

Est-ce lui ? Est-ce elle ?

Des clés pour avancer.

Père Pierre-Marie CASTAIGNOS

Editions Salvator ; 2019.

Notes personnelles :

Ce livre est précieux... mais pas offrable aux tourtereaux : c'est une réflexion sur le sujet du discernement du petit-couple avant les fiançailles ou le mariage, avec des questions précises à se poser, mais ce n'est pas un livre qui leur est directement adressé car il développe des précisions assez techniques qui font que le ton du livre n'est pas un dialogue avec les amoureux. C'est pourquoi je rédige cette fiche de lecture de façon plus lisible par les petits-couples, et leur livre en annexe les diverses questions que l'auteur souhaite que les amoureux puissent se poser (reformulées), afin de les rendre exploitables hors-livre !

L'auteur est spécialisé dans les situations problématiques ou compliquées. Il offre ici un panel de cas possibles et de solutions adaptées.

Introduction :

Les commencements de la relation sont déjà porteurs des atouts et des difficultés à venir dans le couple. La solution n'est pas dans la cohabitation, mais dans le discernement : détecter les immaturités et les incompatibilités de caractère, afin d'éviter de conclure le mariage de la carpe et du lapin. Chrétienement vécue, cette relation est lue sous l'angle du discernement de la vocation au mariage. Les fiançailles sont en théorie une préparation au mariage qui inclut le discernement ; mais dans les faits, la présentation mutuelle des familles lance la préparation matérielle du mariage, et entrave quelque peu les fiancés dans leur discernement : certes, ils demeurent libres, mais ils savent qu'annuler le mariage revient à perdre ou faire perdre beaucoup d'argent... Alors, il faut que le discernement des amoureux se fasse avant les fiançailles. Ainsi que l'accompagnement par un tiers ; pourquoi pas un prêtre.

Dire « je », dire « tu », dire « nous » :

Les amoureux construisent leur couple en apprenant à dire « nous », somme de « je » et « tu », sans dissolution des deux sujets. L'autre n'est pas moi et n'a pas à le devenir.

Pour autant, chacun provient d'une famille et se sent un devoir de loyauté envers elle, qui lui a tout donné jusqu'ici.

Certaines familles sont très soudées et fonctionnent sous le mode d'un pacte implicite, dans lequel le « nous » absorbe le « je », sous le mode de la fusion : tout le monde se soutient, parle de la même façon, pense la même chose, ressent le devoir du sacrifice de soi au bénéfice du groupe. On ne sort pas d'un tel schéma sans angoisse et culpabilité (la sienne ou celle que dénoncent les autres), et souvent pas sans l'aide de l'accompagnement d'un professionnel. Il faut comprendre qu'être distincts n'empêche pas d'être proches ; que dire « je » n'est pas forcément égoïste mais que cela fonde la possibilité de se donner librement, par amour et non par devoir.

Dans certaines familles, le père est absent ou déficient dans son rôle, qui est pourtant fondamental : être le tiers séparateur, le porteur d'interdit, et le modèle identificatoire masculin. Le père a une figure ambivalente aux yeux de l'enfant : il protège et rassure, mais il interdit et s'oppose. Le petit garçon s'identifie au père directement ; la petite fille s'identifie indirectement, en s'identifiant à la femme-épouse du père (le premier homme qui la regarde est son père). Indirectement, le père se manifeste par le bonheur qu'il prodigue à son épouse... ou pas. Et qu'il le veuille ou non, le père est la figure de l'autorité ; en espérant que la mère l'aide à l'exercer de façon

réelle et équilibrée. Enfin, le père est la figure masculine : il représente la virilité (et contribue par là à la construction de l'identité sexuelle de l'enfant et de sa stabilité émotionnelle), la force de compétition et d'affrontement des problèmes (et contribue par là à la construction de la fonction d'identification de l'enfant, savoir se distinguer des autres et de vivre les frictions de cette différence, et fonder la confiance en soi et la persévérance).

L'être humain est à la fois individuel et communautaire, car il est rationnel et corporel : unique et en relation.

Le mariage est l'union de deux pauvres... qui ne suffira jamais pour combler le cœur humain ! Les amoureux peuvent avoir conscience que chacun complète l'autre ; c'est déjà bien ? Mais ils doivent aussi prendre conscience que l'autre ne comblera jamais parfaitement les désirs de mon cœur ; ils sont infinis : seul Dieu les comblera, et encore, dans l'au-delà ! Même si c'est contre-intuitif, le fait que mon conjoint ne me comble jamais parfaitement est une bonne nouvelle : c'est la source d'un dynamisme permanent, d'une recherche de davantage de plénitude qui permet de dire « aujourd'hui plus qu'hier et demain plus qu'aujourd'hui... ». Si l'autre peut évoluer, ce sera en marge : il ne faut pas vouloir le changer, ni attendre des recours-miracles comme « le sacrement de mariage aura une action », et « les enfants le feront évoluer ». Le consentement de mariage est : « Je te reçois (tel que tu es) et je me donne à toi (tel que je suis). »

Les commencements... atypiques :

Comme dans toute entreprise humaine, les débuts sont importants dans la relation amoureuse : il faut prendre conscience des enjeux sans se décourager.

- Nous nous sommes connus à l'étranger : La compatibilité des amoureux se vérifie au quotidien : ça passe ou ça casse.

- Elle est enceinte : Se connaître pour se donner librement est toujours plus facile s'il n'y a pas déjà d'enfant commun en route ou né dans l'équation.

- Le conjoint envisagé a déjà un enfant : L'enfant ne doit pas être premier : c'est le couple qui est premier. Sinon, il se sent naturellement responsable des adultes et vit anxieux. C'est ce qu'on appelle la parentalisation de l'enfant.

- Je suis amoureux d'un étranger : Attention, des notions ne sont pas du tout les mêmes : le rapport au temps, la notion de richesse, la notion de famille et de devoirs filiaux. L'essentiel est que chacun se sente et demeure libre de s'engager envers l'autre, sans pression.

- Nous sommes tous deux étudiants : Attention, il faut se rendre compte que la maturité n'est pas toujours au rendez-vous et qu'elle vient avec le temps ; il faut savoir attendre ; mais pas trop, car il ne faut pas que l'envie de s'unir et de tout partager sous le même toit ne devienne intenable ; et si l'autonomie financière n'est pas nécessaire pour commencer une vie à deux (pas besoin de luxe), par contre il faut quand même une perspective sérieuse de travail stable pour le garçon avant de s'engager dans le mariage.

- On s'est connus sur internet : Il est clair que se connaître via des pseudos et des messages n'est pas se connaître : vient le moment où il faudra se rencontrer dans la vraie vie, pour fonder une vraie relation. Et il ne faut pas se leurrer : ceux qui ont recours aux rencontres par des sites sont des personnes qui peuvent rechercher quelque chose de bancal, car cela sous-entend que la vie réelle ne leur permet pas la rencontre désirée. Par ailleurs, les sites de rencontre font correspondre des profils qui ont des similitudes ; tandis que le mariage se réalise entre personnes qui ont des complémentarités...

- Handicap, maladies physiques ou mentales : Il faut prendre en compte ce que cela supposera d'adaptation dans la vie, du cadre de vie, du rythme de vie, etc. Certes, la conscience de l'accueil de la fragilité de chacun est claire. Mais, trois points sont indispensables à considérer : le déséquilibre dans le couple (quel équilibre trouver ?) ; le lien aux parents (restera-t-il une dépendance obligée ?) ; la capacité à assurer la fonction parentale (l'éducation se fera-t-elle vraiment à deux ?). Question annexe : l'existence d'un parent malade à l'époque du mariage. Il faut

alors se poser la question du conflit de loyauté entre ses parents et son conjoint : comment décidons-nous de vivre le soutien aux parents ?

- Le coup de foudre : Ce qui est sûr, c'est que le coup de foudre ne fait pas tout (ni qu'il est obligatoire, les choses ont pu se passer de façon progressive) : un moment vient où il faut que la raison entre en jeu, prenne le relai de l'émotion. Ce qui est sûr, c'est qu'il est dangereux et utopique de penser que les choses se font toutes seules : il faut obligatoirement un investissement personnel pour construire son couple. Se faire une fausse idée de l'amour, c'est se condamner à se séparer un jour.

- On se connaît depuis toujours : On voit-on qu'on est amoureux et pas seulement amis, c'est qu'on recherche la présence de l'autre de façon fréquente (et hors d'un groupe, juste à deux) et que son absence nous attriste ; par ailleurs, le corps de l'autre m'attire (ce que le corps d'un simple ami ne provoque pas) ; de plus, il y a le projet de devenir un couple et une famille.

Loyautés et discernement :

Définition : « La loyauté, c'est l'engagement que nous prenons de venir en aide à ceux qui nous ont aidés. » Dans le cas de la formation du couple, c'est deux systèmes de loyautés qui se rencontrent et doivent s'imbriquer l'un dans l'autre sans se nier l'un l'autre. Se marier, c'est forcément avoir une part de déloyauté : nous quittons notre famille pour en fonder une autre ; nous ne pourrions plus garder les mêmes rapports envers nos parents que lorsque nous étions célibataires. Se marier, c'est entrer dans une transmission qui ne va jamais sans une trahison : les parents ressentiront un peu de jalousie ; les enfants ressentiront un peu de culpabilité. Les couples qui ont le plus de chances de réussir sont ceux où les deux partenaires se soutiennent pour trouver ensemble des solutions qui leur permettent de se montrer disponibles à leurs parents respectifs sans avoir à sacrifier leur relation de couple.

- Loyauté à sa terre : Si le conjoint nous déracine, nous finirons par le lui reprocher un jour. Chacun devra pouvoir exprimer sa loyauté à son origine, d'une façon ou d'une autre, de façon explicite ; sinon, cela se fera de façon sournoise.

- Loyauté à son milieu social : Si les conjoints ne sont pas du même milieu social, il faut éviter deux écueils : la sur-adaptation (chassez le naturel, il revient au galop... un jour ou l'autre!) et l'écartèlement (tout tenir de front en juxtaposant les milieux). La solution réside dans l'équilibre : que chacun s'exprime sur ce à quoi il tient et ce sur quoi il est prêt à faire des concessions. Et chacun peut expliquer à l'autre les « évidences » qu'il ne perçoit pas spontanément dans l'attitude ou les codes sociaux de ce milieu. Ce qui est sûr, c'est que personne ne doit culpabiliser l'autre ! Le regard bienveillant du prêtre peut aider les conjoints et rassurer les parents : le prêtre connaît les deux familles et montre que c'est possible de les rejoindre toutes deux. On ne devient jamais ex-fils ou ex-fille : le passé est aussi ce qui se présentera devant nous. Une grande différence implique un certain sentiment de solitude de chacun : il y a une zone qu'aucun ne peut vraiment partager avec l'autre. Chacun doit revisiter l'éducation qu'il a reçue, avant de pouvoir discuter d'une façon commune d'éduquer les futurs enfants.

- Loyauté à sa religion : Le problème est bien plus affectif que théologique ! La communion doit d'abord être affective avant d'être effective... Les questions pour le couple que la religion porte en elle sont de l'ordre du corpus de valeurs fondamentales, un rapport au monde, un rapport à la famille ou à la culture, un système de loyauté, etc. Il peut exister aussi des divergences de pratiques au sein de la même religion, du reste. Si un seul des conjoints a la foi, la question est : chacun est-il prêt à respecter les convictions de l'autre, et à en être le gardien respectueux ? Car forcer la conscience de l'autre, ce n'est pas l'aimer et le respecter. La question de l'éducation religieuse devra aussi être débattue et décidée avant l'arrivée des enfants, donc avant l'engagement du mariage.

- La loyauté à sa famille : Il existe dans des familles à forts liens des systèmes implicites : façon de parler, routines, humour, références, codes vestimentaires, rôles de chacun dans la famille.

Tout cela fonctionne comme un mode de stabilité, donc de résistance au changement. Or, l'arrivée d'un conjoint est un changement, c'est un élément naturellement perturbateur des habitudes. Chacun doit quitter son père et sa mère... pour aller vers lui-même ! La Parole de Dieu nous demande à la fois de quitter nos parents et de les honorer : il faudrait savoir ! La clé est celle-ci : quitter c'est honorer, car c'est s'épanouir et devenir soi-même, atteindre le terme de l'éducation reçue des parents ; honorer c'est quitter, en devenant un alter ego des parents, en devenant un adulte.

Aimer, c'est quoi ?

C'est un désir de ne faire qu'un avec l'autre : je suis attiré par lui car il me complète. Je dois prendre conscience de ce que j'apprécie en l'autre et de ce qu'il m'a apporté de plus grand... et ne jamais l'oublier ! Aimer, c'est désirer passer du temps avec l'autre, être heureux en sa présence et attristé en son absence. (Si ce n'est pas le cas, fuyez !)

La relation amoureuse doit être équilibrée dans sa réciprocité. Parfois, l'un est plus attaché que l'autre... et devient étouffant pour le premier. Il faut un peu de temps pour que la relation s'équilibre, car au début il y a bien quelqu'un qui a fait le premier pas et l'autre qui a été agréablement un peu surpris : il faut un peu de temps pour que les deux amoureux se sentent responsables de cette relation, et soucieux de son bel équilibre. Dans une relation, ce ne sont pas les différences qui sont préoccupantes, mais les déséquilibres. Il faut vérifier que l'on ne s'est pas engagé dans un triangle de Karpman (persécuteur-sauveur-victime) face à un élément extérieur qui serait le troisième pôle ; ni que la relation n'est celle de boiteux-béquille. Il faut veiller à prioriser le couple sur toutes autres relations : les sorties entre amis, les dîners mondains, les sorties en tous genres peuvent parasiter la relation. Des forces centrifuges menacent : attention à ne pas passer à côté du mystère de l'autre ! Le déséquilibre peut provenir de leur différence de culture, d'intelligence (capacité à comprendre, à « lire dans » les choses ou les gens), de finesse dans l'humour, etc. : il faut en parler, le considérer.

Il se peut que j'aie eu des mauvaises expériences amoureuses, des blessures amoureuses préalables. Dans ce cas, je dois absolument faire une relecture de ce que j'ai vécu ; me faire un jugement, une opinion ; prendre du recul pour mieux y voir à l'avenir. Pourquoi ai-je été aveugle à ce point ? Comment rouvrir mon cœur à une autre relation ?

Vouloir passer du temps avec l'autre ne signifie pas qu'il faille cohabiter ensemble : le trop-vite-trop-loin tue-l'amour, ne permet pas de construire l'amour.

La question de *l'attachement* est à considérer : l'enfant a un système de sécurisation de soi qui passe par le lien à la personne adulte qui le prend soin de lui. Si l'enfant vit dans un contexte sécurisant, il ne déploie pas de système de protection ; sinon, il crie pour appeler la mère qui est vue comme sécurisante, mais si la mère ne répond pas à ses attentes, l'enfant deviendra incapable de jouer le jeu de vraies relations, il demeurera profondément méfiant à aller vers l'autre et vivra en indépendant, ou alors il sera affectivo-dépendant de façon inappropriée. L'importance des caresses dans l'enfance comme message de sécurisation est aussi ce qui déterminera un équilibre dans le toucher amoureux et sexuel dans la vie adulte. *L'attachement sécurisant* de l'adulte est celui où les individus ont une image positive d'eux-mêmes et des autres. Ils estiment avoir de la valeur et savent pouvoir compter sur les autres en cas de nécessité. Ils envisagent positivement les relations interpersonnelles. L'intimité, l'interdépendance et l'engagement ne leur font pas peur. En amour, ils vivent en confiance et acceptent la légitime autonomie du conjoint. *L'attachement insécure et détaché* de l'adulte est celui où les individus ont une image positive d'eux-mêmes mais négative des autres. Ils doutent de la capacité des autres à répondre à leurs demandes. Ils évitent les relations trop intimes, refusent de montrer leur vulnérabilité et sont incapables de dépendre d'autrui. Ils craignent de souffrir de la part des autres. En amour, ils cassent les relations quand elles deviennent trop sérieuses à leurs yeux, car l'autonomie leur est vitale. *L'attachement insécure et anxieux* de l'adulte est celui où les individus ont une image négative d'eux-mêmes et se pensent indignes de l'amour des autres, ne le méritant pas. Ils cherchent toujours à capter l'attention et l'appropriation de leur entourage pour se réassurer, avec une demande insistante d'intimité et de proximité. Ils sont jaloux,

et vivent mal les moments d'indisponibilité de l'autre. En amour, ils sont possessifs parfois jusqu'au harcèlement, ce qui rompt la relation malgré eux. *L'attachement insécure et craintif* de l'adulte est celui où les individus ont une image négative d'eux-mêmes et des autres, et se pensent non-aimables, en soi. Ils anticipent le rejet de l'autre, en vivant en solitaires et en introvertis. Ils ne supportent pas la complicité car ils y voient un risque de souffrance. En amour, paradoxalement, ils réclament une proximité physique, mais ils seront toujours insatisfaits d'eux-mêmes. Pour eux, l'amour est un problème, quelque soit le partenaire.

Si l'on remarque un problème d'*attachement* chez soi ou chez le conjoint, il faut démarrer une thérapie individuelle AVANT de se marier. Il faut se marier une fois que l'on est apte à tisser une relation équilibrée afin qu'elle soit épanouissante pour soi et pour l'autre.

La maturité, pierre angulaire du discernement :

Il est parfois plus facile de décrire l'immaturité que la maturité. La maturité est une calme assurance de soi, un équilibre qui produit la paix. L'immaturité est un excès dans un sens ou dans l'autre, dépréciation de soi et victimisation ou surestimation de soi et orgueil. Voilà pour l'immaturité humaine, mais l'immaturité spirituelle existe elle aussi : spiritualiser à l'excès en oubliant que la grâce ne remplace pas la nature, ou nier l'implication de Dieu et cultiver une idole (argent, gloire, réussite, beauté, etc.). Trois éléments permettent de mesurer la maturité :

- Une stabilité d'humeur, une maîtrise de soi ; ne pas appeler chez les autres susceptibilité ce qu'on appelle chez soi sensibilité. On peut sortir de son instabilité ou de sa colère : si on n'en est pas maître, on est maître de la décision d'aller se faire aider par un professionnel. Sans cela, pas de mariage envisageable.

- Une capacité à prendre des décisions réfléchies, une prudence à discerner en toutes circonstances le véritable bien et les moyens de l'accomplir. La prudence, c'est la providence qui dépend de nous. On ne s'engage pas dans le mariage uniquement au feeling ; mais après avoir discerné en ayant pris des conseils, il faut savoir s'engager.

- Une juste évaluation des événements et des hommes : il faut savoir écouter et prendre conseil, juger des choses vécues avec le conjoint, mais décider librement pour autant après s'être fait un avis personnel.

Les critères du discernement :

Voici des critères qui doivent former un faisceau d'indices soutenant le choix personnel :

1. Les critères subjectifs :

- a) Le désir : désir de voir l'autre, de l'entendre, de passer du temps avec lui, de son corps.
- b) La certitude intérieure : c'est bien lui, c'est bien elle !
- c) La patience : tant que le discernement n'est pas abouti, on attend, on prend le temps.
- d) La rectitude d'intention : je n'exclue pas le mariage en m'engageant plus avant avec l'autre, je n'exclue pas la rupture en cas de besoin, je ne regarde plus que l'autre et pas ailleurs.
- e) La paix et la joie ressenties à être ensemble : le couple doit être fluide, sans grumeaux.
- f) La sainte indifférence : ce n'est pas l'indifférence, mais la confiance en Dieu et le détachement de soi-même, de telle sorte que je ne veux pas plus ceci que cela, je ne veux que le vrai et le bien.
- g) Le vertige devant l'engagement : pour autant, ne pas vouloir ceci plus que cela ne signifie pas ne rien ressentir. Un certain vertige devant la perspective du mariage et du sacrement de mariage, dû à la prise de conscience de sa grandeur, de ses implications, et des responsabilités... est une réaction positive. C'est le signe qu'on a bien compris de quoi il s'agit.
- h) Si je dois prendre du recul... il faut prendre du recul, et rompre toute communication pendant au moins quinze jours, afin de pouvoir penser et écouter ses ressentis sans influence, sans bruits de fond. Ensuite, il faut faire un debriefing en couple de ce qu'on a

vécu durant cette période de prise de distance.

- i) Si je dois rompre... il faut rompre d'un coup, pas effiloche la relation. Je peux trouver des mots qui ne sont pas blessants, mais ils ne doivent pas être équivoques ou laisser planer un espoir s'il n'y en a pas. Je peux remercier pour ce qui a été vécu et dire à l'autre ses qualités : le problème, ce n'est ni l'autre ni moi-même : c'est l'incompatibilité des deux, la somme des deux qui ne tombe pas juste.
- j) Si je crois avoir reçu des signes... je dois les exposer à quelqu'un pour ne pas me faire d'illusions. Car si l'amour est subjectif, il a aussi une dimension objective, repérable depuis l'extérieur par une tierce personne expérimentée (déjà mariée, qui prépare au mariage, qui est psychologue, etc.)
- 2. Les critères objectifs :
 - k) La durée du désir, la persévérance dans l'envie de vivre avec l'autre.
 - l) La préparation au mariage, l'accompagnement dans le discernement par un prêtre ou une équipe paroissiale est obligatoire. Obligatoire pour vous !
 - m) La prise en compte des circonstances : il y a peut-être actuellement des choses qui influencent notre relation mais qui ne seront pas toujours là et ne sont que circonstancielles (problèmes d'argent, éloignement géographique, maladie, tensions familiales, etc.), et dans ce cas, il faut les identifier comme telles.
 - n) Les aptitudes requises : l'aptitude à la fidélité ; l'aptitude à faire vivre matériellement une famille ; l'aptitude à la vie commune.

L'engagement :

Le mariage sacramentel est un engagement de toute la vie, pour toute la vie. L'engagement est le lieu du don de soi-même. L'engagement est aussi le cadre sécurisant le couple et les enfants. L'engagement dans le temps permet aussi les progrès. Plus je m'engage, plus je suis libre, car plus je m'engage « pour » ce que je veux. Plus je m'engage, plus je m'épanouis, dans la mesure où je ne cherche plus ma réussite mais notre réussite : « je » s'épanouit dans le « nous » ; d'autant plus que « tu » me complètes !

L'engagement est le don à l'autre de toute ma personne : ma sensibilité, mes dons naturels et spirituels. Je peux le faire car l'autre m'assure de sa bienveillance. Je dois pouvoir prier à haute voix devant l'autre et avec l'autre. Je dois être prêt à lui confier aussi mon corps. Pour autant, la demande de demeurer abstinents avant le mariage faite par l'Eglise est pertinente ; car l'être humain fonctionne ainsi : je pense, je veux, je dis, je fais. Tout autre ordonnancement est une erreur, un déséquilibre, une source de nuisance à la construction de ma relation de couple.

Ce qui paralyse l'engagement, c'est la peur : la peur de ne pas y arriver, de ne pas être à la hauteur, de ce que vont en penser mes proches. Je peux être bloqué par le perfectionnisme, l'activisme, le désir de demeurer libre. Alors soyons clairs : le risque zéro n'existe pas dans la vie. Mais le mariage est une œuvre commune, un morceau à quatre mains. La question n'est désormais plus « moi » mais « nous » ! Et nous « aujourd'hui », pas hier ni demain ; car c'est aujourd'hui qui compte, c'est aujourd'hui qui assume hier et fonde demain.

Ce qui permet l'engagement, ce sont trois vertus : humilité, confiance, miséricorde. Humilité en rentrant dans un combat spirituel contre notre volonté de toute-puissance qui nous fait voir nos limites et celles de l'autre comme des menaces et non comme des lieux de communion. Confiance, car je ne m'engage pas parce que je suis sûr d'y arriver, mais pour y arriver ; avec l'autre. Miséricorde, parce que Rome ne s'est pas faite en un jour ni du premier coup.

Conclusion :

Dans la formation d'un couple, dans l'amour, il y a toujours une part de mystère, qui échappe au couple, à son entourage, à son accompagnateur. Et quoi qu'il en soit, avec des mises en garde et des encouragements, nous prenons conscience que nous sommes les premiers acteurs de notre bonheur.

Annexe : les questions du livre « Est-ce lui ? Est-ce elle ? »

Ai-je appris à dire « je » dans ma famille d'origine ?

En quoi l'accueil de l'altérité est-il une condition pour aimer ?

Quelle image du père ai-je reçue de mon père ?

Quelle image de la mère ai-je reçue de la mère ?

Quelle image de l'époux ai-je reçue de mon père ?

Quelle image de l'épouse ai-je reçue de la mère ?

Comment s'est vécue dans ma fratrie ma différenciation, ma prise de conscience de mon unicité et de mes particularismes ?

Comment mon conjoint voit-il ma relation à mes parents ?

En quoi la relation à mon père influence-t-elle encore aujourd'hui mes choix ?

En quoi la relation à ma mère influence-t-elle encore aujourd'hui mes choix ?

Quelles fragilités ai-je pu identifier chez mon conjoint ?

En quoi le caractère de l'autre m'agace-t-il ? Vais-je pouvoir le supporter toute ma vie, sans m'épuiser sur le long terme ?

Si la question se pose : si l'enfant n'était pas là, me serais-je engagé envers l'autre ? Avions-nous projeté de passer notre vie ensemble ?

Sommes-nous compatibles quant à notre rapport au temps ? À l'argent ?

Nos parents dont-ils en bonne santé ? Quel secours pouvons-nous prévoir d'apporter à nos parents ?

Qu'avez-vous mis en place en termes de discernement pour rendre objectives les raisons de votre constitution en couple ?

En quoi les débuts de votre relation amoureuse ont-ils été porteurs d'espérance et de potentielles difficultés ?

Avec le recul, que déconseilleriez-vous à un couple qui débute ? Que lui conseilleriez-vous ?

Citez trois loyautés qui vous ont construit. Les qualifiez-vous de vertueuses ou de toxiques ?

Comment pourriez-vous définir l'univers mental de l'autre, sa vision du monde ?

Comment définiriez-vous le lien de votre futur conjoint avec sa famille ?

Quel est le type de système familial, d'héritage implicite, repérez-vous dans votre famille ?

Quel est le rapport de chacun à sa religion ?

Qu'est-ce que j'apprécie le plus en mon conjoint ?

Qu'est-ce que mon conjoint m'apporte de plus grand que ce que je ne possède par moi-même ?

En quoi mon conjoint me complète-t-il, dans ma sensibilité, mon intelligence, mes talents ?

Ai-je eu des relations amoureuses auparavant ? Pourquoi ne sont-elles pas allées jusqu'au bout ? Pourquoi ai-je été aveugle à ce point ? En quoi cette nouvelle relation est différente ? Comment rouvrir mon cœur à une autre relation ?

En quoi mon amour actuel est-il basé sur la bienveillance et non sur l'utile ou l'agréable ?

Quelles sont les figures d'attachement que vous avez eues durant l'enfance ? Comment vous situez vous : attachement sécurisant, détaché, anxieux, craintif ? Et mon conjoint ?

Avons-nous le même sens de l'humour ? La même curiosité intellectuelle ? La même analyse des situations politiques, des personnes que nous croisons, des besoins d'une famille ?

Ai-je parfois l'impression de me sentir en décalage ? De m'ennuyer en présence de l'autre ?

Comment est-ce que je gère mes émotions ? Comment ne pas me laisser submerger par elles ?

Quelle est ma manière de prendre les décisions ?

Quelles immaturités ai-je repéré en moi ? En l'autre ?

Que me dit mon cœur concernant ma relation amoureuse ?

Que me manque-t-il pour arriver à une certitude intérieure sur le choix de mon futur conjoint ?

Pensez-vous avoir les aptitudes requises pour mener une vie commune, un mariage ?

Avez-vous eu déjà l'occasion de vous engager (scoutisme, associations, contrats de prêts bancaires, etc.) ?

Comment envisagez-vous l'engagement à vie demandé par l'Eglise catholique ?

Comprenez-vous que l'abstinence de relations sexuelles ait sa place dans le processus de discernement ? Pensez-vous que ce soit au contraire l'inverse qui soit vrai, qu'il faille savoir vivre sous le même toit et sous la même couette pour savoir si l'on se correspond ?

Quels sont les aspects du mariage qui vous semblent les plus durs à tenir, qui exigeront de vous plus d'énergie ?