

## Conseils aux couples

À part les difficultés qui peuvent surgir entre parents et enfants, il y a couramment des disputes entre mari et femme, disputes qui en arrivent parfois à compromettre sérieusement la paix familiale. Quels conseils donneriez-vous aux couples, dans ce sens ?

04/07/2009

**À part les difficultés qui peuvent surgir entre parents et enfants, il y a couramment des disputes entre mari et femme, disputes qui en**

**arrivent parfois à compromettre sérieusement la paix familiale. Quels conseils donneriez-vous aux couples, dans ce sens ?**

— Qu'ils s'aiment. Et qu'ils sachent qu'au long de leur vie, il y aura des disputes et des difficultés qui, résolues avec naturel, contribueront même à rendre leur tendresse plus profonde.

Chacun d'entre nous a son caractère, ses goûts personnels, son humeur — sa mauvaise humeur, parfois — et ses défauts. Chacun a également des côtés agréables dans sa personnalité, raison pour laquelle, de même que pour bien d'autres, chacun peut être aimé. La vie en commun est possible quand chacun essaie de corriger ses défaillances et s'efforce de ne pas attacher d'importance aux torts de l'autre : c'est-à-dire quand l'amour est là, qui efface et dépasse

tout ce qui pourrait être une fausse raison de séparation ou de divergence. En revanche, à dramatiser les moindres différends et à se reprocher les défauts et les torts, c'en est fini de la paix et on court le risque de tuer l'amour.

Les couples ont une grâce d'état — la grâce du sacrement — qui leur permet de pratiquer toutes les vertus humaines et chrétiennes de la vie en commun : la compréhension, la bonne humeur, la patience, le pardon, la délicatesse dans les relations mutuelles. Il est important de ne pas se laisser emporter par l'orgueil ou les manies personnelles, de ne pas s'énervier. C'est pourquoi le mari et la femme doivent croître en vie intérieure et apprendre de la Sainte Famille à vivre avec finesse — pour une raison humaine et surnaturelle à la fois — les vertus du foyer chrétien. Je le répète : la grâce de Dieu ne leur manque pas.

Si quelqu'un dit qu'il ne peut pas supporter telle ou telle chose, qu'il lui est impossible de se taire, il exagère pour se justifier. Il faut demander à Dieu la force de dominer ses caprices ; la grâce de conserver la maîtrise de soi. Car le danger de la brouille est là : on risque de perdre le contrôle de soi, les mots peuvent se charger d'amertume, aller jusqu'à l'offense et, sans même qu'on le veuille peut-être, blesser et faire mal.

Il faut apprendre à se taire, à patienter et à dire les choses sur un ton positif, optimiste. Quand c'est lui qui se fâche, le moment est venu pour elle d'être spécialement patiente, jusqu'à ce que le calme revienne ; et inversement. Si l'amour est sincère et qu'on a le souci de l'accroître, il est très rare que les deux conjoints soient dominés par la mauvaise humeur au même moment...

Autre chose très importante : prenons l'habitude de penser que nous n'avons jamais entièrement raison. On peut même dire, dans ces questions-là, d'ordinaire si discutables, que plus nous sommes certains d'avoir entièrement raison, plus il est hors de doute que ce n'est pas exact. En raisonnant de cette manière, il devient plus facile de rectifier et, s'il le faut, de demander pardon, ce qui est la meilleure manière d'en finir avec une brouille : on retrouve ainsi la paix et la tendresse. Je ne pousse pas aux querelles, mais il est normal qu'un jour ou l'autre nous nous querellions avec ceux que nous aimons et qui nous aiment le plus, avec qui nous vivons d'ordinaire. Ce n'est évidemment pas contre l'Empereur de Chine que nous allons nous emporter. Par conséquent, ces petites scènes de ménage entre époux, si elles ne sont pas fréquentes — et il faut veiller à ce qu'elles ne le soient

pas —, ne dénotent pas un manque d'amour, et peuvent même aider à l'accroître.

Un dernier conseil : que les parents ne se disputent jamais devant leurs enfants ; il suffit, pour cela, qu'ils en conviennent d'un mot, d'un regard, d'un geste. Ils auront tout loisir de se fâcher par la suite, et plus calmement, s'ils ne sont pas capables de l'éviter. La paix conjugale doit être le climat de la famille, car elle est la condition indispensable à une éducation profonde et efficace. Que les enfants voient dans leurs parents un exemple de dévouement, d'amour sincère, d'aide mutuelle, de compréhension, et que les petites choses de la vie quotidienne ne leur cachent pas la réalité d'un amour qui est capable de surmonter n'importe quoi.

Parfois nous nous prenons trop au sérieux. Nous nous fâchons tous de

temps en temps ; quelquefois, parce que c'est nécessaire, et d'autres fois parce que nous manquons d'esprit de mortification. L'important est de démontrer que ces fâcheries ne brisent pas l'affection, et de recouvrer, d'un sourire, l'intimité familiale. En un mot, que le mari et la femme vivent en s'aimant l'un l'autre et en aimant leurs enfants, car c'est ainsi qu'ils aimeront Dieu.

*Entretiens avec Monseigneur Escrivá de Balaguer, 108*

---

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr-ca/article/conseils-aux-  
couples/](https://opusdei.org/fr-ca/article/conseils-aux-couples/) (23/01/2026)