1

Avant de dire « oui »

Le temps des fiançailles

ILLUSTRATION

« Comment ça va avec Adèle ? », demande Tim en enfilant sa chemise.

Ben tire la fermeture éclair de son sac de gym et soupire. « Bien.

– Alors, pourquoi ce soupir ?

– À vrai dire, je commence à me poser des questions sur notre relation. »

Tim toussote. « Il me semblait t'avoir entendu dire qu'Adèle était *celle* qu'il te fallait. N'envisageais-tu pas déjà d'acheter une bague ?

– Euh… oui, admet Ben, mais je commence à voir dans notre relation des choses que je n'apprécie pas.

– Nous y voilà ! marmonne Tim.

– Non, ce n'est pas ça, proteste Ben. Tu dis que je suis trop difficile, mais ce n'est pas vrai. Chaque fois que j'ai mis fin à une relation, c'était pour une très bonne raison.

Présentation sommaire

1. Une période de fiançailles réfléchie est un excellent moyen de préparer le mariage.
2. Les intérêts communs, l'attirance personnelle et l'engagement parental sont des ingrédients importants pour la réussite des fiançailles.
3. Comme le mariage est un processus dans lequel deux personnes deviennent un, il est sage de fréquenter une personne avec laquelle vous pourrez construire l'unité.

– D'accord. Comme lorsque tu as rompu avec Anne parce qu'elle parlait trop pendant que tu jouais au golf !

– Elle m'a fait perdre au moins trois coups à cette partie.

– Ou comme lorsque tu as laissé tomber Léa parce qu'elle te demandait pourquoi tu achetais tellement de vinyles.

– Je vais t'expliquer comment cette manie de tout contrôler s'est terminée. Léa a commencé par une question anodine, mais elle aurait terminé avec la vente de tous mes disques sur Internet. Je le sais bien.

– Cette excuse ne mérite même pas une réponse. Quel est donc ton problème avec Adèle ? Elle est jolie, drôle, créative. Elle aime les enfants, tout comme toi-même. Elle aime le golf, toi aussi. Comme toi, elle vient d'une famille unie. Elle a tout ce que tu cherchais. Pourquoi remets-tu en question votre relation ?

– À cause de ses couverts.

– Pardon ?

– Elle m'a invité à manger samedi, explique Ben, et juste au moment où j'allais prendre ma première bouchée, j'ai constaté un peu de sauce séchée sur ma fourchette. »

Tim le regarde avec de grands yeux.

« Qu'attendait-elle de moi ? », poursuit Ben sans prêter attention au regard incrédule de Tim. « Lui prouver mon amour en m'intoxiquant gravement ? J'étais tellement dégoûté, que je n'ai plus pu la regarder en face pendant le souper.

– Effectivement, à la lumière d'une violation aussi flagrante des arts de la table, je n'ai pas beaucoup d'espoir pour votre relation.

– Tu peux bien en rire, mais ce n'est pas toi qui as vu cette fourchette ! »

Tim ferme l'armoire du vestiaire et se dirige vers la porte. « Tu pourras rendre certaines femmes très heureuses, dit-il par-dessus l'épaule, en ne les épousant pas. »

Vous vous demandez probablement ce qu'un chapitre sur les fiançailles vient faire dans un livre consacré aux relations familiales. Mais les familles ne débutent-elles pas quelque part ? Les fiançailles ou fréquentations constituent un point de départ logique pour une discussion sur la famille parce que beaucoup de modèles et de dynamiques de relations familiales ont leur origine dans la période des relations amoureuses. Commençons donc par le commencement… ou du moins près du commencement pour la plupart des couples qui prononceront le « oui » devant l'officier d'état-civil. Si vous avez déjà prononcé ce mot, ce chapitre sera une bonne révision du

pourquoi et du comment vous vous êtes unis dans cette relation gratifiante et stimulante.

À l'évidence, le sujet des fréquentations avant mariage est trop vaste pour tenir dans un seul chapitre. Ce que nous allons donc faire, c'est de nous concentrer sur quatre domaines particuliers qui ont un lien avec le mariage (et finalement avec les relations familiales) :

1. Pourquoi une période de fiançailles
2. Ce qu'il faut éviter
3. Que rechercher chez l'éventuel conjoint
4. Ce que vous devez rechercher dans votre relation amoureuse

L'avantage à tirer des fiançailles

Demandez à une douzaine de personnes pourquoi elles fréquentent une personne du sexe opposé, et vous obtiendrez probablement une douzaine de réponses différentes. Certaines peuvent être profondes (« Je veux trouver l'âme sœur »), d'autres, beaucoup plus superficielles (« Je n'aime pas aller seul au cinéma »). Les fiançailles peuvent donc revêtir une signification différente selon les personnes.

Pour ceux qui prennent ces relations sentimentales au sérieux – qui les considèrent comme autre chose qu'un moyen de tuer le temps le vendredi soir – nous suggérons quatre raisons qui plaident pour une période de fiançailles.

1. Les fiançailles font acquérir une certaine expérience du sexe opposé

Si le mariage était une profession médicale, les fiançailles correspondraient à la période de l'internat. La fréquentation sociale de personnes du sexe opposé procure la « formation » nécessaire pour devenir un candidat valable au mariage (tout comme l'internat donne à l'étudiant en médecine ce qui lui faut pour devenir un bon médecin). Plus vous passez de temps avec un garçon ou une fille dans un contexte social, plus vous serez à l'aise avec eux. Et plus vous serez à l'aise, plus votre vie sentimentale sera réussie.

Sagesse de toujours

Quand j'ai rencontré Jeanne, j'ai senti que Dieu descendait du ciel, me tirait les cheveux et me disait : « Celle-ci, gros bêta ! »

– Richard Atcheson

Si votre connaissance du sexe opposé vous vient des efforts accomplis pour tenter de coexister à côté d'un frère ou d'une sœur dans la maison familiale, la fréquentation amoureuse vous donnera une toute nouvelle appréciation des différences qu'un chromosome peut apporter. En même

temps, la fréquentation d'une personne de sexe opposé vous fera rapidement comprendre que dans bien des domaines, les hommes et les femmes sont beaucoup plus semblables que vous l'imaginez (ou que vous voulez bien l'admettre).

Passer du temps avec une personne du sexe opposé dans un contexte social est une bonne manière de la « démystifier ». En l'absence de toute expérience personnelle réelle des membres du sexe opposé, les garçons et les filles ont tendance à se créer des stéréotypes mentaux. Le fait d'interagir régulièrement avec votre opposé chromosomique permet plus facilement de briser ces stéréotypes et les notions idéalisées pour les remplacer par des opinions ancrées dans la réalité.

Estelle avait des idées bien arrêtées sur les hommes et sur ce qu'ils attendent des femmes, des idées basées sur la manière dont son père traitait sa mère… jusqu'au moment où elle commença à apprendre à connaître vraiment un garçon qui ne ressemblait en rien à son père. Elle n'avait jamais eu de relations amoureuses sérieuses, mais elle sait maintenant qu'elle est capable d'en avoir, alors qu'avant, elle n'en était pas sûre.

Pascal plaçait certaines des étudiantes qui sont dans la même classe que lui sur un piédestal. Ses pensées vagabondaient dans la classe et il se mettait à brosser dans son esprit des portraits idéalisés de ce qu'étaient ses copines de classe. Plus tard, il eut l'occasion de sortir avec une de ces filles. Il découvrit pour le meilleur ou pour le pire que ces « filles imaginaires » étaient en fait des filles bien réelles, avec le même genre de faiblesses et de traits de caractère déplaisants que n'importe qui. Il découvrit aussi qu'il était plus facile de discuter avec une personne en chair et en os qu'avec un personnage imaginaire.

Oubliez l'idée de vouloir à tout prix comprendre parfaitement le sexe opposé. Il y a tout simplement certaines choses que nous n'avons pas besoin de savoir. La fréquentation d'une personne de l'autre sexe doit vous donner une idée générale de la manière de raisonner des filles et des garçons, de ce qui compte surtout pour eux ou pour elles et vous dire comment communiquer le mieux avec elles ou avec eux. Toute cette information viendra à point lorsque vous déciderez de vous marier.

2. Les fiançailles aident à développer et à améliorer votre personnalité

Si vous êtes parfaitement satisfait de tous les aspects de votre personnalité, si vous êtes convaincu sans l'ombre d'un doute que vous n'avez pas besoin de changer quoi que ce soit en vous, il vaut alors mieux envisager autre chose que des fréquentations sentimentales. Plus que n'importe quel autre type d'interaction, le mécanisme des relations amoureuses a tendance à mettre en lumière certains des aspects moins parfaits de notre personnalité.

Si vous êtes ouvert à l'idée de vous examiner vous-même – votre façon de parler, d'écouter, de vous conduire en public, de traiter les autres – votre relation amoureuse vous procurera certainement un trésor d'informations utiles. La clé consiste à reconnaître les signes que vos rendez-vous amoureux vous donnent.

Thierry trouvait son identité en étant le boute-en-train dans les soirées mondaines. Les gens l'aimaient (du moins le pensait-il) parce qu'il était toujours là pour dire ou faire quelque chose d'amusant. Un soir, dans un restaurant, alors qu'il donnait du fil à retordre à la serveuse en prétendant ne pas savoir lire, il vit que sa dulcinée était mal à l'aise. Ses amis avaient toujours encouragé ses mauvais tours ; il fut donc choqué de voir une personne avec qui il aimait passer du temps gênée par son comportement. Cela le marqua tellement que depuis ce soir-là, il fait un effort conscient pour être plus modéré – et supportable – en société.

Cela ne veut pas dire que vous devez créer votre identité en vous basant uniquement sur les préférences de la personne que vous courtisez. Votre fréquentation sentimentale peut vous donner de votre personnalité un aperçu susceptible d'expliquer pourquoi les gens se comportent à votre égard comme ils le font. Ce sera une bonne chose à savoir dès lors que vous vous engagez dans une relation conjugale à vie.

3. Les fiançailles vous donnent l'occasion d'intervenir dans la vie d'autrui

Il ne s'agit pas de jouer les psys ! Nous ne parlons pas du genre de contributions qui aboutissent inévitablement à rappeler des souvenirs passés qui arrachent des larmes, ou des réunions surprises vingt ans après les faits. Nous pensons plutôt aux petites contributions quotidiennes qui préparent la voie à des changements majeurs dans la vie d'une personne.

Catherine était une étudiante de deuxième année à l'université, une fille introvertie, empotée, embarrassée lorsqu'elle commença à sortir avec Serge. Dès le début de leur relation, Serge prit l'habitude de dire à Catherine à quel point elle était jolie. Il l'écoutait avec intérêt chaque fois qu'elle prenait le courage de dire quelque chose. Il riait à gorge déployée à chacune de ses blagues à peine audibles. Il lui communiqua un sentiment d'importance. Durant les huit mois de leur fréquentation sentimentale, la confiance de Catherine en elle-même se développa de façon considérable. Serge aida Catherine à sortir de sa coquille et l'encouragea à faire valoir son potentiel. Leur relation amoureuse n'a pas duré, mais ses effets certainement. Aujourd'hui, Catherine une est femme enjouée, sûre d'elle-même et dirige efficacement une entreprise.

Sachez cependant que Catherine n'est pas la seule à avoir tiré profit des sorties en tête à tête avec Serge. Lui-même s'est rendu compte à quel point

ses remarques et ses encouragements avaient aidé la jeune fille à s'épanouir et à devenir une nouvelle personne. Du coup, il est ressorti de cette expérience sentimentale avec la confiance qu'il pouvait aider d'autres personnes, et avec le désir de le faire. Il y a fort à parier que la femme que Serge épousera bénéficiera de ce qu'il a appris dans sa fréquentation de Catherine.

En somme, vous avez quelque chose à offrir aux personnes avec lesquelles vous sortez en amoureux, et ces personnes ont quelque chose à vous offrir en retour. Si ces cadeaux mutuels n'aboutissent pas forcément au mariage, ils peuvent cependant légèrement changer des vies.

4. Les fiançailles aident à découvrir la personnalité de celui que vous désirez épouser

Déblayons tout de suite le terrain : Monsieur Parfait n'existe pas. Madame Parfaite non plus. Il n'existe aucune personne parfaite qui vous attend en bas de votre balcon. Si votre idée de ce que devrait être votre conjoint plonge sa racine à Hollywood, faites-vous violence et repensez tout à nouveau son profil.

Si la liste des qualités que doit posséder l'élu(e) de votre cœur inclut des expressions du genre : « superbe à couper le souffle », « incroyablement riche », « suprêmement intelligent(e) » ou « terriblement efficace », ne faites pas de projets de lune de miel à court terme ! Vous pourriez devoir attendre longtemps !

Sagesse de toujours

Un jeune marié : un homme surpris par l'issue de ce qu'il croyait simplement être un petit flirt innocent.

– Anonyme

Il n'y a aucun mal à nourrir des attentes élevées quant à votre futur conjoint, aussi longtemps qu'elles n'excluent pas tout le monde ! C'est là que les fiançailles se révèlent utiles. Si vous côtoyez quelqu'un dans un contexte social, vous découvrirez quelles sont les qualités qui vous paraissent vraiment importantes et lesquelles ne sont finalement que secondaires. Vous découvrirez le genre de personnalité avec laquelle vous vous entendrez à merveille dès le début et celle avec laquelle vous serez rapidement en désaccord important. Bref, vous saurez quelles sont les choses sur lesquelles vous ne devez pas transiger.

Il est très probable que vous serez surpris par vos découvertes. Des qualités qui autrefois revêtaient beaucoup d'importance en perdent lorsqu'on fait la connaissance de personnes dotées de qualités plus intéressantes.

Par exemple, à partir du moment où *la richesse* perd de son importance à vos yeux, elle peut être remplacée par *l'honnêteté* sur la liste des vertus que doit posséder votre futur conjoint. De même, au lieu de viser une personne

axée sur le succès, vous pouvez finir par préférer une personne axée sur la famille. Plus vous interagissez avec un conjoint potentiel, plus vous accumulez d'informations en vue du choix d'un ou d'une partenaire à vie.

Le père de Morgane était un grand joueur de football, et Morgane grandit avec le désir d'épouser le même genre d'homme. Au lycée et à l'université, Morgane n'a fréquenté que des footballeurs, jusque vers le milieu de sa dernière année d'université. À partir de ce moment, elle s'est rendu compte qu'elle s'intéressait davantage au cours de photographie et de création littéraire qu'aux sportifs. Elle découvrit que pour elle, la créativité passait avant la célébrité.

Le rêve de tomber sur Monsieur Parfait ou Madame Parfaite est tenace. Vous avez beau être sceptique, il est très probable que dans un coin de votre cerveau se loge l'espoir de rencontrer cette personne unique qui vous emballera, répondra à tous vos besoins et satisfera tous vos critères.

Sagesse de toujours

Le mariage est une noble institution, mais je ne suis pas prêt à épouser une institution.

– Mae West

Heureusement, plus vous fréquenterez une personne, plus vous constaterez combien l'imperfection est répandue. Une fois arrivé à la conclusion que personne ne peut incarner tous les attributs et toutes les vertus que vous recherchez, vous serez obligé de préciser ce que vous cherchez chez une personne avec laquelle vous passez du temps. C'est le premier pas vers une mentalité de personne qui cherche à se marier.

Ce qu'il faut éviter

Il ne s'agit pas de vous dire pourquoi vous devez toujours sortir en groupe ou avoir une idée complète de l'arrière-plan de la personne que vous fréquentez. Le but de cette section est de mettre en lumière certaines erreurs de fréquentations susceptibles de compromettre une relation durable.

1. Ne laissez pas les questions physiques dominer votre relation

Si votre fréquentation amoureuse dure longtemps, il y a de grandes chances pour que vous trouviez plusieurs raisons valables de passer à l'exploration du domaine physique. Parmi ces raisons, mentionnons :

- « La relation sexuelle est une façon d'exprimer notre amour l'un pour l'autre. »
- « Nous devons savoir si, oui ou non, nous sommes compatibles sur le plan physique. »
- « C'est l'étape logique suivante dans notre relation. »

Permettez-nous de vous indiquer une bonne raison de mettre en attente vos projets d'exploration physique : la sexualité dominera tous les autres aspects de votre relation sentimentale.

Nous n'abordons même pas les raisons morales contre les relations sexuelles pré-maritales Nous ne voulons pas non plus parler de grossesses accidentelles ni de maladies sexuelles transmissibles. Nous n'évoquons pas non plus la question de l'image rabaissée de soi qui tourmente les personnes qui ont eu une vie sexuelle active avant le mariage. (Bien sûr, rien ne vous interdit de réfléchir à ces questions la prochaine fois que vous serez tenté de repousser les limites de votre relation amoureuse.)

Voici sur quoi nous voulons insister : une fois que l'intimité physique s'introduit dans la relation entre deux amoureux, les questions qu'ils se posent pour mieux se connaître, les discussions intéressantes et le plaisir d'être ensemble perdent de leur importance. La relation devient souvent moins stable au fur et à mesure que la vie sexuelle prend plus de place dans le temps que les amoureux passent ensemble.

Hélas, ce n'est généralement pas une faute dont les couples tirent des leçons. On ne peut revenir en arrière sur une relation physique, même si on se rend compte que c'était une erreur. Une fois que certaines limites ont été franchies une fois, il y a de fortes chances qu'elles soient violées une seconde fois. Et de nouveau. Et de nouveau.

Si vous avez déjà introduit une relation physique dans votre fréquentation sentimentale, ou si vous voyez vos limites se rapprocher rapidement, vous devez réévaluer votre relation amoureuse et vous fixer certaines règles et lignes directrices sérieuses auxquelles vous tenir. Cela peut signifier changer de lieu de rendez-vous et modifier ce que vous faites à l'occasion de vos rendez-vous. Peut-être devrez-vous amputer le temps que vous passez seul(e) avec le ou la bien-aimé(e). Ou changer la façon d'exprimer physiquement votre amour réciproque. Ou encore prévoir de faire davantage de choses avec d'autres couples ou groupes.

2. Ne vous précipitez pas dans une relation exclusive

Vous avez sans doute connaissance de témoignages de « coup de foudre » (« Mon mari et moi nous nous sommes rencontrés en sixième, nous nous sommes fréquentés de façon exclusive à la fin du lycée et nous nous sommes mariés pendant nos études universitaires. Dans toute notre vie, aucun de nous n'a jamais fréquenté quelqu'un d'autre. Nous sommes heureux en mariage depuis vingt-deux ans, etc. »). Mais parfois la réalité est moins romantique (« J'avais tellement peur de ne pas trouver de conjoint que j'ai épousé la première personne qui a accepté de sortir avec moi. Cela fait maintenant cinq ans que nous sommes mariés, et même si j'aime mon conjoint, je me demande parfois si je n'aurais pas pu trouver quelqu'un de mieux. »)

Nous avons signalé plus haut dans ce chapitre que le fait de sortir avec quelqu'un peut vous donner une bonne expérience dans vos rapports avec le sexe opposé mais il ne faut pas que la peur et l'insécurité vous poussent à vous engager trop tôt dans la phase « relation sentimentale » de votre vie. Ces gens craignent que s'ils ne s'acoquinent pas avec le premier venu, ils risquent de ne plus jamais avoir l'occasion de nouer une relation sentimentale. Et si une relation solidement engagée peut vous procurer un sentiment de sécurité, elle peut aussi réduire vos chances de rencontrer et d'interagir avec des membres vraiment intéressants du sexe opposé, des gens qui, si vous leur en donnez l'occasion, pourraient vous ouvrir les yeux sur des possibilités de nouer des relations plus profondes et plus gratifiantes.

Nous ne voulons pas dire que votre carnet de rendez-vous doit avoir la taille d'un roman ni que la quantité doive devenir la priorité numéro un en matière de fréquentation sentimentale. Nous vous suggérons simplement de profiter pleinement du grand éventail d'occasions que vous offrent les rencontres et les sorties avec des personnes du sexe opposé dans un contexte social avant de se lancer dans l'aventure des fiançailles.

3. Ne soyez pas aveuglés par le romanesque

Pour ceux d'entre vous qui sont déjà engagés dans une longue relation sentimentale, nous arrivons à la partie du livre où nous allons briser en mille morceaux vos lunettes roses.

Examinons trois données qui se retrouvent dans toute relation sentimentale.

1. Nous avons tous nos points forts et nos points faibles en matière d'apparence, de talents, d'arrière-plan, de personnalité et de caractère.
2. Lorsque la dimension romantique prime dans notre fréquentation d'une personne du sexe opposé, il est facile de surévaluer ses points forts et de minimiser ses points faibles. (« Je ne peux croire que certains collègues de Laurence la jugent détestable. Ils ne se rendent pas compte qu'elle ne fait que vouloir les aider quand elle leur dit qu'ils ont tort. » « Philippe n'est pas muet ; simplement, les choses auxquelles vous devez réfléchir ne l'intéressent pas. »)
3. Minimiser les points faibles d'une personne peut se révéler néfaste à terme. (C'est malheureusement une erreur dont on se rend habituellement compte après-coup.)

Si vous pensez ne pas être aveuglé par l'aspect romantique, essayez l'exercice suivant. En compagnie de votre bien-aimé(e), dressez chacun la liste de tout ce que vous aimez chez l'autre. Il y a de fortes chances que deux tourtereaux passeront des heures à détailler les millions de qualités qui

les rendent tellement précieux l'un pour l'autre. Lorsque vous aurez terminé d'énumérer les qualités, faites la liste des choses que vous n'appréciez pas chez l'autre, ou qui pourraient devenir des problèmes dans la relation.

Consignez tout par écrit – ce qui est beau, ce qui l'est moins et ce qui est franchement laid.

Qu'avez-vous ressenti en notant certains des aspects les moins flatteurs chez votre vis-à-vis si spécial ? Avez-vous eu du mal à discerner des défauts dans la cuirasse ? Cet exercice vous a-t-il mis mal à l'aise ? Si c'est le cas, l'aspect romantique vous aveugle peut-être.

Dans les premiers temps de la fréquentation amoureuse, l'aveuglement romantique n'est pas forcément une mauvaise chose. C'est quelque chose de mignon et de tendre, mais avec le temps, il peut devenir dangereux. Tôt ou tard, il vous faudra accepter le fait que la personne avec laquelle vous sortez en amoureux n'est pas parfaite et qu'elle pourrait même rendre votre vie misérable en l'espace d'une décennie.

SAGESSE DE TOUJOURS

Le seul moment où une femme réussit vraiment à changer un homme, c'est quand il est bébé.

– JACOB BRAUDE

Plus tôt vous accepterez les nombreux points forts *et* les points faibles de la personne que vous fréquentez, plus votre relation a des chances de se prolonger. Vous ne le verrez sans doute jamais exprimé sur une carte de vœux, mais une relation amoureuse tire davantage profit d'un regard froid et objectif que d'un regard plein d'étoiles.

4. Ne vous laissez pas persuader que l'amour triomphe de tout

Combien de fois n'avez-vous pas entendu quelqu'un justifier sa fréquentation sentimentale en disant : « Tant que nous nous aimons, c'est l'essentiel ! » Demandez à des fiancés pourquoi ils vont se marier, et ils vous répondront : « Parce que nous nous aimons. »

Mais qu'est-ce que *l'amour* ? Est-ce ce sentiment à vous couper le souffle que vous éprouvez lorsque vous regardez quelqu'un les yeux dans les yeux ? Est-ce un sentiment vague de plus grand bonheur éprouvé en compagnie de quelqu'un que lorsque vous êtes seul ? Est-ce un sentiment tellement profond qu'on ne peut le décrire ?

Ce sont là des questions auxquelles vous devrez réfléchir tôt ou tard, parce que sinon, vous risquez de vous engager pour le restant de votre vie avec une personne sur la base d'une réaction physique qui peut se transformer en souffle au cœur ou en ulcère.

Une chose est certaine : les sentiments sont versatiles. (Dites-le dix fois !) Ils viennent et vont comme les modes. Que se passe-t-il lorsque vous ne

ressentez plus votre cœur battre plus vite en présence de votre bien-aimé(e) ? Cela signifie-t-il que vous n'êtes plus amoureux ? Devez-vous mettre fin à votre relation et commencer à chercher quelqu'un qui vous mettra en émoi ?

Ne comprenez pas mal : ce n'est pas une diatribe anti-amour. Les sensations physiques jouent un rôle très important dans toute relation romantique. L'essentiel est de ne pas accorder à ces sensations et à ces sentiments un rôle trop éminent dans votre relation amoureuse. Autrement dit, ne suivez pas seulement les penchants de votre cœur vers une relation purement romantique. Servez-vous aussi de votre raison. Faites concourir vos émotions et vos décisions rationnelles pour façonner votre relation.

Que rechercher chez l'éventuel conjoint

Si vous êtes absolument certain de ne pas vouloir que vos parents vous choisissent votre conjoint, c'est à vous que cette responsabilité incombe. Comment trouver un éventuel partenaire ? Même si nous ne pouvons vous dire exactement comment doit être votre élu(e), nous pouvons tout de même vous donner quelques principes à prendre en compte dans votre recherche.

Centres d'intérêt communs

On dit que lorsque deux personnes se marient, elles ne font plus qu'un. Il s'ensuit que si vous voulez construire une vie avec quelqu'un, vous devez commencer par un socle large et solide. L'idéal serait que ce socle soit fait des choses que les deux ont en commun dans les domaines spirituel, intellectuel, social, physique, moral et culturel.

Sans un socle commun, l'unité requise pour une vie conjugale réussie ne peut exister. C'est comme si vous vouliez construire quelque chose de solide en utilisant un mélange de béton et de carton ! Vous obtiendrez certainement quelque chose en carton-pâte, mais ce ne sera ni très joli, ni très solide.

Liens familiaux

Dans quelle mesure connaissez-vous les détails de la vie sentimentale de vos parents avant leur mariage ? En vue de passer une soirée détendue et instructive, invitez vos parents dans un salon de thé pour déguster une bonne pâtisserie. Posez-leur ensuite des questions sur la période de leur fréquentation amoureuse. (Préparer huit à dix questions.) Exemples de question : Qu'est-ce qui vous a attirés l'un vers l'autre ? Quelles différences avez-vous observées chez l'autre quand vous sortiez ensemble ? Comment avez-vous géré ces différences ?

Votre devoir pendant le temps des fréquentations est de découvrir ce que vous avez en commun avec votre partenaire et vous assurer ensuite que c'est

suffisant pour servir de fondement à une relation à vie. Ainsi, le fait d'aimer tous les deux la même marque de crème glacée et de penser que la réputation de tel réalisateur ou de tel acteur est surfaite ne suffit pas pour construire une relation sur du solide. En revanche, si vous venez tous les deux de familles unies, si vous aimez tous les deux voyager et faire du sport, si vous préférez tous les deux les soirées calmes à la maison aux sorties et à une vie sociale active, si vous êtes tous les deux fermement ancrés dans la foi chrétienne, vous disposez déjà d'un excellent fondement pour une relation durable.

Cela ne veut pas dire que vous et votre partenaire deviez vous correspondre en tous points. Les différences entre vous deux se révéleront aussi importantes que vos points communs pour le succès de votre relation. Dès le début de votre fréquentation, ayez le souci de trouver un terrain commun sur lequel édifier votre relation.

La beauté

Vous désirez épouser quelqu'un qui présente un attrait pour vous. Cette recherche peut sembler aussi évidente que vouloir trouver un emploi qui paie bien. Mais les deux mots qu'il faut garder à l'esprit sont « pour vous ».

Ne recherchez pas la top-modèle ou l'un des « dix célibataires les plus convoité(e)s » de votre ville. Trouvez quelqu'un que *vous* trouvez bien. Rappelez-vous que le charme peut grandir avec le temps – tout comme la laideur. Le caractère, l'attitude, l'intelligence et d'autres qualités internes peuvent rendre attrayante une personne ordinaire. Ils peuvent également faire perdre tout son attrait à l'être imbu de lui-même.

Des gens peuvent s'efforcer de vous persuader que « vous méritez mieux », mais pourquoi en tenir compte ? L'essentiel c'est que *vous* trouviez la personne attrayante, pas de façon superficielle, mais par ses qualités internes et externes. Sachez que si tout va bien, c'est une personne que vous allez regarder pendant quarante ans à partir de maintenant. Assurez-vous de trouver quelqu'un qui vous plaira encore après quatre décennies de vie commune.

La moralité

Pour une relation durable, il est absolument essentiel que les deux partenaires aient des principes moraux communs. Le scénario idéal serait que vous et votre futur conjoint arriviez vierges au mariage pour explorer ensemble les mystères merveilleux de la sexualité en tant que mari et femme. Malheureusement, nous ne vivons pas dans un monde idéal. À en croire les statistiques, il y a fort à parier que vous, votre conjoint, ou les deux, ayez acquis une certaine expérience sexuelle avant le mariage.

Si ce scénario idéal est hors de portée pour vous, votre objectif suivant devrait être la pleine transparence réciproque. Faites tomber la façade et montrez-vous à l'autre tel que vous êtes, sans rien cacher.

Pendant la période de fiançailles, faites connaître votre vécu sexuel à votre futur conjoint. Faites-lui confiance pour vous accepter tel que vous êtes et non tel qu'il aimerait que vous soyez. Si votre partenaire a du mal à vous accepter avec votre passé, considérez que des clignotants se sont allumés à propos de votre fréquentation.

Évidemment, cette mise en lumière doit être réciproque. Votre conjoint potentiel doit également vous révéler son passé sexuel, vous offrant ainsi l'occasion de lui témoigner le pardon et l'acceptation que vous attendez de sa part. Si vous ne pouvez lui accorder cette acceptation, peut-être vaudrait-il mieux envisager de prendre un peu de recul dans votre relation.

Sagesse de toujours

Les chances de trouver un gars célibataire sont de 1 sur 19 ; celles de tomber sur un gars célibataire et de belle prestance sont de 1 sur 393 ; celles de rencontrer un gars célibataire, de belle prestance et intelligent sont de 1 sur 136 040. Enfin, les chances de trouver un gars célibataire, de belle prestance, intelligent et riche sont de 1 sur 1 753 000.

– Jacob Braude

Nous l'admettons, cette démarche est aussi risquée que nécessaire. Il y a toujours le risque que vous ou votre partenaire soyez abasourdis par ce que vous entendez ou communiquez. Si le « résumé » des expériences sexuelles de l'un est sensiblement plus long que celui de l'autre, cela peut créer une tension dans la relation. En tout cas, ce sont des questions et des problèmes qu'il faut aborder avant de vous engager à vie avec quelqu'un.

Non seulement vous devez obtenir le pardon et l'acceptation de votre conjoint potentiel, mais vous devez aussi vous les accorder à vous-même. Apprenez à triompher de votre passé. Si vous avez une attitude négative vis-à-vis de la sexualité à cause d'expériences passées, vous devez régler ce problème avant de vous marier. Autrement, il peut empoisonner votre relation physique avec votre mari ou votre femme. Le mariage est déjà assez menacé dans les conditions idéales ! Ce dont vous n'avez absolument pas besoin, c'est d'y ajouter un combat contre vous-même. Examinez votre attitude à l'égard de la sexualité, résolvez votre problème, éventuellement avec l'aide d'un conseiller conjugal. C'est *très* important.

Parents

Sans vos parents, vous ne seriez pas ce que vous êtes aujourd'hui, le garçon duquel votre dulcinée est tombée amoureuse. Et elle-même, sans ses parents, ne serait pas la fille sous le charme de laquelle vous êtes tombé. C'est pourquoi, à partir du moment où il est question de mariage, il importe de rechercher le soutien et les directives de vos parents et de ceux de votre partenaire. Incluez-les intégralement dans votre relation amoureuse.

Nous ne parlons pas ici de l'ancienne démarche : « J'ai l'honneur de vous demander la main de votre fille » que tous les futurs maris redoutaient ! Nous pensons plutôt au partage de vos projets avec vos parents dès la première phase de votre relation sentimentale. Tenez-les informés des développements de votre fréquentation. Parlez-leur de vos plans d'avenir. Expliquez-leur ce qui, en l'autre, vous donne à penser que vous pouvez envisager une vie commune avec lui ou avec elle. Indiquez-leur votre vision financière des choses (dès que vous en avez une). Discutez de vos engagements spirituels. Dites-leur exactement pourquoi votre relation vous paraît solide.

Si tout se passe en douceur, les parents des deux côtés seront heureux d'être débarrassés de vous… et de vous donner leur approbation. S'ils ne le font pas, vous devez, par égard pour eux, pour vous-même et pour votre partenaire, écouter ce qu'ils ont à dire. Leurs objections pourront vous sembler une claque en pleine figure, mais examinez attentivement leurs arguments. Comme nous l'avons signalé plus haut, l'amour peut rendre aveugle l'être le plus cartésien. Si vos parents ou ceux du partenaire brandissent un carton rouge, c'est peut-être parce qu'ils perçoivent dans la relation quelque chose qui vous échappe.

Rappelez-vous ce que nous avons dit précédemment à propos des expériences sexuelles passées qui, si elles ne sont pas correctement résolues, peuvent constituer un gros handicap dans votre relation dès le départ. Des relations difficiles avec les parents peuvent constituer deux gros handicaps dans votre relation ! Les parents peuvent apporter un soutien bien nécessaire, des encouragements et des conseils dans les moments critiques de votre mariage. C'est pourquoi, c'est une bien mauvaise idée de se les aliéner dès le début.

Bonne question

Le fait que les « deux deviennent un » signifie-t-il que je n'aurai plus aucune caractéristique personnelle individuelle après mon mariage ?

Pas du tout ! Cette unité ne gomme pas la personnalité de l'individu. C'est le genre d'unité qui vous libère au contraire pour exprimer votre propre diversité, tout en faisant l'expérience de l'unité complète avec votre conjoint. Vous avez la liberté de donner libre cours à ce que vous pourriez devenir et à ce que vous pouvez connaître en tant qu'homme ou que femme.

Un : le nombre le plus heureux

Si le mariage est le but de la fréquentation, quel est le but du mariage ? La question semble évidente, n'est-ce pas ? Essayez d'y répondre. Puis demandez à votre partenaire d'y répondre, ensuite à vos parents, à ceux de votre

partenaire, et ainsi de suite. Il y a de fortes chances que vous obteniez une grande variété de réponses, comme : la relation sexuelle, la présence d'un conjoint, l'amour, une famille, l'acceptation sociale, les avantages économiques, la sécurité.

Pourtant la plupart de ces choses, sinon toutes, peuvent s'obtenir en dehors du mariage. Il doit donc exister quelque chose de plus fondamental, un besoin qui englobe tous les autres et qui ne peut être comblé que dans le mariage.

Nous avons affirmé plus haut que le mariage est une institution par laquelle deux êtres se fondent en un seul. C'est là que réside la finalité du mariage. Que nous en ayons conscience ou non, nous sommes créés avec un besoin d'unité. Le mariage est le moyen d'y parvenir.

Cette unité que le mariage rend possible englobe tous les domaines de la vie. Elle n'est pas seulement une relation physique, ni le partage mutuel du soutien affectif. C'est l'unification complète de deux vies à tous les niveaux : intellectuel, social, spirituel, émotionnel et physique.

Malheureusement, de nombreux couples découvrent trop tard que le processus qui unit profondément deux êtres ne se réduit pas à quelque chose qui se produirait automatiquement le jour du mariage. L'unité est un but qu'il faut atteindre au prix d'efforts soutenus et persévérants.

Si vous envisagez de vous marier, posez à votre futur conjoint la question suivante : « Quelles raisons avons-nous de croire que nous pouvons devenir un ? » Cette question doit ensuite vous inciter à explorer les domaines intellectuel, social, physique et spirituel de votre vie afin de voir si vous avez suffisamment de choses en commun pour construire le fondement de votre avenir. Voici quelques conseils utiles dans l'exploration de chacun des domaines évoqués.

Unité intellectuelle

Lors de vos rendez-vous, prenez le temps d'échanger vos idées sur les problèmes contemporains majeurs et sur les domaines importants de votre vie. Discutez de certains articles de livres ou de revues que vous avez lus récemment. Discutez de certaines de vos émissions télévisées et de certains de vos films préférés ; dites pourquoi ils vous ont plu. De telles discussions donnent une idée de vos goûts intellectuels. Si, par exemple, Alexandra explique qu'elle a choisi le dernier livre lu parce que l'auteur a déjà donné des preuves de son savoir-faire en créant des personnages inoubliables grâce à ses récits elliptiques, et si Flavien explique qu'il a choisi le dernier livre lu parce qu'il était court et qu'il avait un oral à passer le lendemain, on peut dire sans se tromper que les deux ne partagent pas les mêmes goûts intellectuels.

Et même si cette divergence ne porte pas nécessairement un coup fatal à la relation, elle constitue un obstacle qu'il faut prendre en considération.

Liens familiaux

Un bon moyen de prendre conscience de vos propres points forts et de vos points faibles consiste à demander à d'autres de les mettre en évidence. Un soir, chaque membre de la famille notera séparément sur des fiches deux points forts et un point faible de chaque membre (trois fiches par personne) en indiquant le nom de la personne. Après avoir rassemblé et trié les fiches, que celui qui se trouve à la gauche de la personne désireuse de connaître l'avis des autres quant à ses points forts et à ses points faibles commence à lire ce qui figure sur ses fiches.

Il vous est possible de trouver le bonheur avec quelqu'un dont le QI (quotient intellectuel) est inférieur à la vôtre. Beaucoup de choses plaident en faveur d'une bonne communication possible entre conjoints sur le plan intellectuel. Vous ne tenez certainement pas à utiliser un langage enfantin pour être compris !

Si vous ne savez pas comment comparer votre intelligence et celle de votre conjoint potentiel, essayez de lire le même livre et d'en discuter après. Ou lisez un article du journal et discutez ensemble de ses implications. De tels exercices fourniront une mine de renseignements sur votre unité intellectuelle présente et sur vos chances de l'améliorer dans le futur.

Unité sociale

Nous cultivons tous des intérêts sociaux différents. La question est de savoir à partir de quel moment cette différence est trop grande. Voici quelques questions à vous poser mutuellement pour découvrir sur quoi se portent vos intérêts dans le domaine social.

- « Quelle importance accordes-tu aux sports ? »
- « Dans combien de disciplines sportives es-tu actif ou active ? »
- « Combien de temps consacres-tu à la compétition ou à sa préparation ? »
- « Combien d'heures par semaine passes-tu devant le petit écran ? »
- « Quel style de musique aimes-tu ? »
- « Quels sont tes passe-temps favoris ? »
- « Apprécies-tu les soirées festives ou récréatives ? Si oui, quel genre de soirées ? »
- « Tes goûts correspondent-ils aux miens ? »

Ce sont des questions auxquelles il ne faut pas se soustraire, car la plupart des gens ne changent pas de goût ni de centres d'intérêt une fois mariés.

Avec votre partenaire, vous pouvez cultiver et développer votre harmonie sociale *avant* de vous marier. Pendant le temps de votre fréquentation, imposez-vous d'élargir le domaine de ce qui vous intéresse, et demandez à votre partenaire d'en faire autant. Essayez de vous intéresser à des choses pour lesquelles vous ne manifestiez aucun intérêt. Voyez si vous arrivez à apprécier des choses qui intéressent votre partenaire. Si vous êtes totalement incapable de partager ce qui lui fait plaisir, c'est peut-être un signe que vous n'êtes pas fait l'un pour l'autre. Rappelez-vous que le mariage a pour but de tendre vers l'unité. À un moment donné, vous aurez à vous interroger : « Si la personne que je fréquente ne change jamais de centres d'intérêt, puis-je envisager avec bonheur de passer le restant de ma vie avec elle ? »

Gardez présent à l'esprit le fait que le mariage n'aplanit pas les problèmes de nature sociale entre vous et votre partenaire. Il ne fait que les amplifier.

Unité spirituelle

C'est l'un des domaines les moins explorés et pourtant le plus important où le socle commun est une nécessité absolue. Votre vie et votre perception spirituelles et celles de votre partenaire ont un impact sur tous les autres aspects de votre vie, depuis votre façon de dépenser l'argent jusqu'à vos attentes quant à l'avenir en passant par votre attitude en face de la souffrance.

Ce n'est pas simplement une question de fréquentation d'église, ni de croyance en une puissance supérieure. Nous ne parlons pas de spiritualité superficielle et factice. La vraie spiritualité pousse les deux conjoints à tendre vers le même but et étant guidés par les mêmes principes spirituels. Votre cœur et celui de votre partenaire battent-ils à l'unisson quand vous abordez des sujets spirituels ? Vous encouragez-vous mutuellement à croître spirituellement ou bien l'un tire-t-il gentiment mais systématiquement dans la direction opposée ?

Si vous avez répondu « non » aux questions précédentes, repensez vos priorités conjugales. La dimension spirituelle de votre vie (et de celle de votre partenaire de vie) est le soubassement sur lequel toute votre relation doit reposer. Peut-être venez-vous tous les deux de religions différentes ; sachez que ces différences auront un impact sur la manière dont vous voulez élever vos enfants (quelle église ? quelles croyances ?) et sur les traditions religieuses futures de la famille. Soyez honnêtes vis-à-vis de l'autre (et vis-à-vis de vous-même) en ce qui concerne l'importance de la dimension religieuse.

Unité physique

Le développement de l'unité physique avec votre partenaire ne constitue probablement pas un problème. (En fait *s'interdire* les relations sexuelles avant le mariage constitue certainement davantage un problème pour

la plupart des couples.) Si vous et votre partenaire êtes physiquement attirés l'un vers l'autre, vous avez déjà la base de l'unité physique.

Le problème auquel vous devez vous atteler, c'est la construction sur le fondement de l'unité physique. À ce sujet, nous vous renvoyons aux autres sections concernant l'« unité » dans ce chapitre. Il ne faut jamais séparer l'unité physique (ou sexuelle) de l'unité dans les domaines émotionnel, spirituel et social. Les problèmes qui naissent dans l'aspect sexuel du mariage ont presque toujours leurs racines dans un ou plusieurs des autres domaines. En fait il n'y a presque jamais d'incompatibilité sexuelle entre les conjoints dans un mariage. Le problème surgit dans d'autres domaines ; le domaine sexuel ne fait que le manifester.

Il peut bien sûr y avoir des limites physiques dans le mariage. Pour vous assurer de ne pas rencontrer de problèmes physiques plus tard dans votre relation, vous et votre partenaire devez avoir le courage et la franchise de vous faire connaître réciproquement toute infirmité ou défiguration corporelles non facilement apparentes. Si le lien qui vous unit est assez fort pour que vous envisagiez une relation permanente, cette information est inutile. Vous et votre futur conjoint devez être prêts à vous accepter mutuellement tels que vous êtes (« Ton Naevius qui a la forme de la Bretagne sur ton dos est tout à fait mignon. »)

Avant de vous marier, vous auriez intérêt à suivre un cours de révision sur les aspects physiques de l'intimité. Le cours d'éducation sexuelle remonte à plusieurs années. Depuis, vous avez probablement collecté de mauvaises informations sur la sexualité. Vous feriez bien de revérifier à une source qui vous inspire confiance. Il importe que vous compreniez votre propre corps et son fonctionnement, ainsi que la nature sexuelle de votre futur conjoint.

Bonne question

Les chrétiens peuvent-ils épouser des personnes qui ne partagent pas leurs croyances ?

Non ! En se déclarant chrétien, l'individu indique qu'il a fait de la recherche de l'honneur de Jésus-Christ la chose essentielle de sa vie. Un conjoint qui ne partage pas cette priorité peut se lasser d'occuper la deuxième place, après Christ. Les tensions qui peuvent naître de ce sentiment de jalousie risquent de causer de graves dégâts dans la relation conjugale.

Des fréquentations sentimentales facilitées

Tout le monde ne naît pas avec de l'aisance pour fréquenter une personne du sexe opposé. Si vous ne savez pas comment développer une relation sentimentale et la rendre significative, voici cinq conseils pour vous lancer.

1. Rendez-vous disponible

Si vous cherchez à établir une relation avec un garçon ou une fille, fréquentez les endroits où vous avez des chances d'en rencontrer. Si vous n'êtes pas un animal social par nature, cela peut vous demander quelque effort. Rappelez-vous que faire des efforts est une chose, faire l'impossible une tout autre.

Au lieu d'emprunter la voie « traditionnelle » de la fréquentation des bars et des boîtes de nuit pour célibataires, tentez une autre approche plus informelle : les parcs, les terrains de jeux, les activités d'église, et les bibliothèques (que vous le croyiez ou non) sont des lieux très propices pour rencontrer des membres du sexe opposé et interagir avec eux. Cela ne veut pas dire que vous devez commencer à rôder un peu partout, à l'affût d'une proie. Mais il suffit généralement d'être au bon endroit au bon moment, d'afficher un sourire amical et de vous montrer accessible pour faire avancer les choses.

2. Renoncez à votre désespoir

Si vous avez fréquenté l'université, vous avez sans doute remarqué la nervosité qui s'empare de certaines étudiantes à la fin du cursus quand elles se rendent compte qu'elles sont sur le point de perdre la meilleure occasion de rencontrer un partenaire. En réaction à la panique, elles se mettent à sortir avec des étudiants qu'elles n'auraient jamais envisagé de fréquenter un an plus tôt, tout cela dans un effort ultime pour trouver quelqu'un avec qui faire face à un avenir incertain.

Ce même sentiment de panique peut survenir à tout âge. Certaines choses peuvent le déclencher, comme le mariage d'un ami ou un film romantique à la télé. Vous commencez à vous demander si vraiment vous trouverez quelqu'un avec qui sortir. La déprime qui en résulte peut vous pousser à prendre des décisions que vous regretterez plus tard.

Le désespoir a un autre inconvénient : il se lit facilement mais il attire rarement ! Les gens évitent généralement ceux qui semblent un peu trop absorbés par la recherche de quelqu'un à épouser.

La recherche ou la fréquentation d'un partenaire ne doit jamais devenir le seul but dans votre vie. Faites preuve d'équilibre dans vos centres d'intérêt. Rendez-vous libre pour passer du temps dans des lieux fréquentés par des personnes du sexe opposé, mais ne forcez pas la main. Laissez les choses se dérouler naturellement, et elles le feront généralement.

3. Analysez régulièrement votre relation

Si vous entretenez une relation sentimentale, saisissez des occasions pour l'évaluer de temps en temps. Aujourd'hui, vous ne pouvez ouvrir une revue sans tomber sur des tests de compatibilité pour couples. Commencez par les

remplir avec la personne que vous fréquentez. Le but n'est pas nécessairement de déterminer une fois pour toutes si vous êtes compatibles ou non, mais de vous donner certains sujets à discuter ensemble. La discussion ou le débat qu'entraînent les résultats d'un test seront bénéfiques pour votre relation.

Bonne question

Quelle est la meilleure façon de mettre fin à une relation ?
Faites-le de façon directe et honnête. Ne tournez pas autour du pot et ne déformez pas la vérité pour ne pas blesser les sentiments de la personne. Si vous vous souciez sincèrement d'elle, vous devez lui expliquer exactement pourquoi vous estimez que votre relation n'a pas d'avenir.

4. Parlez à des personnes de confiance et à vos amis

Un conjoint potentiel peut vous aveugler par son côté romantique, mais il ne trompera pas les gens qui vous connaissent le mieux. Permettez à vos amis et à la famille de parler librement de la personne que vous fréquentez. Prenez leurs remarques au sérieux et ne les accusez pas de vouloir mettre fin à votre relation. Écoutez ce qu'ils ont à dire. Ne consacrez pas toute la discussion à justifier le comportement de votre partenaire ni à l'excuser.

5. Mettez fin à la relation le moment venu

Il faut savoir quand amorcer une relation, mais également quand y mettre fin. À partir du moment où vous vous rendez compte que la fréquentation ne débouche sur aucun avenir pour vous et pour le partenaire, sachez qu'il vaut mieux rompre trop tôt que trop tard.

Pratique familiale

Estimez-vous être un spécialiste en matière de fréquentation amoureuse ? Voici un questionnaire qui fait le point sur vos connaissances.

1. **Parmi les réponses suivantes, laquelle n'est pas une bonne raison de vouloir sortir avec une personne de l'autre sexe ?**
   a. Apprendre à interagir avec des membres du sexe opposé.
   b. Apporter quelque chose à l'autre.
   c. Apporter de la variété à vos week-ends.
   d. Développer et affiner votre propre personnalité.

2. **Parmi les choses énumérées, laquelle aura une influence négative sur la relation ?**
   a. Passer trop de temps à se dire ce qui est important.
   b. Permettre à l'aspect physique d'être au centre de la relation.
   c. Essayer de faire une variété de choses ensemble.
   d. Introduire des éléments spirituels dans la relation.
3. **Parmi les choses énumérées, laquelle est la plus importante pour trouver un partenaire ?**
   a. Les centres d'intérêt communs,
   b. Les compétences culinaires,
   c. L'association des deux salaires,
   d. La constitution génétique.
4. **Parmi les exemples suivants, lequel n'est pas le meilleur exemple d'unité maritale ?**
   a. La capacité d'entretenir une conversation intellectuelle ensemble ;
   b. La décision de jouer au tennis en double avec un autre couple toutes les semaines ;
   c. La participation ensemble à une activité associative ;
   d. Partager les restes du repas.
5. **Laquelle des stratégies suivantes sera le plus à même d'améliorer vos fiançailles ?**
   a. Ajouter ou soustraire quelques années à votre âge, selon les personnes auxquelles vous vous adressez.
   b. Porter un T-Shirt sur lequel est écrit : « Célibataire et encore libre ».
   c. Associer vos parents à toutes vos premières fréquentations.
   d. Passer du temps au parc, dans les activités de l'église, à des matches, à d'autres manifestations sociales.

Réponses : (1) c, (2) b, (3) a, (4) d, (5) d

Table des matières

La relation entre conjoints

1. Avant de dire « oui »
Le temps des fiançailles 7
2. Trouble au paradis 29
3. Augmenter le pouvoir des mots
Langage d'amour n° 1 : Les paroles valorisantes 47
4. Priorité à la qualité
Langage d'amour n° 2 : Les moments de qualité 67
5. Des signes d'affection
Langage d'amour n° 3 : Les cadeaux 85
6. Amour actif ou inactif ?
Langage d'amour n° 4 : Les services rendus 99
7. Établir le contact
Langage d'amour n° 5 : Le toucher physique 115

La relation avec vos enfants

8. Une vieille recette familiale (1)
Cinq ingrédients pour une famille épanouie 133
9. Une vieille recette familiale (2)
Cinq ingrédients pour une famille épanouie 155
10. Grand discours pour tout-petits
Les cinq langages d'amour des enfants 177
11. Les ados s'expriment
Les cinq langages d'amour des adolescents 197

Préserver les relations dans les moments difficiles

12. Nids-de-poule sur la route du paradis
Gérer les problèmes dans votre relation conjugale 215

13. La vie telle qu'elle est
Surmonter les comportements destructeurs dans votre relation conjugale 231

14. Colère, colère
Gérer la colère dans votre relation familiale 249

15. Le pouvoir d'un seul
Aide pour le parent célibataire 263

16. Ensemble quoique séparés
Entretenir votre relation pendant une séparation 277

17. Est-ce ton dernier mot ?
Décider du sort de votre relation maritale 293

Appendices

1. Questions les plus fréquentes concernant l'amour, le mariage, la famille… et la belle-famille 309

2. Les époux et les cinq langages d'amour 321

Achevé d'imprimer en novembre 2015
sur les presses de l'imprimerie Présence graphique
37260 Monts (France)
pour le compte des Éditions Excelsis

Imprimé en France
Dépôt légal : novembre 2015