

Tim et Sheila Riter

12 MENSONGES

de maris
à leur femme



Osez la transparence avec votre conjoint

 blfédérations

12 mensonges de maris à leur femme

Tim et Sheila Riter

12 MENSONGES de maris à leur femme



Note de l'éditeur

Les italiques dans les versets bibliques
ont été ajoutés par les auteurs.
Quand un livre n'a pas encore été édité en français,
son titre a été traduit librement par l'éditeur.

Édition originale publiée en langue anglaise sous le titre :

Twelve Lies Husbands tell their Wives

© 2005 Tim and Sheila Riter

Cook Communications Ministries • 4050 Lee Vance View
Colorado Springs • Colorado 80918 • USA

Traduit et publié avec permission. Tous droits réservés.

Édition en langue française :

12 mensonges de maris à leur femme

© 2007 BLF Éditions • Rue de Maubeuge • 59164 Marpent • France

Tous droits de traduction, de reproduction et d'adaptation réservés.

Traduction : Antoine Doriath

Illustrations : Paco (Francis Schneider)

Couverture et mise en page : BLF Éditions • Rue de Maubeuge
59164 Marpent • France • www.blfeditions.com

Imprimé dans l'Union européenne

Les citations sont tirées de *La Nouvelle Version Segond Révisée*

(Bible à la Colombe) © 1978 Société Biblique Française. Avec permission.

ISBN 978-2-910246-31-0

Dépôt légal 4^e trimestre 2007

Index Dewey (CDD) : 306.872

Mots-clés : 1. Famille. Couple. Maris.

2. Communication. Conflits.

3. Relations interpersonnelles.

*Notre profonde reconnaissance va
à tous ceux qui ont marqué nos vies
en nous parlant avec vérité,
à ceux dont la vie a été pour nous un exemple d'intégrité,
et à ceux qui nous ont fait part de leurs expériences.
Écrire ce qui suit n'a rien d'original,
mais c'est la vérité : sans vous,
ce livre n'aurait jamais pu voir le jour !*

LA VÉRITÉ, TOUTE
LA VÉRITÉ, RIEN QUE
LA VÉRITÉ !!!



I N T R O D U C T I O N

La vérité, toute la vérité, rien que la vérité

Mais en disant la vérité avec amour, nous
croîtrons à tous égards en celui qui est le chef, Christ.
Éphésiens 4:15

Le mari déclare à sa femme : « Je t'aimerai et te chérirai toujours », mais après la cérémonie, il semble bien vite faire descendre de quelques crans sa nouvelle épouse dans sa liste des priorités. Ses gestes de tendresse pour gagner son cœur disparaissent tout simplement.

« Tous les hommes regardent les femmes », mais son regard à lui ne se limite pas à un simple coup d'œil. Il insiste pour bien voir.

« Elle ne m'intéresse pas du tout », mais en réalité il est fortement tenté par cette collègue.

« Il faut bien que quelqu'un soit aux commandes, et c'est le rôle de l'homme », mais sa femme se sent foulée aux pieds et ignorée en tant que personne.

« Je le ferai la semaine prochaine », mais la semaine prochaine n'arrive jamais, et la femme souffre de ces continuels ajournements.

« Je vais très bien », mais il ne parle pas à sa femme des douleurs qu'il ressent dans la poitrine et qui ne disparaissent pas. Elle sent qu'il ne lui dit pas toute la vérité, d'où sa frustration et son manque d'assurance.

« Je ne suis pas perdu, je sais exactement où l'on est », mais elle est certaine qu'il est complètement désorienté et qu'il les mène tout droit dans un quartier peu sûr.

« Je dois travailler dur pour subvenir aux besoins de ma famille », mais elle pense que c'est une excuse qui arrange bien sa nature de bourreau du travail.

« Désolé, je ne recommencerai plus », mais elle devine sa tactique : il a prononcé ces paroles pour qu'elle se taise.

« Voilà ce que tu dois faire », mais plus que d'un plan d'action, elle a besoin d'un havre sûr pour exprimer ses frustrations.

« Je ne t'ai rien dit pour ne pas te faire de la peine », c'est pourquoi il ne lui raconte pas tous les détails de sa vie. Alors, elle se sent exclue de son univers.

« Tu n'arrêtes pas de revenir à la charge », répond le mari devant les insistances de sa femme à prendre certaines responsabilités ou à changer d'attitude. En passant ainsi à l'offensive, il espère que ses torts passeront inaperçus ; mais la frustration de son épouse n'en sera que renforcée.

Femmes et maris, avez-vous déjà eu recours à une certaine forme de mensonge ? Une forme de partage qui en dit moins que la vérité ? Peut-être le mari a-t-il orienté les choses dans une mauvaise direction, en masquant la vérité de façon suffisante pour détourner l'attention de la réalité. Peut-être n'a-t-il dit qu'une partie de la vérité, suffisamment pour paraître crédible, mais sans tout dire, de manière à se protéger.

Épouses, êtes-vous déçues par des affirmations de votre mari qui se sont révélées être des mensonges déguisés ? Vous demandez-vous pourquoi il ne vous dit pas les choses telles qu'elles sont ? Avez-vous constaté que l'intimité à laquelle vous aspirez a été entachée par la malhonnêteté et la tromperie ?

Maris, vous demandez-vous pourquoi vous induisez votre femme en erreur ? Vous est-il difficile de dire « la vérité, toute la vérité, rien que la vérité » ? Aspirez-vous à un environnement sûr qui vous permettrait d'être plus honnêtes l'un vis-à-vis de l'autre ? Avez-vous été déçus par votre incapacité de dire la vérité à votre femme ?

Ce livre et son pendant, *12 mensonges de femmes à leur mari*, peuvent vous apporter des réponses.

Vous les épouses, nous vous aiderons à savoir comment pense vraiment votre mari et comment lui faciliter la tâche d'être pleinement fiable. Vous les maris, nous vous aiderons à comprendre l'impact que votre manque de franchise peut avoir sur votre femme. Ensuite, nous vous aiderons à créer ensemble un environnement sûr et transparent, afin de tirer le maximum du mariage que Dieu vous a fait contracter.

Les deux ouvrages partent du principe que le rejet des mensonges et des demi-vérités que nous racontons améliorera notre vie conjugale. Certaines entorses à la vérité sont amusantes, d'autres sérieuses. Certaines sont de vrais mensonges ; d'autres ne présentent jamais directement quelque chose de faux, mais elles finissent par induire en erreur. Plus nous disons la vérité, plus nous nous rapprochons l'un de l'autre. Moins nous disons la vérité, plus nous creusons le fossé avec notre conjoint. Notre désir d'intimité déterminera dans quelle mesure nous serons honnêtes.

Nous savons que de nombreuses épouses voudront directement aller lire ce qui concerne les mensonges de leur mari, et réagir ainsi : « Regarde ! Je te l'avais bien dit, il faut que tu changes ! » Mais, s'il vous plaît, résistez à cette tentation.

Nous encourageons chaque lecteur à commencer par se demander : « Qu'ai-je fait pour qu'on en soit arrivé là ? Que puis-je entreprendre pour restaurer la vérité dans notre couple ? » Donnons à ce livre l'occasion d'opérer un changement en nous.

Vous vous demandez peut-être qui sont les auteurs de ce livre. Pourquoi écouteriez-vous ce que nous allons dire ? Principalement parce que nous avons vécu ces situations. Nous sommes un couple qui a connu des luttes dont la plupart résultaient des vérités partielles que nous nous disions, ou des choses que nous cachions. De pénibles découvertes nous ont appris que la vérité libère, alors que toute forme de malhonnêteté asservit. Nous désirons faire connaître notre cheminement, certaines erreurs que nous avons commises et ce que Dieu a accompli dans nos vies. Nous avons tous deux participé à des groupes de guérison. Ces livres sont publiés alors que nous fêtons nos trente-six ans de mariage. Si nous avons réussi à tenir jusque-là, vous le pourrez certainement aussi, avec l'aide de Dieu.

Nous avons aussi derrière nous vingt années de ministère pastoral dans une église locale, ce qui nous a permis de constater les effets des entorses à la vérité dans la vie de beaucoup de gens. Nous avons souvent dû rassembler les morceaux de vies brisées à la suite du manque d'honnêteté. Tim enseigne également la communication dans une université chrétienne de notre région ; il donne des conférences et publie des livres.

Par ailleurs, un certain nombre d'amis et d'associés nous ont fait part de leurs expériences dans ce domaine et nous ont permis de les utiliser dans ces livres. En général, le nom de famille correspond à la véritable identité de la personne ; lorsque le prénom seul est indiqué, il s'agit d'un nom d'emprunt et plusieurs détails sont modifiés.

Mais avant d'entrer dans le vif du sujet concernant les mensonges, il nous faut établir solidement l'importance de la vérité.

Chérir la vérité

Nous avons constaté que notre comportement découle des valeurs qui sont les nôtres. Autrement dit, nous agissons conformément à ce que nous croyons vraiment. Nous examinons les choix possibles, déterminons celui qui exprime le mieux ce que nous considérons comme le plus important, et ensuite nous agissons.

Nous tolérons le mensonge dans notre vie parce que nous attachons de la valeur à notre réputation, à nos finances, à notre confort et parce que nous voulons agir davantage à notre guise. Il s'ensuit que si nous voulons vivre dans la vérité, nous devons avoir pour elle et pour les avantages qu'elle procure plus d'estime que pour les conséquences du mensonge. Nous pouvons donc augmenter notre « QV » (Quotient Vérité, par analogie avec le QI, le Quotient Intellectuel) par l'estime croissante que nous portons à la vérité. Nous décidons que les avantages à dire la vérité dépassent ceux du mensonge qui égare les gens.

Cela risque d'être un processus ardu pour beaucoup d'entre nous. Nous avons vécu si longtemps dans différentes formes de mensonges que nous nous y sommes habitués. Il nous arrive même de ne pas avoir conscience de mentir ! C'est pourquoi nous avons tenu à être précis dans la dénonciation des mensonges pour amener les fautifs à une confession honnête : « Oui, c'est ce que je disais autrefois. Mais à la réflexion, je me rends compte que je n'étais pas honnête » ou : « *Les autres* n'étaient pas honnêtes ». La vérité va dans les deux sens. Et, bien que nous encourageons le lecteur à s'examiner lui-même plutôt qu'à examiner les autres, nous pouvons cependant apprendre à travers les mensonges que nous entendons.

Demandons-nous pourquoi nous devons chérir la vérité et rejeter tout mensonge.

La vérité reflète le Père

Tout d'abord, la vérité est inséparable de la nature des trois personnes de la divinité. Dans un moment difficile, David a imploré le secours de Dieu, son « roc » et sa « forteresse ». Le verset 6 du Psaume 31 indique pourquoi David savait qu'il pouvait se confier en Dieu : « Je remets mon esprit entre tes mains ; tu m'as libéré, Éternel, *Dieu de vérité* ! »

La vérité est tissée de façon inextricable dans la nature de Dieu le Père. Il ne peut pas davantage raconter un mensonge que nous ne pouvons vivre sans péché sur cette terre.

La vérité reflète le Fils

Nous trouvons le même lien chez le Fils. La veille de son arrestation, Jésus a déclaré à ses disciples qu'il allait bientôt les quitter. Ils auraient bien voulu partir avec lui, mais il avait parlé de sa mort. Ensuite, ils ont abordé la question d'aller vers le Père et Jésus en a profité pour se décrire et présenter sa mission par une déclaration qui nous est devenue familière : « Moi, *je suis* le chemin, *la vérité*, et la vie. Nul ne vient au Père que par moi » (Jean 14 : 6). Au lieu de simplement *dire* la vérité, comme nous le faisons, Jésus *est* la vérité. Elle fait partie de son identité.

La vérité a occupé une place centrale dans son ministère. Rien que dans l'Évangile selon Matthieu, on retrouve 39 fois l'enseignement de Jésus introduit par la formule : « En vérité je vous le dis ». Si on tient compte de certaines répétitions, Jésus a utilisé cette expression 79 fois dans les récits de l'Évangile. Pourquoi ? Il tenait beaucoup à la vérité et il voulait que ses auditeurs puissent s'appuyer sur elle.

La vérité reflète l'Esprit

La vérité est également inséparable de la troisième personne de la Trinité. Tout en continuant de parler de son départ imminent, Jésus a révélé à ses disciples que son départ était à leur avantage, puisqu'il leur enverrait l'Esprit. Qui est cet Esprit et

qu'allait-il faire ? « Quand il sera venu, lui, *l'Esprit de vérité*, il vous *conduira dans toute la vérité* ; car ses paroles ne viendront pas de lui-même, mais il parlera de tout ce qu'il aura entendu et vous annoncera les choses à venir » (Jean 16 : 13). Comme c'était le cas du Père et du Fils, l'identité de l'Esprit est indissociable de la vérité. Jean définit trois fois l'Esprit de cette façon entre Jean 14 : 17 et 16 : 13.

L'une des fonctions de l'Esprit est de nous conduire dans la vérité. Il souhaite que la vérité gagne du terrain dans notre vie, et il travaille dans ce sens.

Par conséquent, lorsque nous marchons dans la vérité, nous marchons plus près de Dieu. Mais lorsque nous nous éloignons de la vérité, nous nous approchons du royaume de Satan.

Le mensonge reflète Satan

Lors d'une rencontre tumultueuse avec les Juifs, dans Jean 8, Jésus a clairement opposé la source de la vérité à celle du mensonge :

Vous avez pour père le diable, et vous voulez accomplir les désirs de votre père. Il a été meurtrier dès le commencement, et il ne s'est pas tenu dans la vérité, parce que la vérité n'est pas en lui. Lorsqu'il profère le mensonge, ses paroles viennent de lui-même car il est menteur et le père du mensonge. Et moi, parce que je dis la vérité, vous ne me croyez pas ! Qui de vous me convaincra de péché ? Si je dis la vérité, pourquoi ne me croyez-vous pas ? (Jean 8 : 44-46).

De même que la vérité reflète la nature et l'identité de Dieu, le mensonge reflète la nature et l'identité du diable. Réfléchissons ensemble aux conséquences. Non seulement le mensonge détruit nos relations, mais il nous rapproche aussi de sa source, Satan. Tolérer une mauvaise perception des choses, c'est faire un choix qui est de nature spirituelle. Désirons-nous vivre dans le royaume de Dieu ou dans celui de Satan ? Certes, nous ne raisonnons pas en ces termes, mais nous ne pouvons séparer le comportement de sa source.

Comprendre les bienfaits de la vérité

La vérité est en bénédiction à plus d'un titre.

L'intimité avec Dieu

En disant la vérité, nous manifestons avant tout notre intimité avec Dieu. L'apôtre Jean attachait une grande importance au thème de la vérité. Il en a parlé abondamment dans son récit de l'Évangile, et il y revient dans les sept premiers versets de sa deuxième lettre. Pour lui, la vérité va bien au-delà de déclarations vraies ; elle résume la personne de Dieu.

L'ancien, à Kyria l'élue et à ses enfants que j'aime dans la *vérité* – et non pas moi seulement, mais aussi tous ceux qui ont connu la *vérité* – à cause de la *vérité* qui demeure en nous et qui sera avec nous pour l'éternité : la grâce, la miséricorde et la paix seront avec vous de la part de Dieu le Père et de la part de Jésus-Christ, le Fils du Père, dans la *vérité* et l'amour !

Je me suis beaucoup réjoui de trouver de tes enfants qui marchent dans la *vérité*, selon le commandement que nous avons reçu du Père. Et maintenant, Kyria – ce que je t'écris n'est pas un commandement nouveau, mais seulement celui que nous avons eu dès le commencement – je te demande que nous nous aimions les uns les autres. Et l'amour consiste à marcher selon ses commandements. C'est là le commandement dans lequel vous devez marcher, comme vous l'avez appris dès le commencement.

Car dans ce monde sont entrés plusieurs *séducteurs*, qui ne confessent pas Jésus-Christ venu dans la chair. Voilà *le séducteur et l'antichrist* (2 Jean 1 : 1-7).

Jean procède ici de la même façon que lorsqu'il cite Jésus dans son récit de l'Évangile : il oppose la marche dans la vérité et la séduction qui vient de Satan. Il martèle le fait que la vérité et Dieu vont de pair. Lorsque nous marchons dans la vérité (l'exactitude), nous marchons avec *la* vérité (le Père et le Fils).

Par conséquent, en vivant dans la plénitude de la vérité, nous développons notre intimité avec Dieu. Voilà une bonne façon de commencer notre quête de la vérité !

Croissance spirituelle

L'attachement à la vérité ouvre également la porte de la croissance vers la maturité spirituelle. Dans Éphésiens 4: 11-16, Paul examine comment nos liens avec les autres au sein de l'église permettent notre croissance en Christ. Le verset 15 montre l'importance cruciale de la vérité pour notre croissance commune : « *mais en disant la vérité avec amour, nous croîtrons à tous égards en celui qui est le chef, Christ* ».

Dire affectueusement la vérité favorise notre croissance. À l'inverse, si nous ne disons pas la vérité dans l'amour, nous freinons notre croissance spirituelle.

Protection spirituelle

Nous faisons tous face à d'innombrables tentations chaque jour de notre vie. Dans Éphésiens 6: 10-18, Paul met en lumière la réalité du combat spirituel. Il nous encourage à être forts dans le Seigneur, en nous servant de toute l'armure que Dieu met à notre disposition. Au centre de cette armure se trouve la vérité : « *Tenez donc ferme : ayez à vos reins la vérité pour ceinture ; revêtez la cuirasse de la justice* » (Éphésiens 6: 14).

La ceinture permettait de maintenir l'armure. Se défaire de la vérité, c'est perdre l'armure. Bouclons la ceinture de la vérité, et nous ferons un pas de géant dans les combats spirituels qui nous attendent. Pendant un an, moi, Tim, je me suis laissé prendre à consulter certains sites pornographiques sur l'internet. Tout en sachant que je faisais mal, intérieurement, j'en minimisais les dommages. C'est seulement lorsque j'ai accepté la vérité des torts causés à ma marche avec Dieu, à ma personne et à mon mariage que j'ai pu commencer à en sortir victorieux.

La vérité procure une protection spirituelle et nous ramène dans la réalité.

Liberté

Dans l'Évangile selon Jean, Jésus a encore fait cette déclaration fondamentale à propos de la vérité : « Jésus dit alors aux Juifs qui avaient cru en lui : Si vous demeurez dans ma parole, vous êtes vraiment mes disciples ; *vous connaîtrez la vérité et la vérité vous rendra libres* » (Jean 8 : 31-32).

Dans ce contexte, Jésus envisage la libération de l'asservissement au péché. Mais quelle est cette vérité qui rend libre ? Elle comprend plusieurs aspects. De toute évidence, il faut d'abord connaître Jésus, qui est la vérité. Mais il convient également de connaître la vérité selon laquelle Jésus est mort pour subir le châtiment de nos péchés. Le pardon peut nous être accordé, mais uniquement grâce à la mort de Jésus pour nous. À cela s'ajoute la vérité que nous n'avons accès au Père que par le Fils (voir Jean 14 : 6).

Il est cependant hors de question de séparer la vérité concernant Jésus de notre attachement à la vérité dans la vie quotidienne. Plus nous vivons dans la vérité, plus nous sommes proches de Dieu. La vérité nous rend également libres de nouer une plus grande intimité avec lui. On revient ainsi au point de départ, n'est-ce pas ? Vérité et intimité avec Dieu vont de pair.

Viser la transparence

On peut décrire la vie dans la pleine vérité comme une *transparence à bon escient*. Nous sommes alors un livre ouvert. Nous ne racontons pas de mensonges directs ; nous n'égarons pas même au moyen de déclarations justes ; nous ne cachons pas ce que nous devons mettre en lumière.

Encore faut-il que la transparence soit appropriée, ce qui nous amène à examiner ses deux limites principales.

Premièrement, la personne a-t-elle le droit de savoir ? Une certaine information peut rester du domaine privé. Au sein du mariage, les conjoints ne sont pas tenus de faire connaître l'un à

l'autre tous les détails de leur vie avant leur rencontre. Moi, Tim, je me suis rendu compte que le fait de mentionner à mon épouse une fréquentation particulière avant notre mariage n'a pas toujours arrangé les choses ! Nous ne devrions pas divulguer des informations concernant d'autres personnes sans leur accord.

Deuxièmement, disons-nous les choses avec amour ? Paul fixe cette condition dans Éphésiens 4 : 15. Si ce n'est pas l'amour qui nous inspire, nous dirons la vérité, mais elle blessera les autres. Si nous ne parlons pas sous l'effet de l'amour, la vérité que nous dirons servira nos intérêts au détriment de ceux des autres.

Nous sommes bien conscients que ces deux limites sont élastiques. Le respect de ces limites dépendra des situations, mais il faut que nous nous posions ces deux questions et que nous soyons certains de pouvoir répondre oui avant d'aller plus loin.

La transparence : déjà une réalité avec Dieu

Il est étonnant de voir à quel point nous pensons pouvoir tromper les autres ! Pire encore, nous croyons pouvoir tromper Dieu. L'auteur de la lettre aux Hébreux indique très clairement que Dieu sait tout de nous :

Il n'y a aucune créature qui soit invisible devant lui : tout est mis à nu et terrassé aux yeux de celui à qui nous devons rendre compte (Hébreux 4 : 13).

Dieu connaît chacune de nos pensées, chacune de nos attitudes et chacun de nos actes. Malgré cela, il nous aime et nous accepte. Il n'apprécie pas forcément tout ce que nous faisons, mais il nous aime tout de même. Nous pouvons faire preuve de la plus grande honnêteté devant Dieu ; inutile de lui cacher quoi que ce soit, puisqu'il sait déjà tout. Le fait de savoir qu'il continue de nous aimer et de nous accepter facilite la tâche de lui dire toute la vérité. Notre honnêteté ne le blessera pas.

La transparence : un objectif de la vie conjugale

Remontons à l'origine du mariage qui révèle le cœur de Dieu. Il est dit dans Genèse 2 que Dieu jugea qu'il n'était pas bon pour l'homme fraîchement créé d'être seul. Mais aucun des animaux qu'il avait créés ne pouvait combler le vide dans la vie d'Adam.

Notons l'institution du mariage dans les versets 23 à 25 :

Et l'homme dit : Cette fois c'est l'os de mes os, la chair de ma chair. C'est elle qu'on appellera femme, car elle a été prise de l'homme. C'est pourquoi l'homme quittera son père et sa mère et s'attachera à sa femme, et ils deviendront une seule chair. L'homme et sa femme étaient tous les deux nus et n'en avaient pas honte (Genèse 2 : 23-25).

Premièrement, l'intimité après laquelle le mari et la femme soupirent découle de la création ; c'est le désir d'être réunis, car nous venons de la même chair.

Deuxièmement, ce soupir commence à trouver son accomplissement dans le mariage lorsque les deux deviennent un. Cette unité décrit le mariage dans le meilleur des cas.

Troisièmement, le mariage implique la nudité : mais la nudité au sens figuré et pas seulement au sens littéral ! Les vêtements empêchent les autres de voir réellement ce que nous sommes physiquement. Mais si le mariage fait des deux époux un seul corps, devons-nous cacher certaines choses à notre propre corps ?

Nous croyons que la vie conjugale devrait aller dans le sens de la transparence tant au niveau spirituel qu'émotionnel, parce que celle-ci exprime le mieux le projet divin. Le faisons-nous à la perfection ? Non. Notre incapacité d'être totalement transparents excuse-t-elle le refus de tendre vers ce but ? Une fois de plus, non.

Dans notre vie conjugale, sommes-nous « nus » sans en éprouver de la « honte » ? Nous sommes enclins à penser qu'on peut difficilement être nu sans en éprouver de la honte, car Dieu l'a voulu ainsi. Or le mariage devrait être un lieu sûr où nous devenons de plus en plus transparents sans que s'ajoutent la culpabilité et l'insécurité. Comment concilier ces deux conditions ?

C'est là une chose importante car souvent, lorsque nous reconnaissons un manquement, nous faisons face à de l'hostilité et au jugement. Comme peu d'entre nous aiment souffrir, nous préférons ne pas avouer notre lacune. Nous masquons la vérité. Nous mentons. Rien ne justifie notre façon de faire – nous le faisons pour nous défendre –, mais notre intimité avec Dieu, notre personnalité et notre mariage en pâtissent.

Dieu propose une autre solution pour nous permettre de dire la vérité au lieu d'avoir recours à la tromperie : c'est la grâce. Dénoncer le mensonge et aimer la personne, tout en haïssant son péché. Revenons à notre passage de la lettre aux Hébreux qui rappelle que Dieu sait tout à notre sujet, ce qui ne l'empêche pas de nous aimer et de nous accepter. Sachant cela, nous pouvons être tout à fait honnêtes avec lui.

Le fait que Dieu nous voit réellement tels que nous sommes et continue tout de même de nous aimer nous montre comment accroître la transparence dans notre vie de couple. Si nous savons que l'honnêteté ne se retournera pas contre nous, nous sommes encouragés à la cultiver. Sachons cependant que notre honnêteté peut nous faire souffrir, mais moins que le mensonge.

Nous pouvons donc aider notre conjoint à être transparent. En lui offrant un havre sûr, nous l'encourageons à ne plus nous tromper.

Cela ne signifie pas que nous prenons le péché à la légère, et nous ne prétendons pas qu'il ne nous fait pas mal. Mais nous continuons d'aimer notre conjoint comme Dieu nous aime. Nous continuons de l'accepter comme Dieu nous accepte. Au lieu de

laisser un mur de séparation s'ériger entre nous à cause de la vérité, nous choisissons de travailler en équipe. Nous prenons conscience que la vérité nous rend libres et que nous pouvons donc aborder tous les sujets qui méritent notre attention.

Nous savons aussi que le fait de dire l'entière vérité ne supprime pas les conséquences du péché. Si un mari avoue plusieurs adultères, cela ne remet pas les compteurs à zéro. Des torts ont été commis, il faut les traiter et tout mettre en œuvre pour que le couple soit restauré. Mais même ainsi, les plaies peuvent être si profondes que la réconciliation semble impossible.

En aimant et en acceptant l'autre, nous créons un environnement favorable à l'honnêteté absolue. Celle-ci pourra bénéficier à notre couple de multiples façons.

Pour nous qui avons toléré tellement de mensonges dans notre vie, qui avons caché tant de choses à notre conjoint pour le protéger ou pour nous protéger nous-mêmes, sachons que ce chemin vers la vérité totale est un long processus. Nous ne devenons pas instantanément et totalement transparents. À certains moments, de façon délibérée, nous ne dirons pas toute la vérité. Nous découvrirons des domaines insoupçonnés où il est question de vérité avant tout. Fixez le regard dans la direction du cheminement ; cap sur la vérité, cap sur Dieu. Ne laissez pas les échecs vous détourner, mais rendez-les de moins en moins fréquents !

En continuant de marcher avec vérité, nous serons enivrés de la liberté que cette vérité procure. Nous approfondirons avec bonheur l'intimité avec notre conjoint. Nous serons admiratifs devant la proximité croissante avec Dieu. Et nous nous demanderons pourquoi nous avons attendu si longtemps pour rechercher les bienfaits de la transparence.

Commençons maintenant notre investigation des *12 mensonges de maris à leur femme*.



M E N S O N G E 1

Je t'aimerai et te chérirai toujours

La vérité sur la valorisation de l'épouse

« Tiens, c'est pour toi ! », dit Denis en tendant à Carole un superbe bouquet de roses. D'emblée, ce geste conquiert le cœur de la jeune fille. Très rapidement, il l'a inondée de petites attentions qui ont communiqué à Carole le sentiment d'être spéciale : il lui ouvrait la portière de la voiture et attendait qu'elle ait bouclé sa ceinture avant de démarrer. Ils faisaient de longues promenades et il lui prêtait une oreille attentive. Il lui posait des questions qui l'encourageaient à raconter sa vie.

Elle lui donna son cœur sans réserve.

Au cours d'un dîner aux chandelles, Denis lui fit cadeau d'un magnifique bijou et lui demanda de devenir sa femme. Pendant toutes leurs fiançailles, Carole eut le sentiment d'être chérie.

Plus tard, dans l'église, en l'entendant répéter la promesse de « l'aimer, de l'honorer et de la chérir jusqu'à ce que la mort

les sépare », elle fut certaine que cet homme honorerait ses engagements et lui ferait sentir qu'elle lui était très spéciale.

Au fil des années, Denis gravit les échelons à son travail. Sa société lui accorda une promotion avec une augmentation de salaire substantielle ; en contrepartie, il dut passer plus de temps au boulot. Il avait accepté cette proposition à contrecœur à cause des dépenses supplémentaires associées à la naissance de leur premier enfant. Mais petit à petit son nouveau poste lui procura un sentiment d'épanouissement. Il aimait ses nouvelles responsabilités. Plusieurs soirs de la semaine, il emportait du travail à la maison ; après un repas englouti à la hâte avec Carole et leur bébé, il s'enfermait dans son bureau pour terminer ses travaux d'écriture.

Il consacrait aussi un soir par semaine à jouer au tennis avec ses vieux copains. Il tenait à conserver ses relations d'autrefois et voulait aussi conserver une bonne forme physique. Il partageait ses samedis à travailler à la maison et dans le jardin, et à regarder du sport sur le petit écran. Le dimanche, Carole et lui allaient ensemble à l'église, rendaient visite à leurs familles qui vivaient non loin d'eux. Ils récupéraient un peu du sommeil qui leur avait manqué pendant la semaine en faisant une bonne sieste l'après-midi.

Denis appréciait énormément sa façon de vivre. Il pourvoyait amplement aux besoins de sa femme et de leur fille, il était estimé à son travail et ses efforts étaient reconnus ; sa maison était bien tenue. Jamais il ne se serait imaginé que Carole se sentait dupée et trompée.

Le mensonge

Pourquoi Carole éprouvait-elle ce sentiment ? Dans les premiers temps, Denis avait fait des efforts particuliers pour montrer à Carole combien il tenait à elle. Il avait promis de l'aimer, de l'honorer et de la chérir. Il continuait à le faire autant qu'avant, mais d'une autre manière. Il avait trouvé une maison. Il prenait

soin de sa femme et de leur enfant. Il s'occupait de la maison et du jardin. Certes, il chérissait Carole, mais pas comme le cœur de son épouse le souhaitait.

Ce que l'épouse ressent

Deux ans après leur mariage, Carole rencontra sa meilleure amie, Élisabeth, témoin à leur mariage, et l'invita à un repas.

«Élisabeth, te souviens-tu que durant la cérémonie de mariage, Denis a promis de m'aimer, de m'honorer et de me chérir ? Cet homme a menti. Il m'a donné le sentiment que je comptais beaucoup pendant nos fiançailles. J'occupais le centre de son univers. Nous passions des heures à parler, à faire de longues promenades, à nous offrir mutuellement des petits cadeaux...

«Maintenant, j'ai l'impression d'être la cinquième roue du carrosse, une présence dont il a besoin, quelqu'un qui entretient la maison, prépare les repas et élève Samantha. Je lui suis utile mais uniquement en raison de ce que je fais. Je ne compte pas comme une personne. Il n'a désormais plus de temps pour *moi*. Il se retranche derrière son travail et ses amis qui lui servent d'excuses au lieu de faire face à la vérité : il n'aime plus être près de moi.

«Encore la semaine dernière, j'avais préparé un souper spécial juste pour nous deux. J'avais confié Samantha à Maman ; j'avais allumé les bougies et mis une musique d'ambiance. Mais après le souper, il est parti jouer au tennis, en disant qu'il s'était engagé auprès de ses amis. Et son engagement vis-à-vis de moi ? Je n'ai vraiment plus l'impression de compter pour lui ! »

Carole exprime un sentiment commun à de nombreuses épouses. Les maris ne font plus grand-chose pour leur prouver qu'ils les aiment tendrement. Elles considèrent qu'ils ont annulé les promesses faites lors du mariage, et qu'ils manquent

d'intégrité. Cette perspective naît de l'insatisfaction d'un des besoins fondamentaux de l'épouse.

Un besoin d'être chérie

En général, la femme attache plus d'importance que le mari aux relations. Dans l'une de ses cassettes vidéo, le Dr James Dobson fait remarquer que les femmes acquièrent leur estime personnelle au travers de leur mariage, tandis que l'homme la fait dépendre de son travail et de ses performances. Cette différence engendre des difficultés pour les maris dans ce domaine. Ils ne reconnaissent pas le besoin inné de l'épouse d'être chérie.

C'est regrettable, car ce besoin est présent dans toute la Bible. Le besoin d'intimité chez la femme découle de la manière dont Dieu a créé l'homme et la femme. Dans Genèse 2, Dieu reconnaît l'insuffisance de l'homme seul. Il a donc comblé cette lacune.

Alors l'Éternel Dieu fit tomber un profond sommeil sur l'homme qui s'endormit ; il prit une de ses côtes et referma la chair à sa place. L'Éternel Dieu forma une femme de la côte qu'il avait prise à l'homme et il l'amena vers l'homme.

Et l'homme dit : Cette fois c'est l'os de mes os, la chair de ma chair. C'est elle qu'on appellera femme, car elle a été prise de l'homme. C'est pourquoi l'homme quittera son père et sa mère et s'attachera à sa femme, et ils deviendront une seule chair.

L'homme et sa femme étaient tous les deux nus et n'en avaient pas honte (Genèse 2 : 21-25).

Pour paraphraser le commentateur biblique Matthew Henry, Dieu n'a pas pris un os de la tête de l'homme pour que la femme le domine, ni un os de son pied pour qu'il la piétine. Il a pris une de ses côtes, près du bras pour qu'il puisse l'enlacer, près de son cœur pour qu'il puisse l'aimer. Les femmes continuent d'éprouver le besoin d'être enlacées et chéries, d'être unies à l'homme.

Ce concept se retrouve dans le Cantique des cantiques. Ce remarquable poème d'amour exprime les attitudes et les actions de l'épouse et de l'époux, que certaines versions bibliques appellent « la bien-aimée » et « le bien-aimé ». Si le livre est une admirable métaphore de l'amour de Dieu pour son peuple, il donne aussi d'utiles conseils pour l'intimité conjugale. Maris, nous vous encourageons à lire ce livre en entier et à y découvrir le cri du cœur de votre épouse. Mais en attendant de le faire, prenez déjà connaissance des extraits qui suivent et remarquez comment le mari répond au besoin de sa femme d'être tendrement aimée :

Comme un pommier au milieu des arbres de la forêt, tel est mon bien-aimé parmi les jeunes hommes. À son ombre, j'ai désiré m'asseoir, et son fruit est doux à mon palais. Il m'a introduite dans la maison du vin ; et la bannière qu'il déploie sur moi, c'est l'amour. Soutenez-moi avec des gâteaux de raisins, rafraîchissez-moi avec des pommes ; car je suis malade d'amour. Que sa main gauche soit sous ma tête, et que sa droite m'embrasse ! [...] Mets-moi comme un sceau sur ton cœur, comme un sceau sur ton bras ; car l'amour est fort comme la mort (Cantique des cantiques 2 : 3-6 ; 8 : 6).

La force de son mari assure protection à sa bien-aimée ; elle se sent en sécurité. Il la comble de douceurs sans attendre leur anniversaire de mariage ! Il l'invite au restaurant. Il l'abreuve d'amour jusqu'à l'extase. Il lui procure les câlins qu'elle réclame. Elle a le sentiment d'être serrée contre son cœur. Il la place au centre de sa vie, pas à la périphérie. En d'autres termes, il lui manifeste amour et tendresse, cela se voit et elle le sait. C'est pourquoi, lorsque le mari promet de chérir sa femme et ne le fait pas comme elle en a besoin, elle se sent trompée.

Un besoin de se sentir valorisée

Les hommes font facilement passer leurs besoins et leurs désirs en priorité dans le mariage. Quelqu'un a dit que l'homme était un sauvage égoïste partiellement civilisé par son épouse. Nous n'irons pas jusque-là, mais la femme a un besoin inné

d'être valorisée par son mari. Et si celui-ci ne fait pas le nécessaire dans ce but, l'épouse perçoit son mari comme un être égoïste. C'est en flagrante contradiction avec le dessein de Dieu pour le mariage et avec le rôle qu'il assigne au mari.

Éphésiens 5 : 21-33 est un passage sur lequel nous reviendrons souvent. Paul y dévoile le projet de Dieu pour un mariage fondé sur la soumission réciproque, dans lequel chaque époux s'efforce de répondre aux besoins profonds de l'être aimé. Maris, lisez ce passage attentivement et notez les passages que nous avons mis en *italique* pour montrer comment le mari doit valoriser sa femme et se sacrifier pour elle.

Soumettez-vous les uns aux autres dans la crainte de Christ.

Femmes, soyez soumises chacune à votre mari, comme au Seigneur ; car le mari est le chef de la femme, comme Christ est le chef de l'Église, qui est son corps et dont il est le Sauveur ; comme l'Église se soumet au Christ, que les femmes se soumettent en tout chacune à son mari.

Maris, aimez chacun votre femme, comme le Christ a aimé l'Église et s'est livré lui-même pour elle, afin de la sanctifier après l'avoir purifiée par l'eau et la parole, pour faire paraître devant lui cette Église glorieuse, sans tache, ni ride, ni rien de semblable, mais sainte et sans défaut. De même, les maris doivent aimer leur femme comme leur propre corps. Celui qui aime sa femme s'aime lui-même. Jamais personne, en effet, n'a haï sa propre chair ; mais il la nourrit et en prend soin, comme le Christ le fait pour l'Église, parce que nous sommes membres de son corps. C'est pourquoi l'homme quittera son père et sa mère pour s'attacher à sa femme, et les deux deviendront une seule chair. Ce mystère est grand ; je dis cela par rapport à Christ et à l'Église. Du reste, que chacun de vous *aime sa femme comme lui-même*, et que la femme respecte son mari (Éphésiens 5 : 21-33).

Le mari doit traiter sa femme comme Christ traite l'Église. Voilà qui fixe la barre à une hauteur effrayante pour le mari ! De même que Jésus s'est sacrifié pour l'Église, le mari doit se sacrifier pour sa femme. Le sacrifice que nous sommes prêts à

consentir ne révèle-t-il pas la valeur que nous attachons à la personne ou à l'objet en question ? Si le mari refuse de *se sacrifier*, l'épouse se sent dévalorisée.

Conséquences des besoins non satisfaits

Nous désirons certaines choses. C'est agréable de voir ses désirs comblés, mais ce n'est pas crucial. Tim raffole des glaces au chocolat et à la framboise, mais il peut vivre sans. Difficilement, mais il peut tout de même. Il n'en est pas de même des besoins. Les besoins doivent être satisfaits, autrement l'organisme ne fonctionne pas correctement. Sheila *a besoin* de se sentir aimée et valorisée. Si Tim, son mari, ne comble pas ce besoin, aussi bien Sheila que la relation conjugale en subiront les effets négatifs.

En tête des conséquences négatives, il y a le *manque d'intimité conjugale*. En disant cela, nous ne pensons pas avant tout à l'intimité sexuelle. Claudine exprime bien ce dilemme : « Vous savez, notre vie sexuelle est formidable. Elle l'est vraiment. Joël prend soin de moi. Il prend son temps. J'apprécie cet aspect de notre mariage et j'en ai besoin. Mais je ne comprends pas pourquoi il ne me manifeste pas la même considération le reste du temps. Je me sens proche de lui uniquement quand nous faisons l'amour, et il me faut davantage ».

L'épouse éprouve de la peine lorsque son mari ne l'aime pas. Elle sent qu'il ne la tient pas en haute estime, ni elle ni leur mariage. Elle traduit cette perception en prenant du recul. Les deux conjoints commencent à mener une existence séparée, ils vivent sous le même toit mais pas dans le même monde.

Il faut aussi mentionner l'*augmentation de la tentation*. Répétons-le : les besoins sont vraiment des besoins. Après avoir prodigué des conseils aux femmes pendant des années, Sheila a appris ceci : l'épouse accorde la priorité à son intérieur et à sa famille ; elle n'éprouve pas le besoin de chercher la satisfaction

de ses besoins au dehors, mais elle pourrait bien être poussée à le faire.

Comprenez-nous bien : rien n'excuse l'infidélité. Mais nous risquons d'exposer notre conjoint à une tentation plus forte si nous ne répondons pas à ses besoins alors que nous avons promis de les satisfaire. Voilà la raison pour laquelle nous avons écrit ces deux ouvrages consacrés aux mensonges que nous disons au sein du mariage : élever le niveau de vérité entre nous pour consolider la relation la plus importante entre toutes. Si donc le mari néglige de chérir sa femme, la femme deviendra beaucoup plus sensible au premier venu qui lui prodiguera ce dont elle a besoin. Ce risque est inacceptable, n'est-ce pas ?

Derrière le mensonge

Puisque l'épouse ressent ce besoin d'être tendrement aimée et que le mari s'expose à de graves conséquences s'il ne répond pas à ce besoin, pourquoi n'en tient-il pas compte ?

L'homme a tendance à cultiver une mentalité de chasseur. Il choisit sa cible, définit sa meilleure stratégie et poursuit sa cible jusqu'à ce qu'il l'atteigne. La chasse terminée, la mission est accomplie. L'homme peut se lancer à la poursuite d'une autre cible.

Les hommes célibataires lisent des livres, prêtent l'oreille à ce que les femmes disent et découvrent par leurs erreurs ce qui est efficace et ce qui ne l'est pas avec elles. Ensuite, ils font ce qu'il faut pour que leur « cible » se sente spéciale et chérie, ce que Denis avait fait avec Carole au début de leur mariage. Mais aux yeux des hommes, une fois les promesses faites, la relation change. Le succès a couronné la « chasse ».

Nanti de ce succès, l'homme conçoit une stratégie différente pour un autre type de relation. Il pense qu'une fois entré dans la vie conjugale, il n'a plus besoin de courtiser sa femme ! Il agit comme *pourvoyeur* : il se sent responsable de pourvoir

aux besoins matériels de la famille. Il devient *protecteur* : il désire sincèrement protéger sa famille contre toute difficulté. Et il apprécie la *présence* : il est tout simplement heureux d'être avec ceux qu'il aime. Tim se rappelle l'histoire authentique d'un couple qui fêtait un anniversaire marquant dans une superbe auberge. Le dîner fut calme, avec très peu de paroles échangées. En montant les escaliers conduisant à leur chambre confortable, le mari se disait : « Quelle merveilleuse relation entre nous ! Nous n'avons même pas besoin de nous parler ; être l'un près de l'autre nous suffit ! »

Au même moment, la femme se disait : « Notre relation se réduit à peu de chose. Tout un repas avec juste une vingtaine de mots échangés entre nous ! »

La plupart des hommes qui pourvoient, protègent et apprécient la présence de leur épouse ont le sentiment d'être de bons maris. Ils sont fidèles à leur conjointe, et ils font ce qu'on attend d'eux. Ils n'éprouvent pas, eux, ce profond besoin de tendresse, aussi ils se demandent pourquoi leur épouse éprouverait un tel besoin. Ils sont fiers et heureux. Jamais il ne leur vient à l'esprit que leur femme pourrait se sentir trahie.

Vivre la vérité

Pendant les fiançailles, comme Denis, les hommes font preuve de beaucoup de perspicacité en mesurant tout ce qu'il convient de faire pour conquérir le cœur d'une femme. Ils lui font sentir qu'elle est aimée et importante à leurs yeux. Mais une fois mariés, comme Denis, les hommes font preuve d'une grande stupidité en pensant que la femme aurait changé dans ce qu'elle attend d'une relation.

Les hommes feraient bien de suivre ce principe simple applicable au mariage : « Nous les gardons comme nous les avons conquises ». Autrement dit, le mari doit continuer de répondre aux besoins de sa femme comme il l'avait fait pour qu'elle lui ouvre son cœur.

Examinons cinq mesures que les couples peuvent prendre pour vivre conformément à la vérité en comblant les besoins de tendresse de l'épouse.

Prendre conscience du besoin

Maris, acceptez tout simplement de reconnaître qu'il s'agit bien d'un *besoin* ! Ne discutez pas. Ne dites pas à votre femme que puisque *vous*, vous ne ressentez pas ce besoin, *elle* non plus ne doit pas l'avoir. L'homme est différent de la femme. Le mari pallie les faiblesses de sa femme en lui accordant plus d'attention. Chaque être a le droit et la capacité de déterminer ses propres besoins. Celui d'être tendrement aimé est universel parmi les femmes. (Si vous n'êtes pas convaincu que votre femme éprouve ce besoin, posez-lui franchement la question !)

Il importe de vous souvenir que vous avez promis officiellement de la chérir. C'est donc une question d'intégrité. Tiendrez-vous parole ?

Très souvent, l'homme est désemparé et ne sait pas très bien comment faire ressentir à sa femme qu'il l'aime tendrement et qu'elle est spéciale pour lui. Il ne lit pas dans les pensées de son épouse, même si celle-ci prétend le contraire. Épouses, votre mari ne devine pas automatiquement vos besoins les plus profonds. Cela nous amène à l'étape suivante.

Demander

Il y a quelques années, moi, Tim, j'ai prêché un sermon sur la manière d'aimer notre conjointe et de lui prouver qu'elle occupe une place très spéciale dans notre vie. Sur le chemin du retour, j'ai fortement ressenti le besoin de mettre mon sermon en pratique. J'ai alors découvert que Dieu avait sa manière bien à lui de me faire appliquer ce que j'avais dit du haut de la chaire ! J'ai donc demandé à Sheila ce que je devais accomplir de spécifique pour lui prouver qu'elle était unique pour moi. En recherchant des actes *spécifiques*, je ne savais pas à quoi je m'attendais !

Une heure plus tard, je résumais ses demandes. La première concernait ma tendance à enchaîner rapidement les décisions. Ainsi, quand j'entrais dans la voiture, j'attachais ma ceinture, je mettais la clé de contact, mettais le moteur en marche et démarrais aussitôt. C'était devenu une science. Sheila, elle, doit d'abord farfouiller dans son sac à main et elle agit de façon beaucoup plus détendue que moi. À partir de ce jour, j'ai donc toujours attendu qu'elle soit bien installée sur son siège avant d'enclencher la première vitesse.

Sa première requête concernant un acte précis démontrant mon amour pour elle était donc une chose toute simple : que j'attende qu'elle soit confortablement assise et qu'elle ait bouclé sa ceinture avant de démarrer. Dans mon esprit, je me suis dit : « Quel détail ! » Mais dans l'optique de mon épouse, en ne lui accordant pas le temps nécessaire pour s'installer correctement, je lui faisais sentir que je m'intéressais davantage au démarrage qu'à elle. C'est l'un des changements mineurs auxquels j'ai procédé pour communiquer à Sheila qu'elle occupait une place particulière dans ma vie. *En général*, j'agis ainsi désormais. En général, seulement.

Sa deuxième requête était plus exigeante. J'avais un sentiment aigu de justice ; j'estimais donc que lorsque les gens agissaient mal, il fallait le leur faire savoir. C'est pourquoi, quand des automobilistes se rabattaient devant moi dans les embouteillages, je freinais bien entendu, mais je me rapprochais un peu trop de leur pare-chocs arrière. Je tenais à leur faire comprendre qu'ils avaient agi de façon incorrecte et dangereuse. Mais ma façon de réagir faisait peur à Sheila. Elle m'a donc demandé de lui prouver mon amour pour elle en ne collant plus de si près à la voiture qui nous précédait.

Au fond de moi, je ne voyais pas pourquoi elle éprouvait ce sentiment d'insécurité. Mais tout en conduisant ce jour-là, je me suis rendu compte que je ne ressentais pas le danger comme elle, tout simplement parce que j'étais aux commandes de la voiture. Elle ne tenait pas le volant et n'actionnait pas les pédales

du véhicule, si bien qu'elle vivait les choses différemment. J'ai eu beaucoup de peine à modifier cette habitude de conduite et à ne plus me considérer comme le justicier de la route ! Dans les dix années qui ont suivi, je n'ai pas fait remarquer à un seul automobiliste sa conduite dangereuse lorsqu'il me faisait une queue de poisson ! Pourtant, beaucoup l'auraient mérité, mais j'estime que mon amour pour Sheila passe avant la leçon que j'aurais pu donner à ces conducteurs manquant de civilité.

La troisième requête de Sheila était plutôt amusante et je m'y pliais déjà souvent. Elle souhaitait que je lui tiennne la main plus souvent et que je pose mon bras sur son épaule lorsque nous étions assis l'un à côté de l'autre au restaurant. Cela ne me posait aucun problème ! Mais cette histoire a un aspect particulier sur lequel je reviendrai ultérieurement.

Alors, maris, si vous tenez à ce que votre épouse se sente tendrement aimée et précieuse à vos yeux, demandez-lui de vous dire ce qu'elle attend de vous. Dites-lui de préciser les actes qu'elle souhaite.

Épouses, ne vous dites pas : « Quelle est la valeur de ses gestes de tendresse si je suis obligée de les lui rappeler ? », car votre mari est vraiment désarmé. Il a besoin de votre aide pour répondre à vos *besoins*, c'est d'ailleurs pour cela qu'il vous la demande. C'est l'occasion à ne pas rater ! Désormais il n'aura plus d'excuses pour ne pas les satisfaire.

Veillez cependant à ne pas écraser votre mari avec mille et une requêtes ! Contentez-vous de trois. Ensuite, quand plusieurs années se seront écoulées et que votre mari sera bien rodé, vous pourrez lui en présenter quelques autres. Et soyez reconnaissantes pour chaque progrès !

Accomplir des actions spéciales

Maris, après avoir demandé à votre femme ce que vous pourriez faire pour mieux répondre à ses besoins, faites-le. Efforcez-vous d'en accomplir deux ou trois chaque semaine

jusqu'à ce que cela devienne une habitude. Si vous vous sentez assez courageux, demandez à votre épouse si vous avez réussi et si elle se sent davantage aimée et appréciée. Rappelez-vous qu'elle est unique, et que sa liste de souhaits le sera également. Mais ne vous limitez pas aux désirs exprimés. Essayez de surprendre votre épouse en allant au-delà de ses vœux ; elle l'appréciera grandement.

Écouter

Maris, montrez à votre épouse que vous écoutez ce qu'elle vous dit, même si vous n'êtes pas d'accord avec elle. Redites sa pensée avec vos propres mots pour être sûrs de l'avoir bien comprise. Ce faisant, vous lui donnez le sentiment que vous tenez réellement compte de ses opinions et de ses soucis. Ne réagissez pas automatiquement de façon négative, ce qui pourrait lui faire croire que vous ne prenez même pas en considération ce qu'elle dit.

Passer du temps avec elle

De nombreux maris rentrent épuisés le soir après une dure journée de travail. Ils s'affalent dans le fauteuil et allument la télé en attendant le souper. Ils feraient mieux de demander à leur épouse comment s'est passée la journée pour elle, et comment elle va. Et pourquoi ne pas l'aider à préparer le repas ? Que dirait-elle si vous proposiez de mettre la table ?

Dans toute la mesure du possible, aménagez-vous un peu de temps ensemble chaque semaine. Messieurs, nous ne pensons pas ici avant tout à l'aspect sexuel, même si celui-ci peut en être un résultat heureux. Libérez-vous un peu de la maison et des enfants. Inutile de faire des folies pour autant ! Allez au centre commercial ensemble, allez voir un film à deux, offrez-vous une soirée au restaurant ou faites tout simplement une balade.

Vous le faisiez bien au début, n'est-ce pas ? Vous vous couchiez certainement plus tard, pour le bonheur de bavarder et d'être ensemble. Revivez ces moments.

Veiller au regard porté sur d'autres femmes

Nous reviendrons sur ce sujet d'une façon plus approfondie dans une autre partie du livre. Sachez cependant que peu de chose blesse et rabaisse autant une femme que la manière dont son mari regarde les autres femmes. En réservant à d'autres le regard attentif et tendre qu'il ne doit qu'à sa femme, il fait le contraire de ce qu'il doit, à savoir l'aimer, elle.

Faire ce que vous promettez

C'est aussi un sujet que nous aborderons plus en détail ultérieurement, mais si vous ne faites pas ce que vous avez promis, vous sapez la confiance que votre femme vous porte et vous la traitez comme moins que rien. Honorez vos engagements à lui procurer un havre sûr.

Équilibrer les centres d'intérêt

Chacun des conjoints a besoin d'un espace bien à lui, il a besoin d'avoir ses propres centres d'intérêt. Mais les maris portent facilement leur intérêt à des sujets ou des choses extérieures à leur mariage. Nous connaissons un couple dans lequel le mari passe quatre soirées par semaine à la pratique du sport, alors qu'il a déjà un travail très prenant. La femme travaille à temps partiel et élève leurs quatre enfants. Il va de soi qu'elle ne se sent pas du tout aimée et soutenue.

Trouvez des centres d'intérêt et des activités communs. Selon la théorie de communication dite de « pénétration sociale », le nombre de sujets qui intéressent un couple détermine la largeur de leur relation, et l'intérêt que les conjoints se portent l'un à l'autre indique la profondeur de leur relation. Il faut pour cela qu'ils passent du temps ensemble et s'intéressent à des choses communes.

Mélanie a épousé Jacky, son petit ami du lycée, peu après le baccalauréat, et tous deux ont commencé à travailler. Les premières années de leur vie professionnelle ont été difficiles ; ils consacraient beaucoup de temps à leur travail, passaient leurs

soirées à terminer leurs projets et à suivre des cours à l'université. Compte tenu des grands changements qui s'opèrent dans l'adolescence et au début de la vingtaine, ils ont beaucoup apprécié les nouvelles directions dans lesquelles ils se sont chacun engagés.

Mais au bout de cinq ans, chacun s'est rendu compte que l'autre lui était devenu étranger. Ils s'étaient développés dans des directions différentes, et n'avaient pas passé assez de temps ensemble pour savoir ce que l'autre était devenu. Leur mariage s'est brisé, non pour cause d'irritation ou de trahison : leurs voies avaient tout simplement divergé.

Maris, assurez-vous que votre femme sait que vous vous intéressez à son évolution. Agissez en conséquence.

Dites-le à votre épouse

Cela pourrait paraître contradictoire, mais il ne suffit pas que les maris accomplissent des choses qui donnent à leur épouse le sentiment d'être appréciée.

Rappelez-vous la requête de Sheila, ma femme, que je lui tiennne la main ou que je mette mon bras sur son épaule pour qu'elle ait le sentiment d'être aimée. La semaine précédente, nous étions allés au restaurant avec plusieurs personnes au sortir de l'église, et j'avais placé mon bras sur son épaule pendant vingt minutes au moins, un temps assez long pour que mon bras s'endorme et que je sois obligé de le frotter pour ranimer la circulation.

Bref, cela faisait déjà longtemps que je posais mon bras sur l'épaule de ma femme, et elle ne s'en était même pas rendu compte ! Au lieu de me justifier, je lui ai dit que chaque fois que je ferais quelque chose qui la valorise et lui prouve mon amour, je l'en informerais d'avance par les mots : « parce que tu comptes beaucoup pour moi... » Je débarrasserais la table en ajoutant : « parce que tu comptes beaucoup pour moi ». Ou je lui caresserais affectueusement le dos en utilisant les mêmes mots.

Je ne lui ai pas dit cela pour plaisanter, pour la flatter ou par habitude. Mais cette parole a modifié le paysage de notre relation et a donné à ma femme un code pour interpréter mes actes.

Si vous rencontrez le même problème que nous, trouvez ensemble un moyen efficace permettant à votre épouse de savoir que ce que vous faites, vous le faites parce que vous tenez énormément à elle.

Sachez que les hommes restent des hommes

Épouses, ces paroles s'adressent à vous. Selon toute vraisemblance, votre mari ne parviendra *jamais* à satisfaire pleinement et complètement votre besoin de tendresse et d'appréciation. C'est un homme. Permettez-nous deux suggestions.

Premièrement, acceptez ce qu'il fait à *sa manière* pour vous *montrer qu'il vous aime*. Lorsqu'il pourvoit à vos besoins et à ceux de votre famille, il le fait par amour pour vous. Lorsqu'il vous protège, vous et votre famille, c'est parce qu'il vous aime. Et s'il se contente de se délecter de votre présence sans dire un mot, c'est aussi parce que vous représentez beaucoup pour lui. Il apprécierait grandement que vous interprétiez tous ces actes correctement ; c'est sa façon de dire que vous occupez une place unique dans sa vie.

Deuxièmement, montrez à votre mari que vous appréciez tout ce qu'il fait à votre demande. Ne le reprenez pas s'il dérape un peu, rappelez-lui combien vous vous sentez estimée par les efforts qu'il déploie pour répondre à vos désirs, tout en soulignant que ses dernières négligences vous ont peinée. Les hommes sont sensibles à l'appréciation. Dieu les a faits ainsi. C'est pourquoi, si vous leur faites des éloges, ils vous le rendront largement.

Maris, respectez votre parole. Aimez votre femme selon la façon qu'elle souhaite. Elle l'appréciera. Et ce sera la vérité.

... ET POUR
MONSIEUR,
CE S'ERA...

ÉMINCÉ
DE JEUNE
COCOTTE!



M E N S O N G E 2

Tous les hommes regardent les femmes

La vérité sur le regard chargé de désir

La serveuse arriva à la table de Rémi et Aline. Elle leur sourit et prit leur commande. Au moment où elle fit demi-tour avec un mouvement des hanches, Rémi se mit à la suivre du regard. Il ne le faisait pas de façon machinale, mais avec beaucoup d'insistance. Il essayait d'être discret, mais la jeune femme était très séduisante et il ne pouvait s'empêcher de la regarder. Pour ne pas éveiller les soupçons d'Aline, il changeait souvent la direction de son regard, tout en scrutant de temps en temps la salle à manger dans l'espoir d'apercevoir la serveuse.

Malgré les efforts de Rémi pour ne pas se trahir, Aline n'était pas dupe ; elle voyait bien ce qui se passait et elle bouillait intérieurement. Ils étaient mariés depuis quatre ans et n'avaient pas cessé de se disputer à ce sujet. Aline se sentait amoindrie, comme si Rémi attachait plus d'importance à son plaisir visuel qu'aux conséquences de son attitude sur elle.

Lorsque la serveuse revint avec les plats, elle adressa un sourire très marqué à Rémi. À peine s'était-elle éloignée qu'Aline monta à la charge. D'une voix tendue, difficilement maîtrisée, elle murmura à son mari :

– Je ne peux pas croire que tu recommences ! Tu ne quittes pas cette serveuse du regard. Tes promesses de mariage ont-elles encore un sens ? Tu n'aurais pas dû te marier, car tu n'es pas encore prêt à être fidèle.

– Mais tu te trompes, je ne la regardais pas ! Je ne comprends pas que tu sois si susceptible ! Certes, je me suis montré aimable envers elle, comme envers tout le monde. Aline, je sais que tu manques de confiance, mais cela ne te donne pas tous les droits de m'attaquer sans raison ! Pourquoi ne te décrispes-tu pas et n'es-tu pas moins suspicieuse ? D'ailleurs, tous les hommes regardent les femmes. Dieu vous a rendues attirantes, et il a voulu que nous réagissions à ce que nous voyons. Nous sommes stimulés visuellement. Je ne passerai jamais à *l'acte*. Je ne te serai jamais infidèle. C'est simplement un regard.

Le mensonge

La tromperie et la vérité sont imbriquées dans ce mensonge. C'est peut-être pour cette raison que les hommes y ont si souvent recours. Tous les hommes regardent-ils les femmes ? Bien sûr puisqu'on ne peut pas parler à une personne sans la regarder ! Ce mensonge a donc une couche brillante de vérité. Mais cette explication ne répond pas vraiment à la question. Nous devons donc creuser plus profondément.

Tous les hommes trouvent-ils certaines femmes attirantes ? *Probablement* que oui. Nous disons « probablement », parce que nous imaginons tout de même que quelques rares hommes ne trouvent attirante que leur femme. Il n'en reste pas moins vrai que la plupart des hommes jugent certaines femmes séduisantes. Dieu a créé la femme de telle sorte qu'elle attire l'homme, ce

qui assure la survie de la race humaine. L'attirance seule n'est pas un problème insurmontable.

Mais allons au cœur de la difficulté que rencontrent Rémi et Aline, ainsi que beaucoup d'autres couples. Tous les hommes lancent-ils un regard chargé de convoitise ? Non. Beaucoup le font, peut-être même la plupart, mais les hommes mentent en affirmant qu'ils ne peuvent s'empêcher de jeter sur les femmes un regard qui les déshabille. Ils mentent en se retranchant derrière l'excuse que tous les hommes le font.

Ce que l'épouse ressent

En niant qu'il regarde les autres femmes, Rémi pose un sérieux problème à Aline. Elle ne peut pas *prouver* le bien-fondé de son accusation, même si elle le sent. Elle met fin à la discussion, mais ses pensées et ses souvenirs continuent d'agiter son esprit. Quelle est la part de regards coupables ? Certains des regards étaient-ils réellement innocents ? A-t-elle exagéré ? Comment les deux époux peuvent-ils résoudre leur conflit ?

Sentiments

Une grande variété d'émotions assaillent les épouses dont les maris mentent ainsi. La première est peut-être *le doute*. A-t-elle perdu la raison en voyant des choses qui n'existent pas ? Interprète-t-elle mal l'amabilité de son mari ? Elle devrait lui faire confiance, le croire sur parole, n'est-ce pas ? La situation ne justifie peut-être pas la tension et les crispations qu'elle introduit dans leur vie conjugale.

Ensuite vient le sentiment de *ne pas être attirante*. Elle a un ou plusieurs enfants, et son corps n'a plus la même fermeté que lorsqu'ils se sont mariés au début de la vingtaine. Elle ne peut plus rivaliser avec des femmes célibataires plus jeunes qui ont le temps de prendre soin de leur apparence. Elle sait que les

hommes aiment le changement. Cela fait en tout six ans qu'ils se connaissent. Rémi commencerait-il à se lasser d'elle ?

Son estime personnelle s'effondre chaque fois qu'elle voit le regard de son mari s'attarder sur une femme. Ou chaque fois qu'elle *imagine* qu'il agit ainsi ! Il se peut qu'elle exagère. Peut-être pas.

Le pire est qu'elle se sent *trahie*. Cette trahison sape les fondements de leur mariage. Elle n'a plus le sentiment que Rémi l'apprécie autant qu'aux premiers jours de leur union. Elle estime qu'il ne peut pas vraiment prendre soin d'elle s'il continue de regarder la serveuse malgré ses avertissements. Elle se rappelle qu'il fut un temps où il la mettait au-dessus de tout. Elle se sentait valorisée, unique, comme Carole au chapitre précédent. Pendant leurs fiançailles, Rémi ne regardait qu'elle. Qui a changé : elle ou lui ? Malgré ses doutes, elle sait qu'elle ne manque pas totalement d'attrait. C'est donc bien chez lui que quelque chose a changé.

S'il était capable de la trahir dans une chose relativement insignifiante au restaurant, ne pouvait-il pas faire un pas de plus et la tromper en ayant une aventure sentimentale avec une autre femme ? Des questions de ce genre virevoltent dans son esprit.

Résultats

L'attitude de Rémi et les émotions qu'elle provoque chez Aline ont changé leur vie conjugale. Elle se rend compte qu'elle *prend ses distances* avec Rémi et avec leur relation. Elle éprouve un fort besoin de se protéger, puisque visiblement il ne le fait plus. Sa façon de regarder la serveuse a gravement porté atteinte au sentiment de sécurité dont elle a besoin dans le mariage. Dans un environnement aussi peu sûr, elle ne peut plus engager son cœur.

Il s'ensuit que son *éloignement* affecte d'autres domaines. Elle noue d'autres relations amicales et s'engage dans d'autres activités. Le temps et l'énergie qu'elle consacrait à la sauvegarde

du mariage, elle les consacre désormais à découvrir d'autres havres sûrs : des amis qui l'aiment, l'acceptent et lui procurent le soutien émotionnel indispensable, des activités qu'elle apprécie et qui n'incluent pas nécessairement Rémi.

Elle commence à perdre le juste *équilibre* dans la vie. Alors qu'autrefois elle abordait la vie avec confiance, elle se sent maintenant mal à l'aise et manque d'assurance. Elle a perdu le solide fondement de confiance indispensable au mariage, et cette perte a des répercussions sur tous les aspects de sa vie.

Elle remarque aussi que *la tentation se fait plus forte*. Elle sait que tous les hommes ne portent pas sur les femmes un regard de concupiscence. Elle reconnaît heureusement sa vulnérabilité et fait très attention à elle-même. Mais la tentation subsiste et les frustrations ressenties dans son mariage ont freiné sa croissance spirituelle.

Pourquoi donc Rémi, qui aime vraiment Aline, se conduit-il ainsi ? Pourquoi tant de maris agissent-ils de même vis-à-vis de leur femme ?

Derrière le mensonge

Rémi a immédiatement rejeté les accusations d'Aline parce qu'il se sentait pris en faute. Il avait regardé la serveuse, il l'avait voulu, il le savait et il se sentait coupable. Il ne pouvait accepter cette accusation sans s'exposer à une attaque plus violente. Comme la meilleure défense consiste à attaquer, il a accusé Aline de manquer de confiance et d'être soupçonneuse. Pourquoi est-ce la tactique adoptée par beaucoup d'hommes ?

Il est certain que les stimuli visuels ont un plus grand impact sur les hommes que sur les femmes ; et notre culture regorge de stimuli sexuels. Les hommes ne peuvent se soustraire à cet assaut. Une émission de télévision, par exemple, peut décrier la nudité, tout en ne se privant pas de présenter le tableau d'une fille à moitié nue pour dire tout le mal qu'elle en pense ! Les

hommes sont entourés de stimuli visuels ; il leur est quasiment impossible d'y échapper.

Les femmes sont plus orientées vers les relations ; elles se sentent plus attirées par quelqu'un qui les valorise, les rassure et les aime. Les hommes, eux, ne font pas de différence devant la tentation sexuelle : toute femme séduisante attire leur attention.

Dieu a créé l'homme pour qu'il puisse réagir visuellement à la femme. Mais celui-ci utilise souvent cette caractéristique à mauvais escient. Dieu l'a néanmoins tissé ainsi. Cela n'empêche cependant pas Proverbes 4 : 25 d'exhorter l'homme à contrôler son regard : « Que tes yeux regardent en face, et que tes paupières se dirigent droit devant toi ». L'auteur des Proverbes poursuit la même idée au chapitre suivant à propos des dangers de l'adultère. Tout commence par des yeux qui s'égarent et la tentation peut conduire bien au-delà de la situation que nous avons décrite concernant Rémi et Aline.

Sources de stimulation visuelle

Les hommes font face à trois domaines particuliers de tentation liée à la stimulation visuelle. Certains hommes sont plus sensibles à un domaine qu'aux autres, certains sont sensibles aux trois. L'identification de ces sources aidera les hommes à comprendre leur problème et à adopter une stratégie adaptée à chacun.

Le simple fait de regarder

Thierry devait lutter contre son esprit volage ; dès qu'il apercevait une jolie femme, il ne pouvait s'empêcher de la suivre du regard. Il aimait la position surélevée de son camion qui lui permettait de mieux voir les femmes dans les voitures. Parfois, il faisait le tour du bloc d'immeubles pour simplement en apercevoir.

Certains hommes ne font peut-être rien de plus ; mais souvent ce n'est là qu'une partie de leurs regards envieux.

La télévision

Alexandra s'était endormie profondément vers dix heures du soir, mais elle sursauta quand Antoine, son mari, se glissa dans le lit vers deux heures du matin.

– Que se passe-t-il, chéri ? Tu ne trouves pas le sommeil ?

– Tout à fait. De plus, je voulais regarder l'émission littéraire, parce que le présentateur interviewait l'auteur du livre que je viens de lire. Ensuite, j'ai lu un peu. Je t'aime.

– Moi aussi.

Antoine tira la couverture sur sa tête, mais ne réussit pas à cacher sa mauvaise conscience. Pour éviter de trop mentir, il avait effectivement regardé l'émission littéraire, tout juste deux minutes. Puis il avait zappé sur une autre chaîne qui présentait un film porno.

Le câble a fait entrer dans nos demeures des images que dans le passé un homme aurait dû acheter dans une librairie pour adultes. Certains hommes regardent des chaînes codées, espérant apercevoir un peu de chair nue. Et même les chaînes publiques ont introduit la nudité dans nos maisons avec certains films.

L'internet

Didier avait bien caché son ordinateur dans son bureau à la maison pour éviter les regards indiscrets. Tout en traitant d'affaires professionnelles, il se permettait de surfer sur des sites pornos. Il n'avait jamais eu de problèmes dans ce domaine auparavant, mais la facilité avait éveillé sa curiosité et il s'était pris au jeu. Un jour, sa femme lui demanda s'il avait déjà reçu des mails pornos. Il répondit honnêtement « non ! », heureux qu'elle ne lui ait pas demandé s'il se rendait sur des sites pornos ! Lui

aurait-il dit la vérité ou aurait-il menti ? Il ne le savait pas vraiment, et cela l'ennuyait.

Certains hommes se débattent avec l'un ou l'autre de ces moyens de tentations visuelles, mais beaucoup luttent contre tous. Moi, Tim, j'ai dû batailler ferme contre toutes ces sources. Je ne me suis jamais laissé aller à l'infidélité conjugale, mais j'ai succombé à toutes ces tentations visuelles. J'ai fait du mal à Sheila et j'en porte les cicatrices. Cela fait maintenant cinq ans que je suis « sobre » sexuellement, et j'apprécie énormément cette sobriété. Mais mon comportement et mes actions ont plongé notre mariage dans une crise grave. Si vous luttez contre cette tentation et que vous l'avez cachée à votre femme, je vous comprends et me mets facilement à votre place.

Vivre la vérité

Dans notre récit d'introduction à ce chapitre, Rémi se sentait embarrassé et coupable, mais il ne voulait pas admettre la vérité. Nous sommes enclins à penser que pratiquement tout homme qui jette un regard inconvenant sur d'autres femmes se sent quelque peu honteux. Quelqu'un a dit : « Le monde n'admet pas que nous puissions ouvertement avoir un problème avec la pornographie. On accepte que nous soyons portés sur l'alcool ou la drogue, mais pas sur le désir de voir des femmes nues. Je viens juste de terminer la lecture du livre *Touché par la grâce*, de Philip Yancey, et je languis après une église qui ressemble à l'Association des Alcooliques Anonymes, dans laquelle je puisse me présenter ainsi : "Je suis Untel, et je suis dépendant de la convoitise sexuelle" ».

Passons en revue quelques mesures qui nous aideront à reconnaître les faits et à vivre dans la vérité. Voyons comment les maris peuvent apprendre à ne pas porter un regard envieux sur les femmes, comment ils peuvent construire un havre sûr où ils pourraient faire connaître leurs luttes. Moyennant de nouveaux modèles comportementaux et un environnement sécurisé à la

maison, les maris n'auraient plus à craindre d'être pris en défaut, ni à avoir recours au mensonge ou à la tromperie.

Un certain nombre d'ouvrages excellents approfondissent cette question ; nous recommandons tout spécialement *Le combat de chaque homme* de Fred Stoeker et Steve Arterburn. Nous avons mis au point la stratégie que nous exposons en nous inspirant de trois sources différentes : ces ouvrages, l'expérience de personnes connues et nos propres vies. Mettons donc en œuvre une stratégie permettant aux couples de vivre selon la justice et la vérité.

Comprendre le regard chargé de désir

Pour beaucoup d'hommes, la simple découverte de ce qu'implique le regard envieux porté sur les femmes constitue un défi difficile à relever. Les hommes ne peuvent s'empêcher de regarder les femmes. Beaucoup de femmes s'habillent de façon à attirer le regard. La beauté féminine tente les hommes, mais ceux-ci peuvent se soustraire à cette tentation. Jésus a énoncé un principe qui s'applique à cette lutte, mais nous ne le comprenons pas toujours comme il faut. Il a déclaré :

Vous avez entendu qu'il a été dit : Tu ne commettras pas d'adultère. Mais moi, je vous dis : Quiconque *regarde une femme pour la convoiter* a déjà commis adultère avec elle dans son cœur (Matthieu 5 : 27-28).

Décomposons le regard de convoitise en quatre niveaux.

La tentation : pas un péché

Nous interprétons souvent la déclaration de Jésus de la façon suivante : si les hommes sont tentés sexuellement, ou s'ils entretiennent des pensées sexuelles à propos d'une femme, alors ils l'ont regardée pour la convoiter et ont donc commis un adultère. Manifestement, Jésus a souvent été tenté, mais il n'a jamais péché. Il est écrit : « Car nous n'avons pas un souverain sacrificateur incapable de compatir à nos faiblesses ; mais *il a*

été tenté comme nous à tous égards, sans commettre de péché» (Hébreux 4 : 15).

Nous espérons que cette parole ôtera un peu de la culpabilité inutile aux maris qui assimilent la tentation sexuelle à un péché sexuel.

Le regard chargé d'envie sexuelle

Dans le texte original, Jésus a littéralement dit : « Quiconque regarde une femme avec le désir de l'avoir... » Il faut deux conditions pour que le regard mentionné par Jésus ici soit un regard de convoitise. Si l'une ou les deux conditions sont remplies, le regard est coupable.

Premièrement, quand un mari dévisage une autre femme en se disant : « *Je ferais* bien quelque chose avec cette femme, si j'en avais l'occasion », il jette sur elle un regard de convoitise. S'il ne traduit pas sa pensée en acte, c'est parce que l'occasion ne lui en est pas offerte ! Il n'y a évidemment rien de vertueux à cela !

Deuxièmement, quand son regard se porte sur l'aspect sexuel (il déshabille la femme en pensée et donne libre cours à ses fantasmes), même si ses pensées ne sont pas suivies d'actions, il a porté un regard d'envie sexuelle. Il a fait passer l'attrait sexuel de la femme avant l'attrait de sa personne.

Le regard insistant

Le simple fait de regarder ne devient pas forcément convoitise lorsqu'un homme aperçoit une femme sexuellement attrayante, reconnaît cette attirance et détourne les yeux. Mais s'il fait le tour de l'immeuble pour la revoir, s'il va la voir plus qu'il ne faut à son poste de travail, s'il continue de penser à son attirance, il succombe à la convoitise.

Selon un vieux proverbe chinois, nous ne pouvons pas empêcher un oiseau de voler au-dessus de notre tête, mais nous pouvons l'empêcher de bâtir son nid dans nos cheveux.

Les hommes ne peuvent pas éviter l'attraction et la tentation sexuelle, car elle imprègne notre culture. Mais ils peuvent s'interdire de penser à des tentations précises.

La sensibilité de l'épouse au regard

Parce que j'avais jeté sur d'autres femmes un regard inconvenant, Sheila, ma femme, était devenue très sensible. Nous avons connu une crise grave et je m'étais engagé à me corriger dans ce domaine. Mais même après, elle a interprété certains regards innocents et non chargés d'envie sexuelle à la lumière de mon comportement passé. Quand elle me le reprochait, nous n'étions pas d'accord. Je clamaï mon innocence, elle m'accusait d'être coupable. Selon un principe de communication, « la perception est la réalité ». La perception n'est peut-être pas juste, mais elle est réelle pour celui qui perçoit. Nous devons admettre ce fait. Sheila percevait *réellement* mon regard comme étant coupable. Nous avons donc dû nous entendre sur ce que nous considérions comme réel.

Nous avons trouvé que nous nous en sortions mieux si elle disait qu'elle ne se sentait pas « à l'aise ». L'expression « à l'aise » supprimait le côté explosif de la situation et faisait que nous étions moins sur la défensive chacun. Pour rendre la vie plus agréable à Sheila, j'ai décidé avec plaisir d'éviter tout ce qui lui communiquait un sentiment de malaise. C'est pourquoi nous encourageons les maris et les épouses à parler de ces choses pour qu'ils prennent conscience de la sensibilité de l'autre.

Paul a énoncé ce principe dans Romains 14:1: « Faites bon accueil à celui qui est faible dans la foi, sans discuter des opinions ». L'expression « faible dans la foi » peut aussi indiquer une « conscience plus sensible ».

J'ai appris à ne plus me disputer avec Sheila sur l'exactitude de sa perception. J'ai accepté son point de vue et changé le comportement qui lui posait problème. Par conséquent, même si certains regards peuvent paraître inoffensifs dans l'esprit des

hommes, s'ils troublent l'épouse, il vaut mieux y renoncer complètement dans l'intérêt du couple.

Comprendre la profondeur du mal

Pendant tout le temps où j'ai lutté contre le regard inconvenant que je portais sur des personnes en chair et en os ou sur les sites internet, je savais que je faisais mal. Mais je justifiais mon attitude, je l'expliquais et la minimisais parce que je n'avais aucune idée de l'ampleur du mal. De nombreux maris chrétiens sont pris dans le même piège, car la convoitise nous séduit, nous nous leurrions et nous leurrions les autres pour conserver cette attitude.

Curieusement, de nombreuses femmes aussi en minimisent la portée. Peu après notre crise, j'en ai fait part à une des membres de la famille. S'efforçant d'être compréhensive, elle m'a dit qu'elle ne pensait pas que c'était si grave que cela ; son mari lisait bien des revues pour hommes, sans que cela la gêne. Je n'avais vraiment pas besoin de ce genre de consolation à ce moment-là !

Antoine, accro aux films pornos à la télévision, a confessé par la suite sa faute à Alexandra, son épouse, mais il l'a minimisée en se présentant comme dépendant de la convoitise sexuelle. Sa femme n'a pas voulu aller plus au fond des choses et l'a exhorté tout simplement à « arrêter ». Elle supposait que le problème disparaîtrait tout seul ; elle n'en a donc plus reparlé.

Mais Dieu voit les choses autrement. À un moment où j'étais soumis à une tentation particulièrement forte, alors que j'étais sur le point de céder, une expression claire m'a traversé l'esprit : « C'est une bataille pour ton âme ». Un ami, pasteur d'une église dynamique et en pleine croissance, a lutté plus d'un an contre son penchant à regarder les images pornos sur l'internet. Dans sa lutte, les victoires alternaient avec les défaites. Il est finalement devenu maître de lui quand une voix intérieure

lui a dit : « C'est ta dernière chance. Une fois de plus, et tu es grillé ! »

Croyez-nous, le facteur « crainte » joue un rôle important dans l'élaboration d'une stratégie efficace. Mais pourquoi le regard envieux est-il si néfaste ?

Sur le plan biblique

Nous avons déjà tenu compte de l'avertissement de Jésus à propos du regard envieux, mais le contexte plus large d'un autre verset peut nous aider à mieux comprendre. Beaucoup d'hommes connaissent Job 31 : 1 : « J'avais fait un pacte avec mes yeux ; comment aurais-je pu fixer mon attention sur une vierge ? » Le contexte montre clairement l'importance du regard juste :

J'avais fait un pacte avec mes yeux ; comment aurais-je pu fixer mon attention sur une vierge ? Quelle part Dieu m'aurait-il réservée d'en haut ? Quel héritage le Tout-Puissant m'aurait-il envoyé des cieux ? La misère n'est-elle pas pour l'homme inique, et l'infortune pour ceux qui commettent l'injustice ? N'est-ce pas Dieu qui regarde mes voies et compte tous mes pas ? (Job 31 : 1-4).

Reprenons ce texte à l'envers. D'après le verset 4, Dieu voit tout ce que nous faisons. Beaucoup d'hommes pensent cacher leur regard de convoitise à leur épouse, à leurs amis, et même à Dieu. Job, lui, savait que Dieu voit chacun de nos pas. Ensuite, les versets 2 et 3 incluent la misère et l'infortune parmi les conséquences qui frappent ceux qui agissent mal. Enfin, au verset 1, Job situe le regard envieux parmi les choses mauvaises qui attirent la misère et l'infortune.

Maris, vous venez de découvrir la pensée de Dieu sur le mal que représente le regard envieux porté sur une femme. Cette perspective biblique peut servir de fondement à une juste attitude face à ce problème.

Sur le plan relationnel

Revenons à nos promesses de mariage, et notamment à celle de rester attaché à notre femme « jusqu'à ce que la mort nous sépare ». Toutes les cérémonies de mariage incluent la promesse d'exclusivité. Maris, quand vous regardez pour convoiter, pouvez-vous honnêtement affirmer que vous n'avez pas une autre femme, au moins dans vos pensées ? Vous lui adressez le regard que vous aviez promis de ne réserver qu'à votre femme. Vous regardez les autres femmes comme seul leur mari devrait le faire.

Mon regard impur a failli détruire notre mariage. Nous sommes vraiment passés par le feu et nous avons été purifiés, mais nous savons que Dieu aurait pu obtenir le même résultat sans la souffrance dont j'étais responsable.

Maris, nous vous encourageons à relire cette section en vous mettant à la place de votre femme pour avoir une idée de ce qu'elle ressent.

Il va de soi que si votre épouse capte votre regard, comme ce fut notre cas, elle en sera marquée. Mais beaucoup de maris cachent partiellement leur regard. Cela signifie-t-il que le mal n'a pas d'impact sur la relation conjugale ? Pas du tout ! Le mari se réfugie dans le plaisir que lui procure le regard coupable. Il exclut son épouse de domaines importants de sa vie. Il a tendance à s'isoler dans ses fantasmes et son imagination. La masturbation ampute le temps consacré à sa femme.

Mais le plus grand tort est le suivant.

Sur le plan spirituel

Mon asservissement aux sites immoraux sur l'internet dura près d'un an ; pendant ce temps, j'ai connu des luttes spirituelles telles que je n'en avais jamais connu avant. Je savais que j'agissais mal, même si j'essayais de me justifier. Mon intimité avec Dieu en a terriblement souffert.

Salomon a connu de nombreuses tentations sexuelles et il a donné un sage avertissement fondé sur ses expériences. Il a abordé de face le problème de l'adultère. Rappelez-vous cependant le lien que Jésus a établi entre le regard envieux et l'acte lui-même. Le conseil de Salomon est limpide : « Ne joue pas avec le feu au risque de te brûler ». Le regard ne fait qu'ajouter une étincelle bien inutile aux cendres de la masculinité :

[Ces commandements] te garderont de la femme mauvaise, de la langue douceuse de l'étrangère. *Ne convoite pas dans ton cœur sa beauté*, et ne te laisse pas prendre à ses paupières. Car pour une femme prostituée on en est réduit à un morceau de pain, mais une femme mariée tend un piège à la vie précieuse. *Quelqu'un mettra-t-il du feu dans son sein, sans que ses vêtements s'enflamment ?* Quelqu'un marchera-t-il sur des charbons ardents, sans que ses pieds soient brûlés ? Il en est de même pour celui qui va vers la femme de son prochain : Quiconque la touche ne sera pas tenu pour innocent.

On ne méprise pas le voleur qui vole pour satisfaire son appétit quand il a faim ; pourtant si on le trouve, il fera une restitution au septuple, il donnera tous les biens qu'il a dans sa maison.

Mais celui qui commet un adultère avec une femme est dépourvu de sens, *celui qui veut se perdre* agit de la sorte (Proverbes 6 : 24-32).

Nous sommes convaincus que les maris ne peuvent pas continuer de regarder avec envie et progresser dans leur marche avec Dieu. La sainteté de Dieu ne peut coexister avec un péché commis consciemment. Chaque pas en direction du péché nous éloigne de Dieu, conformément à la parole d'Ésaïe : « Mais ce sont vos fautes qui mettaient une séparation entre vous et votre Dieu ; ce sont vos péchés qui vous cachaient sa face et l'empêchaient de vous écouter » (Ésaïe 59 : 2).

La définition de la tentation en termes spirituels aide de nombreux maris à lui résister. Il suffit de nous demander : « Est-

ce que je choisis de concentrer mon attention sur cette femme ou sur Dieu lui-même ? Je ne peux pas avoir les deux ».

Comprendre la dynamique

Connaissez-vous ce dicton de grand-mère : « On soigne un rhume en mangeant, on soigne une fièvre en jeûnant » ? Dans le passage précédent, Salomon compare en quelque sorte le regard de convoitise à une forte fièvre. Plus nous prenons soin de la convoitise, plus la fièvre monte. Comment faire baisser la température de la tentation ? En sachant que plus nous nous permettons de liberté dans ce domaine, plus le désir grandit.

Les hommes pensent souvent qu'une fois mariés, les fréquents rapports sexuels avec leur femme diminueront l'intensité du désir. Pas du tout ! C'est comme pour un muscle : l'exercice ne fait qu'augmenter sa force ! Que les hommes en tirent une leçon : plus ils jettent un regard de concupiscence sur d'autres femmes, plus ils activent leur pulsion coupable.

Concevoir une stratégie

Comme la plupart des hommes qui convoitent les femmes du regard sont passés maîtres dans l'art de la minimisation, nous avons besoin d'élaborer une stratégie plus radicale que celle que nous pourrions juger suffisante. Croyez-moi, je sais de quoi je parle !

Un de nos amis s'est trouvé prisonnier de la pornographie sur l'internet et de comportements inadéquats. Il a cependant accepté de s'inscrire à un séminaire organisé par des conseillers chrétiens. Mais, dans la conversation, il a semblé minimiser la gravité de son attitude et a affirmé « se confier en la grâce de Dieu ». Il a refusé de rendre compte à un partenaire de confiance ; il ne tenait pas à prendre l'habitude de se rendre à des séances de relation d'aide. En moins de six mois, il a été accusé de harcèlement sexuel sur son lieu de travail et a perdu à la fois son emploi et sa femme. Pourquoi ? Il avait essayé de prendre les choses à

la légère et avait persisté dans son attitude coupable, en faisant valoir que dans sa grâce, Dieu accorde toujours le pardon.

Examinons maintenant une stratégie en cinq points pour construire un nouveau modèle comportemental assurant la victoire sur le regard de convoitise sexuelle.

Créer un nouvel état d'esprit

Commençons par changer d'attitude. L'apôtre Paul déclare : « En effet, ceux qui vivent selon la chair ont les tendances de la chair, tandis que ceux qui vivent selon l'Esprit ont celles de l'Esprit » (Romains 8 : 5).

Disons-le autrement : face à la tentation, il nous appartient de nous rappeler nos nouvelles valeurs. Certains moyens matériels peuvent nous y aider, comme la devise que Tim a imprimée et collée sur son ordinateur : « À nouvelle année, nouvel homme, engagé dans le combat pour son âme ».

Dans leur ouvrage *Le combat de chaque homme*, Stoeker et Arterburn encouragent tout homme à se concentrer sur un verset clé auquel il peut se raccrocher dans les moments difficiles. Plusieurs hommes ont trouvé que Job 31 : 1 procure une bonne dose d'énergie spirituelle : « Pourtant, j'avais conclu un pacte avec mes yeux : ils ne devaient jamais porter un regard chargé de désir sur une jeune fille » (version *Semeur*).

Trouver un havre sûr

Pour lutter contre toute forme de péché, il nous faut un endroit sûr où nous pouvons honnêtement parler de nos luttes, nous lamenter sur nos pertes, être acceptés sans pour autant que notre péché le soit. Méditez la parole de Jacques : « Confessez donc vos péchés les uns aux autres, et priez les uns pour les autres, afin que vous soyez guéris. La prière agissante du juste a une grande efficacité » (Jacques 5 : 16).

Le fait de pouvoir parler de nos luttes dans un environnement caractérisé par l'honnêteté et la franchise procure de la

force et favorise la guérison. Il nous semble que l'épouse n'est pas la personne la mieux indiquée, en tout cas au début du processus. Cherchez un groupe d'hommes auxquels vous pourrez dire la dure vérité. Il existe des groupes qui suivent un programme en plusieurs étapes ; certains sont chrétiens, d'autres non.

Il se peut qu'à un moment donné, vous désiriez inclure votre femme dans votre processus de guérison. Dans les premiers temps de nos difficultés, les blessures de Sheila étaient tellement profondes que nous ne pouvions même pas aborder le sujet. Mais avec le temps, Tim a élaboré tout un programme de lutte contre son péché ; à partir de ce moment-là, nous avons été en mesure de parler librement du problème.

Repérer les faiblesses

Chaque mari découvre que sa vulnérabilité augmente dans certains environnements, activités, relations ou conditions. Dans le cas de Tim, il ne fait aucun doute que la fatigue ou la maladie sape sa résistance. Il est donc bon que chaque mari joue un peu au détective pour découvrir l'environnement qui l'oblige à lutter davantage et ce qui le rend plus sensible.

Cette prise de conscience des points faibles permet de passer à l'étape suivante.

Réduire la tentation

Rappelons le conseil de Jésus pour ne pas pécher : « Ne nous laisse pas entrer dans la tentation » (Matthieu 6 : 13). Pour triompher spirituellement, nous devons nous éloigner le plus possible de la tentation. Cette démarche peut nous amener à cesser certaines fréquentations. Un ami de Tim a supprimé l'accès à l'internet sur son ordinateur personnel. D'autres personnes se servent de filtres que proposent des fournisseurs d'accès. Il en existe qui indiquent à la personne que vous avez choisie pour vous responsabiliser le nombre de sites que vous avez consultés. D'autres hommes de nos connaissances refusent le câble et se

limitent aux chaînes de télévision essentielles. En fonction de votre fragilité, vous devrez prendre les mesures adéquates.

Mais nous avons beau tout faire, il nous est impossible d'éradiquer toutes les tentations visuelles auxquelles notre culture nous expose. Lorsque nous ne pouvons pas éviter la tentation, Stoeker et Arterburn conseillent de détourner le regard de la cible tentante. Dès que nous avons repéré quelque chose qui nous plonge dans les pensées de convoitise sexuelle (ce qui va très vite pour la plupart des hommes !), regardons dans une autre direction. Regardons le visage d'une femme plutôt que sa poitrine, ou la file de voitures devant nous plutôt que la jeune femme qui fait son jogging sur le trottoir. À certains moments, un bandeau publicitaire avec de jolies femmes s'affiche sur l'écran de Tim. Il masque alors l'écran avec sa main gauche et, de la droite, il agit sur la touche pour les supprimer. Détournez votre regard chaque fois qu'il le faut et par n'importe quel moyen.

Se relever

Toutes ces mesures sont efficaces. Nous les avons empruntées à des spécialistes et à notre propre expérience. Mais nous ne croyons pas qu'il existe un seul homme qui, après avoir lu ce livre et utilisé les stratégies préconisées, ne jettera plus un regard chargé de convoitise. Veillez à ne pas commettre la même erreur que Dany.

Après avoir pendant des années porté un regard envieux sur les femmes et, plus récemment, avoir consulté des sites pornos sur l'internet, Dany s'est décidé à s'inscrire dans un groupe de thérapie et a fait de rapides progrès. Sa confiance en lui s'est développée au point qu'il se croyait débarrassé du problème. Mais moins d'un an après avoir tenu bon, il a connu des ennuis au travail, sa femme a commencé à se plaindre et il s'est de nouveau laissé prendre au piège des images pornos.

Il était abattu. Tous les efforts déployés étaient réduits à néant. Il s'est vautré dans la pornographie. Pendant plusieurs mois, il a vécu avec un profond sentiment de honte, jusqu'à ce

qu'un jour il se rende à une réunion du groupe de thérapie. Peu à peu, il a refait surface et a appris que presque tout le monde connaît au moins une rechute.

L'apôtre Jean connaissait la tension créée par le désir de justice et notre impossibilité à l'atteindre par nous-mêmes :

Si nous disons que nous n'avons pas de péché, nous nous séduisons nous-mêmes, et la vérité n'est pas en nous. Si nous confessons nos péchés, il est fidèle et juste pour nous pardonner nos péchés et nous purifier de toute injustice (1 Jean : 8-9).

Jean s'adresse à des disciples de Jésus et leur annonce qu'ils pécheront encore. Mais au lieu de nous engager dans la spirale descendante de la honte et de la gêne, nous pouvons décider de confesser nos manquements à Dieu et aux autres et favoriser le rétablissement spirituel. Mais, de grâce, n'utilisez pas cette possibilité comme excuse pour minimiser vos chutes ! Et ne laissez pas non plus une chute vous maintenir à terre. Satan peut nous causer plus de torts après le péché que par le péché lui-même, si nous ne nous relevons pas.

Maris qui vous servez de l'excuse « Tous les hommes regardent les femmes » pour justifier votre comportement, mettez un terme à cet engrenage. Vous *pouvez* changer de comportement. Vous pouvez vivre et regarder, sans craindre que la vérité soit mise au jour. Et c'est cela, la vérité.

Osez la transparence avec votre conjoint !

Ce livre aborde des domaines sensibles qui sont souvent source de conflits au sein du couple. L'approche bienveillante mais sans ambiguïté des auteurs saura vous convaincre en douceur : oser la transparence favorise la confiance mutuelle. Tolérer les demi-vérités, c'est creuser le fossé avec son conjoint.

Les auteurs décryptent 12 assertions dont ils dénoncent les mensonges. Ils en révèlent les causes et apportent des solutions faisant appel à la volonté de chaque conjoint. De nombreux exemples vécus rendent les descriptions très réalistes, et des questions en fin de livre stimuleront vos discussions.

Couple jeune ou mature, en harmonie ou dans l'épreuve, vous aurez l'impression que les auteurs visent juste. En suivant leurs conseils, vous serez portés par le sentiment libérateur d'agir de concert avec Dieu. Vous vous demanderez : « Pourquoi avoir attendu si longtemps pour vivre dans la vérité ? »

Maris, vous serez soulagés de voir autant de compréhension. Épouses, vous apprécierez de mieux connaître votre conjoint. L'aventure continue avec *12 mensonges de femmes à leur mari*.

Que la véritable communication commence !



Tim Riter • Auteur, conférencier et professeur de communication dans une université de Californie. Il conseille également ses frères en Christ, de l'ouvrier au pasteur confirmé.

Sheila Riter • A travaillé dans la marine américaine, puis comme commerciale. Aujourd'hui, elle se consacre aux femmes en détresse conjugale.

Tim et Sheila sont aussi des grands-parents comblés.

Illustrations : Paco (Francis Schneider)

12,00€

ISBN 978-2-910246-31-0



 blfédérations