

SEMAINE 3 : LE PARDON

Quelques indications préalables :

Prendre ce moment en couple du parcours de Carême après avoir chacun visionné la vidéo d'introduction de la semaine et vécu le temps de prière (guidée ou pas) proposé.

Pour bien vivre ce temps à 2, nous vous conseillons de débrancher votre téléphone, de vous installer confortablement et de veiller à ne pas être dérangé.

Prenons quelques instants pour nous poser, pour faire silence, pour rentrer dans ce temps privilégié en couple.

Demandons à l'Esprit Saint de venir nous aider à écouter et à nous parler en vérité.

Proposition :

Nous vous proposons un temps d'échange en trois étapes:

1^{ère} étape : l'un de nous nomme un lieu où il aimerait être plus en vérité avec l'autre. Pour illustrer cela il raconte un événement qui a été source de tension entre vous (relations à la famille ou à la belle famille, organisation du quotidien, scolarité des enfants ou relations avec l'un d'entre eux, tensions liées à la crise sanitaire...)

Décrire les faits, mais aussi le ressenti lié à cet événement au moment où il a été vécu et aujourd'hui en y repensant.

2^{ème} étape : l'autre conjoint – sans avoir posé de questions ni interrompu celui qui racontait – résume ensuite ce qu'il a entendu et notamment nomme les sentiments qu'il a perçus et qui sont liés aux faits.

3^{ème} temps : celui qui a raconté l'évènement peut répondre aux questions suivantes : à travers ce que tu viens de résumer, ai-je le sentiment d'avoir été écouté(e), quel point as-tu oublié ? surestimé ? fidèlement résumé ? déformé ?

Dans une deuxième partie, inverser les rôles et reprendre les trois étapes.

Nous pouvons ensuite conclure ce moment par une prière ensemble

Cette semaine nous sommes invités à vivre une démarche de réconciliation en couple.

Cette démarche peut prendre du temps...

Laissons l'Esprit Saint nous inspirer le moment et la forme adaptée.

