

Déroulé d'une session CPM Clamart, Châtillon, Le Plessis-Robinson

1. Première rencontre

Accueil première rencontre en musique (6 couples participants et un couple animateur)

Texte méditatif pour se mettre dans l'ambiance :

Arrêtons la musique,	dans notre temps.
Déposons nos livres,	Et quand on aime, on a le temps, n'est-ce pas ?
Éteignons nos discours intérieurs,	S'asseoir en silence,
Asseyons-nous tranquillement,	Déposons tous nos soucis et nos envies d'en parler.
Installons nous dans le calme,	Asseyons-nous avec Dieu,
et laissons venir le silence.	Prenons du repos avec lui,
	Goûtons à sa présence.
S'asseoir pour Dieu,	Celui qui aime, s'assied près de son ami.
c'est comme si nous faisons une brèche	

Nous nous présentons non pas comme couple modèle mais comme simple couple chrétien, ainsi que le CPM.

Et nous leurs demandons de **présenter leur conjoint** à l'aide du questionnaire :

- Comment nous nous sommes rencontrés ?
- Qu'est-ce qui m'a plu chez lui (elle) ?
- Qu'est-ce qui lui a plu chez moi ?
- Pourquoi cette rencontre a été différente des autres ?
- Nos ressemblances et nos différences :
- Qu'est-ce qui a changé dans l'autre depuis notre rencontre ?
- Qu'est-ce qui a changé en moi depuis notre rencontre ?
- Que veut dire pour moi " se préparer au mariage" ?

Chacun écoute les présentations, nous faisons une rapide synthèse en relevant des points importants et en soulignant qu'à travers leur découverte de l'amour ils découvrent aussi la source de tout amour : Dieu avec aussi sa part de mystère.

Dans tous ces échanges, nous essayons le plus possible de partir de ce qu'ils nous disent, pour que « l'enseignement » vienne d'eux.

La dernière question « Que veut dire pour moi se préparer au mariage » nous permet de sentir les motivations de départ des participants. Dans cette préparation qui est très variable d'un groupe à un autre, ce ne sont pas forcément les moins motivés qui ne jouent pas le jeu à fond.

Tour de table rapide pour répondre aux questions suivantes :

Pourquoi se marier aujourd'hui ? en dissociant le mariage civil du mariage religieux.

Est-ce que ça va changer quelque chose ?

Si oui quels changements ?

Et si non pourquoi voulez-vous vraiment vous marier, d'autres formes d'union sont possibles ?

Dans ce tour de table les avis sont souvent très divers, si une majorité répond un peu vite : « ça ne changera rien », il y en a toujours qui soulignent des points importants de leur engagement et du témoignage qu'ils veulent donner à leur entourage. La dimension sociale du mariage civil est souvent pour eux complètement insignifiante.

Nous leur rappelons que nous sommes ici pour préparer leur mariage, pas seulement **le jour** de leur mariage, et pour **devenir un couple chrétien** dans notre monde tel qu'il est.

Échange à l'aide d'une dizaine de phrase pour souligner ce qui est le plus important pour eux.

Deux formules peuvent être utilisées :

Au début nous utilisons celles-ci

Se marier, pour quoi faire ?

Pour avancer ensemble il faut savoir pardonner
Partager la vie de tous les jours
Nous aurons des enfants
Je suis différent, tu es différent, nous sommes différents
Nous nous disputons parfois, c'est la vie de couple
Rendre l'autre heureux, pour être heureux
Être ensemble, quel bonheur de s'aimer
On est toujours d'accord, on ne se dispute jamais
Ensemble, nous resterons jeunes
S'aimer tous les jours pour s'aimer toujours

Une autre formule a été proposée,

en partant de phrases de la Bible tout en conservant le même objectif.

Sans leur donner les références.

Il y a deux intrus, qui ne sont pas de la Bible !

Se marier, pour aimer et pour être aimé ? Oui, mais comment ?

Tu es toute belle, mon amie, et il n'y a point en toi de défaut. Cant 4,7
Tout ce qui est à moi est à toi. Luc 15, 31
L'amour supporte tout, il fait confiance en tout, il espère tout, il endure tout. L'amour ne passera jamais. 1Cor13,7
Combien de fois dois-je lui pardonner ? ... Jusqu'à soixante-dix fois sept fois. Matt18,21
Donne-moi tes mains que mon cœur s'y forme... Donne-moi tes mains que mon âme y dorme... éternellement. Louis Aragon "*Les mains d'Elsa*"
Mon bien aimé est à moi, et moi à lui. Cant 2,16
Est-il permis de renvoyer sa femme pour n'importe quel motif ? Matt 19,3
Tu comptes beaucoup à mes yeux, tu as du prix et je t'aime. Isaïe 43,4
Celui qui demeure en moi... porte beaucoup de fruits. Jean 15,5
Tu me fais perdre le sens par un seul de tes regards. Cant 4,9
Heureux l'époux dont la femme est excellente, le nombre de ses jours sera doublé. Si 26,1
Je n'ai d'autre désir que de t'appartenir, être à toi pour toujours et livré à l'amour.
Ste Thérèse de l'Enfant Jésus

Dans les 2 formules, il s'agit de les faire parler et nous mettons en évidence les fausses routes, les pièges, les illusions, les rêves, en faisant réagir les uns et les autres par des questions pour les inviter à approfondir.

Les imprévus, nos frustrations, nos blessures, nos limites, ne sont pas des occasions pour vouloir changer l'autre mais pour renouveler notre amour.

La communication est souvent abordée à la marge pour éviter de tomber dans la routine, mais cet aspect peut devenir une illusion due au fait que l'un et l'autre n'a pas les mêmes manières de communiquer, ni les mêmes attentes. Par les exercices que nous leur donnons où ils sont invités à s'exprimer individuellement et personnellement par écrit, cela leur permet d'expérimenter un autre mode de communication où chacun prend la parole et écoute à son tour.

Après une pause café, nous leur demandons d'écrire une lettre d'amour qu'ils devront échanger en privé, après la réunion. Ils se soumettent à cet exercice un peu artificiel dans la mesure où ils le font sur place, une bonne moitié s'exécute avec intérêt et les plus hésitants suivent.

Rédiger une lettre à l'autre dans laquelle on écrit :

Son meilleur souvenir avec l'autre
Son plus mauvais souvenir
Ce qui a changé en toi / en moi
Je te pardonne pour...
J'aimerais que tu me pardonnes pour...
Ce que j'aime en toi
Ce qui me fait peur en toi
Avec le mariage : je voudrais approfondir...
Avec le mariage : je voudrais cesser de...

Cette lettre d'amour pourra être **le point de départ** de leur lettre d'intention avec un véritable projet de vie mais elle sera plus explicitement complétée par le contenu de la soirée suivante.
Bien entendu nous ne relevons pas les copies.

Puis nous leur parlons de la soirée qui suivra chez nous en répartissant les couples pour les revoir deux par deux. *Ce sont eux qui se choisissent, en fonction des échanges précédents.*

Nous leur donnons de quoi préparer cette soirée en insistant sur le fait que c'est dans la mesure où ils prennent du temps pour la préparer qu'ils vont en recueillir les fruits.

- Le questionnaire pour préparer la réflexion sur les 4 piliers
- Le fils prodigue

2, Au cours de la deuxième rencontre, (2 couples participants chez le couple animateur) nous leur demandons aussi de nous dire où ils en sont dans leur parcours de Foi et de repérer la ou les personnes qui ont compté pour eux, nous commençons cet échange en leur donnant notre propre témoignage. C'est important de souligner que la Foi se transmet à travers le témoignage qu'ils ont reçu et qu'ils auront à transmettre.

Nous leur demandons de nous raconter l'histoire du Fils Prodigue, ce qu'ils en retiennent et comprennent avec une question importante : Pourquoi Jésus nous raconte cette histoire ? Que veut-il nous dire de son Père ? Et nous reprenons quelques versets importants.

Échange autour des quatre piliers :

- 1.** Certains pensent que le mariage est une institution qui enferme ou étouffe l'amour, qu'en pensez-vous ? (pour parler de la liberté)
- 2.** Quel sens est-ce que je donne au terme "une famille" ? (Fécondité, engagement d'accueillir des enfants et de les accompagner dans la découverte de Jésus avec l'aide de la communauté = leur famille chrétienne. Mais c'est aussi un amour qui rayonne et qui donne au monde une certaine image de l'Amour) cette question sera développée au cours de la 3^{ème} soirée.
- 3.** Qu'est-ce que je ne supporterais pas de l'autre ? (Indissolubilité, connaître nos limites c'est bien, mais notre capacité à pardonner et à demander pardon, rend notre amour plus fort, plus grand.)
- 4.** Comment j'envisage d'être fidèle toute ma vie ?
(En fonction de ce que nous sommes, qu'est-ce que nous allons inventer pour être fidèle ?)
L'amour est à renouveler chaque jour et demande de **la volonté**, il ne se laisse pas flotter au fil de nos états d'âmes, de nos impressions, de nos sentiments ou de nos émotions.
Ils ont beaucoup de mal à répondre à cette question, ils s'aiment et l'engagement de fidélité est pour eux évident, pourtant le nombre de couples en échec devrait les inviter à la vigilance.

A la suite de chaque pilier, nous faisons le parallèle avec la Foi. La lettre d'amour et la réflexion sur les quatre piliers, doivent les aider à composer leur déclaration d'intention. La demande des prêtres est très variable sur la forme de cette déclaration d'intention entre une

déclaration originale composée personnellement et la signature d'un texte ou la recopie d'un modèle.

Avant de se séparer nous leur donnerons un questionnaire pour les inviter à parler de la sexualité en couple avant de se revoir, il n'y aura pas d'échange sur le contenu.

Parler de sexualité à deux

Quel est l'impact de l'éducation que j'ai reçu(e) en matière de sexualité ?

En quoi cela me bloque par rapport à toi ?

En quoi cela me libère ?

Parler de notre sexualité à deux est pour moi :

Facile embarrassant nécessaire inexistant régulier autre

Pourquoi ?

Je note ce que je crois que mon conjoint a répondu :

Facile embarrassant nécessaire inexistant régulier autre

Pour moi, une sexualité réussie c'est :

Je note ce que je crois que mon conjoint a répondu à cette question.

Est-ce que je me sens libre d'exprimer mon désir et/ou mon non désir ?

Qu'en est-il, d'après ce que je perçois, pour mon conjoint ?

Suis-je capable d'accepter l'indisponibilité sexuelle temporaire de mon conjoint ?

Qu'est-ce que je pense qu'il en est pour lui ou elle ?

Remplir ce questionnaire puis en parler en couple a été pour moi :

Facile embarrassant nécessaire inexistant régulier autre

3. Cette année nous démarrons **une troisième rencontre** : les 6 couples participants se retrouvent avec le même couple animateur à une messe paroissiale, suivie du partage du repas et de l'**Évangile de la vie**.

Cette rencontre est encore expérimentale pour nous et des ajustements vont se faire au fil des premières animations que chaque animateur fera. Nous mettons ici notre projet.

Pendant le repas, nous ferons un échange autour de la messe, les textes du jour et l'homélie.

Qu'est-ce qu'ils peuvent garder comme Parole pour la semaine ?

Et nous ferons le lien entre l'Eucharistie et le sacrement du mariage.

Puis la réunion sur l'**Évangile de la Vie**.

Préalable : Nous ne prenons pas la parole ici en temps que spécialistes, mais seulement en tant que catholiques engagés dans la paroisse avec nos propres questions, fragilités, mais aussi notre foi, notre espérance et notre expérience de couple marié catholique.

30 premières secondes du film du Jour du Seigneur « **L'église, le couple et la sexualité** » puis rapide tour de table pour les faire réagir et qu'ils posent leurs a priori plus ou moins négatifs sur ce que dit l'Église sur ce sujet, nous prendrons le soin d'y ajouter aussi du positif.

Notre religion est la religion où le corps a une grande importance : **création, incarnation, mort et résurrection, guérisons...** citations de quelques versets de la Bible.

La vie est un don de Dieu, le projet d'amour qu'on eu nos parents en nous donnant la vie, a rejoint le projet d'amour de Dieu. La vie mérite le plus grand respect (protection et soins) du début à la fin. Accueillir notre vie, notre corps, nos talents et nos fragilités avec joie.

Échange autour de la **bénédition nuptiale** pour qu'ils relèvent les différentes formes de fécondités auxquelles ils sont appelés.

Mais notre conjoint n'est pas Dieu, il a beau nous aimer, nous admirer, nous attirer, nous donner de la tendresse, et communiquer facilement, il ne peut pas nous combler et cela est notre bonheur, c'est là que se dévoile un amour plus grand, et nous met sur la route d'un Autre qui est la source.

Passer du désir d'enfant à l'accueil de l'enfant, qui n'est pas un droit à l'enfant, mais l'accueil du don de la vie, et qui nous fait naître à une autre vie celle de **père** ou **mère** et toujours époux ou épouse.

Nous reprenons la fin du film « **L'Église, le couple et la sexualité** »

Le choix d'une paternité et maternité responsable, nous leur donnerons des points de repère pour choisir leur contraception sans pouvoir leur dire celle qui sera la meilleure pour eux.

Faire la différence entre le choix personnel et le choix du couple, et se préparer à l'imprévu.

Qu'est-ce qui favorise le respect de toute vie ?

Qu'est-ce qui favorise le dialogue ?

Que ce soit un choix fait en conscience ?

Avant de se séparer nous leur donnons un dernier questionnaire :

Votre projet de Vie

Quel couple voulez-vous être ? En quel Dieu croyez-vous ?

En vous mariant à l'Église catholique votre amour donnera au monde une image de l'amour que Dieu a pour les hommes. Qu'est-ce que cela va changer dans votre vie ?

Quelles ressemblances et différences souhaitez-vous vivre par rapport à vos parents ?

Parmi les couples que vous connaissez,

Quel est celui qui vous invite à réaliser quelque chose du même ordre ?

Quelle famille souhaitez-vous construire, avec combien d'enfants, et à quel rythme ?

Dans vos projets, **comment accueillerez-vous l'imprévu ?**

personnellement et en couple

Dans le choix de votre contraception, qu'est-ce qui a motivé ce choix ?

Qu'est-ce que vous y avez gagné ?

Qu'est-ce que vous y avez perdu ?

Ce choix peut-il évoluer ?

Laquelle vous semble aujourd'hui la meilleure ?

Vous incite-t-elle à plus de dialogue ?

Au fil des animations chaque couple animateur, adapte ce fil conducteur, mais en en gardant les points importants, en n'oubliant pas de les encourager à approfondir à deux. Et nous pourrons leur rappeler que tout comme la Foi a besoin de nourriture pour vivre et grandir, de même leur couple a besoin du même soin. Et si nous le pouvons nous leur rappelons ce qui est proposé dans leur paroisse pour les jeunes couples.

Chaque séance peut se terminer par la lecture soit d'une prière ou d'un texte d'Évangile.

A la fin de notre rencontre, nous devons penser à valoriser cette expérience qu'ils viennent de vivre en ayant échangé avec des personnes qu'ils ne connaissaient pas, et même un peu plus âgées qu'eux.

La messe du CPM

Une fois dans l'année, pour ceux qui sont déjà inscrits, nous invitons à une messe paroissiale ordinaire (il peut y avoir en même temps des enfants du caté ou d'aumônerie) tous les couples du secteur (une centaine de couples d'invités, une grosse moitié y participent). Un accueil particulier leur est fait avec une bénédiction en fin de messe. Nous partageons ensuite le repas et les animateurs prépare 2 sketches et se répartissent à toutes les tables. Cela nous permet de faire un petit

débriefing sur leur parcours et de leur parler des propositions qu'ils peuvent trouver en paroisse pour continuer leur (re)découverte de la foi et de la vie ecclésiale.