

# L'Amour peut-il être «durable»?

Quand on se marie, c'est pour la vie ! Mais au fil des années, la banalité du quotidien et les difficultés de tous ordres changent tôt ou tard la lune de miel en une course d'obstacles. La fidélité, est-ce seulement durer dans l'amour ? Et comment faire pour s'aimer toujours ? Entretien avec Nadine Grandjean, conseillère conjugale, et Jean Villemintot, responsable de préparation au mariage.

**Nadine Grandjean** exerce au Cabinet Raphaël (conseil conjugal chrétien) à Paris ([www.cabinetraphael.fr](http://www.cabinetraphael.fr)).

**Jean Villemintot**, diacre permanent pour le diocèse de Paris, est l'auteur de *Vivre la fidélité* (Cerf), *Nous préparons notre mariage* (Édifa) et du Parcours de préparation au mariage *Promesse d'amour* (Édifa/Mame).

Ils sont tous les deux mariés, parents et grands-parents.

Propos recueillis par **Luc Adrian**

## Être fidèle, est-ce «durer» dans l'amour ?

**Jean Villemintot** - Je préfère le mot «demeurer», car il ne comporte pas l'idée de tension. Selon moi, un couple n'a pas à essayer de durer comme on fait tenir une vieille voiture coûte que coûte.

L'obligation de «durer» peut être dangereuse pour deux raisons. D'une part, elle engendre une anxiété énorme («On ne va jamais y arriver, ça n'arrête pas de divorcer autour de nous, il faut absolument qu'on tienne, etc.»). D'autre

part, durer ne me paraît pas être le but premier de l'engagement indissoluble, mais seulement l'une de ses conséquences.

**Nadine Grandjean** - Moi, j'aime le mot «durer», parce qu'il évoque non seulement le temps, mais aussi la difficulté et la solidité : dans «durer», il y a «dur». Pour durer dans l'amour, je dois passer par la mort : mort à mes idées sur le couple idéal, mort à mes idées sur mon conjoint, mort à mes attentes et à mes illusions.

Le langage romantique est dangereux, parce qu'il magnifie le sentiment amoureux. Or, il est illusoire de penser que c'est sur le sentiment amoureux qu'on va construire une relation de couple toute sa vie !

**J. V.** - Oui, quand je me marie, je ne dis pas à mon épouse «*Je suis amoureux de toi*», mais «*Je veux être ton mari*». Alors, tout mon être est engagé.

**La question de la durée se pose-t-elle de la même manière aujourd'hui qu'il y a cinquante ans ?**

**J. V.** - Non. Aujourd'hui, le couple est très chahuté, et ne bénéficie absolument pas du soutien de la société, au contraire. De plus,

avec les progrès de la médecine, on part pour vivre en couple soixante ans !

**N. G.** - Le fait que le monde bouge très vite engendre des incertitudes, des angoisses, du stress... et l'amour conjugal est censé permettre d'assumer tout ça. L'attente à l'égard du couple est énorme ! Il faut qu'il soit performant d'un point de vue professionnel, dans l'éducation des enfants, dans la relation entre les époux, sur tous les plans. C'est fou !

Le monde a tellement changé que le couple de nos parents ne peut plus être une référence. Les couples «d'avant» qui restaient ensemble n'étaient pas forcément des modèles d'entente et de communion, de respect et de parité : divorcer était plus compliqué.

**Sur quoi faut-il être vigilant si l'on veut «durer», ou disons plutôt : continuer à s'aimer ?**

**N. G.** - Je mettrais l'accent sur quatre points :

- La communication. Le couple a besoin d'un échange de paroles. Pas seulement des informations sur les enfants, sur les vacances, ou sur ce qu'on va manger ! Mais des paroles qui viennent de la pro-



fondeur d'eux-mêmes, de ce qu'ils sont en vérité. Et cela s'apprend. Il y a d'excellentes formations.

- La tendresse. Vous savez ce que j'observe? Des maris qui, en rentrant du travail, disent d'abord bonjour aux enfants et au chien. Et qui ne disent pas bonjour à leur femme. Le baiser de « *Bonjour ma chérie* » en premier, c'est rarissime. Pourtant, ce n'est pas si compliqué!

Les câlins, les baisers, les caresses, le toucher, voilà qui est primordial. Les hommes en manque de tendresse, cela donne des maris qui ont du mal à en donner. Quant aux femmes, la tendresse risque pour elles de « filer » du côté des enfants et de se tarir du côté conjugal.

- L'écoute. Il faut passer du temps ensemble. Il y a des époux qui vivent séparés la moitié du temps, souvent pour des raisons professionnelles. Ils ont une semaine sur deux, ou seulement le week-end, pour bâtir leur relation de couple. C'est invivable! Si la vie professionnelle est trop envahissante, il n'y a pas de soirée, et le week-end, ils sont KO et roupillent!

- La vie sexuelle. Ce n'est pas un détail. Dans le mariage, l'homme et la femme sont une seule chair. Ça se construit, ça aussi. Et ce n'est jamais facile.

J. V. - J'ajoute un cinquième point qui unifie les quatre premiers: la vie spirituelle. Si je veux demeurer avec mon épouse, la voie

la plus courte et la plus fiable, c'est de demeurer dans le Seigneur. L'amour de Dieu et l'amour du prochain ne font qu'un. Le but ultime du mariage est la sanctification mutuelle des époux.

N. G. - Mais cela se joue dans la réalité très concrète de ce qu'ils construisent ici-bas, chaque jour! Si Dieu ne m'aide pas à mieux aimer... eh bien! Je vais au Club Med' plutôt qu'à l'église! Au soir de ma vie, si on me demande comment j'ai fait pour aimer, je répondrai: « *J'ai beaucoup ramé, mais c'est Dieu qui m'en a donné les moyens* ».

**Et le sacrement de mariage, en quoi aide-t-il à durer?**

J. V. - Le mariage est un acte de Dieu qui crée et recrée: « *Vous ne serez plus deux, mais une seule chair* ». Voilà le roc sur lequel les époux peuvent s'appuyer en cas de difficultés: « *C'est le Seigneur qui nous a unis* ».

Durer, c'est le cadeau que Dieu fait à ceux qui veulent durer, c'est-à-dire devenir participants à la vie divine. Mais les conditions pour pleinement accepter ce cadeau, ce sont la liberté, et l'engagement de la fidélité.

N. G. - Le jour de votre mariage, Dieu vous a dit qu'il serait avec vous. Le croyez-vous ou pas? Ce mari que vous avez reçu il y a vingt-cinq ou trente ans des mains de Dieu... ce serait un cadeau empoisonné? Non! Dieu est fidèle,

## La recette de longévité de l'amour conjugal? Communication + tendresse + vie spirituelle.

Il veut vous aider et vous donner le moyen de re-choisir votre conjoint.

Nos capacités d'amour humain sont rapidement épuisables. Il nous faut donc trouver une source pour nous ré-alimenter; et cette source, c'est notre relation à Dieu.

**Et l'eucharistie?**

J. V. - À l'eucharistie, Jésus, l'Époux, dit à son épouse l'Église: « *Voici mon corps pour toi* ». C'est une étreinte d'amour. Il faut que je me laisse transformer par l'eucharistie, sacrement par excellence du don des personnes et du don des corps.

N. G. - Si on ne va pas demander à Jésus le carburant pour avancer jusqu'à la Résurrection, on dure pour durer, sans amour. On fait du volontarisme.

Les femmes tombent facilement dans ce travers: elles donnent, même quand il n'y a plus d'amour; mais alors elles deviennent sèches, acariâtres, amères.

Quant aux maris, je les entends souvent dire: « *Mais*... »

Retrouvez  
nos grands  
entretiens

Chaque semaine dans

famille  
chrétienne



A. IMPERIAL - PICTUREPOINT

Être fidèle, c'est être tendre ;  
c'est prendre au sérieux les  
souffrances de l'autre ; c'est  
pardonner, sans conditions.

«... moi, j'aime encore ma femme !»  
Mais l'amour sans les actes, ce n'est  
pas l'amour.

**Le sacrement de réconciliation  
ne paraît pas alors superflu ?**

N. G. - Non. Nous, les femmes,  
nous n'oublions rien. C'est beau,  
la mémoire du cœur féminin. Mais  
ça peut être terrible, plein de rancœur.  
Pour pardonner, il y a une école :  
celle de Jésus.

J. V. - La réconciliation est un  
sacrement directement lié à la fidélité.  
Dieu est têtue dans son choix  
d'amour, rien ne peut l'arrêter :  
il va jusqu'à la miséricorde. C'est  
la même fidélité que les époux  
se promettent le jour du mariage :  
« Tu peux compter sur moi jusqu'à  
la miséricorde ». Et cela suppose  
la durée. Mais comment entrer  
dans la miséricorde pour l'autre  
si je n'ai pas fait l'expérience de  
la miséricorde de Dieu ?

**Quels sont les indices qui annoncent  
une crise conjugale ?**

J. V. - L'impossibilité de communi-  
quer. C'est un signe fort,  
objectif. Malheureusement, c'est  
un signe tardif.

N. G. - Autres signes : la rancœur ;  
la fuite ; la désaffection de  
l'un ou de l'autre (souvent le mari) ;  
la tristesse ; et la fatigue : c'est fati-

gant de ne pas pouvoir s'appuyer  
sur son conjoint.

Les femmes perçoivent la crise  
plus rapidement que les hommes.  
Parce qu'elles n'acceptent pas  
de voir leur relation amoureuse  
se détériorer. Leur mari va dire :  
« Je ne comprends pas pourquoi  
ma femme n'est pas heureuse :  
elle a tout ! » Elle a tout, sauf ce  
qu'elle veut vraiment : l'attention  
et l'écoute de son époux. Le problème,  
c'est que sa façon de demander  
est souvent peu appropriée : elle  
pleure, elle crie, elle boude, elle  
harcèle, elle se ferme et elle accuse.  
À l'inverse du but recherché, tout  
cela creuse encore plus le fossé  
entre les conjoints.

**Comment sortir de la crise ?**

N. G. - Il faut une aide exté-  
rieure, le plus vite possible. Sinon,  
on s'enferme dans le silence, ou on  
tourne en rond dans l'accusation  
réciproque. L'insiste sur l'adjectif  
« extérieure ». Parce que la proximité  
affective n'est pas bonne conseillère.  
Les amis, par exemple, risquent  
souvent de manquer d'objectivité,  
parce que trop impliqués. C'est  
comme une fille qui se confie à sa  
mère : leurs parents sont, en général,  
les plus mal placés pour conseiller  
des époux en période de crise.

Quant aux prêtres, pour ce qui  
est du conseil conjugal proprement  
dit, je crois qu'il ne faut pas trop  
leur en demander. Ils ne sont pas  
formés à ça, ils n'ont pas l'expérience  
de la vie conjugale...

**Faut-il durer à tout prix ?**

N. G. - Pas au prix d'une trahison  
de la vérité : chaque fois qu'on  
fait « comme si », on fait le jeu du  
Malin. On s'enfonce dans une voie  
qui n'est pas celle de la durée,  
parce que la seule chose qui vieillit  
bien, c'est la vérité. Il ne faut pas  
chercher à sauver la façade si le  
bâtiment derrière est en ruine et  
qu'on ne fait rien pour le reconstruire.

J. V. - Il serait bon de mettre  
en œuvre dans l'Église une pastorale  
de la séparation, en la distinguant  
bien du divorce. Quand il y a rupture  
de communion, une séparation  
peut permettre de manifester la  
vérité, de clarifier les

choses, non pour qu'elles restent en  
l'état, mais pour qu'elles puissent  
être reconstruites.

**Cela vaut-il la peine de durer  
dans l'amour ?**

N. G. - Ah, oui ! Et nous, les  
« anciens », nous devons en témoi-  
gner. Si on accepte de suivre ce  
chemin de mort et de résurrection,  
il nous est donné de vivre un amour  
de plus en plus profond, de goûter  
une joie qui surpasse infiniment la  
ferveur amoureuse de nos jeunes  
années.

J. V. - Paradoxalement, nos  
corps vieillissent, mais nos cœurs  
deviennent de plus en plus jeunes...  
Jusqu'à la jeunesse éternelle du  
Ciel, où nous demeurerons dans  
l'amour pour toujours.

**Que signifie pour vous « être  
fidèle » ?**

J. V. - « Fidèle » a la même racine  
que « foi » : dès que je doute de  
l'autre, l'amour se fragilise. Il faut  
s'appuyer sur la certitude que  
malgré nos faiblesses, nos pau-  
vretés, nos handicaps, nous vou-  
lons nous aimer.

« Fidèle » est l'adjectif le plus  
employé dans la Bible pour qual-  
fier Dieu. Il dit deux choses : avoir  
une parole sûre ; être miséricor-  
dieux. Or, en hébreu, « être miséri-  
cordieux », c'est « avoir des entrailles  
de mère ». Ce qui se traduit par :  
tendresse ; compassion ; pardon.

Être fidèle, c'est être tendre ; c'est  
prendre au sérieux les souffrances  
de l'autre sans les juger, même si  
elles ne me paraissent pas toujours  
justifiées ou compréhensibles ; c'est  
pardonner, sans conditions.

N. G. - Pour moi, être fidèle,  
c'est préserver - en priorité absolue,  
avant ma vie professionnelle, ma  
vie familiale, associative, sportive...  
- la qualité de relation entre  
mon mari et moi. C'est faire grandir  
cette alliance entre nous ; nous  
« faire du bien » ; respecter nos  
différences ; nous demander pardon  
si nous avons blessé ; nous faire  
plaisir, oui ! Et sans cesse - c'est-à-  
dire quotidiennement, comme dans  
la prière du *Notre Père* -, être  
vigilant à la croissance de notre  
couple. Soyons dans nos amours  
des « marcheurs »... et ne nous  
arrêtons pas ! ●