



Rencontre régionale des couples de Vivre et Aimer à Bihorel le 28 janvier 2024

Venus de toute la Normandie, 18 couples dont 3 du Pays de Caux, se sont retrouvés à la salle paroissiale de Bihorel pour une journée de réflexion et d'échanges sur la manière de

construire le bonheur dans notre couple.

Après un temps de prière en commun à partir du cantique « Esprit de lumière, esprit créateur », nous sommes partis à la recherche des petits moments de bonheur vécus récemment : avons-nous bien su les voir ? Avons-nous pu les partager ?

Puis nous avons réfléchi aux moyens de construire le bonheur dans notre couple : Quel bonheur nous voulons pour notre couple ? Quel bonheur nous pouvons nous offrir l'un à l'autre ? Pouvons-nous réévaluer et re-choisir notre façon de vivre, réinventer notre vie avec l'amour que nous nous portons l'un à l'autre et nous partager ce qui nous tient le plus à cœur ?

Voici quelques éléments qui ont guidé nos réflexions et nos échanges :

Nous goûtons la saveur du bonheur dans les premiers temps de notre relation de couple, ce temps de la romance où l'amour de l'autre comble tous nos besoins, où l'harmonie règne entre nous. Tout est connivence, complicité, compréhension mutuelle. Nous nous découvrons beaux, généreux, séduisants...

Nous aimerions tant que cette relation idyllique dure, sans limites, sans nuages. Mais la vie en couple ne nous offre pas que miel et douceur... Nous faisons aussi l'expérience des accrocs dans la relation : nous traversons des zones de brouillard où la communication passe mal, notre relation s'affadit dans l'atonie de la routine, il nous arrive aussi de porter le poids de fardeaux lourds. La vie quotidienne nous donne de multiples occasions de nous égratigner, de nous heurter : des petits gestes, des attitudes involontaires qui froissent, une parole mal venue, un oubli, une inattention, une maladresse...

Alors la grande roue de bonheur tourne-t-elle sans nous ? Est-ce au hasard de circonstances que nous pouvons glaner des moments de bonheur ? Devons-nous nous contenter de recevoir ce que nous offre la vie ou avons-nous une part active à notre bonheur, dans notre vie à deux, dans notre relation avec les autres ? Faut-il attendre que tout aille bien pour être heureux ?

Il y a en nous des réserves inépuisables de bonheur possible, non pas comme un trésor enfoui qu'il faut protéger, mais comme une source d'eau vive, toujours renouvelée : cette source, c'est notre amour, c'est notre capacité d'aimer. Pour ceux qui sont croyants, cette force d'aimer se fonde sur l'appel de Jésus à « aimer comme Il nous a aimés ». Elle se nourrit de l'amour de Dieu pour chacun de nous, que l'on peut expérimenter dans sa propre vie.

Nous pouvons garder dans un coin de notre cœur cette phrase de Soeur Emmanuelle : « On ne possède pas le bonheur comme une acquisition définitive. Il s'agit à chaque instant de faire jaillir une étincelle de joie ». Comment faire jaillir cette étincelle de joie ?

Pour construire notre bonheur en couple, nous avons sans cesse la possibilité de choisir entre :

- Laisser les grains de sable gripper notre relation... ou reconnaître que je t'ai blessé et te demander pardon ;

- Laisser s'épaissir les brouillards des non-dits... ou choisir une communication ouverte ;
- Subir le poids des habitudes, l'usure de la routine... ou redonner de la saveur à notre relation.

Nous avons la possibilité de réaliser, dans notre relation, notre aspiration profonde d'aimer et être aimé. C'est un des fondements du bonheur.

La pause du midi a été agrémentée du partage des galettes des rois préparées par certains et des bolées de cidre apportés par d'autres. Les couronnes pour les rois et les reines avaient été faites le matin par les enfants selon leur inspiration.

Avant de nous quitter, pleins de joie et d'espérance pour de nouveaux bonheurs à vivre et partager, nous avons échangé des informations sur la vie de notre mouvement Vivre et Aimer en Normandie.

