidés et qu'il nous a réellement aimés. De telles confrontations nous ont aidés à vivre les valeurs dont nous parlions avec réalisme, tandis que notre expérience se développait et notre amour s'approfondissait. Ce qui nous avait alors paru désastreux, devint le début d'une nouvelle vie. Depuis, individuellement et en couple, nous cherchons à trouver l'équilibre entre les exigences du monde matériel et l'appel silencieux de l'esprit.

Comme Jésus le disait : « *Marthe, Marthe, tu te soucies et t'agites pour beaucoup de choses ; pourtant il en faut peu, une seule même* » (Lc 10, 41).

Nous avons besoin de nous aider l'un l'autre à trouver le juste milieu entre le physique, l'affectif, le social, l'intellectuel et le spirituel. C'est dans cet équilibre que grandit notre personnalité spirituelle et que notre couple progresse dans la spiritualité conjugale.

Nous nous rendons compte que nous devons être très déterminés pour vivre chrétiennement dans le monde d'aujourd'hui.

En nous aidant l'un l'autre à avancer dans la spiritualité, il est important de saisir que pour progresser il faut nous nous laisser guider par Jésus et son Esprit Saint.

Une telle croissance doit prendre du temps et c'est progressivement que l'on devient « le reflet de Dieu ». Ce « reflet » de Dieu demande de longues réflexions et du silence, pour se mettre à l'écoute de l'Esprit.

Mary Mc Aleese, notre Présidente d'Irlande, écrit ceci dans son livre « Être réconcilié, l'Amour au milieu du chaos » : « *L'herbe devient verte et luxuriante en silence, les arbres grandissent et deviennent majestueux en silence. La fleur s'ouvre dans le silence* ».

Pour grandir spirituellement comme couple, nous devons nous aider mutuellement à grandir comme personne. Nous avons découvert que nous devons laisser l'autre libre d'avoir du temps de silence, afin de se mettre à l'écoute de l'Esprit Saint. Nous avons aussi besoin de dégager du temps afin d'échanger sur le dessein de Jésus pour l'humanité. Nous avons besoin d'occasions pour prier ensemble en présence de Dieu, et ainsi développer notre relation

d'amitié dans l'unité pour qu'un jour nous nous retrouvions au ciel non comme des étrangers mais comme des êtres spirituels ayant parcouru leur chemin ensemble.

Les Équipes Notre-Dame : une réponse

Pour conclure, nous voudrions considérer notre Mouvement : les Équipes Notre-Dame.

Si nous présentons les Équipes comme un **Mouvement de spiritualité conjugale**, que nous apporte-t-il et comment peut-il être utile à d'autres couples pour développer leur vie spirituelle commune ? Assurément, le cadre que les Équipes proposent au couple est conçu pour la spiritualité du couple.

Nos réunions d'équipes créent une atmosphère de formation pour une meilleure prise de conscience, pour le dialogue, pour rencontrer Jésus à travers nos échanges avec les autres couples de l'équipe et les conseillers spirituels.

Notre mise en commun et notre thème d'étude nous forment pour faire face aux défis du monde et l'art de la relation en couple.

Jésus est présent dès nos repas partagés et le temps passé ensemble, mais plus spécialement quand nous prions ensemble sur la **Sainte Écriture**.

Quand nous partageons sur les **Points concrets d'effort**, nous nous aidons les uns les autres d'une manière vraiment chrétienne, pour renouveler l'approfondissement et le développement de la personne, du couple et de notre relation à Dieu.

Nous croyons que notre **Devoir de s'asseoir** nous donne la possibilité, ensemble, en présence de l'Esprit Saint :

- de nous affirmer l'un avec l'autre comme couple ;
- de revoir notre progression à la lumière des valeurs évangéliques ;
- de préparer nos projets d'avenir en couple et en famille.

Nous croyons que notre pratique de la prière personnelle est notre rencontre avec Jésus, nous donnant les mêmes ouvertures que celle de saint Paul, lorsqu'il disait aux Éphésiens :

« Que le Père daigne, selon la richesse de sa gloire, vous armer de puissance par son Esprit pour que se fortifie en vous l'homme intérieur, que le Christ habite en vos cœurs par la foi, et que vous soyez enracinés, fondés dans l'amour. Ainsi, vous recevrez la force de comprendre, avec tous les saints, ce qu'est la Largeur, la Longueur, la Hauteur et la Profondeur, vous connaîtrez l'amour du Christ qui surpasse toute connaissance, et vous entrerez par votre plénitude dans toute la Plénitude de Dieu » (Ep 3, 15-21).

Nous croyons que grâce aux points concrets d'effort et avec notre étude de l'Écriture, la prière familiale et conjugale nous avançons doucement ensemble vers une relation plus intime avec le Dieu vivant.

Nous rendons grâce à Dieu pour la spiritualité conjugale.

Nous le remercions pour notre sacrement de mariage.

Nous le remercions de permettre la rencontre de nos deux esprits.

Nous le remercions pour le don de notre Mouvement qui nous a aidés à développer la spiritualité de notre couple.

Nous avons le sentiment que comme couples, c'est pour nous une grâce de partager ensemble notre sens de la vie, nos espérances, nos valeurs et nos rêves dans une petite communauté chrétienne, « éveillant l'un en l'autre le sens du sacré » (John O'Donoghue - Aimn Cara)

CONCLUSION

Michael Paul Gallagher s.j.

Ayant maintenant écouté le riche témoignage de John et d'Elaine, on m'a demandé de proposer une brève réponse et une conclusion à notre présentation partagée. Ce qui me frappe, c'est que la spiritualité conjugale réunit l'ordinaire et l'extraordinaire. La plupart du temps c'est très ordinaire, c'est enraciné dans les diverses manières de se donner quotidiennement dans le cadre d'une famille. Cet abandon de soi est incarné plus que mystique. Mais il y a aussi des moments de grâce extraordinaire et de montée dans la vie d'un couple. Ils peuvent survenir dans la traversée de moments de trouble et de crise, ou ils peuvent survenir dans la joie et le sentiment de parcourir une merveilleuse route à deux avec le Seigneur. Les engagements demandés par les Équipes sont structurés avec sagesse et constituent une base solide pour renouveler les relations humaines et spirituelles imbriquées de manière unique dans le mariage.

Je termine dans cet esprit en évoquant brièvement un couple que je connais et que j'aime bien, dont j'ai célébré le mariage il y a quelques années. Ils avaient surmonté de nombreuses difficultés avant d'arriver à cet autel. Tous deux étaient toxico-dépendants et dans une honnêteté exigeante et grâce à une thérapie, ils sont arrivés à rétablir en eux une humanité constructive et vulnérable. J'ai leur photo près de mon lit dans ma chambre à Rome. Je la regardais souvent quand j'avais mes soucis de santé l'année dernière. Elle me rappelle la beauté exigeante et courageuse de ce qu'est le mariage. Il faut beaucoup de franchise pour grandir. Beaucoup de fragilité se découvre à mesure que les années passent. Mais, au-dessus de cette image, il y a aussi un crucifix, comme pour rappeler que vous n'êtes jamais seuls dans vos combats ou dans vos joies. Quelqu'un, qui est Dieu de manière stupéfiante, vous accompagne tout au long de vos années communes, et c'est là l'axe secret d'une spiritualité chrétienne du mariage.

* * *