



DeepL

Abonnez-vous à DeepL Pro pour traduire des fichiers plus volumineux.  
Visitez [www.DeepL.com/pro](http://www.DeepL.com/pro) pour en savoir plus.

DAG HEWARD-MILLS

# Model Marriage

*A Marriage Counselling Handbook*

*Parchment House*

# MARIAGE MODÈLE

*Manuel de conseil conjugal*

*DAG HEWARD-MILLS*

Sauf indication contraire, toutes les citations bibliques sont tirées de la  
KING JAMES VERSION de la Bible.

3ème impression 2007

Publié pour la première fois par Parchment House en 1992.

Copyright ©2005 Parchment House

Deuxième édition

ISBN 10 : 9988-596-50-2  
ISBN 13 : 978-9988-596-50-7

Tous droits réservés en vertu de la loi internationale sur les droits d'auteur.  
L'utilisation ou la reproduction de tout ou partie de ce livre, à l'exception de  
brèves citations dans des revues ou articles critiques, doit faire l'objet d'une  
autorisation écrite de la part de l'éditeur.

# *Contenu*

## **Section 1 - LES BELVEDÈS**

1.	Les bien-aimés .....	1
2.	La reconnaissance officielle d'une relation par l'Église.....	3
3.	Conseiller les bien-aimés .....	7

## **Section 2 - LES FONDAMENTAUX**

4.	Définition du mariage.....	13
5.	Les raisons bibliques du mariage.....	15

## **Section 3 - LA RELATION**

6.	Le mariage à l'image de Dieu .....	19
7.	Le foyer chrétien.....	22
8.	L'amour dans le mariage.....	28
9.	La communication dans le mariage .....	32
10.	Fidélité et infidélité dans le mariage.....	37

## **Section 4 - LES DEVOIRS**

11.	Devoirs du mari.....	43
12.	Devoirs de l'épouse.....	48
13.	L'épouse totale .....	53
14.	Entretien ménager et aides ménagères.....	55
15.	Les principes de la finance dans le mariage .....	58

## **Section 5 - COMPRENDRE LES TEMPERAMENTS**

16.	Introduction aux tempéraments .....	63
17.	Ce que signifie avoir un mari ou une femme sanguin(e).....	66
18.	Ce que signifie avoir un mari ou une femme colérique.....	70

19. Ce que signifie avoir un mari ou une femme mélancolique .....	75
20. Ce que signifie avoir un mari ou une femme flegmatique.....	80

## **Section 6 - LES PROBLÈMES ET LES SOLUTIONS**

21. La résolution de problèmes dans le mariage .....	89
22 In-Laws .....	93
23. Le foyer d'accueil .....	96
24. Ce que tout chrétien doit savoir sur le divorce .....	98

## **Section 7 - LA CLÉ MAÎTRISE DE L'ACCEPΤATION**

25. La clé de l'acceptation.....	105
----------------------------------	-----

## **Section 8 - LE CORPS HUMAIN**

26. Comprendre le corps humain par l'image .....	113
27. Méthodes de planification familiale. ....	117

## **Section 9 - LA RELATION SEXUELLE**

28. Introduction au bonheur sexuel .....	131
29. La nuit de noces.....	134
30. La lune de miel .....	137
31. Le plaisir sexuel.....	140
32. Le sexe consciencieux.....	142
33. Sexe excitant.....	145
34. Orgasme.....	150
35. Les craintes les plus courantes concernant le sexe .....	155
36. Le sexe pour la reproduction .....	159
37. Zones grises sur le sexe .....	161

## **Section 10 - LES PRINCIPES DU SEXE**

38. Assortiment de principes bibliques 1-12 .....	169
39. Assortiment de principes bibliques 13-24 .....	173
40. Assortiment de principes bibliques 25-33 .....	179

## **Section 11 - PLUS D'INFORMATIONS SUR LES TEMPERAMENTS**

41. Les tempéraments et le sexe .....	185
42. Développer des tempéraments spirituellement matures. ....	191

43. Conseils pour s'adapter au tempérament de son conjoint .....	196
--	-----

## **Section 12 - L'AMÉLIORATION DE LA VIE SEXUELLE**

44. Comment améliorer votre vie sexuelle.....	201
45. La sexualité à un âge avancé .....	215

## **Section 13 - Grossesse, accouchement et soins aux enfants**

46. Comment savoir si vous êtes enceinte.....	219
47. Ce qui se passe pendant les quarante semaines de grossesse .....	221
48. Huit problèmes courants pendant la grossesse .....	224
49. La vie normale pendant la grossesse .....	227
50. Comment prendre soin de soi pendant la grossesse .....	230
51. Quatre problèmes mineurs à prévoir pendant la grossesse.....	233
52. Travail.....	235
53. Les trois étapes du travail .....	238
54. L'allaitement. ....	244
55. Ce que vous pouvez attendre de votre bébé au cours des douze premiers mois. .249	
56. La vaccination de votre bébé .....	255

## **Section 14 - PARENTAGE**

57. La parentalité et ce qu'elle implique.....	261
--	-----

## **Section 15 - NOUVELLES DIMENSIONS**

58. Enfants par adoption.....	267
59. La perte d'un conjoint .....	270

## **Section 16 - QUESTIONS TYPIQUES DES COUPLES MARIÉS ET LEURS RÉPONSES**

60. Questions typiques des couples mariés et leurs réponses.....	279
Bibliographie .....	299

## **REMERCIEMENTS**

Ce livre est le fruit de nombreuses recherches, de discussions approfondies et d'analyses. Je tiens à remercier les différentes personnes qui ont participé aux différentes étapes de son élaboration.

Je voudrais tout d'abord remercier ma femme Adélaïde, qui m'a donné l'expérience pratique du mariage et m'a fait part de ses commentaires sur divers sujets relatifs au mariage. Elle mérite une mention spéciale pour m'avoir aidé à rédiger le chapitre sur le foyer d'étape ainsi qu'une grande partie du matériel sur les tempéraments.

J'apprécie également le Révérend E. A. T. Sackey et le Révérend Eddy Addy, mes ministres associés principaux, pour leurs diverses contributions au fil des ans ; leurs discussions, contributions et analyses des questions pertinentes, en particulier du point de vue spirituel, biblique et doctrinal du mariage.

Je suis redevable à l'équipe de médecins : Dr Joe Adjei, Dr Rosemary Ampofo, Dr Henrietta Orleans-Lindsay, Dr Mina John, Dr Louisa Appea-Danquah et Dr Joyce Wilson pour leurs analyses, leurs nombreuses discussions médicales et leurs recherches médicales.

Je tiens à remercier le major et Mme Lawrence Mefful pour leur rôle dans le service de conseil conjugal et pour avoir contribué à fournir de nombreuses réponses au chapitre "Questions et réponses".

Ma gratitude va encore à ma femme Adelaide et à Amelia Aidoo pour leur contribution au chapitre sur le divorce.

Merci à Duke Gyamerah pour la maquette originale et à William Aggrey-Mensah pour avoir peaufiné la maquette avant l'impression. Merci également à Vida Gyamerah pour sa contribution.

Ma gratitude va à Doris Ademola pour le travail initial de composition et de rédaction, ainsi qu'à Johnny Awanyo pour son aide dans la rédaction du manuscrit. Enfin, je tiens à remercier la congrégation de The Lighthouse Chapel International qui m'a fourni la liste des questions qu'elle jugeait pertinentes par rapport à des situations de mariage réelles dans le chapitre "Questions et réponses".

Enfin, nous remercions à nouveau Amelia Aidoo et Juanita C. Sackey pour leurs travaux de rédaction, de composition et de conclusion de cette deuxième édition de notre manuel de conseil conjugal.

À toutes ces personnes merveilleuses, je tiens à dire que vous formez une équipe formidable !

## INTRODUCTION

J'ai le plaisir de vous présenter la deuxième édition élargie du manuel de conseil conjugal, connu à l'origine sous le nom de "Marriage Counselling Manual" (Manuel de conseil conjugal). Ce manuel, publié pour la première fois en 1992, et qui est la plus ancienne publication de ce ministère, est le fruit d'années d'étude de la Parole de Dieu et d'expérience pratique dans le domaine du mariage.

Mon expérience pastorale m'a permis de constater que le mariage et ses défis complexes peuvent affecter négativement la plupart des chrétiens et gêner les personnes appelées à exercer un ministère.

Je suis heureux d'avoir écrit et compilé ce livre à différentes étapes de ma vie, car l'expérience m'a appris que nous mettons l'accent sur des choses différentes à différentes étapes de notre vie et de notre ministère. Par exemple, j'ai découvert que le tempérament d'un individu dans la relation conjugale est fondamentalement ce qui détermine le comportement de la personne dans le contexte du mariage. En dépit de nombreux conseils, enseignements et prières, la plupart des gens vivent simplement en fonction de leur tempérament. Ces vérités ne m'étaient pas aussi évidentes il y a dix ans qu'elles le sont aujourd'hui. En outre, les modèles de comportement des hommes et des femmes sont beaucoup plus faciles à prévoir, car ils ne varient pas beaucoup d'une personne à l'autre.

Pour moi, le conseil conjugal, bien qu'il soit fondamentalement le même, doit être fait en pleine connaissance de ces réalités, c'est-à-dire des modèles de comportement liés au tempérament et au sexe. Si les pasteurs comprennent parfaitement ces réalités importantes, ils ne seront pas frustrés lorsque leurs clients ne changent pas beaucoup. Je crois également que nous serons moins enclins au divorce lorsque nous comprendrons à quel point notre masculinité, notre féminité et nos tempéraments nous affectent tous.

J'ai également observé des situations compliquées qui conduisent au divorce, un phénomène qui semblait impossible au début de mon ministère chrétien. J'en suis venu à apprécier la contribution des maladies psychologiques et psychiatriques, pas toujours faciles à diagnostiquer, dans le comportement des conjoints, en particulier chez les femmes. Peut-être que les éditions ultérieures de ce livre feront davantage référence à ces questions.

Consciente que mon expérience du mariage est limitée, j'ai toujours essayé de recueillir l'avis d'hommes et de femmes sur les différentes questions abordées dans ce livre. Ce faisant, j'ai rassemblé différentes attitudes et perspectives de tous les côtés, y compris des hommes et des femmes, des personnes éduquées et non éduquées, des médecins et des non-médecins.

Cette recherche a également été enrichie par des enquêtes menées auprès de différents groupes et individus.

En fin de compte, c'est un voyage d'apprentissage continu qui ne s'arrêtera jamais. Je prie pour que Dieu vous donne la sagesse pour votre mariage ainsi que la sagesse pour aider les autres. Je prie pour que chaque couple qui bénéficie de ce livre ait un mariage stable et heureux.

## **SECTION 1**

### **LES BIEN-AIMÉS**

## *Chapitre 1*

# **Les bien-aimés**

## **Qu'est-ce qu'un bien-aimé ?**

**Mon bien-aimé est à moi, et je suis à lui...**

**Cantique des Cantiques 2:16**

Un "bien-aimé" est une personne avec laquelle vous entretenez une relation destinée à se terminer par un mariage. En d'autres termes, il ou elle est l'homme ou la femme que vous avez officiellement accepté d'épouser. Certains utilisent les termes de *fiancé(e)*, de *petit(e) ami(e)* ou de *petite amie* pour décrire la relation, mais dans ce livre, nous adoptons le terme de "bien-aimé(e)".

Nous ne conseillons pas aux jeunes hommes et femmes d'avoir des relations étroites avec le sexe opposé, qui ne sont pas destinées au mariage, car ces petits amis et petites amies s'impliquent souvent dans des vices immoraux tels que la fornication. Nous insistons donc sur le fait que de telles relations ne doivent être nouées qu'en vue du mariage et que la période de développement de la relation avant le mariage (traditionnellement appelée "cour") ne doit pas être trop longue.

**Toutefois, pour éviter la fornication, que chaque homme ait sa propre femme, et que chaque femme ait son propre mari.**

**1 Corinthiens 7:2**

**Êtes-vous sûr de vouloir épouser cette personne ?**

**Éprouve tout, retiens ce qui est bon.**

**1 Thessaloniciens 5:21**

**Ils appelèrent Rebecca, et lui dirent : Veux-tu aller avec cet homme ? Elle répondit : J'irai.**

**Genèse 24:58**

## Huit éléments à prendre en compte lors du choix d'un bien-aimé

1. Ce n'est pas parce que les parents sont bons que l'enfant sera aussi un bon conjoint. Est-il/elle engagé(e) envers Dieu?<sup>1</sup>
2. Ne vous mariez pas simplement parce que vos parents le disent. Votre partenaire est-il/votre ami(e) ?<sup>2</sup>
3. Si vous vous mariez trop tôt, vous manquerez certaines choses dans la vie (par exemple, votre jeunesse, votre période de célibat et de liberté).
4. Considérez le fait que les gens ne changent pas vraiment et que tout ce que vous n'aimez pas chez votre bien-aimé(e), et donc votre conjoint(e), ne changera probablement pas non plus.
5. Serez-vous en mesure de vous débrouiller financièrement ?
6. Aurez-vous un endroit où loger lorsque vous vous marierez ?
7. Les différences tribales vont affecter votre mariage.
8. La disparité des niveaux d'éducation affectera également votre mariage.<sup>3</sup>

### Notes

1. Theda Hlavka, *Saying I Do Was the Easy Part* (Nashville, Tennessee : Broadman & Holman Publishers, 2001), 83 - 88.
2. William L. Coleman, *Engaged : When Love Takes Off* (Wheaton, Illinois : Tyndale House Publishers, 1980), 18-19.
3. David H. Olson et John Defrain, *Marriage and the Family* (Mountain View, California : Mayfield Publishing Company, 2000), 276 et Evans A. Laryea, *Joining of Lives* (Accra, Ghana : PAL International, 2002), 10-11, 166-205.

## *Chapitre 2*

# **La reconnaissance officielle d'une relation par l'Église**

### **Trois raisons pour lesquelles une relation doit être enregistrée**

Chaque église devrait disposer d'un registre dans lequel sont consignées les informations pertinentes concernant ses membres qui ont l'intention de se marier. Ce registre sert de reconnaissance officielle de la relation par l'Église et devrait être tenu au moins six mois avant le mariage prévu. Pourquoi un registre ?

#### **I. Vérifier si certaines personnes sont déjà mariées**

Certains couples ont déjà des enfants issus de la relation actuelle ou d'une relation antérieure. Dans certaines cultures, il est d'usage d'organiser ce que l'on appelle une cérémonie de mariage traditionnelle. Il est important de savoir si le couple a pratiqué ces rites ou non. Toute cérémonie, tradition ou rite de ce type doit être mis en lumière. Le fait de ne pas divulguer ces informations peut conduire à la rupture de la relation.

#### **II. Pour s'assurer que toutes ces relations ne sont pas cachées**

Il est impératif que toutes les relations soient ouvertes devant Dieu, le pasteur et la congrégation de l'église. Le fait de mener la relation ouvertement contribue également à promouvoir une relation saine et salutaire.

#### **III. Mieux connaître le couple**

En enregistrant le couple, vous apprendrez à le connaître de manière plus personnelle :

1. Le nom complet du couple (pour compléter le registre).
2. Vous pouvez ainsi mieux évaluer leur engagement chrétien.
3. Connaître l'église de la personne aimée de votre membre, si ce n'est pas votre église.
4. Sondez leur niveau d'activité au sein de l'église.

5. Confirmer toute relation antérieure.
6. Vérifiez, le cas échéant, les cas de fornication passés et présents. Cela vous permettra également de savoir si elles sont vierges.
7. Confirmer si la relation actuelle est harmonieuse ou orageuse.
8. Sachez dans quel délai ils ont l'intention de se marier. relations trop longues ne sont pas encouragées.

### **Dix faits à découvrir à travers la reconnaissance officielle d'une relation**

1. Nom et âge de l'homme et de la femme.
2. Date du début de la relation.
3. Depuis combien de temps se connaissent-ils ?
4. Statut drépanocytaire de l'homme et de la femme.<sup>1</sup>
5. Statut H.I.V. de l'homme et de la femme.<sup>2</sup>
6. Toute autre condition médicale, par exemple l'épilepsie, la tension artérielle, une forte fièvre, etc.
7. Niveau d'études de l'homme et de la femme.
8. Expérience professionnelle de l'homme et de la femme.
9. Connaissance et consentement des parents.
10. Date provisoire du mariage.

### **Tests de dépistage de la drépanocytose et du VIH**

L'intérêt de cette leçon est de mettre en perspective la demande de l'église pour un test de drépanocytose et un test de VIH.

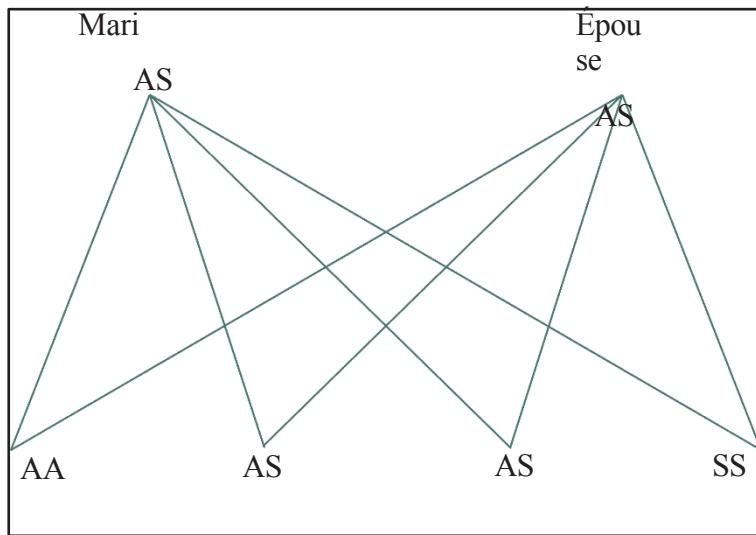
#### ***Test de dépistage de la drépanocytose***

Si le couple a un résultat "AA" (sickling négatif) et "AS", il n'y a pas de véritable problème.

Si les deux personnes aimées ont un "S" quelque part (c'est-à-dire une maladie positive), le conseiller doit conseiller de rompre la relation pour les raisons suivantes :

Il y a 25 % de chances d'avoir un enfant "SS", ce qui signifie qu'une partie ou la totalité de leurs enfants pourraient être "SS". Cela peut également signifier qu'aucun d'entre eux n'est "SS".

Cette situation peut également être comparée à la naissance d'un garçon ou d'une fille. Il y a 50 % de chances d'avoir un garçon ou une fille. Cela signifie que tous les enfants peuvent être des garçons ou des filles.



*Fig. 1 : Résultats possibles du test de dépistage de la drépanocytose*

Sur le plan médical, l'enfant "SS" peut présenter des problèmes tels que

1. Admissions fréquentes à l'hôpital.
2. Nombreuses dépenses liées aux soins médicaux.
3. De nombreuses heures seront passées à l'hôpital.
4. Possibilité de mort subite de l'enfant.
5. Le temps qui aurait dû être passé à la maison sera passé à l'hôpital.
6. L'épouse (la mère) sera alors soumise à une pression supplémentaire, en plus de tous ses rôles.
7. Cela pourrait entraîner des querelles à la maison et une possible pénurie d'argent.
8. Il est probable qu'il y ait une peur morbide de la grossesse, ce qui pourrait également affecter la vie sexuelle du couple.
9. L'enfant lui-même sera très malheureux.

Le conseiller peut demander aux bien-aimés de se rappeler s'ils connaissent un malade. La situation acceptable est qu'ils soient tous les deux négatifs ou, au pire, l'un négatif et l'autre positif. Si les deux sont positifs, la situation peut être dangereuse. L'avis médical est contre un tel mariage et l'Eglise aussi, mais la décision leur appartient.

Si un couple décide d'aller de l'avant en dépit de tous les conseils médicaux et ecclésiastiques, son mariage sera quand même bénit. Ils seront soutenus dans la prière afin que, par la grâce de Dieu, ils n'aient pas d'enfants malades.

### **Test VIH**

Si l'un des partenaires est positif, il devrait lui être fortement conseillé de rompre la relation et d'oublier le projet de mariage, pour des raisons évidentes.

### **Notes**

1. Geoffrey Chamberlain, éd. *Turnbull's Obstetrics*. 2e éd. (Édimbourg, Écosse : Churchill Livingstone, 1995), 262 ; Robert Shaw, Patrick Soutter et Stuart Stanton, éd. *Gynécologie*, 2e édition (New York : Churchill Livingstone, 1997), 107 ; Margaret F. Myles, *Textbook for Midwives* (Édimbourg : Churchill Livingstone, 1986), 215 ; E. A. Badoe et S.K. Owusu, éd : *A Layman's Guide to Good Health* (Accra, Ghana : University of Ghana Medical School, 2004), 66 - 69.
2. Geoffrey Chamberlain, éd. *Turnbull's Obstetrics*, 2e éd. (Édimbourg, Écosse : Churchill Livingstone, 1995), 485 ; William F. Ganong, *Review of Medical Physiology* (New York : McGraw-Hill, 2003), 533 ; E. A. Badoe et S. K. Owusu, éd. *Health and Disease : A Layman's Guide to Good Health* (Accra, Ghana : University of Ghana Medical School, 2004), 101-7.

## *Chapitre 3*

# **Conseiller les bien-aimés**

Après avoir reçu les résultats des examens médicaux demandés, discuter avec le couple des questions soulevées par ces résultats. Confirmez les progrès généraux réalisés en vue de leurs fiançailles et fixez une date provisoire pour le mariage.

Pendant la durée de la relation, le couple est censé être saint. Il est important de les exhorter fermement à renoncer à la fornication. Le conseiller ne doit pas porter de jugement. Le couple doit être encouragé à être actif dans l'église et à rester sur la voie sûre de la sainteté.<sup>1</sup>

### **Ce qu'il ne faut pas faire dans une relation entre personnes aimées**

1. Évitez les étreintes, les caresses et les baisers.<sup>2</sup>
2. Ne vous asseyez pas sur ses genoux.
3. Ne restez pas longtemps seul à l'intérieur avec votre bien-aimé.
4. Ne restez pas seul dans des endroits isolés à des heures indues.
5. Ne pas mettre les mains sous la jupe ou dans le rabat.
6. Ne dormez pas dans le même lit que votre bien-aimé(e).
7. Ne vous déshabillez pas en présence de votre bien-aimé(e).
8. Ne pas caresser les seins, le vagin et le pénis.
9. N'ayez pas de relations sexuelles avec votre bien-aimé (c'est de la fornication)!<sup>3</sup>

**NB :** Les consultations prénuptiales couvrent une période de six mois. Les personnes aimées doivent être informées

de commencer leur consultation suffisamment tôt pour couvrir tous les aspects de la consultation avant le mariage.

Les conseillers ne doivent pas céder à la pression de célébrer des mariages dans des délais très courts. Cela peut être trompeur.

## **Pour la dame**

On considère que c'est sa faute si un péché d'immoralité se produit. En effet, même si les hommes sont généralement soumis à une forte tension sexuelle dans la relation, la femme ne doit pas céder à cette pression.

- (a) Elle doit être encouragée à prendre le contrôle de la relation.
- (b) Elle doit avoir un grand respect d'elle-même et ne permettre à personne de s'amuser avec elle.
- (c) Elle doit être encouragée à garder sa virginité intacte afin que, lorsqu'elle sera conseillée à l'avenir, elle puisse dire en toute confiance ce qu'elle n'a pas fait pendant qu'elle faisait la cour.<sup>4</sup>

## **Préparer le mariage (liste de contrôle)**

Discutez des préparatifs du mariage avec le couple et donnez-lui autant de conseils que possible. Abordez les points suivants :

- (a) Choix du lieu.
- (b) Robe de mariée - la possibilité d'en emprunter une doit être mentionnée.
- (c) Costumes (marié et garçon d'honneur).
- (d) Voiture(s) utilisée(s).
- (e) Date du mariage.
- (f) Heure d'arrivée de la mariée - les avertir des choses qui retardent les mariées.
- (g) Lecture des Écritures - choix du couple.
- (h) Président ( facultatif ).
- (i) Plan de table pour la table haute - inclure les parents, le président, etc. (normalement les pasteurs sont exclus).
- (j) Alcool lors du mariage (n'oubliez pas que certains couples ne maîtrisent pas cette question).
- (k) Proposition de toast et réponse. Il est conseillé d'être aussi bref que possible et de remercier Dieu, les parents, les pasteurs et les autres personnes clés.
- (l) Autorisations nécessaires (mairie, conseil local chargé des mariages dans votre région ou pays).
- (m) Prise de photos. Mefiez-vous des photographes "mercenaires" qui n'ont pas été invités mais qui viendront plus tard avec des photos qu'ils ont prises pour demander de l'argent.
- (n) Couverture vidéo
- (o) Décorations
- (p) Arrangements pour la lune de miel.
- (q) Mettez-les en garde contre le fait d'utiliser tout leur argent pour le mariage.

### **Notes**

1. Dexter Yager et Ron Ball, *Dynamic People Skills* (États-Unis : InterNET Services Corporation, 1997), 144-145, 153.
2. Joshua Adjabeng, *Before You Marry* ( Accra, Ghana : Olive Publications, 1999), 26-27.
3. Eddie L. Long, *I Don't Want Delilah, I Need You* (Tulsa, Oklahoma : Albury, 1998), 192.
4. Dwight Hervey Small, *Design for Christian Marriage* (Old Tappan, New Jersey : Fleming H. Revell Company, 1974), 177-201 et Gini Andrews, *Your Half of the Apple. God and the Single Girl* (Grand Rapids, Michigan : Zondervan Publishing House, 1974), 69-79.

## **SECTION 2**

# **LES FONDAMENTAUX**

## ***Chapitre 4***

# **Définition du mariage**

## **Introduction**

Le mariage est une institution ordonnée par Dieu.<sup>1</sup> C'est la seule institution qui ait été établie avant que le péché n'entre dans le monde.

## **Trois façons de se marier**

### **1. Mariage civil**

*(Ceci est conforme aux lois civiles du pays).*

- (a) Dans la plupart des pays, l'ordonnance sur le mariage prévoit qu'un certificat doit être obtenu auprès de l'autorité locale ou municipale, accordant une période de trois mois pendant laquelle un couple doit se marier après que leurs noms ont été publiés au conseil municipal ou à l'église pendant trois semaines. Si personne ne s'oppose au mariage pendant ces trois semaines, le mariage peut avoir lieu.
- (b) Un registre légal doit être signé par au moins deux témoins.
- (c) Le consentement des parents est souhaitable, encouragé et très recherché, mais il n'est pas indispensable à 100 % si le couple est âgé de plus de 18 ans.
- (d) Le mariage n'est rompu que par un divorce légal.
- (e) En vertu de l'ordonnance sur le mariage, le fait de se remarier alors que l'on est encore marié constitue un délit.

## 2. Mariage coutumier

(Il s'agit d'impliquer les familles).

- (a) Les familles se réunissent et remettent traditionnellement leur fille après les rites habituels.
- (b) Les rites varient en fonction de la famille et de la tribu.
- (c) Certaines familles considèrent qu'il s'agit d'un mariage en bonne et due forme et s'attendent à ce que le couple vive ensemble par la suite.
- (d) Certaines familles considèrent qu'il s'agit simplement de fiançailles, c'est-à-dire d'un accord de mariage.
- (e) Cette Église ne reconnaît pas le mariage coutumier comme un mariage à moins qu'il ne soit bénit par les pasteurs. Le mariage coutumier est un arrangement polygame (ce qui signifie qu'un homme peut épouser autant de femmes qu'il le souhaite). (L'Église estime qu'il est important que ses membres se marient conformément à l'ordonnance sur le mariage, car le mariage légal prévu par l'ordonnance n'autorise pas la polygamie.

## 3. Le mariage spirituel

(Le couple s'engage ainsi à obéir à la loi de Dieu relative au mariage et à faire sceller le mariage par Dieu).

- (a) L'église prononce les vœux et bénit le couple.<sup>2</sup>
- (b) En ce qui concerne l'Église, vous n'êtes pas mariés tant que cela n'a pas été fait.
- (c) L'église publie également les noms de tous les couples qui se marient sur son panneau d'affichage pendant au moins trois semaines, afin que toute objection au mariage puisse être exprimée.

Nous demandons à tous les couples de remplir les trois formes de mariage afin d'éviter toute confusion et tout litige ultérieurs quant à la question de savoir s'ils étaient ou ont effectivement été mariés.<sup>3</sup>

### Notes

1. Al Janssen, *The Marriage Masterpiece* (Wheaton, Illinois : Tyndale, 2001), 3 - 4 ; Evans A. Laryea, *Joining of Lives* (Accra, Ghana : PAL International, 2002), 33-38 ; Derek et Ruth Prince, *God Is a Matchmaker* (Grand Rapids, Michigan : Chosen Books, 2003), 51-52 ; Christopher Ash, *Marriage Sex in the Service of God* (Leicester, Angleterre : InterVarsity Press, 2003), 66-69.

2. Marva J. Dawn, *Sexual Character : Beyond Technique to Intimacy* (Grand Rapids, Michigan : William B. Eerdmans Publishing, 2001), 207.

3. Christopher Clulow, ed., *Women, Men and Marriage* (Londres : Sheldon Press, 1995), 40 - 43 ; Joshua Adjabeng, *Before You Marry* (Accra, Ghana : Olive Publications, 1999), 63-67.

## *Chapitre 5*

# **Les raisons bibliques du mariage**

## **Introduction**

Le mariage n'est pas une idée de l'homme et n'a pas été initié par lui. C'est Dieu lui-même qui a compris que l'homme avait besoin d'une compagne et qui s'en est occupé. Pour comprendre pourquoi Dieu a institué le mariage, nous devons chercher les réponses dans la Bible.

## **Les raisons bibliques du mariage**

### **1. Résoudre le problème de la solitude**

**Le Seigneur Dieu dit : Il n'est pas bon que l'homme soit seul ; je lui ferai une aide qui lui convienne.**

**Genèse 2:18**

### **2. Être une aide**

**Le Seigneur Dieu dit : Il n'est pas bon que l'homme soit seul ; je lui ferai une aide qui lui convienne.**

**Genèse 2:18**

Rencontre d'aide : Façons dont la femme peut aider l'homme - par la prière, les relations sexuelles, la nourriture, les conseils, l'encouragement, le réconfort ; en faisant preuve d'hospitalité ; en effectuant des tâches ménagères ; en aidant financièrement, socialement, etc.<sup>1</sup>

### 3. Pour éviter la fornication

**Pour ce qui est des choses que vous m'avez écrites, il est bon que l'homme ne touche pas à la femme : Il est bon que l'homme ne touche pas à la femme. Toutefois, pour éviter la fornication, que chacun ait sa femme, et que chaque femme ait son mari.**

**1 Corinthiens 7:1,2**

### 4. Avoir des enfants

**Dieu dit : Faisons l'homme à notre image, selon notre ressemblance ; qu'ils dominent sur les poissons de la mer, sur les oiseaux du ciel, sur le bétail, sur toute la terre et sur tous les reptiles qui rampent sur la terre.**

**Dieu créa l'homme à son image, il le créa à l'image de Dieu, il le créa homme et femme.**

**Dieu les bénit et leur dit : Soyez féconds, multipliez, remplissez la terre et soumettez-la ; dominez sur les poissons de la mer, sur les oiseaux du ciel et sur tous les êtres vivants qui se meuvent sur la terre.**

**Genèse 1:26-28**

Lorsque les enfants entrent dans le monde en dehors du cadre du mariage, ils sont handicapés et deviennent souvent délinquants.

Attention : l'absence d'enfants n'annule pas votre mariage. De même, ce n'est pas l'arrivée d'enfants qui valide le mariage.

### Notes

1. Lana Packer, *Women Making a Difference in Marriage* (Nashville, Tennessee : Lifeway Press, 2003), 13-20 et David Searle, éd. *Truth and Love in a Sexually Disordered World* (Carlisle, Cumbria, Royaume-Uni : Paternoster Publishing, 1997), 6-7, 72-74.

# **SECTION 3 LA**

## **RELATION**

## *Chapitre 6*

# **Le mariage à l'image de Dieu**

**Le Seigneur Dieu fit tomber un profond sommeil sur Adam, et il dormit. Il prit une de ses côtes, et en ferma la chair ; la côte que le Seigneur Dieu avait prise à l'homme, il en fit une femme, et il l'amena à l'homme.**

**Adam dit : Voici maintenant l'os de mes os et la chair de ma chair ; on l'appellera Femme, parce qu'elle a été tirée de l'Homme. C'est pourquoi l'homme quittera son père et sa mère, et s'attachera à sa femme ; et ils seront une seule chair. Ils étaient tous deux nus, l'homme et sa femme, et ils n'en avaient pas honte.**

**Genèse 2:21-25**

### **Modèle à cinq volets**

#### **1. Un homme/une femme<sup>1</sup>**

**La côte que le Seigneur Dieu avait prise à l'homme, il en fit une femme, et il l'amena à l'homme.**

**Genèse 2:22**

#### **2. Le départ et l'effacement<sup>2</sup>**

**C'est pourquoi l'homme quittera son père et sa mère, et s'attachera à sa femme, et ils deviendront une seule chair.**

**Genèse 2:24**

*Il y a 4 façons de partir :*

- (a) Physique (emplacement).
- (b) Économique/financier.
- (c) Influence, direction, conseil des parents et des autres membres de la famille élargie.
- (d) Amis proches, en particulier du sexe opposé.<sup>3</sup>

**3.** Compagnonnage<sup>4</sup>

*(L'homme était seul, sans ami.)*

**Le Seigneur Dieu dit : Il n'est pas bon que l'homme soit seul ; je lui ferai une aide qui lui convienne.**

**Genèse 2:18**

**4.** Ouverture<sup>5</sup>

*(Faites tout savoir à votre conjoint pour éviter les surprises, la méfiance et les soupçons.)<sup>6</sup>*

**Ils étaient tous deux nus, l'homme et sa femme, et ils n'avaient pas honte.**

**Genèse 2:21-25**

*Il y a 4 façons d'être nu/ouvert/transparent :*

- (a) Historiquement, par exemple les relations passées, les enfants
- (b) Sur le plan financier, par exemple les dettes, les revenus, les actifs, les obligations.
- (c) Physiquement, par exemple, nudité à la maison, liberté sexuelle.
- (d) Sur le plan spirituel, par exemple les aspirations pour l'avenir, les péchés personnels.<sup>7</sup>

**5. Sexe et reproduction**

Le plan de Dieu prévoit des relations sexuelles et une reproduction dans le cadre du mariage.<sup>8</sup>  
Les relations sexuelles et la reproduction en dehors du cadre du mariage entraînent toutes sortes de problèmes : foyers satellites, beaux-enfants et maladies sexuellement transmissibles.

**Dieu dit : Faisons l'homme à notre image, selon notre ressemblance ; qu'ils dominent sur les poissons de la mer, sur les oiseaux du ciel, sur le bétail, sur toute la terre et sur tous les reptiles qui rampent sur la terre. Dieu créa l'homme à son image, il le créa à l'image de Dieu, il les créa homme et femme.**

**Dieu les bénit et leur dit : Soyez féconds, multipliez, remplissez la terre et soumettez-la ; dominez sur les poissons de la mer, sur les oiseaux du ciel et sur tous les êtres vivants qui se meuvent sur la terre.**

**Genèse 1:26-28**

### Notes

1. Carl J. Laney, *The Divorce Myth* (Minneapolis, Minnesota : Bethany, 1981), 26 ; Robert Lewis et William Hendricks, *Rocking the Roles* (Colorado Springs, Colorado : Navpress, 1991), 41 - 47.
2. Ray Mossholder, *Marriage Plus : The Bible and Marriage* (Lake Mary, Florida : Creation House, 1990), 148 ; Walter Trobisch, *I Married You* (Leicester, Angleterre : InterVarsity Press, 2003), 23 - 28 ; Carl J. Laney, *The Divorce Myth* (Minneapolis, Minnesota : Bethany, 1981), 20.
3. Dennis et Barbara Rainer, *Starting Your Marriage Right* (Nashville, Tennessee : Thomas Nelson Publishers, 2000), 15-19.
4. Jay E. Adams, *Marriage, Divorce and Remarriage* (Grand Rapids, Michigan : Baker Book House, 1980), 11 - 12 ; Gordon Mac Donald, *Magnificent Marriage* (Wheaton, Illinois : Tyndale House, 1982), 6 - 7, 44 - 46.
5. Evans A. Laryea, *Joining of Lives* (Accra, Ghana : PAL International, 2002), 67 - 69.
6. Dennis et Barbara Rainer, *Starting Your Marriage Right* (Nashville, Tennessee : Thomas Nelson Publishers, 2000), 26 - 28.
7. Bob et Jan Horner, *Resolving Conflict in Your Marriage* (Loveland, Colorado : Group Publishing Inc., 2000), 28 - 31.
8. David Searle, éd. *Truth and Love in a Sexually Disordered World* (Édimbourg : Paternoster Publishing, 1997), 64-66.

## *Chapitre 7*

# **Le foyer chrétien**

## **Définition**

Le foyer chrétien n'est pas un simple bâtiment. C'est une atmosphère, un endroit où l'on a toujours envie d'être. Un foyer est un endroit où vit une famille. La première maison était un jardin. Cela donne deux impressions d'un foyer :

1. Un endroit à apprécier - beau, paisible, accueillant.
2. Un lieu à entretenir et à embellir.

L'élément le plus important du foyer n'est toutefois pas le bâtiment (quelle que soit sa taille ou sa beauté), mais la relation qui existe entre les personnes qui s'y trouvent.

**Un fils insensé est la ruine de son père, Et les querelles d'une femme sont une source continue d'ennuis.**

**Proverbes 19:13**

**Il vaut mieux habiter dans un coin du toit, qu'avec une femme turbulente et dans une vaste maison.**

**Proverbes 25:24**

**Une goutte d'eau qui tombe continuellement par un temps très pluvieux et une femme querelleuse se ressemblent. Celui qui la cache cache le vent, et la pomme de sa main droite, qui se trahit elle-même.**

**Proverbes 27:15,16**

Le foyer peut même se trouver dans les bidonvilles et les caniveaux ou à l'arrêt de bus, pourvu qu'il s'agisse d'un endroit où deux personnes qui s'aiment se sont mises d'accord pour vivre et élever une famille qu'elles peuvent aimer de la même manière.

**Il leur dit : Prenez garde à la cupidité, car la vie d'un homme ne dépend pas de l'abondance des biens qu'il possède.**

**Luc 12:15**

### **L'importance du foyer pour le mari et la femme**

1. Un lieu de détente pour l'homme.
2. Un bouclier et une isolation du monde et de ses pressions - pour la femme.
3. Un lieu de rafraîchissement et de renforcement, pour les deux.
4. Un lieu de formation pour les enfants.<sup>1</sup>

### **4 étapes pour développer un foyer chrétien**

Un foyer heureux et équilibré est toujours le rêve des jeunes mariés. Pourtant, nombreux sont ceux qui ne connaissent jamais la joie et le bonheur auxquels ils aspirent lorsqu'ils décident de se marier. Un foyer heureux n'est pas le fruit du hasard. Il faut le développer. Rien n'arrive par hasard ! Il ne tombe pas du ciel.<sup>2</sup>

**Là où il n'y a pas de boeufs, la crèche est propre ; mais c'est par la force du boeuf que l'on augmente beaucoup.**

**Proverbes 14:4**

#### **1. Le Christ doit être reconnu comme le fondement et le chef du foyer.**

**Quiconque vient à moi, écoute mes paroles et les met en pratique, je vous montrerai à qui il ressemble : Il est semblable à un homme qui bâtit une maison, creuse profondément, et pose les fondements sur le roc ; quand l'inondation survient, le torrent bat cette maison avec violence, et ne peut l'ébranler, parce qu'elle est fondée sur le roc.**

**Luc 6:47,48**

Lorsque Dieu est au centre des préoccupations du couple, celui-ci se rapproche l'un de l'autre parce que sa proximité avec Dieu l'attire l'un vers l'autre (Fig. 2). En conséquence, ils finissent par avoir un foyer heureux.<sup>3</sup>

Lorsque Dieu est le centre d'intérêt d'un seul d'entre eux, ils ne se rapprochent pas (Fig. 3). Dans certains cas, ils ne s'éloignent ni ne se rapprochent (figure 5), mais leur relation s'étiole et leur foyer n'est pas vraiment heureux.

Lorsque le mari et la femme poursuivent leurs propres rêves et n'impliquent pas Dieu dans leur vie (Fig. 5), ils s'éloignent de plus en plus l'un de l'autre, ce qui conduit souvent à un foyer brisé.

Modèle de mariage

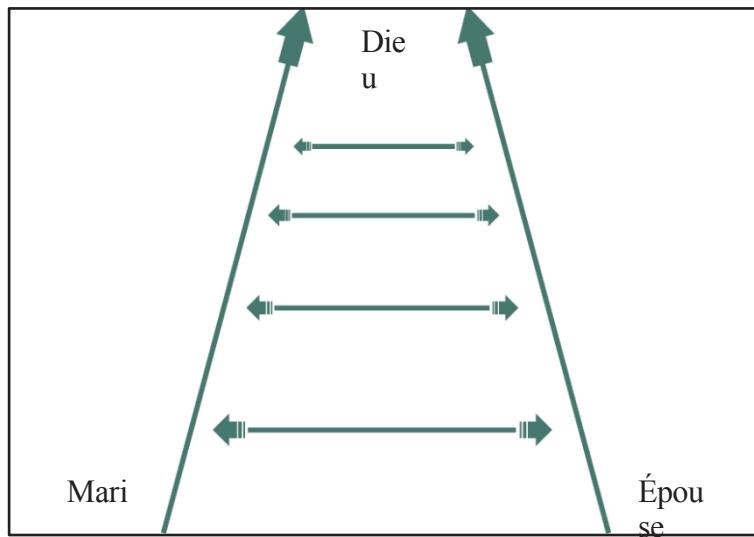


Fig. 2 : Le couple se rapproche au fur et à mesure qu'il se rapproche de Dieu

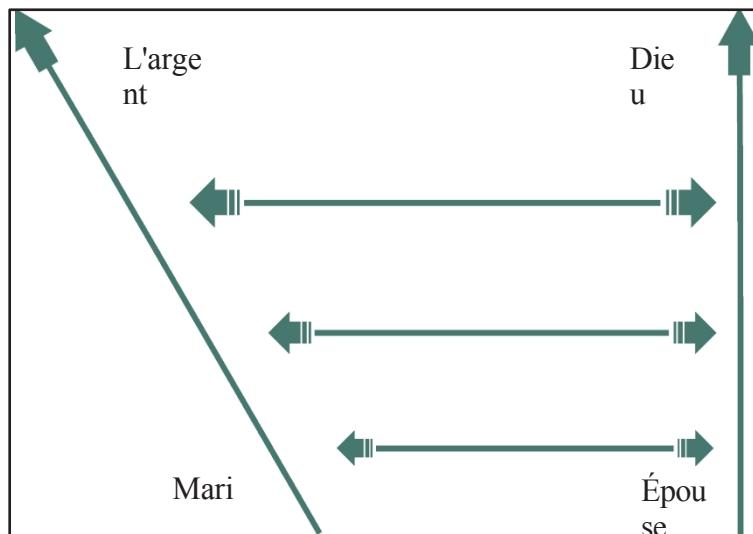
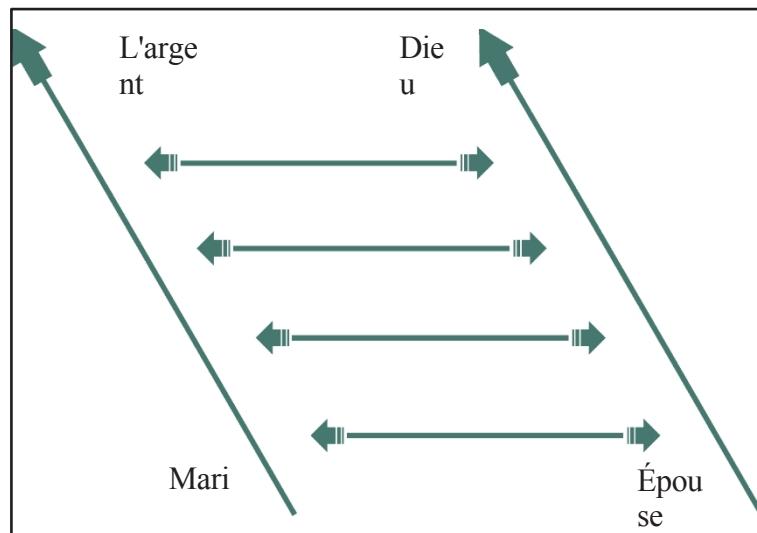
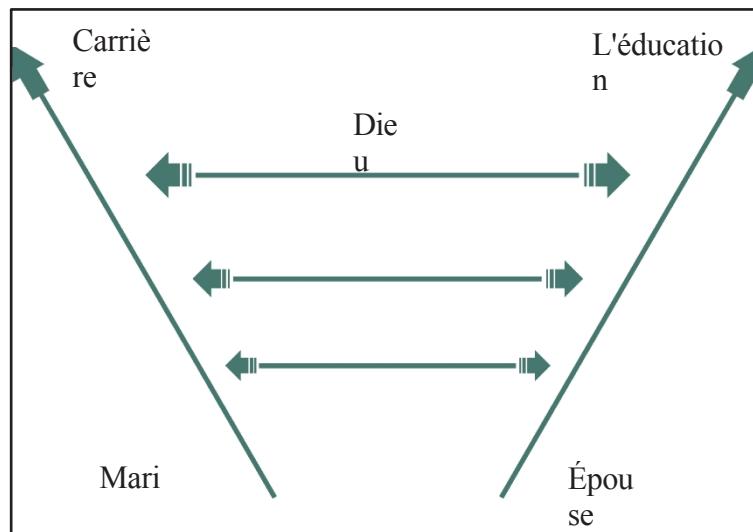


Fig. 3 : Le couple s'éloigne avec le temps parce que Dieu n'est pas le centre d'intérêt de chacun d'entre eux



*Fig. 4 : Le mari et la femme ne s'éloignent pas, mais ne se rapprochent pas non plus, parce que seul l'homme et la femme peuvent se rapprocher.  
L'une d'entre elles consiste à se concentrer sur Dieu.*



*Fig. 5 : Le couple s'éloigne de plus en plus parce que le mari et la femme poursuivent leurs propres rêves et que Dieu ne fait pas partie de leur vie.*

## 2. Appliquer les principes bibliques

- (a) La Parole de Dieu est son manuel du mariage.
- (b) Construisez votre mariage autour de l'église.

**Heureux l'homme qui ne marche pas selon le conseil des impies, qui ne se tient pas dans la voie des pécheurs, et qui ne s'assied pas sur le siège des méchants ! Il prend plaisir à la loi de l'Éternel, et il médite sa loi jour et nuit. Il est comme un arbre planté près des fleuves d'eau, qui donne son fruit en son temps ; sa feuille ne se flétrit pas, et tout ce qu'il fait réussit.**

**Les impies ne sont pas ainsi ; ils sont comme la balle que le vent emporte. C'est pourquoi les impies ne se présenteront pas au jugement, ni les pécheurs dans l'assemblée des justes. Car l'Éternel connaît la voie des justes, mais la voie des impies est vouée à la perdition.**

**Psaume 1:1-6**

**C'est par la sagesse qu'on bâtit une maison, C'est par l'intelligence qu'on l'affirmit :**

**Proverbes 24:3**

## 3. Développer le <sup>culte</sup> de la famille<sup>4</sup>

- (a) Veillez à organiser régulièrement des temps de silence (dévotions) ensemble ou, si ce n'est pas possible, à ce que chacun d'entre vous le fasse régulièrement. Mais, de toute façon, trouvez de temps en temps le temps de le faire ensemble (surtout avec les enfants).
- (b) Assister aux services religieux et participer aux activités de l'église. À l'église, le mari et la femme doivent s'asseoir ensemble.
- (c) Former les enfants à l'importance du dimanche.

## 4. Penser en conjoint chrétien

**Ne faites rien par ambition ou par vanité, mais, en toute humilité, considérez les autres comme meilleurs que vous.**

**Philippiens 2:3 (NIV)**

- (a) Les personnes mariées doivent concilier les projets qu'elles avaient individuellement avant le mariage, afin de les adapter au foyer.
- (b) Accepter de renoncer à certains intérêts, projets et préférences pour le bien du foyer.
- (c) N'insistez pas toujours sur votre propre voie ; soyez prêt à faire des compromis.<sup>5</sup>

### Notes

1. Rex Forehand et Nicholas Long, *Parenting the Strong-willed Child* (Chicago, Illinois : Contemporary Books, 1996), 156-158.
2. Dean Merrill, *The Husband Book* (Grand Rapids, Michigan : Zondervan Publishing House, 1977), 117-28 et Lana Packer, *Women Making a Difference in Marriage* (Nashville, Tennessee : Lifeway Press, 2003), 28-29.
3. Dennis et Barbara Rainey, *Starting Your Marriage Right* (Nashville, Tennessee : Thomas Nelson Publishers, 2000), 43 - 46.
4. Dave et Joyce Ames, *Second Honeymoon* (Eastbourne : Kingsway Publishing, 1991), 168 - 9, 165 - 6.
5. M. G. McLuhan, *Mariage et divorce : L'appel de Dieu, la compassion de Dieu* (Wheaton, Illinois : Tyndale House Publishers, 1991), 39 - 41.

## *Chapitre 8*

# L'amour dans le mariage

**La charité souffre longtemps et est bonne ; la charité n'est pas envieuse ; la charité ne se vante pas, ne s'enfle pas d'orgueil, ne se conduit pas d'une manière inconvenante, ne cherche pas son intérêt, ne s'irrite pas facilement, ne pense pas au mal ; elle ne se réjouit pas de l'iniquité, mais elle se réjouit de la vérité ; elle supporte tout, elle croit tout, elle espère tout, elle supporte tout. La charité ne faiblit jamais...**

**1 Corinthiens 13:4-8**

L'amour a besoin d'un objet vers lequel il peut diriger son attention, ses soins et ses ressources. L'amour donne et est donc récompensé ; l'homme est récompensé par une compagne, la femme par quelqu'un qui l'aime et lui apporte la sécurité.

Il existe trois types d'amour qui doivent être pratiqués dans le mariage.<sup>1</sup> Ces trois types d'amour sont importants pour un mariage heureux :

1. Agapè
2. Phileo
3. Eros

1. Agape2

**Mais Dieu manifeste son amour envers nous en ce que, alors que nous étions encore pécheurs, le Christ est mort pour nous.**

**Romains 5:8**

**Voici quel amour le Père nous a donné, pour que nous soyons appelés fils de Dieu. C'est pourquoi le monde ne nous connaît pas, parce qu'il ne l'a pas connu.**

**1 Jean 3:1**

**Maris, aimez vos femmes, comme le Christ a aimé l'Église et s'est livré pour elle ;**

**Ephésiens 5:25**

- (a) "Agapè" est normalement décrit comme l'amour de Dieu, qui dit : "Je t'aime malgré ce problème". Il s'agit d'une volonté d'accepter l'autre personne telle qu'elle est, sans s'attendre à ce qu'elle devienne le "conjoint idéal" en termes de forme, de taille ou d'intelligence. Cela signifie que même si votre conjoint ne réduit/augmente jamais sa taille ou ne s'améliore dans aucun autre domaine, vous êtes toujours prêts à marcher dans l'amour.<sup>3</sup>
- (b) Il est inconditionnel. Il ne subordonne pas l'amour à la condition que l'autre partenaire se comporte bien. En d'autres termes, le mari ne dit pas : "Je l'aimerai si elle se soumet à moi". La femme ne doit pas non plus dire : "Je l'aimerai et me soumettrai à lui si seulement il peut être un peu plus aimant selon la Bible "<sup>14</sup>.
- (c) Il faut décider de n'aimer que son conjoint et personne d'autre.
- (d) L'amour "agapè" est sacrificiel et va donc plus loin en donnant du temps, de l'attention, des cadeaux, etc.
- (e) Ce type d'amour doit être une décision consciente. Vous marchez dans l'amour parce que la Parole de Dieu vous ordonne d'aimer votre conjoint.

**Maris, aimez vos femmes, comme le Christ a aimé l'Église et s'est livré pour elle ;**

**Ephésiens 5:25**

**Maris, aimez vos femmes, et ne vous aigrissez pas contre elles.**

**Colossiens 3:19**

**Les femmes âgées aussi, afin qu'elles aient une conduite conforme à la sainteté... Qu'elles enseignent aux jeunes femmes à être sobres, à aimer leur mari et à aimer leurs enfants,**

**Tite 2:3-4**

- (f) Ce type d'amour couvre une multitude de péchés et ne se réfère pas aux péchés et erreurs passés de la personne.

**La haine excite les querelles, mais l'amour couvre tous les péchés.**

**Proverbes 10:12**

**Celui qui cache une faute recherche l'amour, mais celui qui répète une affaire sépare ses amis.**

**Proverbes 17:9**

- (g) L'amour "agapè" fait confiance ("... croit tout") et ne se méfie donc pas des moindres faits et gestes de l'autre conjoint. Votre amour doit vous amener à une position de confiance afin que vous ne soyez pas suspicieux vis-à-vis de votre conjoint, que vous ne mettiez pas en doute ses motivations et que vous ne préjugiez pas de ses actions, en particulier lorsqu'il s'agit du sexe opposé.<sup>5</sup>

## 2. Phileo

**Que l'amour fraternel continue.**

**Hébreux 13:1**

- (a) Il s'agit de l'amour fraternel. C'est le genre d'amour qui lie les frères et sœurs.<sup>6</sup>
- (b) L'amour fraternel doit aussi se poursuivre dans le mariage.
- (c) Cet aspect de l'amour qui procure amitié et respect doit être présent dans le mariage.
- (d) Vous devez pouvoir discuter entre vous, jouer ensemble, vous taquiner, etc.
- (e) Parlez de vos centres d'intérêt, par exemple la politique, etc.
- (f) Soyez solidaires les uns des autres.
- (g) Se défendre mutuellement.

## 3. Eros

**Qu'elle soit comme la biche aimante et le chevreuil agréable, que ses seins te rassasient en tout temps, et que tu sois toujours ravi de son amour.**

**Proverbes 5:19**

- (a) "Eros" est l'amour sexuel.<sup>7</sup>
- (b) Le romantisme doit être présent dans chaque mariage. Elle n'est pas réservée aux bien-aimés ou aux jeunes mariés. Vous devez continuer à déjeuner/dîner ensemble, à vous promener, à rendre visite à des gens, etc.

**NB :** Ces trois types d'amour doivent être présents et fonctionner ensemble en permanence. L'un ou l'autre sans l'autre (les autres) est incomplet et irréalisable. Ils se renforcent mutuellement.

- \* Le mariage sans AGAPE est chaotique et égoïste et il est généralement plein de querelles.
- \* Le mariage sans PHILEO conduit à un mari méchant ou à une femme méchante.
- \* Le mariage avec l'amour EROS est généralement un bonheur de courte durée.
- \* Le mariage sans EROS met généralement à mal la relation du couple et conduit à l'adultère.

### Notes

1. Evans A. Laryea, *Joining of Lives* (Accra, Ghana : PAL International, 2002), 112-20 ; Timothy L. Hall, *The Labor of Love* (Grand Rapids, Michigan : Kregel, 1996), 19-33 ; C. S. Lewis, *The Four Loves* (New York : Harcourt, Brace and Co., 1960), 56-57 ; Dave et Joyce Ames, *Second Honeymoon* (Eastbourne : Kingsway Publishing, 1991), 26-36.
2. Lana Packer, *Women Making a Difference in Marriage* (Nashville, Tennessee : Lifeway Press, 2003), 48 - 51.
3. Kenneth E. Hagin, *Love : The Way to Victory* (Tulsa, Oklahoma : Faith Library Publications, 2001), 2-9, 38-42.
4. James Richards, *We Still Kiss* (New Kensington, Pennsylvanie : Whitaker House, 2002), 53 - 66.
5. Ibid. p. 113.
6. Ibid, 60 - 61 et Lana Packer, *Women Making a Difference in Marriage* (Nashville, Tennessee : Lifeway Press, 2003), 38 - 41.
7. Dave et Joyce Ames, *Stress Free Marriage* (Eastbourne, E. Sussex : Crossway Books, 1991), 77 - 79.

## *Chapitre 9*

# **La communication dans le mariage**

Se dire la vérité dans l'amour nous fait grandir dans notre relation avec Dieu. De même, se dire la vérité dans l'amour en tant que personnes mariées nous rapproche l'un de l'autre.

**Mais en disant la vérité dans l'amour, vous grandirez à tous égards en lui, qui est le chef, le Christ :**

**Ephésiens 4:15**

Un mari et une femme doivent être les meilleurs amis du monde ; ils doivent partager tous les succès, toutes les déceptions, toutes les joies et toutes les peines.

### **Parler**

Le mari et la femme doivent toujours faire l'effort de se parler (les enfants l'apprennent à leur tour). Un signe évident de malheur est que le couple est très silencieux à la maison, mais qu'à l'arrivée d'un visiteur, il se met à parler. Ils reviennent cependant au silence lorsque le visiteur s'en va.

1. La communication est source de croissance.<sup>1</sup>

**Mais en disant la vérité dans l'amour, vous grandirez à tous égards en lui, qui est le chef, le Christ :**

**Ephésiens 4:15**

2. La parole apporte soulagement et guérison.

**J'ai dit : Je répondrai aussi de mon côté, je donnerai mon avis. Car je suis plein de matière, l'esprit qui est en moi me presse ; voici, mon ventre est comme un vin qui n'a pas d'évent, il est prêt à éclater comme des bouteilles neuves. Je parlerai, pour me rafraîchir : J'ouvrirai mes lèvres et je répondrai.**

**Job 32:17-20**

3. Choisissez de parler de la vie.

**La mort et la vie sont au pouvoir de la langue, et ceux qui l'aiment en mangeront le fruit.**

**Proverbes 18:21**

- (a) Dites du bien de votre conjoint, par exemple : "Je t'aime, tu es merveilleux, tu es beau, tu as bien mangé, tu es charmant", etc.
- (b) Confessez les aspects positifs de votre mariage.
- (c) Exprimez votre amour l'un à l'autre de manière verbale.
- (d) Parlez des choses que vous aimez ou n'aimez pas.
- (e) Parler pour édifier.<sup>2</sup>

**Dire la vérité**

1. Dites la vérité et soyez transparents les uns envers les autres.

**Ils étaient tous deux nus, l'homme et sa femme, et ils n'avaient pas honte.**

**Genèse 2:25**

2. Si nous sommes autorisés à penser à ces choses, alors nous pouvons les dire.

**Enfin, frères, tout ce qui est vrai, tout ce qui est honnête, tout ce qui est juste, tout ce qui est pur, tout ce qui est aimable, tout ce qui est digne d'éloge, s'il y a quelque vertu, s'il y a quelque louange, pensez à ces choses.**

**Phillipiens 4:8**

3. Ne faites pas semblant. La vérité apparaîtra plus tard, mais il sera peut-être trop tard.

**Qu'il ne sorte de votre bouche aucune parole corrompue, mais ce qui est bon pour l'édification, afin que cela serve de grâce à ceux qui l'écoutent.**

**Ephésiens 4:29**

**Que votre discours soit toujours empreint de grâce et assaisonné de sel, afin que vous sachiez comment vous devez répondre à chacun.**

**Colossiens 4:6**

## **Dire la vérité avec amour**

1. Dites la vérité par tous les moyens, mais dites-la dans l'amour.<sup>3</sup>

Cela signifie que :

- (a) Faites attention à la façon dont vous communiquez ce que vous avez à dire.<sup>4</sup>
- (b) Soyez prudent lorsque vous communiquez ce que vous avez à dire.

**Une parole bien prononcée est comme des pommes d'or dans des images d'argent.**

**Proverbes 25:11**

**La joie de l'homme vient de la réponse de sa bouche. La parole prononcée au temps convenable, voilà ce qui est bon.**

**Proverbes 15:23**

**Le Seigneur Dieu m'a donné la langue des savants, pour que je sache dire à temps une parole à celui qui est fatigué ; il réveille chaque matin, il éveille mon oreille pour que j'entende comme les savants.**

**Isaïe 50:4**

2. Ne vous laissez pas emporter par votre détresse émotionnelle.<sup>5</sup>

**Qu'il ne sorte de votre bouche aucune parole corrompue, mais ce qui est bon pour l'édification, afin que cela serve de grâce à ceux qui l'écoutent.**

**Ephésiens 4:29**

**Que votre discours soit toujours empreint de grâce et assaisonné de sel, afin que vous sachiez comment vous devez répondre à chacun.**

**Colossiens 4:6**

**J'ai dit : Je répondrai aussi de mon côté, je donnerai mon avis. Car je suis plein de matière, l'esprit qui est en moi me constraint. Voici, mon ventre est comme un vin qui n'a pas d'issue ; il est prêt à éclater comme des bouteilles neuves. Je parlerai, afin de me rafraîchir : J'ouvrirai mes lèvres et je répondrai.**

**Job 32:17-20**

## Évitez ces choses

- (a) Crier.
- (b) Insultant.
- (c) Argumenter pour gagner.<sup>6</sup>
- (d) Toujours en train de fondre en larmes.
- (e) Faire tout le discours sans écouter l'autre partie.
- (f) Toujours se taire et refuser de communiquer.
- (g) Évitez les mots comme "jamais" et "toujours" qui confèrent à la personne un jugement négatif permanent. En voici quelques exemples :
  - i. Vous êtes toujours en retard !
  - ii. Tu n'es jamais là quand j'ai besoin de toi !
  - iii. Tu ne fais jamais rien de bien !

## Quelques exemples de choses à ne pas dire<sup>7</sup>

- (a) Je vais vous gifler !
- (b) Je vais divorcer !
- (c) "Porcs !", "Crétins !".
- (d) Vous êtes sans espoir !
- (e) Vous êtes inutile !
- (f) Je m'en veux de t'avoir épousé !
- (g) Vous pouvez aller en enfer !
- (h) Vous vous qualifiez d'homme !
- (i) Je vous déteste !
- (j) Ne pouvez-vous pas être comme Monsieur X ou Madame Y ?
- (k) Tu es laide, tu es une sorcière !
- (l) Ce mariage ne durera pas !
- (m) Je ne pense pas que nous soyons faits l'un pour l'autre !
- (n) Prostituée !
- (o) Salope !
- (p) Si tu te comporte mal, je te quitte !
- (q) Je ne t'aime plus !

## Autres moyens de communication

- (a) Remise de cadeaux/prestations.
- (b) Toucher et baisser.
- (c) Rédaction de notes/lettres, etc.
- (d) Signes et gestes.<sup>8</sup>
- (e) Chanter (transmettre indirectement un message par le biais d'une chanson - cela peut être bon ou mauvais ; choisissez toujours le bon).

### Notes

1. Eddie L. Long, *I Don't Want Delilah, I Need You* (Tulsa, Oklahoma : Albury Publishing, 1998), 176. Dans son livre, Long affirme que toute relation qui commence à se dégrader est généralement une relation dans laquelle il y a peu ou pas de communication.
2. Eileen Kennedy, Moore et Jeanne C. Watson, *Expression Emotion : Mythes, réalités et stratégies thérapeutiques* (New York : The Guildford Press, 1999), 258 - 72.
3. David Augsburger, *Caring Enough To Confront* (Glendale, Californie : G/L Publications, 1978), 3 - 35.
4. Stephen A. Grunlan, *Marriage and the Family* (Grand Rapids, Michigan : Zondervan, 1999), 178 - 180.
5. Voir également H. Norman Wright, *Communication : Key to Your Marriage*, Fritz Ridenour ed. (Glendale, Californie : G/L Publications, 1971), 188-9.
6. Gary et Barbara Rosberg, *Improving Communication in Your Marriage* (Loveland, Colorado : Group Publishing Inc., 2000), 111-2, 123.
7. Lana Packer, *Women Making a Difference in Marriage* (Nashville, Tennessee : Lifeway Press, 2003), 106 - 109 ; Joshua Adjabeng, *Enjoying a Fruitful Marriage* (Accra, Ghana : PAL International, 1995), 46 - 48 ; Hans et Donna Finzel, *The Ten Top Ways to Love Your Wife* (Colorado Springs, Colorado : Cook Communication Ministries, 2001), 53.
8. Gary Chapman, *Towards a Growing Marriage* (Chicago : Moody Press, 1996), 103 - 120.

## ***Chapitre 10***

# **Fidélité et infidélité dans le mariage**

La fidélité peut être définie comme la *loyauté ou la capacité à faire confiance*.

- (a) C'est une exigence pour tous les chrétiens.

**Il est d'ailleurs exigé des intendants qu'ils soient fidèles.**

**1 Corinthiens 4:2**

- (b) On pourrait également dire que la fidélité est la pierre angulaire du caractère d'une personne.
- (c) Il s'agit d'un modèle que l'on observe dans les relations avec Dieu, le travail/les activités de l'église, les amis et le travail séculier.
- (d) L'infidélité dans un domaine de la vie peut être le signe d'une infidélité possible dans les autres domaines.

### **Les circonstances qui mettront la fidélité à l'épreuve**

- (a) Maladie.
- (b) Absence d'enfant.
- (c) L'accouchement.
- (d) Prospérité soudaine.
- (e) Chômage.
- (f) Longue séparation.
- (g) Vieillesse (ménopause, etc.).
- (h) Pauvreté.
- (i) Impuissance.

Si vous vous trouvez dans l'une ou l'autre de ces circonstances, vous devez être très attentif aux tentations d'infidélité.

### **Quelques emplois à haut risque**

- (a) Travailleurs des compagnies aériennes.
- (b) Marins.
- (c) Soldats.
- (d) Conducteurs longue distance.

### **Conditions susceptibles d'aggraver le risque d'infection par le virus de l'hépatite C Infidélité**

L'infidélité est un péché. Elle aboutit généralement à l'adultère, bien qu'elle commence de manière apparemment anodine, par exemple en passant plus de temps avec quelqu'un qui n'est pas votre conjoint. Les éléments suivants peuvent toutefois servir de catalyseurs à ce phénomène, qui est plutôt un problème de cœur:<sup>1</sup>

- (a) Devenir inesthétique.
- (b) Ne pas se préoccuper de choses telles que son poids, son apparence et son intérêt pour le sexe.
- (c) Perte générale d'intérêt pour l'habillement, la coiffure et l'apparence générale.
- (d) Rapports sexuels peu fréquents au sein d'un couple.
- (e) Manque de communication.
- (f) Manque de fraternité.
- (g) Absence d'intérêt pour l'activité sexuelle.
- (h) Absence d'intérêt réciproque.
- (i) Mariages de quinze jours : le couple ne se réunit que tous les quinze jours.
- (j) Ne pas partager la même chambre à coucher.
- (k) Emplois dans le domaine du trekking.
- (l) Refuser fréquemment les avances sexuelles de son conjoint.
- (m) Des conditions de travail malsaines, par exemple un homme et une femme travaillant en étroite collaboration dans la même pièce pendant de longues heures.
  - i. Voyager/randonner ensemble et séjourner dans le même hôtel.
  - ii. Participer à des cours de longue durée à l'étranger et à des voyages d'affaires de courte durée.
  - iii. Organiser des réunions dans des chambres d'hôtel.

## Comment favoriser la fidélité dans le mariage

- (a) Craignez Dieu et obéissez à sa Parole.
- (b) Soyez dans la prière (tous les deux).
- (c) Participer activement à toutes les activités de l'église.
- (d) Éviter de développer des relations étroites avec des personnes du sexe opposé.
- (e) Ayez des amis communs. N'ayez pas d'amis qui ne sont pas des amis de votre partenaire.
- (f) En ce qui concerne la question de l'absence d'enfants, rappelez-vous que votre partenaire sera ce que Dieu veut qu'il/elle soit.

**La colère de Jacob s'enflamma contre Rachel, et il dit : Suis-je à la place de Dieu, qui t'a refusé le fruit des entrailles ?**

### Genèse 30:2

- (g) Portez toujours vos alliances.
- (h) Parlez de votre conjoint de manière positive.
- (i) S'asseoir à côté de son conjoint à l'église.
- (j) Soyez sexuellement actif et insufflez un peu de variété et d'excitation dans votre mariage.<sup>2</sup>
- (k) En plus de ce qui précède, trouver des solutions aux causes de l'infidélité mentionnées dans le paragraphe précédent.<sup>3</sup>

### Notes

1. Deb Kopp et Heather Kalmbach, *Because I Said Forever* (Sisters, Oregon : Multnomah Publishers, 2001), 162-4 ; Joshua Adjabeng, *Love and Sex in Marriage* (Accra, Ghana : PAL International, 2001), 52-57 ; David Field, *Marriage Personalities* (Eugene, Oregon : Harvest House Publishers, 1986), 149-157.

2. Timothy L. Hall, *The Labor of Love* (Grand Rapids, Michigan : Kregel, 1996), 113-7.

3.. Dave et Joyce Ames, *Stress Free Marriage* (Eastbourne, E. Sussex : Crossway Books, 1991), 178 - 9 ; Al Janssen, *The Marriage Masterpiece* (Wheaton, Illinois : Tyndale House Publishers, 2001), 87 - 90 ; Delores Friesen, *Let Love Be Your Greatest* (Kehl, Allemagne : Editions Trobisch, 1981), 70 - 76.

**SECTION 4**

**LES DEVOIRS**

**DE**

## *Chapitre 11*

# **Devoirs de l'époux**

Le mot "mari" vient de quelques mots anglo-saxons qui signifient "bande de maison". Il s'agit d'une bande de métal (ou d'une corde) utilisée pour lier la maison. Un mari lie donc le foyer en termes d'organisation et de contrôle.<sup>1</sup>

### **1. Chef de famille**

La fonction de chef connote :

- (a) L'autorité : dans l'éducation des enfants.
- (b) Leadership : fournir des orientations et des conseils.
- (c) Responsabilité : prise de décision ; ne vous dérobez pas pour pouvoir blâmer les autres.  
quelqu'un d'autre lorsque les choses se retournent contre eux.

L'homme doit diriger son foyer sur le plan spirituel, financier et social<sup>2</sup> Lorsqu'Adam et Eve ont péché contre Dieu et que celui-ci est entré dans le jardin, il a d'abord appelé ADAM et lui a demandé : "Où es-tu ?". L'homme est responsable de tout ce qui va mal dans le foyer, par exemple un divorce, des enfants rebelles, une femme malheureuse, etc.<sup>3</sup>

**Structure de l'autorité4**

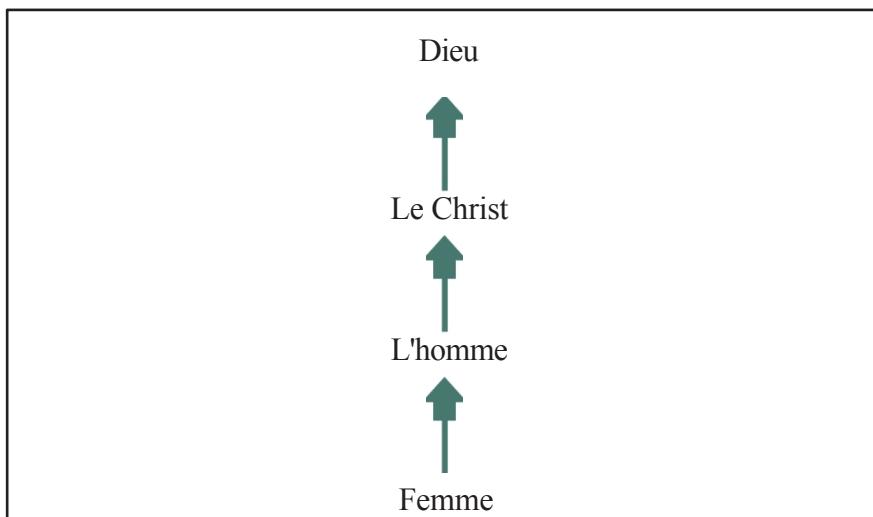


Fig. 6

**Mais je voudrais que vous sachiez que le chef de tout homme est le Christ, que le chef de la femme est l'homme, et que le chef du Christ est Dieu.**

**1 Corinthiens 11:3**

**Car le mari est le chef de la femme, comme le Christ est le chef de l'Église, et il est le sauveur du corps.**

**Ephésiens 5:23**

## **2. Amour**

**Maris, aimez vos femmes, comme Christ a aimé l'Église, et s'est donné lui-même pour elle, afin de la sanctifier et de la purifier par le lavage d'eau, au moyen de la parole. Afin de se la présenter comme une Église glorieuse, sans tache, ni ride, ni rien de semblable, mais sainte et irréprochable.**

**L'homme doit aimer sa femme comme son propre corps. Celui qui aime sa femme s'aime lui-même. Car jamais personne n'a haï sa propre chair ; il la nourrit et la chérit, comme le Seigneur nourrit l'Église :**

**Ephésiens 5:25-29**

- (a) Verset 25 Donnez-lui le meilleur de lui-même, de façon sacrificielle.
- (b) Verset 27 La présenter à nouveau à lui-même.
- (c) Verset 29 Nourrissez-la et chérissez-la (avec la Parole de Dieu et des choses physiques).<sup>5</sup>

Remarque :

- (a) L'homme présente la femme à lui-même. C'est pour son bien qu'il nourrit, chérit et embellit sa femme.
- (b) Faites en sorte qu'elle se sente aimée, désirée et acceptée.<sup>6</sup>

### **3. Faites en sorte qu'elle se sente bien à la maison**

**Vis dans la joie avec la femme que tu aimes, tous les jours de la vie de ta vanité, qu'il t'a donnée sous le soleil, tous les jours de ta vanité ; car c'est là ton partage dans cette vie, et dans le travail que tu fais sous le soleil.**

**Ecclésiaste 9:9**

**Que ta source soit bénie, Et que tu te réjouisses avec la femme de ta jeunesse !**

**Proverbes 5:18**

- (a) Faites en sorte qu'elle se sente acceptée et spéciale.
- (b) Rester à la maison aussi souvent que possible et tenir compagnie.
- (c) Ne soyez pas sévère avec elle.

**Maris, aimez vos femmes et ne soyez pas durs avec elles.**

**Colossiens 3:19 (NIV)**

- (d) Écoutez-la beaucoup et encouragez-la à parler.<sup>7</sup>

### **4. La respecter et l'honorer**

**De même, vous, maris, habitez avec elles selon la connaissance, en honorant la femme comme le vase le plus faible, et comme héritière commune de la grâce de la vie, afin que vos prières ne soient pas entravées.**

**1 Pierre 3:7**

- (a) Faites en sorte qu'elle se sente importante à vos côtés, surtout en public (parlez d'elle de manière positive).
- (b) Soyez tolérant car c'est elle qui est la plus faible.

## **5. Protéger et prendre soin d'elle**

**De même, vous, maris, demeurez avec elles selon la connaissance, en honorant la femme comme le plus faible, et comme héritière commune de la grâce de la vie, afin que vos prières ne soient pas entravées.**

**1 Pierre 3:7**

- (a) Protégez-la de la pression des tâches ménagères.
- (b) Protégez-la des attaques des parents et des amis.
- (c) Elle est plus sensible aux agressions (notamment psychologiques et émotionnelles).  
Protégez-la de ces derniers.<sup>9</sup>
- (d) Aide à l'organisation de sa vie - emploi du temps, planification.

## **6. Travailler dur pour subvenir aux besoins de la famille**

**Mais si quelqu'un ne prend pas soin des siens, et surtout de ceux de sa maison, il a renié la foi, et il est pire qu'un infidèle.**

**1 Timothée 5:8**

Le mari doit répondre à ces besoins :

- (a) Besoins spirituels : La parole de Dieu, la prière, l'église.
- (b) Besoins physiques : Alimentation, vêtements, éducation, assurance, logement.

## **7. Subvenir à ses besoins sexuels**

Comprendre que la femme a également des besoins sexuels.



### Notes

1. Lana Packer, *Women Making a Difference in Marriage* (Nashville, Tennessee : Lifeway Pub. 2003), 66.
2. Clarence Shuler, *Your Wife Can Be Your Best Friend* (États-Unis : Moody Press, 2000), 40.
3. Margaret Hardisty, *Forever My Love* (Irvine, California : HarvestHouse Publishers, 1975), 144-55.
4. Larry Christenson, *The Christian Family* (Minneapolis, Minnesota : BethanyHouse, 1970), 17-18.
5. Larry Christenson, *The Christian Family* (Minneapolis, Minnesota : BethanyHouse, 1970), 126-8 ; Evans A. Laryea, *Joining of Lives* (Accra, Ghana : PAL International, 2002), 108. - 126 ; Hans et Donna Finzel, *The Ten Top Ways To Love Your Wife* (Colorado Springs, Colorado : Cook Communications Ministries, 2001), 19 - 20.
6. James Dobson, *What Wives Wish Their Husbands Know about Women* (Wheaton, Illinois : Tyndale House Publishers, 1992 ), 64 - 72.
7. T. D. Jakes, Six piliers d'Éphésiens : Celebrating Marriage. The Spiritual Marriage of the Believer (Tulsa, Oklahoma : Albury Publishing, 2000), 41-45.
- 8.. Larry Christenson, *The Christian Family* (Minneapolis, Minnesota : Bethany House, 1970) 129-134.

## *Chapitre 12*

# **Devoirs de l'épouse**

Ève a été créée pour être l'HELPMEET d'Adam. Par conséquent, quoi que fasse la femme, sa motivation doit être d'aider, de projeter, de motiver, d'élever et de promouvoir son mari.<sup>1</sup>

### **1. Aimez votre mari**

Certaines femmes n'aiment pas les hommes qu'elles épousent. Les raisons peuvent être les suivantes :

- (a) Elle l'a épousé pour les avantages matériels qu'elle voulait acquérir.
- (b) Il se peut qu'elle ait pris de l'âge et qu'elle ait accepté le mariage comme une mesure désespérée.
- (c) Elle est peut-être tombée enceinte par accident.

Si l'une de ces raisons négatives vous a poussé à vous marier, vous pouvez demander à Dieu de vous pardonner et prier pour obtenir la grâce de faire ce que sa Parole vous enseigne à faire en tant qu'époux chrétien.

Il est très important pour une femme d'aimer son mari, sinon il sera très difficile de s'acquitter de ses responsabilités conjugales (soumission, sexe, etc.).<sup>2</sup>

**Afin qu'elles enseignent aux jeunes femmes à être sobres, à aimer leur mari, à aimer leurs enfants.**

**Tite 2:4**

## **2. Se soumettre à son mari**

**Femmes, soumettez-vous à vos maris comme au Seigneur. Car le mari est le chef de la femme, comme le Christ est le chef de l'Église, et il est le sauveur du corps. C'est pourquoi, de même que l'Église est soumise au Christ, de même les femmes doivent l'être à leur mari en toutes choses.**

**Ephésiens 5:22-24**

**Femmes, soyez de même soumises à vos maris, afin que, s'il en est qui ne croient pas à la parole, ils soient gagnés sans paroles par la conduite de leurs femmes, lorsqu'ils verront la pureté et le respect de votre vie. Votre beauté ne doit pas venir des ornements extérieurs, tels que les cheveux tressés, les bijoux en or et les beaux vêtements.**

**1 Pierre 3:1-3 (Nouvelle version internationale)**

La Bible enseigne clairement que les femmes doivent se soumettre à leur mari.<sup>3</sup> Les femmes chrétiennes feront bien d'obéir à cette Écriture.

## **3. Garder le foyer**

**Qu'elles enseignent aux jeunes femmes à être sobres, à aimer leur mari, à aimer leurs enfants. A être discrètes, chastes, à garder la maison, à être bonnes, à obéir à leurs maris, afin que la parole de Dieu ne soit pas blasphémée.**

**Tite 2:4,5**

## **4. Assurer la vie sexuelle de votre mari**

Chaque femme a le devoir, dicté par Dieu, de satisfaire les besoins sexuels de son mari. En général, le besoin d'avoir des relations sexuelles est plus grand chez l'homme que chez la femme, et de nombreuses épouses sont gênées par les avances persistantes de leur mari. Une femme doit savoir et comprendre que si elle ne répond pas aux besoins sexuels de son mari, elle risque de le pousser à chercher à se satisfaire ailleurs, ce qui lui causera beaucoup de chagrin et de douleur. Il est donc dans son propre intérêt de le satisfaire sexuellement à la maison.

## **5. Offrez de la bonne nourriture à votre mari**

La nourriture est également une chose très importante pour un homme. Il est du devoir d'une femme de préparer des repas agréables et savoureux pour son mari et le reste de la maisonnée.

Elle doit introduire beaucoup de variété dans les aliments qu'elle prépare et être très innovante. La cuisine est un art qui s'apprend et se maîtrise !

## 6. Fournir une compagnie et une amitié agréables et encourageantes

- (a) Discutez avec lui lorsqu'il est calme.
- (b) Encouragez-le lorsqu'il est déprimé.

Ces actes simples contribuent à renforcer l'amitié et la camaraderie dans le mariage.<sup>4</sup>

## 7. Être une femme vertueuse

**Qui peut trouver une femme vertueuse ? Car son prix est bien supérieur à celui des rubis. Le cœur de son mari se confie en elle, et il n'a pas besoin de butin. Elle lui fera du bien et non du mal tous les jours de sa vie. Elle cherche la laine et le lin, Et elle travaille volontiers de ses mains. Elle est comme les navires des marchands, Elle apporte de loin sa nourriture.**

**Elle se lève encore pendant la nuit, et elle donne de la nourriture à sa famille, et une portion à ses jeunes filles. Elle considère un champ et l'achète, Elle plante une vigne avec le fruit de ses mains. Elle se ceint les reins de force, Et elle affermit ses bras. Elle s'aperçoit que sa marchandise est bonne ; Sa chandelle ne s'éteint pas pendant la nuit.**

**Elle met la main au fuseau, Et ses mains tiennent la quenouille. Elle étend la main vers le pauvre, Elle tend les mains vers l'indigent. Elle ne craint pas la neige pour sa famille, Car toute sa famille est vêtue de cramoisi. Elle se fait des couvertures de tapisserie, Elle porte des vêtements de soie et de pourpre. Son mari est connu aux portes, Lorsqu'il est assis au milieu des anciens du pays.**

**Elle fait du fin lin et le vend, Et elle livre des ceintures aux marchands. La force et l'honneur sont ses vêtements, Et elle se réjouit dans les temps à venir. Elle ouvre la bouche avec sagesse, Et la loi de la bonté est dans sa langue. Elle veille sur les affaires de sa famille, Et elle ne mange pas le pain de l'oisiveté. Ses enfants se lèvent et l'appellent bienheureuse ; Son mari aussi la loue.**

**Beaucoup de filles ont fait le bien, Mais toi, tu les surpasses toutes. La faveur est trompeuse, et la beauté est vainque ; Mais la femme qui craint l'Éternel sera louée. Donne-lui le fruit de ses mains, Et que ses œuvres la louent aux portes !**

**Proverbes 31:10-31**

Vous devriez maintenant avoir une étude complète de Proverbes 31:10-31:5.

- (a) Verset 11 Son mari a confiance en elle et il ne manque de rien de valeur (comme la nourriture et le sexe).
- (b) Verset 12 Elle est serviable et encourage son mari.
- (c) Verset 13/14 Elle est très travailleuse.
- (d) Verset 15 Elle se lève tôt pour prier et travailler.
- (e) Verset 16 Elle est une bonne planificatrice. Il faut réfléchir avant d'acheter.
- (f) Verset 17 Elle n'est pas paresseuse. Elle ne laisse pas tout le travail à la bonne.
- (g) Verset 18 Elle apporte une aide financière dans la mesure du possible.
- (h) Verset 19 Elle apprend un métier ou une profession, par exemple la pâtisserie, le service, etc.
- (i) Verset 20 Elle est gentille. Elle ne repousse pas les visiteurs, elle est hospitalière.
- (j) Verset 22 Elle s'habille bien pour plaire à son mari.
- (k) Verset 23 Elle veille à ce que son mari soit présentable et soigné.
- (l) Verset 26 Elle parle avec sagesse et ne harcèle pas.

**Il vaut mieux habiter dans un coin du toit, que d'être avec une femme bagarreuse dans une grande maison.**

**Proverbes 21:9**

Elle n'argumente pas et n'est pas en désaccord avec véhémence.

**...les disputes d'une femme sont une goutte d'eau continue.**

**Proverbes 19:13**

**Il vaut mieux habiter dans un coin du toit, qu'avec une femme turbulente et dans une vaste maison.**

**Proverbes 25:24**

**Une goutte d'eau continue par temps très pluvieux et une femme querelleuse se ressemblent.**

**Proverbes 27:15**

- (m) Verset 27Elle n'est ni oisive ni affairiste.
- (n) Verset 28Ses enfants et son mari sont fiers d'elle.
- (o) Verset 30Par-dessus tout, elle est attachée au Seigneur.<sup>6</sup>

### Notes

1. Linda Dillow, *Creative Counterpart* (Nashville, Tennessee : Thomas Nelson, 1986), 49 - 56, 83 ; Lana Packer, *Women Making a Difference in Marriage* (Nashville, Tennessee : Lifeway Publications, 2003), 66 - 67.
2. Robert Lewis et William Hendricks, *Rocking the Roles* (Colorado Springs, Colorado : Navpress, 1991), 97 - 101.
3. Eddie L. Long, *I Don't Want Delilah, I Need You* (Tulsa, Oklahoma : Albury Publishing, 1978), 117-8, 122 ; Theda Hlavka, *Saying I Do Was the Easy Part* (Nashville, Tennessee : Broadman & Holman Publishers, 2001), 40-44 ; T. D. Jakes, *Six Pillars from Ephesians : Celebrating Marriage. The Spiritual Marriage of the Believer* (Tulsa, Oklahoma : Albury Publishing, 2000), 57 - 77 ; Larry Christenson, *The Christian Family* (Minneapolis, Minnesota : Bethany, 1990), 34 - 54 ; Chuck et Barb Snyder, *Incompatibility : Still Grounds for a Great Marriage* (Sisters, Oregon : Multnomah Publishing, 1999), 269 - 297.
4. Certaines femmes qui lisent ce livre sont peut-être mariées à des hommes non croyants. Vous êtes toujours tenues de respecter votre part du contrat de mariage en faisant preuve d'amour. Pour un aperçu utile, voir Marion Stroud, *Loving God but Still Loving You* (Bucks : Alpha Productions, 1995), 143-6 ; Margaret Hardisty, *Forever My Love* (Irvine, California : Harvest House Publishers, 1975), 135-143.
5. Gary Ingrid, *Whole Marriages in a Broken World* (Grand Rapids, Michigan : Discovery House Publishers, 1996), 47 - 49 ; Linda Dillow, *Creative Counterpart* (Nashville, Tennessee : Thomas Nelson, 1986), 14 - 29.

## *Chapitre 13*

# **L'épouse totale**

## **Les rôles de l'épouse**

### **1. Un chrétien**

- (a) Vous devez prier.
- (b) Lisez votre Bible.
- (c) Avoir/participer à la fraternité.
- (d) Participer aux activités de l'église.<sup>1</sup>

### **2. Un travailleur/étudiant**

Vous devez donner le meilleur de vous-même et obtenir de bons résultats dans n'importe quelle entreprise.

### **3. Une mère**

- (a) En tant que mère, vous devez être aimante et patiente.<sup>2</sup>
- (b) Soyez prêt à parler/converser avec le(s) enfant(s).
- (c) Aider à faire les devoirs.

### **4. Un partenaire sexuel**

- (a) Vous devez toujours être désireux et prêt à répondre aux besoins de votre partenaire et aux vôtres.<sup>3</sup>
- (b) Vous devez parfois prendre l'initiative des rapports sexuels.
- (c) Rappelez-vous que vous ne ferez que le devoir que Dieu vous a confié.

## 5. Un cuisinier

- (a) Produire toujours/régulièrement de la bonne nourriture avec variété et zèle.
- (b) Veillez à vous adapter aux horaires de travail de votre mari, même si ses heures de repas sont "impies".
- (c) Dans la mesure du possible, servez-le vous-même et asseyez-vous près de lui pour lui tenir compagnie, même si vous avez pris votre repas plus tôt.

## 6. Une femme de ménage

- (a) Votre maison doit être très bien rangée et propre, non seulement pour les visiteurs, mais aussi pour votre mari et vos enfants.

## 7. Une hôtesse

- (a) Vous devez essayer d'être aussi accueillante que possible. Soyez l'amie des amis de votre mari.
- (b) La gaieté et l'humeur joyeuse à tout moment sont des atouts.

## 6 principes pour une épouse accomplie

1. Tous mes rôles sont aussi importants les uns que les autres.
2. Je ne peux et ne veux négliger aucun de ces rôles.
3. Je planifierai toutes choses à l'avance.
4. Je m'organise, je délègue ou j'obtiens de l'aide et je l'utilise lorsque c'est nécessaire.
5. J'adopterai une attitude positive à l'égard du sexe.
6. Je peux tout par le Christ qui me fortifie (Philippiens 4:13).

### Notes

1. Robert Lewis et William Hendricks, *Rocking the Roles* (Colorado Springs, Colorado : NavPress Publishing Group, 1991), 205.
2. Ibid, 101 - 103.
3. Ibid. 128-130.

## *Chapitre 14*

# **Entretien ménager et aides ménagères**

### **Introduction**

Une femme doit s'efforcer d'être une excellente maîtresse de maison. Lorsque cela est fait correctement, cela améliore son image en tant qu'épouse et mère, ainsi que celle de son mari.<sup>1</sup>

**Être discrètes, chastes, gardiennes du foyer, bonnes, obéissantes à leurs maris, afin que la parole de Dieu ne soit pas blasphémée.**

**Tite 2:5**

### **Quelles sont les composantes de l'entretien ménager ?**

#### **1. Cuisine et fourniture de nourriture**

Le dicton dit que "le chemin vers le cœur d'un homme passe par son estomac".

- (a) Une femme doit apprendre à cuisiner et à le faire correctement. (Il faut savoir que toutes les femmes n'ont pas eu l'avantage de vivre avec une mère qui prenait le temps de leur apprendre à cuisiner).
- (b) Après avoir pris le temps d'apprendre à cuisiner, elle doit le faire. La confiance vient avec la connaissance et l'expérience.
- (c) Soyez innovant et introduisez beaucoup de variété, par exemple, sachez quoi faire lorsque vous êtes pris par surprise.

#### **2. L'hospitalité**

- (a) Soyez prêt à recevoir des invités à tout moment et à vos frais.
- (b) Faites en sorte que les gens se sentent désirés dans votre maison et qu'ils aient l'assurance de ne pas vous déranger.
- (c) N'oubliez pas que l'hospitalité va de pair avec la fourniture de nourriture au(x) visiteur(s).

**Comme ils allaient, Jésus entra dans un village. Une femme, nommée Marthe, le reçut dans sa maison. Elle avait une soeur appelée Marie, qui était assise aux pieds de Jésus et qui écoutait sa parole. Marthe, qui avait beaucoup de travail, s'approcha de lui, et dit : Seigneur, ne t'inquiètes-tu pas de ce que ma soeur m'a laissée seule pour servir ?**

**Jésus lui répondit : Marthe, Marthe, tu t'inquiètes et tu t'agites pour beaucoup de choses : Mais une seule chose est nécessaire ; et Marie a choisi cette bonne part, qui ne lui sera pas enlevée.**

**Luc 10:38-42**

- (d) Faites sentir à votre/vos visiteur(s) que vous êtes bénis(s) de cette visite.
- (e) Ne soyez pas trop enthousiaste pour impressionner les visiteurs au détriment de votre maison et de votre mari !

### **3. Garder la maison**

- (a) Veiller à ce que la lessive soit faite.
- (b) Gardez votre cuisine très propre.
- (c) Gardez vos salles de bains/toilettes propres.
- (d) Votre salon doit toujours être prêt à recevoir des visiteurs.
- (e) La literie doit être changée aussi souvent que possible.
- (f) N'attendez pas que les produits de première nécessité soient complètement épuisés pour vous réapprovisionner : articles de toilette, lait, pain, sucre, margarine ou beurre, etc.

### **4. Aide à la maison**

Avoir une aide ménagère est une réalité à laquelle les couples doivent faire face. En effet, on pourrait dire que les aides ménagères sont un mal nécessaire. À un certain moment du mariage, il peut être nécessaire d'obtenir une aide pour permettre à la femme d'être libre de faire d'autres choses importantes, par exemple d'assister aux services religieux, de se concentrer sur le travail séculier, etc.

### **7 choses que tout couple doit savoir sur les aides ménagères**

1. Le phénomène des aides ménagères est très difficile à gérer pour beaucoup. Vous devez vous renseigner à ce sujet.
2. Beaucoup d'aides ménagères ne sont pas dressées et sont parfois indisciplinées. Elles doivent donc être formées, voire apprivoisées.
3. C'est l'épouse qui s'occupe généralement de l'aide. Elle doit donc être juste et ferme dans ses relations.

**Maîtres, donnez à vos serviteurs ce qui est juste et égal, sachant que vous avez aussi un Maître dans les cieux.**

**Colossiens 4:1**

4. Sachez que les aides ménagères peuvent représenter un danger sexuel pour votre mari. Vous devez donc prendre certaines précautions et mettre en place certaines mesures :
  - (a) Laissez-la s'habiller correctement, par exemple en portant des soutiens-gorge, en évitant les shorts sexy, les nuisettes transparentes, etc.
  - (b) Lorsque l'aide ménagère est un homme, la femme doit faire attention aux vêtements qu'elle porte en sa présence.
  - (c) L'aide ménagère ne doit en aucun cas remplacer l'épouse. Il convient de noter qu'un remplacement progressif, quelle qu'en soit la forme, peut devenir un remplacement permanent (total).

**Léa dit : Une troupe arrive. Elle lui donna le nom de Gad. Zilpa, servante de Léa, enfanta un fils à Jacob.**

#### **Genèse 30:11-12**

- (d) C'est parce que le service est beau, que l'aide ménagère continue à faire le travail pour le mari et qu'elle devient progressivement attirante pour lui.
5. Ne rejetez pas facilement les histoires de liaisons entre un mari et sa femme de chambre. Ces choses sont réelles.
6. Certaines servantes entrent dans la maison avec l'intention d'en prendre le contrôle. Cela peut être physique ou spirituel (sorciers et sorcières). Vous devez donc faire preuve d'une grande spiritualité dans le choix de votre aide ménagère.
7. Malgré tout ce que l'on peut dire de négatif sur les servantes, une bonne servante est très utile pour poursuivre votre activité à l'église et dans d'autres domaines, et pour vous aider à remplir tous vos autres rôles.<sup>2</sup>

#### **Notes**

1. Robert Lewis et William Hendricks, *Rocking the Roles* (Colorado Springs, Colorado : NavPress Publishing Group, 1991), 92 - 95.
2. Voir également Joshua Adjabeng, *Love and Sex in Marriage* (Accra, Ghana : Olive Pub., 2001), 54 - 55.

## *Chapitre 15*

# **Principes de la finance dans le mariage**

## **Introduction**

La Bible contient de nombreuses références à l'importance de l'argent. Cependant, la Bible nous met également en garde contre la convoitise de l'argent, qui est la racine de tous les maux.

**Car la sagesse est un moyen de défense, et l'argent est un moyen de défense ; mais l'excellence de la science, c'est que la sagesse donne la vie à ceux qui la possèdent.**

**Ecclésiaste 7:12**

**Le festin est fait pour rire, et le vin rend joyeux ; mais l'argent répond à tout.**

**Ecclésiaste 10:19**

**Car l'amour de l'argent est la racine de tous les maux ; et si quelques-uns l'ont convoité, ils se sont détournés de la foi et se sont transpercés eux-mêmes de beaucoup de souffrances.**

**1 Timothée 6:10**

**L'argent est à moi, et l'or est à moi, dit le Seigneur des armées.**

**Aggée 2:8**

## **1. L'importance de l'argent dans toute entreprise**

- (a) L'argent est le moyen d'échange de tout.
- (b) Tant que nous vivons dans ce monde, elle est indispensable.

## **2. Attitude à l'égard de l'argent dans le foyer**

- (a) Discutez ouvertement de l'argent. Visez la transparence et l'ouverture dans tous les domaines, en particulier dans celui de l'argent.
- (b) Éviter l'égoïsme.
- (c) Notez que vous (les deux) n'êtes que des intendants de l'argent de Dieu.
  - i. Dépensez-la selon les souhaits et la parole de Dieu.
  - ii. Vous êtes responsable devant lui.
- (d) Gérez correctement vos finances en établissant un budget.<sup>1</sup> Ces domaines peuvent vous guider :
  - i. Dieu d'abord (premiers et meilleurs fruits (dîmes), offrandes).
  - ii. Épargne ou investissement.
  - iii. Répondre à vos BESOINS, et non à vos désirs.
  - iv. Passif/obligations (dettes, factures, envois de fonds, bénédiction d'autres).
  - v. Extra (divers) pour permettre la flexibilité.<sup>2</sup>
  - vi. L'achat d'aliments en vrac permet d'économiser de l'argent et de réduire le stress financier.

## **3. Comprendre les réalités de l'argent de poche (Chop Money)**

- (a) Le mode de fonctionnement doit faire l'objet d'une discussion et d'un accord mutuel.
- (b) Le mari ne doit pas être détaché des réalités, tandis que la femme ne doit pas non plus être prodigue dans ses dépenses.

## **4. Comprendre la responsabilité financière**

- (a) La direction du foyer s'étend également aux finances. Par conséquent, quel que soit celui qui gagne le plus, l'homme doit gérer les finances du foyer avec sagesse et équité.<sup>3</sup> Il doit avoir une vision claire ou des prévisions pour le foyer afin d'améliorer le sort de la famille,  
par exemple, envisage de devenir propriétaire d'une maison un jour.
- (b) En tant que responsable financier, il doit éviter l'avarice, la mesquinerie et l'irresponsabilité.

## 5. Éviter le manque d'argent

Le manque d'argent ne doit pas être une situation permanente dans le foyer. Il est important d'être attentif aux problèmes potentiels liés au manque d'argent, tels que les tensions, les querelles, les malentendus, la méfiance, la suspicion, etc.

## 6. Connaître les dangers de la convoitise

Cette situation survient normalement lorsque les épouses/maris compareraient leurs biens ou leurs enfants à ceux d'autres personnes. Elle conduit à :

- i. Insatisfaction de la femme/du mari.
- ii. Des demandes déraisonnables sont formulées.
- iii. Murmures.
- iv. Dépenses inutiles.
- v. Emprunter pour maintenir un certain style de vie

## 7. Connaître les dangers de la comparaison

- (a) Ne vous comparez pas à d'autres familles.

**...mais ceux qui se mesurent à eux-mêmes et se comparent entre eux ne sont pas sages.**

**2 Corinthiens 10:12**

- (b) Accepter les réalités.<sup>4</sup>

### Notes

1. Larry Burkett, *What Husbands Wish Their Wives Knew about Money* (Wheaton, Illinois : Victor Books, 1977), 83 - 111.
2. Connie R. Sasse, *Families Today* (Peoria, Illinois : Glencoe/McGraw-Hill, 1977), 573-4.
3. Robert O. Blood, *Marriage* (New York : The Free Press, 1969), 241-4.
4. Bobbie Reed, *How To Enjoy a Healthy Family Even in Stressful Times* (Saint Louis, Minnesota : Concordia Publishing House, 1995), 91 - 97.

# **SECTION 5**

# **LES TEMPÉRAMENTS**

## *Chapitre 16*

# **Introduction aux tempéraments**

Le tempérament est le modèle de base avec lequel vous avez été créé. Vous êtes créé par Dieu avec certaines tendances, des forces et des faiblesses naturelles.<sup>1</sup> Il y a une différence entre le tempérament et le caractère. Dans ce chapitre, vous devez comprendre cette différence fondamentale.

Le tempérament est la méthode utilisée par Dieu pour créer de la variété. Certaines personnes sont nées avec des tendances naturelles au leadership ou à la jovialité. D'autres sont nés avec une tendance naturelle à se laisser aller et à être faciles à vivre. C'est la structure de base de votre composition émotionnelle.

Qu'est-ce que le caractère d'une personne ? Le caractère est la personnalité qui est affectée par les influences de cette vie. Le caractère d'une personne est donc le produit de sa personnalité et de toutes les influences extérieures.<sup>2</sup>

$$\begin{array}{ll} \text{Caractère} & = \text{Personnalité} + \text{Influence extérieure} \\ \text{Influence externe} & = \text{Formation parentale} + \text{École et éducation} + \\ & \quad \text{Influence des amis} + \text{L'église} + \text{Le pasteur} + \text{La Bible} + \\ & \quad \text{L'environnement} + \text{La communauté} + \text{Les événements de} \\ & \quad \text{la vie} \\ & \quad \text{Expériences} + \text{masculinité ou fémininité} + \text{engagement chrétien} \\ & \quad + \text{Contexte} \end{array}$$

Cela signifie que tout le monde peut avoir un bon caractère, car le caractère est le produit de nombreuses variables contrôlables. Lorsqu'une personne est influencée par la Parole de Dieu, les faiblesses naturelles de sa personnalité seront endiguées. La Parole de Dieu vous encouragera, par exemple, à améliorer vos compétences de dirigeant pour aider le peuple de Dieu, même si vous n'êtes pas un dirigeant né.

La Parole de Dieu enseignera à la personnalité sanguine, par exemple, à ne pas être infidèle, ce qui peut être sa tendance naturelle. En étudiant ce sujet, vous verrez que chacun naît avec des tendances naturelles. Peut-être découvrirez-vous que vous avez une personnalité sanguine ou mélancolique. Ce sont des réalités.

Certaines personnes n'aiment pas accepter la vérité sur les tempéraments et les enseignements qui s'y rapportent. Cependant, la réalité des différentes personnalités ne peut être évitée. Elle

nous regarde en face en permanence. Ce que nous devons faire, c'est permettre à la Parole de Dieu de nous éléver plus haut dans les forces de nos personnalités diagnostiquées. Nous devons également craindre la réalité selon laquelle nous avons tendance à marcher dans les faiblesses de notre personnalité.

nos personnalités. Nous devons donc être conscients de ces réalités et lutter contre toutes les tendances négatives communes à nos personnalités.

L'influence humaine la plus puissante sur le comportement d'une personne est son tempérament, qui est généralement une combinaison d'au moins deux tempéraments, l'un primaire et l'autre secondaire. Les gens sont inconsciemment attirés par les forces d'une autre personne qui correspondent à leurs faiblesses.<sup>4</sup>

Dans Proverbes 30:11-14, l'auteur Agur, auquel de nombreux spécialistes de la Bible attribuent ce chapitre, reconnaît quatre types de personnes : les mélancoliques, les flegmatiques, les sanguins et les colériques. Malheureusement, Agur ne les considère que sous un angle négatif, car il est généralement plus facile de diagnostiquer les gens par leurs faiblesses que par leurs forces. Il décrit également l'homme dans l'état où il naît - Proverbes 30:11-14 (New American Standard Bible).

**Il y a une génération qui maudit son père, Et qui ne bénit pas sa mère. Il y a une génération qui est pure à ses yeux, Et qui n'est pas lavée de ses souillures. Il y a une génération dont les yeux sont élevés, Et dont les paupières sont levées. Et leurs paupières sont relevées. Il y a une génération dont les dents sont comme des épées, et les mâchoires comme des couteaux, Pour dévorer les pauvres de la terre et les indigents d'entre les hommes.**

*Mélancolique* : Il y a une sorte d'homme... qui maudit son père, Et qui ne bénit pas sa mère (Proverbes 30:11).

*Flegmatique* : Il y a un type ... qui est pur à ses propres yeux, mais qui n'est pas lavé de ses souillures (Proverbes 30:12).

*Sanguine* : Il y a un genre... oh comme ses yeux sont hautains, Et ses paupières sont relevées par l'arrogance (Proverbes 30:13).

*Colérique* : Il est une sorte d'homme... dont les dents sont comme des épées, Et les mâchoires comme des couteaux, pour dévorer les malheureux de la terre, Et les indigents d'entre les hommes (Proverbes 30:14).

La combinaison des gènes et des chromosomes de vos parents ou grands-parents au moment de la conception détermine votre tempérament de base. C'est lui qui est responsable de vos actions, de vos réactions et de vos réponses émotionnelles.

## **Six raisons pour lesquelles chaque chrétien devrait connaître son tempérament**

- (a) Connaitre votre tempérament vous permettra de savoir quel type de personne vous êtes naturellement enclin à épouser.
- (b) Connaitre son tempérament permet de prendre conscience de ses forces naturelles.
- (c) Connaitre son tempérament permet de prendre conscience de ses faiblesses naturelles.
- (d) Connaitre votre tempérament vous aidera à accepter votre partenaire conjugal et à vous adapter à lui.
- (e) Connaitre votre tempérament vous aidera à accepter et à vous adapter aux personnes avec lesquelles vous travaillez ou avec lesquelles vous êtes en relation.
- (f) Connaitre votre tempérament vous aidera à pardonner aux personnes qui vous ont blessé.

### **Notes**

1. Tim LaHaye, *Je t'aime mais pourquoi sommes-nous si différents ?* ( Eugene, Oregon : Harvest House, 1991), 31, 36.
2. Tim LaHaye, *Spirit-Controlled Temperament* (Wheaton, Illinois : Tyndale House, 1993), 3 - 4.
3. Beverly LaHaye, *The Spirit- Controlled Woman* (Eugene, Oregon : Harvest House Publishers, 1995), 195.
4. David et Claudia Arp, *10 Great Dates To Energize Your Marriage* (Grand Rapids, Michigan : Zondervan, 1997), 65 - 79.

## *Chapitre 17*

# **Ce que signifie avoir un mari ou une femme sanguin(e)**

### **Les atouts d'un mari sanguin**

1. Fort
2. Chaleur émotionnelle - Sompa Sanguine, s'il est marié à Mansa Melancholy, a toutes les chances de vivre une relation émotionnelle intense, car ils possèdent tous deux les émotions les plus riches des quatre tempéraments de base.
3. Amical--Sompa est une personne enthousiaste et sensible qui peut facilement être émue aux larmes par l'humeur triste de ses amis ou à la joie et à l'excitation par le bonheur des autres.
4. Heureux
5. Extraverti - Sompa est un super-extroverti qui aime s'amuser et qui a de la personnalité, du charisme et du charme à revendre. S'il participe à une fête, il en est la vedette.
6. Bavard
7. Enthousiaste
8. Stimulant
9. Communication et fraternité
  - Il est expressif en public - dans ses récits, ses conversations, ses exagérations et ses actions. Il est susceptible d'attirer l'attention du public.
  - Dis rarement des choses méchantes sur les autres.<sup>1</sup>

## **Les faiblesses d'un mari sanguin**

1. Manque de discipline
2. Tendance à l'exagération
3. Désorganisé
4. Chaud au cœur
5. Sujet à l'infidélité [à cause de son instabilité].
6. Faible volonté
7. Finances
  - Il est indiscipliné avec l'argent et le dépense n'importe comment.
  - Il n'a aucune contrainte et dépense souvent trop.
  - Il peut être pauvre, même s'il a de bonnes opportunités.
8. Émotions
  - Il est trop émotif [il pleure un moment, et l'instant d'après c'est fini].
  - Il se met facilement en colère mais pardonne aussi très vite.
  - Il peut être de mauvaise humeur.
9. Spiritualité
  - Il est désorganisé sur le plan spirituel.
  - Il peut être très charnel.
10. Engagement
  - Il se désintéresse facilement.
  - Il peut être infidèle et sans volonté, surtout si sa femme est intressante.
11. Accueil
  - Il est désordonné, il jette des objets.
  - Il est sale.
12. Les relations
  - Il peut entrer dans une relation et la quitter facilement.<sup>2</sup>

## **Les points forts d'une femme sanguine**

1. Sena Sanguine est adorable et populaire - elle était probablement pom-pom girl à l'école.
2. C'est la personnalité la plus facile à repérer dans une foule : elle parle beaucoup, rit généralement fort et fait de nombreux gestes, comme agiter les bras en l'air.
3. Elle est toujours au cœur de l'action, se mêlant aux gens et les entraînant dans des histoires grandioses qui n'ont pas grand-chose à voir avec la vérité.
4. Les autres personnalités qui l'observent se demandent si elle ne se fatigue jamais.

5. Elle est douée pour le travail en réseau - elle a le sens des relations et connaît pratiquement tout le monde.
6. Elle est la meilleure amie de tous et les aime tous sincèrement. Cependant, elle a une place toute particulière pour les amis qui l'adorent et l'idolâtrent. Elle se nourrit de compliments.
7. Elle ne s'inquiète pas lorsqu'elle n'est pas vénérée. Lorsqu'elle est blessée, elle n'est pas rancunière.
8. Elle s'excuse rapidement lorsqu'elle se rend compte qu'elle a mal agi.
9. Elle est spontanée et excitable et peut décider de s'amuser sur un coup de tête.
10. Elle est bavarde - elle est généralement un bon orateur ou un excellent professeur parce qu'elle peut parler pendant des heures d'un sujet sur lequel elle n'a que peu ou pas d'informations.
11. Elle est l'âme de la fête - elle aime organiser des fêtes et y assister. À la fête, toute l'action tourne autour d'elle. Elle arrive généralement en retard à la fête, parce qu'elle a perdu l'itinéraire ou l'a oublié.
12. Son principal objectif dans la vie est de s'amuser. Lorsque les choses deviennent trop sérieuses, elle essaie d'alléger son environnement.
13. Elle attend toujours le meilleur des gens et de la vie.
14. Motivatrice : elle peut inciter les autres à agir et est douée pour imaginer des projets fous à mettre en œuvre par quelqu'un d'autre. Elle peut convaincre des personnes normalement saines d'esprit de faire des choses qu'elles ne feraient pas normalement.
15. Elle aime généralement les couleurs vives.
16. Créative - elle s'habille de manière très créative et aime les nouvelles coiffures et les nouvelles couleurs. Sa créativité peut s'étendre à la pâtisserie, à la décoration et aux divertissements. Elle est douée pour inventer des maisons, des bricolages et des projets pour les enfants.
17. Acceptation - elle vit selon le principe "vivre et laisser vivre". Elle ne passe pas son temps à réfléchir à ce qui ne va pas chez les gens qu'elle rencontre. Elle se concentre plutôt sur ce qui est bien chez les gens et dans la vie.
18. Elle accepte le fait que tout le monde a des défauts et que tout le monde fait des erreurs. Elle n'a pas envie de juger les autres et cette attitude la rend populaire.
19. Elle a une foi et une confiance apparemment enfantines dans les êtres humains - elle croit toujours en ce qu'il y a de meilleur chez les autres.
20. Bien qu'elle aime parler, elle répand rarement des rumeurs malveillantes. Elle confie facilement sa vie à Dieu et est donc rarement en proie à l'inquiétude et à la peur comme les autres tempéraments. Elle vit un jour à la fois.<sup>3</sup>

## Les faiblesses d'une femme sanguine

1. Trop bavarde - se demande souvent pourquoi les autres sont toujours silencieux. Parce qu'elle ne prête pas suffisamment attention aux détails, elle peut dire ce qu'il ne faut pas et embarrasser ses proches.
2. Elle a tendance à exagérer pour faire de l'effet et est donc perçue comme ne disant pas la vérité.
3. Permissive - elle peut laisser ses enfants se comporter n'importe comment et ne pas prendre au sérieux les signes de danger dans le mariage et dans la vie en général.
4. Elle a tendance à éviter la confrontation - comme son but dans la vie est de s'amuser, elle repousse les problèmes.
5. Oublieuses - elles ne se souviennent pas des rendez-vous et des horaires.
6. Peu fiable - elle est souvent enthousiasmée par un rôle mais n'est pas là lorsqu'il est mis en œuvre.
7. Elle n'a pas le souci du détail - elle prend des engagements sans penser à ce qu'il faudra faire pour les tenir. Elle laisse une trace de promesses non tenues.
8. Pointilleuse : elle fait des histoires et se plaint lorsqu'elle doit travailler un peu. Elle n'aime pas travailler.
9. Une femme de ménage désordonnée - elle ne semble jamais savoir où se trouve quoi que ce soit parce qu'elle est désorganisée. Elle a du mal à trouver ses bigoudis, sa trousse de maquillage, ses clés, etc. Elle a rarement quelque chose de propre et d'ordonné. Elle n'aime pas faire le ménage et sa chambre est souvent en désordre.
10. Accablant - certaines personnes ne supportent pas les sanguins. Elles les trouvent trop écrasantes.
11. Semble fausse - les autres tempéraments peuvent se méprendre sur ses motivations. Elle peut paraître fausse même si elle a de bonnes intentions.<sup>4</sup>

### Notes

1. Joyce Meyer, *Help Me I'm Married !* ( Fenton, Missouri : Warner Books, 2000), 224 - 226 ; Marita, Noon et Chuck Littauer, *Love Extravagantly* (Minneapolis, Minnesota : Bethany House, 2001), 144.
2. Tim LaHaye, *Je t'aime mais pourquoi sommes-nous si différents ?* (Eugène, Oregon : Harvest House, 1991), 37, 40.
3. Ibid. 25, 27.
4. Ibid. 37, 40.

## *Chapitre 18*

# **Ce que signifie avoir un mari ou une femme colérique**

### **Les points forts d'un mari colérique**

1. Kofi Cholérique, est le type de tempérament chaud, rapide, actif, pratique et volontaire.
2. Il est autonome et très indépendant.
3. Il a tendance à être décisif et à avoir des opinions tranchées, il trouve facile de prendre des décisions pour lui-même et pour les autres, et il a souvent besoin d'être responsable et de contrôler la situation.
4. C'est un extraverti, mais pas un extraverti intense.
5. Il s'épanouit dans l'activité - en fait, pour lui, la vie est une activité.
6. Il n'a pas besoin d'être stimulé par son environnement, mais stimule son environnement avec des idées, des plans, des objectifs et des ambitions sans fin.
7. Grâce à son esprit pratique et vif, il s'engage rarement dans des activités sans but précis.
8. Il est capable de prendre des décisions solides et immédiates et de planifier des projets valables.
9. Il ne faiblit jamais sous la pression de l'opinion des autres.
10. Il adopte une position ferme sur certaines questions et part souvent en croisade contre les injustices sociales.
11. Les problèmes ne le découragent pas, mais l'encouragent à trouver des solutions.
12. Il fait preuve d'une détermination sans faille qui lui permet généralement de réussir là où d'autres ont échoué, car ces derniers se découragent et abandonnent, alors que le colérique continue à aller de l'avant avec ténacité.
13. Il est un leader né, connu dans le monde des affaires sous le nom de Strong Natural Leader (SNL).
14. Il recherche des valeurs utiles et productives dans la vie - s'il est chrétien, il est généralement très dévoué.

15. C'est une personne très ouverte et honnête, parfois jusqu'à l'excès.

16. Finances :

- C'est un homme qui réussit et qui a du succès.
- Il est un grand pourvoyeur.
- Il ne veut pas que sa femme et ses enfants soient dans le besoin et ne comprend pas pourquoi il y aurait un problème après tout ce qu'il a fait.

17. Spiritualité :

- C'est un battant, un pionnier et un bâtisseur.
- Il est travailleur.
- Il a tendance à croire davantage en ses forces qu'en Dieu.

18. Engagement :

- Il est très engagé.
- Il fait preuve d'une détermination sans faille qui lui permet de réussir, même s'il n'est pas doué.<sup>1</sup>

### **Les faiblesses d'un mari colérique**

1. Sa nature émotionnelle est la partie la moins développée de son tempérament.
2. Il ne sympathise pas facilement avec les autres et ne montre ni n'exprime naturellement de la compassion.
3. Il est souvent gêné ou dégoûté par les larmes des autres et est généralement insensible à leurs besoins.
4. Il n'apprécie guère la musique ou les beaux-arts, à moins que ses traits de tempérament secondaires ne soient ceux d'un mélancolique.
5. Sa plus grande faiblesse est la colère.
6. Les colériques sont des personnes extrêmement hostiles.
7. Ils utilisent leur colère comme une arme pour obtenir ce qu'ils veulent, car ils se rendent compte que les autres ont généralement peur de leurs accès de colère.
8. Il peut délibérément causer de la douleur à autrui et y prendre plaisir.
9. Sa femme a généralement peur de lui et il a tendance à terrifier ses enfants.
10. Il claque les portes, renverse les tables et donne des coups de corne. Toute personne qui se met en travers de son chemin, qui retarde ses progrès ou qui n'est pas à la hauteur de ses attentes subit son courroux.
11. Les colériques ont tendance à garder la rancune pendant longtemps.
12. Il est souvent victime d'ulcères à l'âge de 40 ans.
13. Les colériques sont sarcastiques et peuvent faire des remarques cinglantes qui peuvent flétrir les personnes peu sûres d'elles ou dévaster les moins combatives.
14. Il laisse généralement derrière lui des psychés endommagées et des egos fracturés parce que les autres types de tempérament se flétrissent sous le traitement qu'il leur inflige.

15. Il est le moins affectueux de tous les tempéraments et devient émotionnellement spasmodique à l'idée de toute démonstration publique d'affection.
16. Pour lui, l'affection conjugale se traduit par un baiser lors du mariage et à chaque cinquième anniversaire par la suite !
17. Ils ont une telle volonté et sont tellement déterminés à faire ce qu'ils veulent qu'ils peuvent avoir recours à des astuces pour obtenir ce qu'ils veulent.
18. Émotions
  - Il a du mal à s'identifier aux choses émotionnelles ou à les comprendre.
  - Il a un problème avec la colère et le pardon.
19. Il peut se retrouver à penser davantage en termes de "ce que j'ai fait" qu'en termes de grâce de Dieu.
20. Il est susceptible d'être dogmatique dans sa position et d'appliquer son opinion sans trop se soucier de ce que ressent son partenaire.
21. Est un extrémiste émotionnel, c'est-à-dire qu'il est soit chaud, soit froid, et peut se mettre en colère ou exploser.<sup>2</sup>

## Les points forts d'une femme colérique

1. Korkor Cholérique est une femme qui prend les choses en main - elle dit à tout le monde ce qu'il faut faire et elle a un style imposant.
2. C'est le genre de femme qui fait bouger les choses, qui fait en sorte que les choses se passent bien.
3. Elle est très énergique et extravertie et est toujours prête à faire quelque chose de nouveau.
4. Elle est autoritaire, peut-être excessivement agressive et dominatrice. Elle est souvent considérée comme une menace par les autres hommes et ressentie et jugée par les autres femmes qui ont tendance à vouloir la réduire à sa plus simple expression.
5. Courageuse - elle croit qu'elle peut faire tout ce qu'elle veut. Elle a des nerfs qui peuvent être utilisés de façon puissante pour faire le bien. Quels que soient les obstacles, elle s'accrochera fermement à sa conviction qu'elle peut y arriver.
6. Déterminée - elle considère la vie comme une série de problèmes à résoudre ou de défis à relever,
7. Elle a souvent du mal à rester à la maison avec ses enfants après avoir quitté son travail, parce qu'elle pense qu'il n'y a rien de spécifique à accomplir ; avec les tâches ménagères, rien n'est jamais terminé. Cela s'explique par le fait qu'elle s'épanouit dans la routine du travail, qui consiste à se battre, à relever des défis, à conquérir.
8. Le croisé : il remarque les torts et les injustices de la vie et se sent obligé de redresser la situation. C'est elle qui fait la croisade pour le changement.
9. Productive - Comme la femme colérique est très travailleuse, orientée vers les objectifs et énergique, elle a tendance à mener une vie exceptionnellement productive. Nombre d'entre elles mènent une carrière brillante et de haut niveau. En général, elles ne se contentent pas d'être des épouses et des mères. En raison de leur besoin d'être

productives, elles ont tendance à négliger leur famille.

10. Ouverte et honnête - Vous n'avez pas à vous demander ce qu'ils pensent ou ressentent, car ils vous le diront d'emblée, que vous souhaitez le savoir ou non. Souvent, elle a d'excellentes idées qui sont ignorées parce que quelqu'un n'aime pas la façon dont elles ont été présentées.
11. Discipline efficace--Explique exactement ce qu'elle attend et se comporte avec un air d'autorité confiante que les enfants respectent. Ses enfants sont généralement exceptionnellement bien élevés. Souvent utilisé puissamment par Dieu - a très souvent des idées brillantes et a tout à fait raison lorsqu'il propose des solutions aux problèmes, mais les gens ne veulent pas l'écouter ou mettre en œuvre ses idées. Les gens se réjouissent souvent de s'opposer activement à leurs projets. Ce sont souvent des chrétiens dévoués.
12. C'est une femme énergique qui a de nombreux objectifs en tête. Elle peut aider à gérer les finances du foyer.<sup>3</sup>

## **Les faiblesses d'une femme colérique**

1. Impopulaire - peut être très admirée à distance mais détestée par son entourage.
2. Méchante : elle peut paraître en colère, distante et inaccessible, même si elle n'est pas particulièrement de mauvaise humeur. Elle peut être tellement préoccupée par son propre agenda qu'elle ne vous remarque même pas.
3. Elle se met rapidement en colère - elle peut être méchante avec son mari, ses enfants et même de parfaits inconnus. Elle pense que la planète est peuplée d'imbéciles incomptétents qu'elle tolère au mieux. Elle contrôle souvent sa famille par la peur et l'intimidation. Elle peut être dure et blesser les gens avec un langage dur et une attitude dure et sans amour. Elle peut aussi utiliser sa méchanceté pour contrôler son mari, surtout si elle a épousé un homme flegmatique, ce qui est souvent le cas.
5. Centrée sur elle-même - elle ne s'intéresse qu'à elle-même.
6. Utilise les gens - ne prend pas le temps de se faire des amis. N'est pas intéressé par la relation réciproque nécessaire au maintien d'une amitié à long terme. Ses projets et ses réalisations l'occupent suffisamment. Elle est heureuse que vous l'aidiez ; elle vous demandera des faveurs, vous appellera pour vous faire part de ses réalisations, etc. Elle a tendance à considérer les gens comme des outils pour atteindre ses buts et ses objectifs. Dans son esprit, les projets sont plus importants que les personnes. Cette attitude est source de conflits.
7. Impulsive - elle est souvent trop impulsive. Elle prend des mesures énergiques pour obtenir les résultats qu'elle souhaite, mais laisse les autres terminer.
8. Accro au travail - elle travaille au-delà des heures de travail, mais lorsqu'il s'agit des tâches ménagères et des tâches plus banales de la vie et de la maternité, elle se comporte soudain comme une personne paresseuse. En réalité, elle conserve son énergie pour ce qu'elle juge important.
9. Autoritaire - elle se présente comme la personnalité la plus autoritaire, la plus ennuyeuse et celle qui sait tout sur la planète. C'est une femme qui aime prendre les choses en main.
10. Elle n'est pas très domestiquée.

11. Elle n'est pas tendre. Elle n'est pas douée pour démontrer son amour et son affection ; elle peut ne pas montrer beaucoup de sentiments ou ne pas être très attentive à son mari, à ses employés et à ses enfants.
12. Elle est franche et a la langue bien pendue.
  - Elle peut sembler insubordonnée.
  - Elle est très critique, même dans le domaine du sexe.
13. Une femme colérique peut plaire davantage à son patron au travail ou à ses pasteurs, parce qu'elle accomplit beaucoup de choses. Mais si le patron l'épouse, il risque de ne pas pouvoir vivre avec elle !
14. C'est une femme forte qui essaie de dominer et de diriger son mari dans tous les domaines.
  - Elle peut ne pas le consulter lors de la prise de certaines décisions importantes.
  - Elle dit naturellement à tous les autres ce qu'ils doivent faire.
15. Elle peut avoir un tempérament vif.
16. Elle peut être très impitoyable à l'égard de son mari.
17. Elle peut être tellement active à la maison, s'adonnant à d'innombrables activités, que son conjoint peut se sentir indésirable. Elle peut même trouver des activités à faire la nuit.
18. Ne prend pas le temps d'avoir une véritable conversation et se laisse facilement menacer par les questions.
19. Elle n'est généralement pas très populaire car les autres hommes se sentent menacés par elle et les autres femmes lui en veulent et la jugent.<sup>4</sup>

#### Notes

1. Tim LaHaye, *Je t'aime mais pourquoi sommes-nous si différents ?* (Eugène, Oregon : Harvest House, 1991), 19, 20, 37, 40.
2. Joyce Meyer, *Aidez-moi, je suis mariée !* (Fenton, Missouri : Warner Books, 2000), 229.
3. Tim LaHaye, *Je t'aime mais pourquoi sommes-nous si différents ?* ( Eugene, Oregon : Harvest House, 1991), 21, 23.
4. Ibid. 21, 23.

## *Chapitre 19*

# **Ce que signifie avoir un mari ou une femme mélancolique**

### **Les atouts d'un mari mélancolique**

1. Le mélancolique Mensa est analytique, généreux, doué et perfectionniste.
2. Il a une nature émotionnelle très sensible.
3. Il aime les beaux-arts.
4. C'est un ami très fidèle, mais il ne se fait pas facilement des amis.
5. Il s'efforce rarement de rencontrer les gens, mais les laisse venir à lui.
6. Il est le plus fiable de tous les tempéraments en raison de ses tendances perfectionnistes.
7. Il a un fort désir d'être aimé par les autres.
8. Parce qu'il est analytique, il diagnostique avec précision les obstacles et les dangers de tout projet qu'il est amené à planifier. C'est pourquoi il n'est pas très enthousiaste à l'idée de se lancer dans un nouveau projet.
9. Il peut occasionnellement produire une grande œuvre d'art, mais ces réalisations sont suivies de grands épisodes de dépression.
10. Il trouve le sens de sa vie dans le sacrifice personnel et choisit généralement une vocation difficile impliquant des sacrifices.
11. Aucun tempérament n'a autant de potentiel naturel lorsqu'il est dynamisé par le Saint-Esprit. Il peut réaliser son potentiel en pensant aux aspects positifs de la vie et en étant un louangeur reconnaissant.
12. Il peut être riche grâce à son autosuffisance et à son travail acharné.
13. Il est à l'écoute.

14. Il peut être dévoué et faire preuve d'abnégation.
15. Il est fidèle et loyal, ce qui le rend productif.
16. Il est très ordonné.
17. Il peut être tellement absorbé par la recherche du partenaire idéal qu'il peut être lent à en choisir un.<sup>1</sup>

## Les faiblesses d'un mari mélancolique

1. Sa première réaction est négative. Il souffre de pensées négatives et aggrave le problème en les verbalisant, ce qui a un effet dévastateur sur sa femme, ses enfants et ses amis.
2. Son tempérament est qualifié de "tempérament sombre" car il souffre souvent de dépression.
3. Il examine constamment sa vie spirituelle et n'est pas à la hauteur, même s'il est le plus susceptible d'être plus dévoué que d'autres.
4. Il manque de confiance.
5. Il a besoin d'être motivé extérieurement par Dieu, par les autres ou par des projets. La plupart des prophètes de la Bible semblent avoir été mélancoliques, comme Moïse et Elie.
6. Il est sujet à des sautes d'humeur et peut être très sensible.
  - Il a tendance à être introverti et a des humeurs variées.
  - Il peut se montrer extraverti à certains moments et être morose et déprimé à d'autres.
  - Lorsqu'il est morose, il se replie sur lui-même et devient antagoniste.
7. Il peut être rigide, calculateur et peu généreux.
8. Il garde beaucoup de choses en lui, qui sortent soudainement.
9. Il voit le côté négatif des choses et est critique, ce qui fait qu'il est difficile de rester avec lui.
10. Il se peut qu'il ne parle pas beaucoup à la maison.
11. Il a besoin de beaucoup d'amour.
  - Des expériences décevantes l'amènent à ne pas prendre les gens au pied de la lettre.
  - Il se méfie souvent lorsque les autres le sollicitent ou le couvrent d'affection.
  - Il a besoin qu'on lui dise qu'il est désiré et aimé.
12. Il peut paraître insupportable.
13. Il a du mal à pardonner.
14. Il est très exigeant en matière d'habillement, de couleurs et de nourriture.
15. Il est pointilleux et arrange constamment les choses. Il n'aime pas que sa femme soit désordonnée<sup>2</sup>

## Les atouts d'une épouse mélancolique

1. Mansa Melancholic est une femme de ménage méticuleuse - elle aime créer et entretenir la maison idéale. Elle est généralement une décoratrice fabuleuse et une cuisinière gastronomique. Elle aborde les tâches ménagères de manière bien organisée et autodisciplinée. Elle n'attend pas d'avoir de la visite pour faire le ménage.
2. Organisée - Son sens de l'organisation ne se limite pas à sa maison. Il s'étend au bureau, à la maison, à l'entreprise ou à l'église. Son bureau est généralement parfaitement rangé. Les tiroirs montrent qu'elle est mélancolique. Elle a un agenda quotidien et garde des traces de ses activités, comme les réparations de sa voiture. Elle est du genre à inviter à dîner, à attendre qu'on lui rende son invitation, puis à l'inviter à nouveau.
3. Elle se documente et garde une trace de tous les sujets et peut donc donner des conseils sur tout.
4. Elle se préoccupe de la santé de sa famille. Elle veillera à ce que les vitamines et autres médicaments soient pris avec diligence.
5. Parfairement soignée - elle a toujours une apparence parfaite. Son apparence est soignée, à la mode, et c'est une personne qui est bien soignée et qui fait tout pour que même ses petits enfants soient parfaits.
6. Merveilleuse hôtesse - elle aime préparer la nourriture, etc. pour les autres.
7. Soucieuse des détails, elle lit généralement les manuels d'instructions qui accompagnent les appareils. C'est pourquoi ses appareils durent plus longtemps.
8. Elle aime faire les choses de la bonne manière et accorde une grande importance à ce qui a fonctionné dans le passé.
9. Dans sa marche chrétienne, elle a un temps de silence constant et cultive systématiquement les disciplines spirituelles qui mènent à une vie chrétienne plus profonde.
10. Attentionnée - elle se souvient des anniversaires et des fêtes avec des cartes et des cadeaux, et non pas avec des cadeaux que l'on achète sur une étagère à la dernière minute. Elle offre des cadeaux qui ont été soigneusement choisis et achetés des semaines à l'avance.
11. Frugale - très frugale. Peu importe la quantité d'argent dont elle dispose, elle veut le dépenser judicieusement.
12. Décideur prudent - elle est très prudente lorsqu'elle prend des décisions et peut être considérée comme lente par les autres. Elle étudie toutes les possibilités. Souvent, elle peut éviter le problème dans lequel la plupart des gens tombent parce qu'elle prend des décisions judicieuses dès le départ et évite les problèmes avant qu'ils ne commencent.
13. Sophistiquée - au lieu de regarder des films superficiels, elle fait regarder des films classiques à ses enfants. Elle lit des ouvrages documentés et non des ouvrages frivoles.
14. Elle est ordonnée et bien organisée.

15. Elle est intelligente.
16. C'est une personne très loyale et dévouée.<sup>3</sup>

## Les faiblesses d'une épouse mélancolique

1. Elle fixe des normes irréalistes pour tout, des tâches ménagères aux performances scolaires et sportives. De ce fait, elle est susceptible de créer beaucoup de stress pour elle-même et pour ses proches.
2. Impopulaire - Comme la personne mélancolique est très calme et réfléchie, elle peut passer pour froide et distante, ce qui peut la rendre quelque peu impopulaire, bien qu'en réalité elle soit timide.
3. Elle est prudente lorsqu'elle se fait des amis car elle a été blessée par des amis décevants dans le passé et veut protéger son cœur.
4. Elle est souvent très réservée sur sa vie personnelle et ses émotions, de peur que ses imperfections ne se révèlent si elle s'en approche trop.
5. Elle est prudente lorsqu'il s'agit de se faire des amis, car il n'est pas facile de trouver l'ami idéal. Lorsque ses proches ne sont pas à la hauteur de ses attentes (écouter ses interminables histoires de malheur racontées avec force détails, savoir quand et pourquoi elle est déprimée, être capable de comprendre pourquoi elle est déprimée, quand elle est déprimée, s'attendre à ce que vous vous souveniez de son anniversaire), elle peut devenir extrêmement amère.
6. Rigide - elle exige une adhésion stricte à ses très nombreuses règles et principes. Pour elle, il n'y a généralement qu'une seule façon de faire ce qu'il faut.
7. Elle peut se montrer sévère envers sa famille et ses amis. Elle est parfois tellement occupée à organiser la vie qu'elle oublie de profiter de la vie.
8. Sujet au blues : il planifie sa journée et ne veut pas que quoi que ce soit vienne perturber ses plans et son emploi du temps ; lorsque cela se produit, il est frustré et découragé, ce qui le rend dépressif.
9. Impitoyable - elle se souvient des détails des actes répréhensibles et est du genre à dire à son mari : "Ah oui, et la fois du 9 juillet 1980, quand tu as ....", puis à détailler avec précision l'infraction commise.
  - Comme les épouses colériques, elle a du mal à pardonner.<sup>4</sup>
10. Les radins - ils peuvent être tellement occupés à économiser de l'argent qu'ils finissent par économiser inutilement, ce qui engendre des difficultés inutiles.
11. Elle a des sautes d'humeur extrêmes.
  - Elle peut être aussi excitante et stimulante que n'importe qui d'autre dans la vie ou dans le sexe.
  - Elle peut aussi ne manifester aucun intérêt pour qui que ce soit ou quoi que ce soit, y compris l'amour.
12. Elle n'est pas intéressée par des rapports sexuels très fréquents, bien qu'elle ne soit pas opposée à de bons spectacles occasionnels. Elle est susceptible de s'intéresser au sexe uniquement lorsqu'elle a besoin de tomber enceinte, puis se désintéresse une fois qu'elle y est parvenue.
13. C'est le type d'épouse qui, très probablement, vous récompensera ou vous punira par des rapports sexuels parce que le cadre n'est pas parfait, que tout n'est pas en place et

qu'elle ne peut donc pas s'écouler.

14. Il est très probable qu'elle soit excessivement modeste en ce qui concerne la vie, la sexualité et son corps. Elle peut utiliser des arguments religieux pour éviter les rapports sexuels.
15. Avec elle, les petites questions se transforment en énormes problèmes.
16. Elle se venge beaucoup pour de petites choses. Elle estime que les choses devraient être faites autrement : pourquoi si tard, pourquoi le matin, pourquoi n'as-tu pas pris de bain, etc.
17. Elle est souvent jalouse de l'amabilité de son mari envers les autres.
  - Il est fréquent qu'après une soirée, elle rentre chez elle dans un silence glacial, très en colère et accusant son conjoint d'être amical et bavard avec tous les autres participants à la soirée, parce qu'elle épouse souvent un homme qui est extraverti et qui a le sens de l'humour et de l'humour, et qu'elle n'a pas l'intention d'en faire autant.  
est aimable avec tout le monde (un sanguin).
  - Elle accuse son mari de flirter.
  - Comme l'ego masculin de son mari reçoit peu d'éloges à la maison, il cherche imprudemment à en recevoir lors de rencontres sociales et il peut souvent penser : "Rien de ce que je fais ne satisfait cette femme".
18. Elle est sujette à l'apitoiement et à la dépression. Elle peut sombrer dans la dépression et le manque d'intérêt pour la vie à cause d'un léger rejet.
19. Elle est incapable de profiter de la vie, du bonheur, de la paix et de l'amour que Dieu lui apporte parce qu'elle se focalise sur les imperfections.
20. Le plus grand problème d'une femme mélancolique est sa tendance à s'apitoyer sur son sort. Un léger rejet peut l'amener à s'apitoyer sur son sort et à sombrer dans la dépression jusqu'à ce qu'elle ne s'intéresse plus à l'amour ou à quoi que ce soit d'autre.
21. Elle a du mal à accepter son mari tel qu'il est, sans apporter de changements majeurs à sa vie et à ses activités. Elle a du mal à permettre à Dieu de changer son conjoint en son temps.
22. C'est une personne inhibée et retenue, incapable de donner beaucoup d'amour. Elle doit apprendre que lorsqu'elle sème [l'amour, la gentillesse], elle récolte [l'amour et la gentillesse] en retour.

### Notes

1. Tim LaHaye, *I Love You But Why Are We So Different ?* (Eugene, Oregon : Harvest House, 1991), 44, 46 ; Joyce Meyer, *Help Me I'm Married !* (Fenton, Missouri : Warner Books, 2000), 227.
2. Tim LaHaye, *Je t'aime mais pourquoi sommes-nous si différents ?* (Eugène, Oregon : Harvest House, 1991), 44, 46.
3. Ibid. 13 - 17.
4. Joyce Meyer, *Help Me, I'm Married !* (Fenton, Missouri : Warner Books, 2000), 227.

## *Chapitre 20*

# **Ce que signifie avoir un mari ou une femme flegmatique**

### **Les points forts d'un mari flegmatique**

1. Fiiii Le flegmatique est la personne avec laquelle il est le plus facile de s'entendre et il est par nature le plus sympathique de tous les tempéraments.
2. Il est calme et imperturbable et ne semble jamais agité, quelles que soient les circonstances qui l'entourent.
3. Il est constant à chaque fois qu'on le voit.
4. Il ressent beaucoup plus d'émotions qu'il n'y paraît.
5. Il a la capacité d'apprécier les beaux-arts et les meilleures choses de la vie.
6. Il ne manque pas d'amis car il aime les gens et possède un sens de l'humour naturel et sec.
7. Il est le type d'individu qui peut faire trembler de rire une foule de personnes sans jamais sourire.
8. Il est capable de voir de l'humour dans les autres et leurs actions et garde ainsi une approche positive de la vie.
9. Il a une mémoire rémanente et est capable d'être un bon imitateur.
10. Il se moque généralement des autres types de tempérament.
11. Le flegmatique a tendance à être un spectateur dans la vie et essaie de ne pas s'impliquer dans les activités des autres.
12. Il n'est pas facile de le motiver au-delà de sa routine quotidienne habituelle.
13. Cependant, lorsqu'il est poussé à l'action, il est capable et ses qualités d'efficacité deviennent apparentes.

14. Il ne se porte pas volontaire pour diriger, mais lorsqu'on le lui impose, il se révèle être un leader très compétent.
15. Il agit comme un pacificateur naturel.<sup>1</sup>

## **Les faiblesses d'un mari flegmatique**

1. Il manque de dynamisme et d'ambition.
2. Il dépasse rarement le statu quo et semble toujours faire ce que l'on attend de lui.
3. Il est rarement à l'origine d'une activité et donne généralement des excuses pour éviter de s'impliquer dans les activités des autres.
4. Il est égoïste, bien que cela ne soit généralement pas évident et qu'il soit si gracieux et correct que peu de gens s'en rendent compte. L'égoïsme le rend complaisant et peu soucieux des besoins d'activité de sa famille.
5. Il est avare, sauf de vêtements pour lui-même ou d'outils pour son travail.
6. Personne ne peut être plus têtu qu'un flegmatique, mais il fait preuve de tant de diplomatie que les gens ne s'en rendent pas compte.
7. Il n'affronte jamais ouvertement une autre personne ou refuse de faire quelque chose, mais il se débrouille pour ne pas le faire.
8. Dans les situations familiales, il ne crie pas et ne se dispute pas ; il traîne les pieds ou refuse de bouger.
9. Il peut exaspérer un partenaire plus agressif par son style passif et décontracté. Les sanguins et les colériques ont particulièrement du mal avec les conjoints flegmatiques parce qu'ils ont l'habitude de prendre des décisions rapides et obstinées.
11. Une personne flegmatique peut être prise pour un chrétien même si elle n'est pas croyante.
12. Il est poli et diplomatique en ce qui concerne l'expression de l'ancienne nature pécheresse.
13. L'une de ses principales faiblesses est qu'il est très peu motivé.
14. Il est très craintif en apparence et cette peur peut être à l'origine de nombreux problèmes.
15. Les flegmatiques sont enclins à la procrastination.
16. A tendance à prendre des décisions lentes et méthodiques qui peuvent énerver les autres tempéraments.
17. Dans le mariage, il devient très facile pour un flegmatique d'abandonner toute prise de décision à son conjoint plus puissant et plus vif.
18. Finances :
  - C'est un homme démotivé.
  - Il n'est pas susceptible d'obtenir beaucoup de résultats.
  - Il n'est peut-être ni riche, ni prospère, ni progressiste.
  - Il peut souvent être avare et ne pas donner grand-chose.

19. Le

- sexe :
- Il est démotivé.
  - Il se contente de ce qu'on lui donne.
  - Il est plus décontracté.

20. Communication et fraternité :

- Il est peu probable qu'il communique les bonnes choses, par exemple, il peut utiliser la diplomatie aux dépens de sa famille.
- Il s'endort dès qu'il s'assoit.
- Il est peu probable qu'il emmène sa famille à l'extérieur.

21. Les émotions :

- Il craint beaucoup de choses et est enclin à s'inquiéter.
- Il peut être dirigé par sa femme.

22. Spiritualité :

- Il est démotivé.
- Il est décontracté et sans dynamisme.
- Il n'est pas du genre à commencer ou à créer quelque chose.

23. Engagement :

- Il peut avoir plusieurs loyautés, mais il est gentiment et diplomatiquement équilibré.
- Il n'est pas fortement attiré par qui que ce soit ; il faut le connaître pour savoir quel est son véritable cœur ou sa loyauté.

24. Accueil :

- Il est enclin à la procrastination et risque de laisser des choses importantes en suspens.
- Il prend son temps.
- Il est tête.

25. Les relations :

- Il ne peut jamais faire de demande en mariage et ne peut jamais se marier.

26. Les enfants :

- Il est peu probable que ce soit lui qui discipline ses enfants.

27. Attitude :

- Il est gentil et se met rarement en colère.
- Il a une façon bien à lui d'obtenir ce qu'il veut.

28. Chef de file :

- Il refuse de prendre les devants.
- Il refuse de prendre des décisions.

- Il peut se montrer avare, tête et égoïste de manière diplomatique.
- Il peut se réfugier dans une coquille de silence si les choses ne marchent pas.<sup>2</sup>

## **Les points forts d'une femme flegmatique**

1. Afua Phlegmatic est réconfortante - elle n'attire pas l'attention sur elle mais attire les personnes blessées vers elle. En effet, ces personnes sentent qu'elles ont trouvé une oreille attentive. Même de parfaits inconnus ont tendance à s'ouvrir à la femme flegmatique en lui racontant leurs problèmes et en se sentant réconfortés par elle.
2. Il ressent réellement la douleur des autres.
3. Elle vous appellera pour savoir si tout va bien.
4. Il est à l'écoute des autres et se préoccupe sincèrement d'eux.
5. Est capable d'écouter les malheurs des gens pendant des heures sans essayer de les arranger ou d'interrompre leur histoire.
6. Prend un plaisir sincère à répondre aux besoins sincères des gens.
7. Réfléchie - elle pense aux autres et à leurs besoins et essaie de les aider.
8. Attentif - aime envoyer des notes et des cartes.
9. Loyale - une amie très loyale ; une fois qu'elle est à vous, elle l'est pour toujours.  
Entretient des relations profondes et durables avec un petit cercle d'amis d'enfance.
10. Peut se décourager en pensant que les autres ne lui rendent pas la pareille en amitié.
11. Pacificatrice, elle ne s'embarrasse que rarement de conflits  
interpérsonnelle  
ls, s  
l'harmonie et fait tout ce qu'elle peut pour la maintenir.  
'épanouit dans
12. Elle s'adapte rapidement aux personnes qui l'entourent et n'insiste jamais pour obtenir ce qu'elle veut. Elle souhaite sincèrement faire plaisir aux autres.
13. Il a une merveilleuse capacité à voir tous les aspects d'une question et à aider les autres à voir le point de vue de l'autre.
14. Ses compétences en matière de médiation sont précieuses dans l'église et au travail, ainsi que dans son quartier.
15. Fiable - elle sera là même dans les moments difficiles.
16. Protectrice - à l'égard de ses enfants et de sa famille.
17. Prend du temps pour les enfants - peut avoir une famille nombreuse.
18. Patient - ne se fâche pas facilement ; il est prêt à suivre le courant et n'insiste pas pour que les choses se passent comme il le souhaite.
19. Fidèle - a une capacité exceptionnelle à absorber la douleur émotionnelle et à maintenir son engagement envers une autre personne. Elle s'accroche à un mariage difficile longtemps après que la plupart des femmes aient abandonné. Mais lorsqu'elle

décide que c'est fini, c'est vraiment fini.

20. Aidant dévoué : il est prêt à mettre de côté ses propres besoins pour répondre à ceux des autres.

Les flegmatiques sont généralement des conseillers, des enseignants, des infirmières, etc. Ils dirigent généralement des études bibliques ou des ministères féminins.<sup>3</sup>

## Les faiblesses d'une femme flegmatique

1. Peu enthousiaste - ne s'emballe pas pour les réalisations et les exploits. Son objectif est de conserver son énergie limitée. Ce manque d'enthousiasme peut provoquer des conflits importants dans ses relations avec sa famille et ses amis, qui peuvent l'interpréter comme un manque d'amour, d'admiration, de préoccupation, d'intérêt, et peut en fait causer des dommages émotionnels à ses proches.
2. Non impliquées - elles peuvent se cacher derrière la maternité et l'utiliser comme justification pour ne pas s'impliquer.
3. Craintive - elle est craintive et se pose des questions sur ce qui se passerait si elle n'était pas là. Elle peut être paralysée par ses peurs et ses insécurités, ce qui peut nuire à ses relations.
4. Léthargique - elle n'aime pas beaucoup travailler ! Elle cherche souvent à faire le strict minimum pour s'en sortir. Sa maison peut être désorganisée, mais peut-être pas autant que celle d'un sanguin. Les flegmatiques peuvent être accros à la télévision et leur mode de vie paresseux peut entraîner une prise de poids excessive.
5. Compromis - elle est une adepte par nature et peut compromettre ses normes pour convenir à la personne avec laquelle elle passe le plus de temps. De ce fait, elle peut se retrouver en mauvaise compagnie.
6. Évite la confrontation - elle peut faciliter le comportement irresponsable des autres autour d'elle parce qu'elle peut tolérer certains comportements simplement pour plaire ou pour éviter la confrontation. Elle doit apprendre à s'éloigner avec fermeté et amour et à laisser les gens récolter les conséquences logiques de leurs choix.
7. Têtue - Elle ne se plaint pas et ne discute pas, mais peut rester calme et inébranlable, alors que les autres tempéraments deviennent fous de rage devant son refus de coopérer.
8. Si elle a des problèmes avec son mari, elle s'occupe de ses enfants.
9. Elle a peur de l'embarras, de l'exposition et du conflit. C'est pourquoi elle ne dit pas facilement des choses peu recommandables sur son mariage.
10. Elle est moralisatrice et souvent peu encline à la spiritualité. Elle n'est passionnée par rien.
11. Elle est égoïste :
  - Elle prend soin d'elle, la protège et la garde pour elle.
  - C'est la manifestation d'une vie égoïste où l'on ne se préoccupe que de soi.
  - Elle peut amener son entourage à lui en vouloir pour son repli sur soi ou son égoïsme.
12. Elle ne se préoccupe pas de sa tenue vestimentaire.
13. Elle peut être désorganisée à la maison et négliger le ménage :
  - Elle est paresseuse.
  - Elle est désordonnée car elle aime avoir tout à portée de main.
14. Elle peut trouver son partenaire actif méchant parce qu'il l'entraîne dans des endroits où il y a beaucoup d'activités et de gens, alors qu'elle ne demande qu'à

se reposer.

15. Elle a besoin de se sentir valorisée. Les flegmatiques se sentent inférieurs et mal aimés lorsqu'ils sont constamment critiqués.
  - Elle peut facilement se sentir coupable de tous les problèmes du mariage.
  - Elle a du mal à aimer quelqu'un dont le principal intérêt est de s'assurer que c'est elle qui a tort. Les flegmatiques s'affaiblissent sous la critique.
16. Elle peut vivre dans la souffrance, la douleur et la confusion car les flegmatiques aiment éviter les conflits.
17. Elle est difficile à exciter sexuellement :
  - Elle prend rarement l'initiative de faire l'amour.
  - Elle est passive, cadavérique.
  - Elle n'introduit pas de variété et doit apprendre à être intéressée et excitée par le sexe.
18. Elle ne communique pas la vérité sur ses sentiments :
  - Elle peut vivre une vie de tromperie.
  - Elle essaie de faire en sorte que les autres s'occupent de ses problèmes.
19. Elle peut devenir passive dans son mariage au fil du temps.
20. Elle a du mal à prendre des décisions et ne se sent donc pas sûre d'elle en apparence.
  - Comme les flegmatiques ont du mal à partager leurs vrais sentiments, elle n'affronte généralement pas les problèmes de front.
  - Elle utilise souvent des sarcasmes et des critiques subtiles pour blesser son partenaire, parfois devant les gens.
21. Elle manque de motivation, aime remettre à plus tard et a tendance à oublier les dates et les rendez-vous.
22. Elle est généralement plus lente à se défendre et à défendre les autres, et elle est souvent lente à se mettre en colère.
23. Elle attend la crise avant d'agir, car elle espère toujours que quelqu'un d'autre résoudra la situation ou qu'elle disparaîtra d'elle-même.<sup>4</sup>

### Notes

1. Tim LaHaye, *I Love You But Why Are We So Different ?* (Eugène, Oregon : Harvest House Publishers, 1991), 47, 50.
2. Ibid.
3. Joyce Meyer, *Aidez-moi, je suis mariée !* (Fenton, Missouri : Warner Books, 2000), 232
4. Ibid.

# **SECTION 6**

## **LES PROBLÈMES ET LES SOLUTIONS**

## *Chapitre 21*

# Résolution de problèmes dans le mariage

## Introduction

La maison est un jardin. Les mauvaises herbes poussent sans cesse dans le jardin et il faut constamment les enlever pour que les graines que nous avons plantées puissent bien pousser. Tout mariage normal comporte des problèmes et des défis. Ce n'est que lorsqu'il y a un feu que l'on voit lequel des bâtons qui nous entourent est en fait un serpent.

**Paul avait ramassé un fagot de bâtons et l'avait mis sur le feu, quand une vipère sortit du feu...**

**Actes 28:3**

En d'autres termes, dans les moments difficiles, le caractère d'un conjoint apparaît clairement.

**Si tu te maries, tu n'as pas péché ; et si une vierge se marie, elle n'a pas péché.  
Toutefois, ces personnes auront des ennuis dans la chair ; mais je vous épargne.**

**1 Corinthiens 7:28**

Rappelez-vous la prière de Saint François Xavier :

*"Dieu m'accorde le courage de changer les choses que je peux changer, la sérénité d'accepter les choses que je ne peux pas changer et la sagesse de faire la différence".*

## Principaux problèmes liés au mariage

- (a) Communication
- (b) Le sexe
- (c) L'argent
- (d) Le tempérament
- (e) Les enfants
- (f) Belle-famille
- (g) Emploi
- (h) Travaux ménagers
- (i) Infidélité.

## Approche

**Frères, si quelqu'un est surpris par une faute, vous qui êtes spirituels, rétablissez-le dans un esprit de douceur, en vous appliquant à ne pas être tentés à votre tour.**

**Galates 6:1**

Il est dans l'intérêt des couples mariés de faire tout ce qui est en leur pouvoir pour éviter que des problèmes n'apparaissent dans leur mariage.

***Les mesures préventives sont toujours meilleures que les solutions curatives aux problèmes.***

Cependant, la réalité de la relation conjugale est que, quoi que vous fassiez, des questions surgissent et conduisent à des problèmes. Si des problèmes surviennent, votre approche pour les résoudre doit être la suivante:<sup>1</sup>

- (a) Priez au sujet de la situation.
- (b) Soyez convaincus qu'il existe une solution.
- (c) Abordez la question (dans un esprit de douceur, sans chercher la confrontation).
- (d) Identifier les causes (sincèrement). S'attaquer à la racine, et non à la pointe du problème.
- (e) Si nécessaire, consultez vos pasteurs.

## Méthodes de résolution des problèmes

### 1. Soyez prêt à faire des compromis.

Il n'y a pas de gagnant ou de perdant dans le mariage, vous êtes une seule chair.<sup>2</sup> En cas de désaccord manifeste, la décision du mari doit être maintenue et la femme doit la soutenir même s'il s'avère qu'il a tort. Cependant, l'homme ne doit pas être dominateur. Il ne doit pas être un dictateur dans sa maison.<sup>3</sup>

**2. Choses à éviter lors de la résolution de problèmes :**

- (a) Ne criez pas.
- (b) Ne partagez pas vos problèmes avec votre famille ou vos amis.
- (c) Ne vous effondrez pas en larmes.
- (d) N'utilisez pas le sexe comme une arme (ne le refusez pas).
- (e) Ne refusez pas de manger des aliments préparés.
- (f) Ne jamais utiliser le mot DIVORCE dans les querelles.
- (g) Évitez les conseils des impies.

**3. Avoir une attitude et un esprit de pardon.**

Le pardon est essentiel à la survie du mariage.<sup>4</sup> Ne soyez pas gentils avec les étrangers, mais impatients et inconsidérés avec votre conjoint.

**4. Soyez prêt à parler franchement de la question.**

La personne offensée doit être prête à s'ouvrir et à partager dans l'amour plutôt que de se plaindre, de crier ou d'enterrer les choses.

**Car je suis plein de matière, et l'esprit qui est en moi me contraint. Voici, mon ventre est comme un vin qui n'a pas d'issue, Il est prêt à éclater comme des bouteilles neuves. Je parlerai, pour me rafraîchir : J'ouvrirai mes lèvres et je répondrai.**

**Job 32:18-20**

**5. L'autre partie doit être prête à accepter la faute et à s'excuser.**

"JE SUIS DÉSOLÉ" Ces trois mots peuvent résoudre presque toutes les querelles. Soyez humble et ne trouvez pas difficile de vous excuser.

**En priant, pardonnez, si vous avez quelque chose à reprocher à quelqu'un, afin que votre Père qui est dans les cieux vous pardonne aussi vos offenses. Mais si vous ne pardonnez pas, votre Père qui est dans les cieux ne vous pardonnera pas non plus vos offenses.**

**Marc 11:25-26**

**6. Ne laissez aucun problème influencer vos actions futures.<sup>5</sup>**

*Conseillers à noter :*

1. Nos conseils conjugaux s'adressent au couple idéal qui est né chrétien et soumis à la Parole de Dieu.
2. Si les deux ne sont pas entièrement soumis aux pasteurs et à l'Église, vous ne pouvez pas vraiment résoudre les problèmes.
3. Si la personne n'est pas dans votre église, ne perdez pas de temps car elle ne vous est pas entièrement soumise.
4. Ne prenez pas parti dans la résolution des problèmes.
5. Ne répondez pas directement à la question "Que dois-je faire ? Les gens diront que vous les avez poussés à faire ce qu'ils ont fait.
6. Ne soyez pas si vague que les gens ne comprennent pas ce que vous dites.

**Notes**

1. Charles R. Swindoll, *Strike the Original Match* (Portland, Oregon : Multnomah Press, 1980), 106-66.
2. Les Carter, *The Push-Pull Marriage : Apprendre et vivre l'art de donner et de recevoir* (Grand Rapids, Michigan : Baker Book House, 1985), 67 - 81.
3. H. Norman Wright, *Communication : Key To Your Marriage* (Glendale, California : G/L Publications, 1974), 38, 163 - 6.
4. Bob et Jan Horner, *Resolving Conflict in Your Marriage* (Loveland, Colorado : Group Publishing Inc., 2000), 70 - 71.
5. Dennis et Barbara Rainey, *Starting Your Marriage Right* (Nashville, Tennessee : Thomas Nelson Publishers, 2000), 48 - 51 ; Neil T. Anderson et Charles Nylander, *The Christ-Centered Marriage* (Ontario : Glint, 1996), 137.

## *Chapitre 22*

# In-Laws

1. Sachez que lorsque vous épousez une personne, vous l'épousez avec ses antécédents, sa situation familiale, sa situation financière, son état de santé et tout le reste.
2. Vos beaux-parents sont étroitement liés à votre conjoint. Ils sont ses parents ou ses tuteurs.
3. La Bible recommande à votre conjoint d'honorer ses parents ou ses figures parentales et vous devez faire de même.

**Honore ton père et ta mère (c'est le premier commandement avec promesse), afin que tu sois heureux et que tu vives longtemps sur la terre.**

**Ephésiens 6:2-3**

4. Vos beaux-parents sont comme des parents adoptifs pour vous.<sup>1</sup>
5. Vous devez croire que Dieu les aime inconditionnellement, comme dans 1 Corinthiens 13:4-8, même si vous pensez qu'ils ne vous aiment pas.

**La charité souffre longtemps et est bonne ; la charité n'est pas envieuse ; la charité ne se vante pas, ne s'enfle pas d'orgueil, ne se conduit pas d'une manière inconvenante, ne cherche pas son intérêt, ne s'irrite pas facilement, ne pense pas au mal ; elle ne se réjouit pas de l'iniquité, mais elle se réjouit de la vérité ; elle supporte tout, elle croit tout, elle espère tout, elle supporte tout. La charité ne s'éteint jamais ; mais s'il y a des prophéties, elles disparaîtront ; s'il y a des langues, elles cesseront ; s'il y a des connaissances, elles s'évanouiront.**

**1 Corinthiens 13:4-8**

6. Aucun conjoint ne devrait faire de la maison de ses parents son véritable foyer. La Bible exhorte le couple à se quitter et à s'attacher l'un à l'autre.<sup>2</sup>
7. Essayez de ne pas faire de discrimination entre les parents en ce qui concerne les soins, l'entretien, les finances, etc.

8. Reconnaissez que tous les groupes de parents n'ont pas les mêmes besoins et n'essayez pas de les rendre identiques. Par exemple, l'un des parents peut avoir besoin d'envois de fonds, tandis que l'autre peut souhaiter qu'on ne se souvienne de lui qu'à l'occasion de ses anniversaires.
9. Ne vous plaignez pas de votre conjoint auprès de vos parents. Ils risquent d'avoir un préjugé défavorable à son égard. Laissez l'amour couvrir la multitude des défauts de votre partenaire et demandez un conseil pastoral si vous avez besoin d'aide.

**La haine excite les querelles, mais l'amour couvre tous les péchés.**

**Proverbes 10:12**

10. En général, la femme peut inciter le mari à s'occuper du foyer. Il doit répondre à ces besoins avec amour.
11. N'oubliez pas que votre nouvelle famille passe avant tout : celui qui ne s'occupe pas de son foyer est pire qu'un infidèle.<sup>3</sup>

**Mais si quelqu'un ne prend pas soin des siens, et surtout de ceux de sa maison, il a renié la foi, et il est pire qu'un infidèle.**

**1 Timothée 5:8**

12. Sachez que vos beaux-parents peuvent faire des choses inacceptables, tout comme vos parents. La différence est que vous ne pourrez peut-être pas dire à votre belle-famille ce que vous pensez vraiment sans provoquer de problèmes ; apprenez donc à faire abstraction de certaines choses.
13. Soyez vous-même avec vos beaux-parents si vous ne les offensez pas.
14. Ne laissez pas vos parents prendre l'habitude de vous dire, directement ou indirectement, du mal de votre conjoint. Vous ne faites qu'un.
15. Vos beaux-parents peuvent vous bénir en fonction de la manière dont vous les traitez. Naomi a bénî ses belles-filles lorsqu'elle a dû retourner chez les siens.<sup>4</sup>

**Naomi dit à ses deux belles-filles : Allez, retournez chacune dans la maison de sa mère ; que l'Éternel vous traite avec bonté, comme vous avez traité le mort et moi.**

**Ruth 1:8**

**Notes**

1. Margaret Hardisty, *Forever My Love* (Irvine, Californie : Harvest House Publishers, 1975), 114.
2. Gary Chapman, *Towards a Growing Marriage* (Chicago : Moody Press, 1996), 165-171.
3. Voir également Gloria Call Horsley, *In-Laws : A Guide To Extended Family Therapy* (New York : John Wiley & Sons Inc., 1996), 59 - 60. Selon Gloria, le couple qui souhaite construire un mariage solide devrait, au début de sa vie conjugale, investir du temps et des efforts pour cimenter les liens du mariage, tout en redéfinissant ses liens avec sa famille

d'origine. Si les anciennes loyautés à l'égard des

si les deux groupes de parents continuent à faire partie de la vie du couple, ils devraient redéfinir leur rôle, de sorte que leur nouvelle loyauté envers l'autre soit prioritaire.

4. Ibid. p. 213-214. Si vous souhaitez améliorer vos relations avec votre belle-famille, travaillez d'abord sur vous-même. En devenant un meilleur beau-parent, il est probable que vous aurez de meilleures relations et que vous réussirez mieux avec vos beaux-parents ; Norman Wright, *An Answer to In-Law Relationships* (Irvine, California : Harvest House Publishers, n.d.), 29 - 47.

## *Chapitre 23*

# **Le retour à la maison**

### **Vivre avec l'enfant du conjoint ou un parent du conjoint**

1. Sachez qu'il ne s'agit pas d'une situation idéale. Les enfants qui vivent dans cette maison ne sont pas avec leur vrai père ou leur vraie mère.
2. Attendez-vous à des défis, car vous devez aimer un étranger. Ce n'est peut-être pas facile, mais cela en vaut la peine.
3. Reconnaissez que les orphelins de père et de mère ont une place spéciale dans le cœur de Dieu et qu'il a dit qu'il combattait personnellement ceux qui les oppriment.

**Vous n'opprimerez ni la veuve, ni l'orphelin. Ma colère s'enflammera, et je vous ferai périr par l'épée ; vos femmes seront veuves, et vos enfants orphelins.**

**Exode 22:22, 24**

**... tu es le soutien de l'orphelin. Pour juger l'orphelin et l'opprimé, Afin que l'homme de la terre n'opprime plus.**

**Psaume 10:14,18**

4. Vous avez épousé votre conjoint avec ce bagage. Acceptez-le.
5. Vous devez les aimer inconditionnellement (agapè) sans attendre de récompense.

**La charité souffre longtemps et est bonne ; la charité n'est pas envieuse ; la charité ne se vante pas, ne s'enfle pas d'orgueil, ne se conduit pas d'une manière inconvenante, ne cherche pas son intérêt, ne s'irrite pas facilement, ne pense pas au mal ; elle ne se réjouit pas de l'iniquité, mais elle se réjouit de la vérité ; elle supporte tout, elle croit tout, elle espère tout, elle supporte tout. La charité ne s'éteint jamais ; mais s'il y a des prophéties, elles disparaîtront ; s'il y a des langues, elles cesseront ; s'il y a des connaissances, elles s'évanouiront.**

**1 Corinthiens 13:4-8**

6. Reconnaissez que le fils ou la fille est étroitement lié(e) à votre conjoint(e) et qu'il/elle l'aime. Pensez à l'état d'esprit d'Abraham lorsqu'il a dû renvoyer Agar et Ismaël.

**Sara vit le fils d'Agar, l'Égyptienne, qu'elle avait enfanté à Abraham, se moquer. Elle dit à Abraham : Chasse cette servante et son fils ; car le fils de cette servante ne sera pas héritier de mon fils, ni d'Isaac. Et la chose fut très pénible aux yeux d'Abraham, à cause de son fils.**

**Genèse 21:9-11**

7. Décidez de l'implication de l'autre parent de l'enfant avant de vous marier. Il est conseillé d'intervenir le moins possible dans votre nouveau foyer. Des interactions fréquentes entre les parents de l'enfant ne sont pas nécessaires. Si possible, demandez à une personne neutre d'assurer la liaison afin d'éviter les questions et la méfiance.
8. Efforcez-vous toujours d'être un couple uni aux yeux de l'enfant.
9. Connaître la réalité d'un beau-fils amer.<sup>1</sup>

**Sara vit le fils d'Agar, l'Égyptienne, qu'elle avait enfanté à Abraham, se moquer.**

**Genèse 21:9**

10. Croyez en Dieu pour qu'il mène certaines batailles pour vous.
11. Demandez conseil si nécessaire.
12. N'encouragez pas et n'alimentez pas les dissensions entre votre conjoint et l'enfant du conjoint.<sup>2</sup>
13. Ne donnez pas l'impression de former une clique avec le beau-fils de votre conjoint.
14. Acceptez le fait que les enfants ne sont pas des créatures parfaites. Vos propres enfants peuvent aussi être têtus ou pleins d'erreurs. Un beau-fils ou une belle-fille a aussi besoin d'être travaillé(e). Traitez-le avec amour. Ne prenez pas toujours la correction de votre conjoint pour de la haine. Permettez à votre conjoint d'éduquer l'enfant du conjoint conformément aux principes bibliques.<sup>3</sup>

**Notes**

1. F. Philip Rice, *Intimate Relationships, Marriages and Families* (Mountain View, California : Mayfield Publishing Company, 1999), 551, 561 - 72.

2. Robert Barnes, *Single Parenting* (Wheaton, Illinois : Tyndale House Publishers, 1992), 263-4.

3. Ibid. 264 - 6.

## *Chapitre 24*

# **Ce que tout chrétien doit savoir sur le divorce**

### **La définition du divorce**

Le mot traduit par "divorce" dans le Nouveau Testament est "*apostasion*", ce qui signifie "défection". Imaginez un soldat qui a été enrôlé et incorporé dans l'armée et qui s'enfuit sans permission. C'est un transfuge. S'il est arrêté, il risque d'être fusillé. Dans le dictionnaire, le mot "défection" signifie "abandonner un parti".

### **Les Ecritures sur le divorce**

**C'est pourquoi l'homme quittera son père et sa mère, et s'attachera à sa femme, et ils deviendront une seule chair.**

**Genèse 2:24**

**Mais moi, je vous dis que quiconque répudie sa femme, sauf pour cause de fornication, commet un adultère, et que quiconque épouse une femme divorcée commet un adultère.**

**Matthieu 5:32**

**Ce que Dieu a uni, que l'homme ne le sépare pas.**

**Marc 10:9**

**En effet, la femme qui a un mari est liée par la loi à son mari tant qu'il vit ; mais si le mari est mort, elle est déliée de la loi de son mari.**

**Romains 7:2**

**J'ordonne aux mariés, non pas moi, mais le Seigneur : Que la femme ne se sépare pas de son mari : Si elle s'éloigne, qu'elle reste sans se marier, ou qu'elle se réconcilie avec son mari ; et que le mari ne répudie pas sa femme.**

**1 Corinthiens 7:10,11**

**Et vous dites : Pourquoi ? Parce que le Seigneur a été témoin entre toi et la femme de ta jeunesse, que tu as traitée avec perfidie ; mais elle est ta compagne, et la femme de ton alliance. N'en a-t-il pas fait une ? ...Pour chercher une postérité pieuse...Car l'Éternel, le Dieu d'Israël, dit qu'il a horreur de la répudiation...**

**Malachie 2:14-16**

## **À qui la faute du divorce ?**

- (a) Dieu confie à l'homme la responsabilité de s'attacher. Il quitte et s'attache (colle) à sa femme.
- (b) Le divorce survient lorsqu'il n'est pas en mesure de s'attacher suffisamment étroitement pour devenir inséparable.
- (c) Le mariage repose sur les épaules de l'homme, tout comme le divorce.
- (d) Tout ce qui se passe au sein du foyer relève de la responsabilité de l'homme, même s'il n'en est pas responsable.

**C'est pourquoi l'homme quittera son père et sa mère, et s'attachera à sa femme, et ils deviendront une seule chair.**

**Genèse 2:24**

Lorsque l'homme est tombé et que Dieu est venu dans le jardin, il a d'abord appelé Adam et lui a confié la responsabilité de manger le fruit. La femme n'a pas eu à répondre à cette question.<sup>1</sup>



## Les complications du divorce

En général, Dieu n'aime pas les relations brisées, quelles qu'elles soient. Le concept d'un foyer brisé ou d'une vie brisée blesse Dieu.<sup>2</sup>

- (a) Une blessure sans fin est infligée.

**Il en est des querelles comme de l'eau qu'on laisse échapper. C'est pourquoi il faut cesser les querelles, avant qu'on ne s'en mêle.**

**Proverbes 17:14**

- (b) Une personnalité amère est créée.

**L'esprit d'un homme supportera son infirmité ; mais un esprit blessé, qui le supportera ?**

**Proverbes 18:14**

- (c) Il y a une rupture permanente de la relation/de la camaraderie.

**Un frère offensé est plus difficile à conquérir qu'une ville forte, Et leurs querelles sont comme les barres d'un château.**

**Proverbes 18:19**

- (d) Destruction du bonheur.

**Le voleur ne vient que pour voler, tuer et détruire. Je suis venu pour qu'ils aient la vie, et qu'ils l'aient en abondance.**

**Jean 10:10**

- e) Un esprit et des émotions brisés/blessés :

- i. Le mariage implique des émotions, de sorte qu'une rupture entraîne le déchirement des liens de l'âme.
- ii. Les deux partenaires sont souvent détruits, parfois au point de ne pas pouvoir se rétablir complètement.
- iii. La séparation est la fin d'un engagement avec implication émotionnelle.
- iv. Le divorce est une séparation légalisée.
- v. Un voeu, c'est la mort : Ne le faites pas si vous n'avez pas l'intention de le respecter.

**Lorsque tu fais un voeu à Dieu, ne tarde pas à l'accomplir, car il n'aime pas les insensés. Mieux vaut ne pas faire de voeu, que de faire un voeu et de ne pas le payer.**

**Ecclésiaste 5:4,5**

- (f) Amertume (impardonnable ancienne et dégénérée).
- (g) Une douleur immense.
- (h) Une cicatrice permanente.
- (i) Vous serez handicapé. Il y a des choses que vous ne pouvez plus faire correctement.
- (j) Détresse - semblable au sentiment de deuil qui suit la mort d'un proche.
- (k) Dépression :
  - i. Causé par le contraste entre la façon dont vous pensiez que les choses allaient se passer pour le reste de votre vie et la façon dont elles vont apparemment se passer après le divorce.
  - ii. La dépression découle d'un sentiment de rejet qui peut conduire à l'éloignement de tout le monde.<sup>3</sup>

## Les difficultés du remariage et du célibat

- (a) Vous rencontrerez probablement à nouveau les mêmes problèmes.
- (b) Vous vous demanderez toujours si vous n'auriez pas pu faire fonctionner votre mariage.
- (c) Les enfants sont très affectés et peuvent devenir des déviants sociaux. Cette situation est très fréquente.
- (d) Vous risquez toujours de souffrir d'un esprit brisé/blessé, d'amertume et de ressentiment profond, ce qui aura un très mauvais effet sur votre vie spirituelle et votre vie de prière.<sup>4</sup>

## Facteurs prédisposant au divorce

- (a) L'adultèbre - lorsque l'adultèbre se produit, il conduit à la méfiance et finalement à l'effondrement de l'union conjugale dans son ensemble.
- (b) Blessures et offenses non résolues conduisant à un état de malheur chronique et de dépression.
- (c) Violence dans le mariage - lorsque l'une des parties a recours à la violence et à des mots violents pour résoudre les conflits.
- (d) L'absence d'enfant - certaines personnes laissent une situation d'absence d'enfant dégénérer en une rupture de la relation.
- (e) Séparation de longue durée : l'un des conjoints part vivre dans un autre pays et l'autre ne peut pas le rejoindre parce qu'il n'a pas pu obtenir le visa nécessaire.
- (f) Interférence des parents et des amis :
  - i. Trop d'influence et de contrôle de la part des parents.
  - ii. Trop de personnes à charge parmi les membres de la famille élargie.
- (g) Une mauvaise attitude - une mauvaise attitude persistante et délibérée qui ne peut répondre aux conseils, aux reproches, aux admonestations ou aux supplications de qui que ce soit, y compris des pasteurs.<sup>5</sup>

### Notes

1. Voir les cas de divorce et leurs causes analysés dans Chuck et Barb Snyder, *Incompatibility : Still Grounds for a Great Marriage* (Sisters, Oregon : Multnomah Publishing, 1999), 225.
2. Charles Swindoll, *Divorce : When It All Comes Tumbling Down* (Portland, Oregon : Multnomah Press, n.d.), 6.
- 3.. Derek et Ruth Prince, *God Is a Matchmaker* (Grand Rapids, Michigan : Chosen Books, 2003), 141-4.
4. Alex Dan et Tremper Longman, *Intimate Allies* (Wheaton, Illinois : Tyndale House, 1995), 253 - 55.
5. Ces facteurs et d'autres encore, lorsqu'ils ne sont pas résolus, peuvent faire dégénérer le mariage au point de le rendre irréparable. Le divorce devient alors l'alternative malheureuse. Voir M. G. McLuhan, *Marriage and Divorce : God's Call, God's Compassion* (Wheaton, Illinois : Tyndale House Publishers, 1991), 43-44, 87-147.

## **SECTION 7**

# **LE PASSE-PARTOUT DE L'ACCEPTATION**



## *Chapitre 25*

# **La clé de l'acceptation**

Il est important que chaque couple marié comprenne que les gens ne changent généralement pas beaucoup lorsqu'ils se marient. Les couples peuvent cependant choisir d'être heureux dans leur mariage en apprenant à accepter ce qu'ils ont.<sup>1</sup>

**Considérez l'oeuvre de Dieu ; car qui peut redresser ce qu'il a rendu tortueux ?**

**Ecclésiaste 7:13**

**Vis dans la joie avec la femme que tu aimes, tous les jours de la vie de ta vanité, qu'il t'a donnée sous le soleil, tous les jours de ta vanité ; car c'est là ta part dans cette vie...**

**Ecclésiaste 9:9**

Dieu veut que nous soyons joyeux et heureux. Le bonheur vient de l'acceptation de ce que nous avons et de notre capacité à nous en accommoder. Les conflits surviennent lorsque nous luttons contre certaines choses que nous ne pouvons pas changer.<sup>2</sup>

Rappelez-vous la prière de Saint François Xavier :

*"Dieu m'accorde le courage de changer les choses que je peux changer, la sérénité d'accepter les choses que je ne peux pas changer et la sagesse de faire la différence".*

## 4 choses que tout couple marié doit accepter

### 1. Acceptez le tempérament de votre conjoint.<sup>3</sup>

- Ton tempérament + tes expériences + la Parole de Dieu = ton caractère
- N'essayez pas de changer le tempérament de votre conjoint. Priez plutôt pour qu'il/elle devienne plus mûr(e) spirituellement. (*Voir chapitre 42*).

### 2. Acceptez la "masculinité" ou la "féminité" de votre conjoint.

- Un homme doit accepter qu'il est marié à une femme et non à un homme ; il ne doit donc pas essayer de supprimer les traits féminins naturels de la femme, comme le fait de parler excessivement.
- Elle est également le vaisseau le plus faible et ne doit pas se comporter et fonctionner comme un homme.<sup>4</sup>

**De même, vous, maris, demeurez avec elles selon la connaissance, en honorant la femme comme le plus faible, et comme héritière commune de la grâce de la vie, afin que vos prières ne soient pas entravées.**

**1 Pierre 3:7**

- Les femmes ont des choses qui les attirent : les robes, les mariages, les longues conversations, la cuisine, les détails des questions et des événements, qu'un homme peut trouver "inutiles".
- Une femme doit également accepter qu'elle est mariée à un homme et non à une femme. Les hommes, de par leur constitution, sont plus robustes, moins bavards et peuvent même ne pas remarquer les différentes combinaisons de couleurs lors d'un mariage. Ils ne s'intéressent qu'aux aspects majeurs d'une question et non aux détails.
- Accepter ces différences naturelles et s'en accommoder.

### Ce que les maris reprochent souvent à leurs épouses :

- Les épouses sont sexuellement ennuyeuses.
- Les épouses parlent trop et de choses insignifiantes.
- Les femmes sont mesquines et querelleuses.

Un homme doit accepter qu'il est marié à une femme, et non à un autre homme ; il doit donc accepter ce que les femmes aiment.

### Ce que les femmes reprochent souvent à leurs maris :

- Qu'ils sont trop intéressés par le sexe.
- Qu'ils n'aident pas leurs femmes.
- Qu'ils ne parlent pas assez à leurs femmes.

Une femme doit accepter qu'elle est mariée à un homme et non à une autre femme ; elle doit donc accepter ce que les hommes aiment, comme le sexe et la nourriture.



**3. Acceptez les aspects négatifs du caractère de votre conjoint.**

- Diagnostiquez les aspects négatifs du caractère de votre conjoint et acceptez-les.

**4. Accepter la structure physique ou l'apparence de votre conjoint.**

- Nous changeons tous physiquement au fil des années. Ne faites pas de votre vie un objectif de réduction ou d'augmentation de la taille de votre conjoint. La fluidité de votre relation avec votre conjoint ne doit pas dépendre du fait qu'il change physiquement ou non.
- Chaque conjoint doit faire l'effort de se maintenir en bonne santé. Il y a de la beauté à tout âge. Mettez en valeur votre physique. Ne négligez pas cet aspect sous prétexte que vous savez que votre conjoint chrétien vous sera toujours fidèle.

**Autres choses que vous devez accepter**

**1. Acceptez la paix et décidez de ne pas vous quereller.**

Décidez que la paix vaut mieux que la guerre et qu'il est préférable de vivre en paix plutôt que de poursuivre chaque question et d'étirer chaque affaire.

**S'il est possible, autant qu'il est en vous, de vivre en paix avec tous les hommes.**

**Romains 12:18**

**Mais la sagesse d'en haut est d'abord pure, puis paisible, douce, facile à traiter, pleine de miséricorde et de bons fruits, sans partialité et sans hypocrisie. Et le fruit de la justice est semé dans la paix de ceux qui font la paix.**

**Jacques 3:17-18**

**2. Acceptez qu'il est de votre devoir de chrétien de ne pas provoquer la colère et l'amertume d'autrui.**

**Considérons-nous les uns les autres pour nous exciter à l'amour et aux bonnes œuvres :**

**Hébreux 10:24**

Nous devons "nous provoquer les uns les autres à l'amour et aux bonnes œuvres", et non à l'amertume et à la haine. "Considérer", ce qui signifie "réfléchir attentivement", et découvrir de nouvelles façons d'aimer les gens et de leur faire du bien.

**3. Acceptez que Dieu seul puisse changer et résoudre les problèmes complexes, alors confiez les choses à Dieu, au temps, aux éléments et à la nature. Dieu peut s'occuper de beaucoup de choses.**

Dieu s'occupe mieux de nous. Il est plus à même de gérer des questions complexes pour nous. De nombreux problèmes ne peuvent être résolus par des explications et des poursuites judiciaires. Il vaut mieux s'en remettre à Dieu par la prière et la foi, en sachant qu'il peut "parfaire tout ce qui vous concerne". Les conflits conjugaux seront sans fin et se termineront probablement par un divorce si l'on ne fait pas confiance à Dieu pour régler les différentes situations. Avec le temps, certains problèmes sont résolus. A d'autres moments, Dieu peut utiliser des choses naturelles (la nature, les éléments, etc.) pour exercer un ministère sur votre conjoint et provoquer un changement.

**Confie ta voie à l'Éternel, confie-toi en lui, et il l'accomplira.**

**Psaume 37:5**

**4. Acceptez que c'est la sagesse de Dieu de choisir le chemin de la paix.**

Dans le mariage, il y a toujours des moments de mécontentement sur l'un ou l'autre sujet, mais nous devons accepter que la sagesse de Dieu consiste à choisir le chemin de la paix plutôt que celui de la dispute.<sup>5</sup>

**L'insensé qui se tait est considéré comme sage, et celui qui ferme ses lèvres est estimé comme un homme intelligent.**

**Proverbes 17:28**

Acceptez d'être un artisan de la paix et non une personne acariâtre et de mauvais caractère.

**Heureux les artisans de paix, car ils seront appelés enfants de Dieu.**

**Matthieu 5:9**

"Là où il y a de la jalousie et des querelles, il y a de la confusion et toutes sortes de mauvaises œuvres", mais un foyer plein d'amour et de paix produira un mariage sain et un bon environnement dans lequel les enfants pourront grandir.

**Mais si vous avez dans vos coeurs de l'envie amère et des querelles, ne vous glorifiez pas, et ne mentez pas contre la vérité. Cette sagesse ne descend pas d'en haut, mais elle est terrestre, sensuelle, diabolique. Car là où il y a des jalousies et des querelles, il y a de la confusion et toutes sortes de mauvaises actions. Mais la sagesse qui vient d'en haut est d'abord pure, puis paisible, douce, facile à traiter, pleine de miséricorde et de bons fruits, sans partialité et sans hypocrisie. Et le fruit de la justice est semé dans la paix de ceux qui font la paix.**

**Jacques 3:14-18**

**5. Acceptez que la Parole de Dieu soit plus grande que vos émotions ou vos idées personnelles.**

Un mariage chrétien durable et joyeux n'est possible que s'il est fondé sur la Parole de Dieu. Laissez la Parole de Dieu régner dans votre vie. Sans la Parole de Dieu, de nombreux problèmes ne disparaîtront jamais. Décidez d'obéir à la Parole, quels que soient vos sentiments ou vos

pensées. Ne vous laissez pas influencer par ce que vous ressentez, mais laissez-vous ~~influencer~~ *inspirer et éduquer*, diriger, motiver et contraindre par la Parole de Dieu tout-puissant !

## 6. Développer un flux malgré la provocation.<sup>6</sup>



### Notes

1. Timothy Hall, *The Labor of Love* (Grand Rapids, Michigan : Kregel, 1996), 61 - 68 ; Evans A. Laryea, *Joining of Lives* (Accra, Ghana : PAL International, 2002), 70 - 76.
2. Nancy L. Van Pelt, *Highly Effective Marriage* (Accra, Ghana : Advent Press, 2000), 47 - 54.
3. Florence Littauer, *Personality Plus for Couples* (Grand Rapids, Michigan : Baker Book House), 37 - 41 ; Arnold Mol, *Let's Both Win* (Basingstoke, Hants, Royaume-Uni : Marshall Morgan & Scott, 1984), 20 - 49.
4. Gary et Barbara Rosberg, *Improving Communication in Your Marriage* (Loveland, Colorado : Group Publishing Inc., 2000), 111-2.
5. Bob et Jan Horner, *Resolving Conflict in Your Marriage* (Loveland, Colorado : Group Publishing Inc., 2000), 20.
6. Neil T. Anderson et Charles Nylander, *The Christ-Centered Marriage* (Ontario, Glint, 1996), 217 - 27.

**SECTION 8 LE  
CORPS HUMAIN**

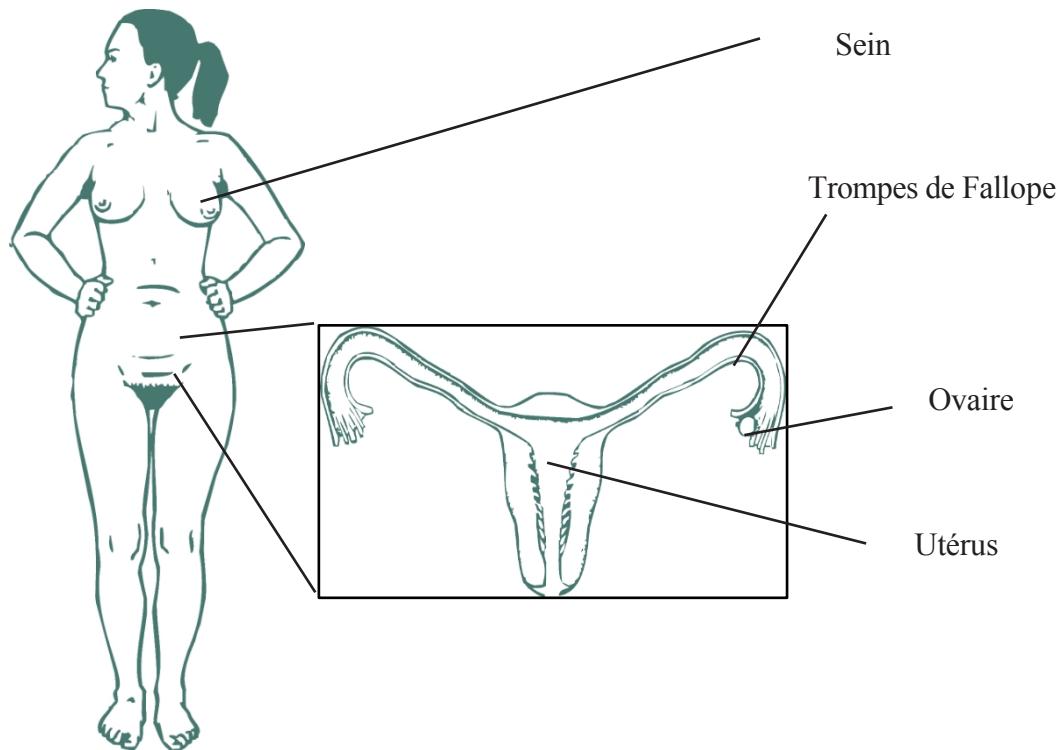
## *Chapitre 26*

# **Comprendre le corps humain en images**

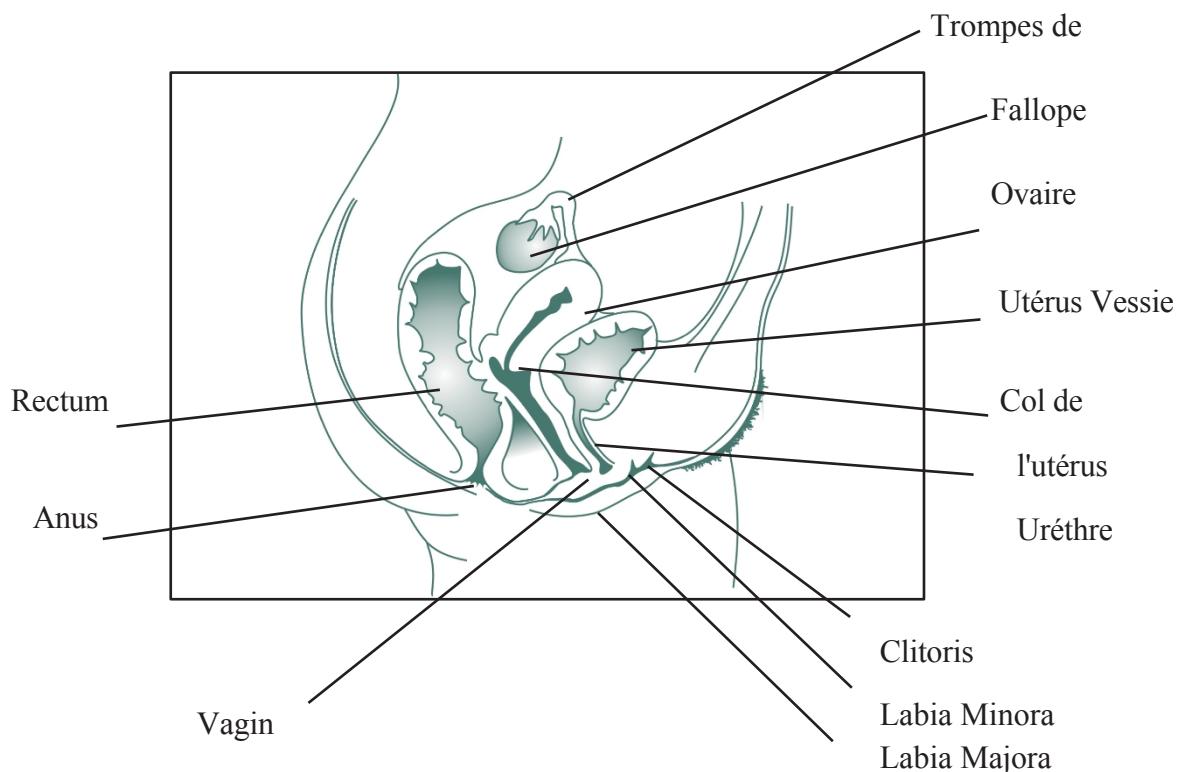
Comprenez l'anatomie de votre corps en étudiant les images suivantes.

### **Femme**

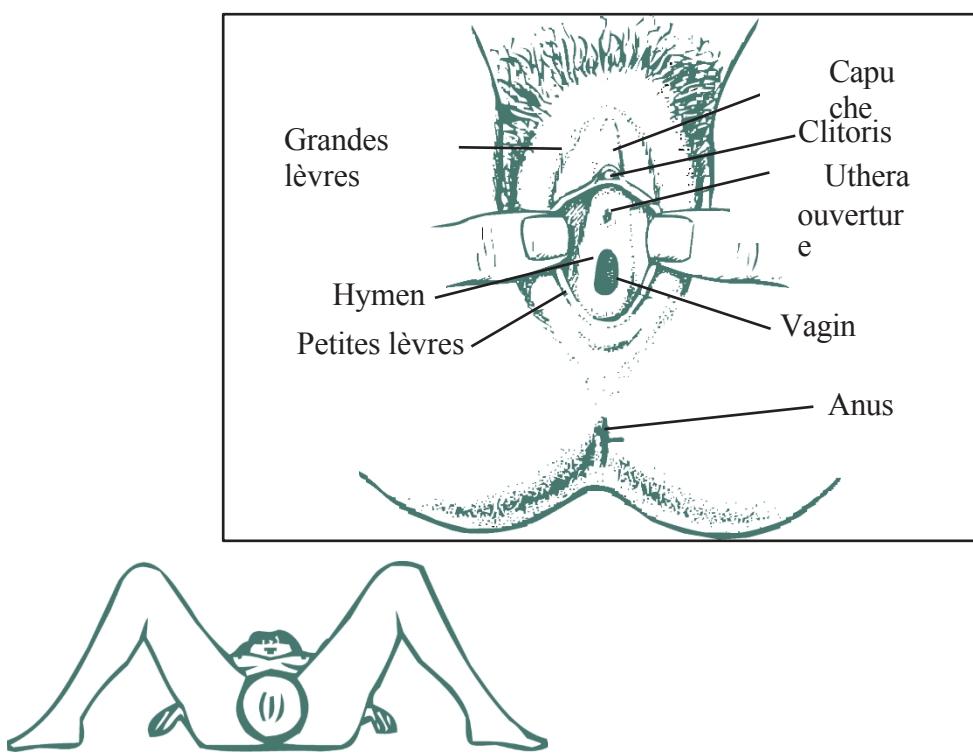
Chaque femme est encouragée à mieux connaître son corps. Elle peut utiliser un miroir pour observer les organes génitaux externes et essayer d'identifier le vagin et le clitoris.<sup>1</sup>



*Fig. 7 : Anatomie du corps féminin*



*Fig. 8 : Vue latérale des organes reproducteurs féminins.<sup>2</sup>*



*Fig. 9 : Organes génitaux externes d'une femme en position de lithotomie.<sup>3</sup>*

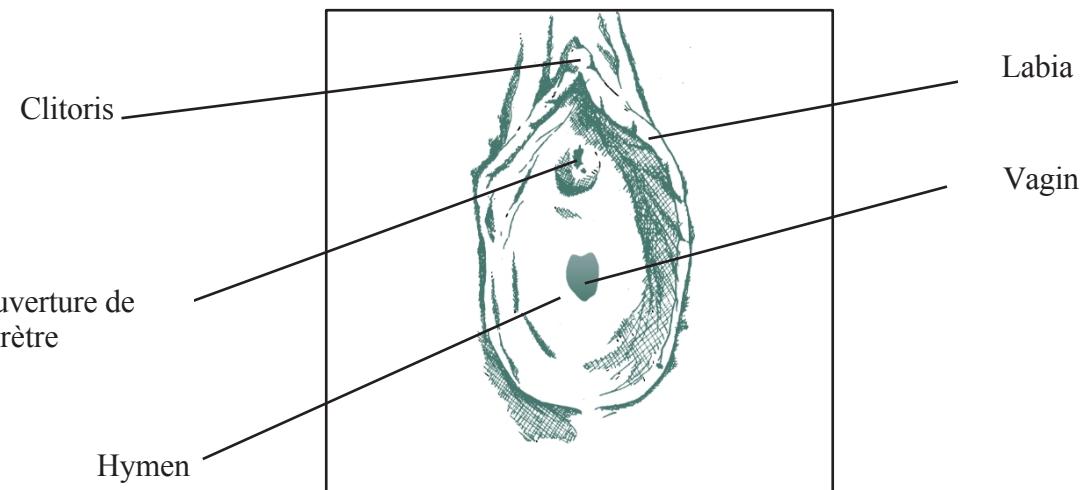


Fig. 10 (a) : Ouverture du vagin d'une vierge

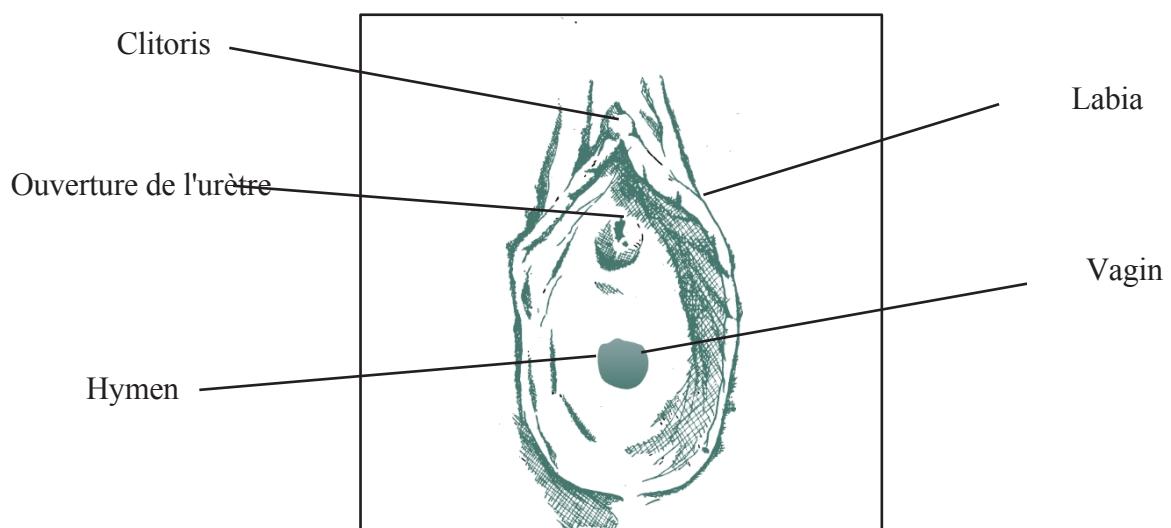


Fig. 10 (b) : Ouverture du vagin après un rapport sexuel

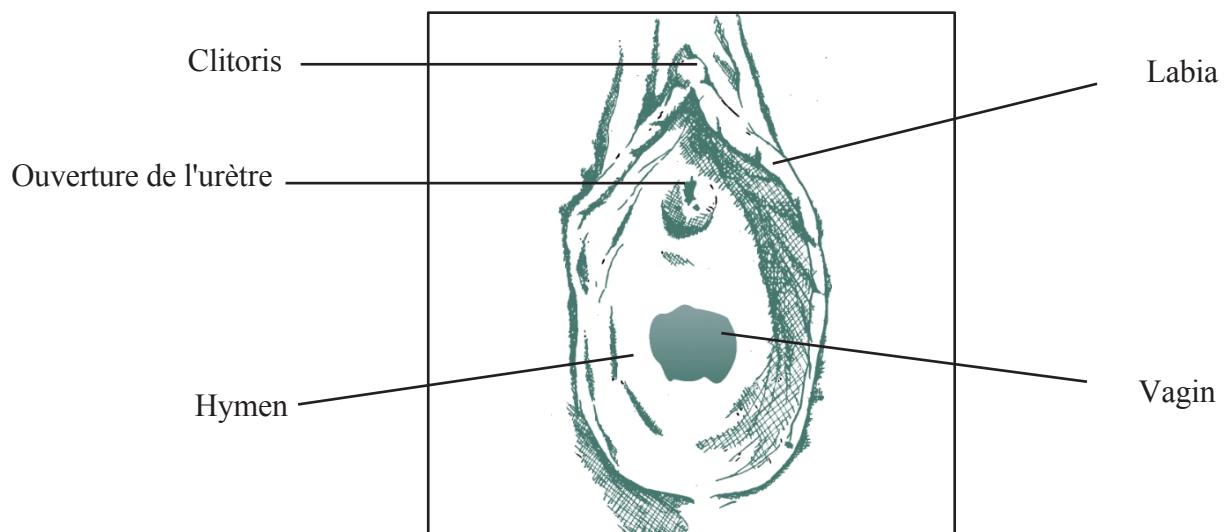


Fig. 10 (c) : Ouverture du vagin après l'accouchement

## Homme

Chaque homme devrait également apprendre à connaître son corps. Il peut se placer devant un miroir et examiner ses organes génitaux.<sup>4</sup>

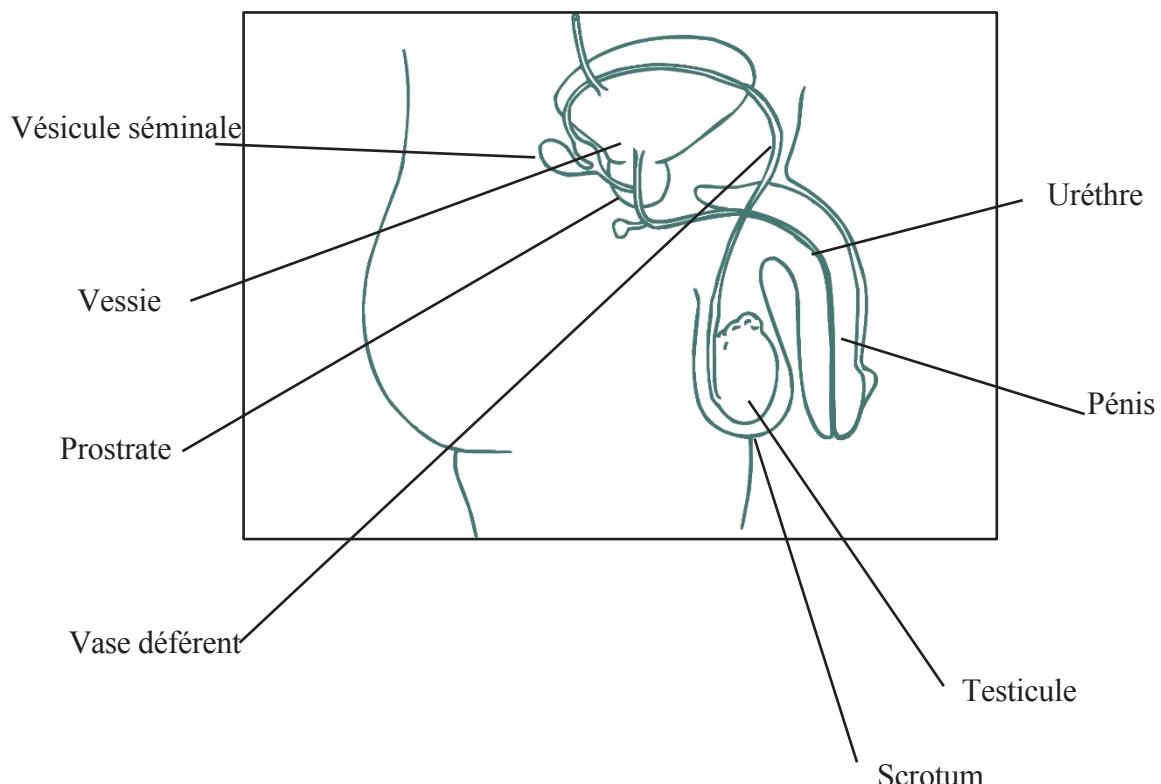


Fig. 11 : *Organes reproducteurs masculins*<sup>5</sup>

### Notes

1. Clifford et Jane Penner, *The Gift of Sex* (Nashville, Tennessee : Word Publishing Group, 2003), 45 - 53.
2. Frank Netter, *Atlas d'anatomie humaine* (East Hanover, New Jersey : Novartis, 1997), 342.
3. Ibid, 350.
4. Clifford et Jane Penner, *The Gift of Sex* ( Nashville, Tennessee : Word Publishing Group, 2003), 54 - 59.
5. Frank Netter, *Atlas d'anatomie humaine* (East Hanover, New Jersey : Novartis, 1997), 338.

## *Chapitre 27*

# **Méthodes de planification familiale**

La planification familiale implique l'utilisation de diverses méthodes pour prévenir les grossesses non désirées et espacer les naissances. Un couple peut avoir besoin de choisir une méthode de planification familiale appropriée juste avant de se marier ou plus tard dans leur vie familiale.

Avant de découvrir les différentes méthodes de planification familiale, il convient d'en savoir un peu plus sur la physiologie du corps féminin.

### **Physiologie du corps féminin Menstruation**

La menstruation est le processus d'évacuation du sang et d'autres matières de la paroi de l'utérus chez une femme mûre et non enceinte, à la fin de chaque cycle menstrual.

Le cycle menstrual a pour but de préparer l'utérus à recevoir un ovule fécondé. Chaque mois, l'un des ovaires libère un ovule qui est transporté par la trompe de Fallope jusqu'à l'utérus. Il peut rester dans la trompe de Fallope pendant 24 à 48 heures et, au cours de cette période, il peut être fécondé.

En préparation à cette libération mensuelle de l'ovule, le tissu qui tapisse l'utérus, l'endomètre, s'épaissit et son approvisionnement en sang augmente. Si l'ovule n'est pas fécondé, l'endomètre se désagrège et une perte de sang se produit, entraînant les menstruations (ou règles). Les contractions des muscles de l'utérus éliminent ce tissu ainsi que l'ovule non fécondé, si la grossesse ne se produit pas. La douleur provoquée par ces contractions est parfois intense et on parle alors de dysménorrhée.

Les saignements menstruels durent généralement de quatre à six jours. Ensuite, les tissus sont réparés. L'endomètre se reconstitue ensuite. Le cycle menstrual complet dure environ vingt-huit jours. S'il y a fécondation de l'ovule, entraînant une grossesse, les règles de la femme s'arrêtent jusqu'à la naissance de l'enfant. (Il arrive que les règles ne reprennent que quelques mois après la naissance de l'enfant).

Il convient de consulter un médecin en cas de saignements menstruels normaux.

'a pas eu lieu depuis quelques mois mais il n'y a pas de grossesse ou de probabilité de grossesse.

Il s'agit d'une aménorrhée.

Le cycle menstruel commence à la puberté et se poursuit chaque mois jusqu'à ce que la femme ait entre quarante-cinq et cinquante ans. À l'âge où les menstruations cessent, la femme est ménopausée.<sup>1</sup>

## **Fertilisation**

La fécondation est le processus par lequel un spermatozoïde s'unit à un ovule pour produire un œuf fécondé. L'organe masculin, le pénis, devient érigé au moment de l'excitation sexuelle parce que l'approvisionnement en sang augmente. Il peut alors être inséré dans le vagin de la femme. Au moment où l'excitation est à son comble, l'éjaculation a lieu et les spermatozoïdes sont libérés. Les spermatozoïdes nagent dans l'utérus et remontent dans les trompes de Fallope où a lieu la fécondation.

## **Planification familiale**

Le planning familial permet à un couple d'éviter les grossesses non désirées et d'espacer les naissances. D'autres raisons justifient le recours au planning familial :

- (1) Un couple nouvellement marié a besoin d'un certain temps pour s'adapter l'un à l'autre. Il est souhaitable qu'ils aient le temps d'apprendre à communiquer et à partager avant que les responsabilités d'une jeune famille ne leur incombent.
- (2) La peur d'une grossesse peut inhiber le plaisir de la relation sexuelle.

## **Méthodes**

- (1) Méthodes naturelles
- (2) Méthodes de barrières
- (3) Spermicides
- (4) Préparations hormonales
- (5) Dispositif contraceptif intra-utérin (DCIU)
- (6) Méthodes permanentes.<sup>2</sup>

### **1. Les méthodes naturelles**

#### **(a) Coitus Interruptus**

Le "coït interrompu" est le retrait du pénis du vagin juste avant l'éjaculation. Cette méthode tente de prévenir la grossesse en déposant le sperme en dehors des voies génitales.

*Avantages :*

1. Il n'implique aucun équipement ni aucune préparation avant le rapport.
2. Il est toujours disponible sans frais.

*Inconvénients :*

1. Le liquide qui s'écoule du pénis en érection avant l'éjaculation contient souvent des spermatozoïdes. Ces spermatozoïdes peuvent provoquer une grossesse même si l'éjaculation a lieu en dehors du vagin.
2. Il est souvent difficile de contrôler avec précision le moment de l'éjaculation. La discipline requise pour se retirer avant l'éjaculation peut enlever une partie du plaisir de l'expérience.
3. Le retrait soudain peut empêcher la femme d'atteindre l'orgasme lors des rapports sexuels.
4. Si 1 000 couples utilisaient la méthode du coït interrompu, le nombre de grossesses ne diminuerait que de 20 %. Cela signifie qu'il y aurait 160 à 200 grossesses non planifiées au cours d'une année.

**(b) L'allaitement**

L'allaitement est une méthode de contraception qui n'est efficace que lorsqu'elle est pratiquée exclusivement sans compléments alimentaires. Il n'est généralement pas efficace en raison des conditions de travail existantes.

**(c) Méthodes scientifiques**

Utilisé pour déterminer le moment de l'ovulation afin d'éviter le coït.

*i. La méthode du calendrier*

Pour utiliser avec succès les méthodes du rythme (ou du calendrier), une femme doit connaître la variation de la durée de ses propres cycles menstruels. Pour cela, elle doit tenir un registre écrit de ses menstruations pendant huit à douze mois avant de pouvoir utiliser le système. En fait, ce registre détaillé est tenu afin de mieux prédire la date de début des prochaines règles, appelée jour 1 du cycle menstrual.

Une fois qu'elle dispose d'un tel dossier, son médecin peut lui montrer comment calculer le nombre de jours par mois pendant lesquels les rapports sexuels doivent être évités. En gros, elle doit soustraire quatorze jours de la prochaine date prévue pour l'apparition des règles afin de trouver le jour de l'ovulation. Ensuite, pendant les quatre jours qui précèdent l'ovulation et les trois jours qui la suivent, elle doit éviter les rapports sexuels.

*ii. Température basale du corps*

Dépend de l'identification de l'augmentation de la température basale du corps qui se produit au moment de l'ovulation. Une augmentation d'environ 0,3 - 0,5 C. La connaissance du moment de l'ovulation déterminée par cette méthode pendant plusieurs mois, vous aide à connaître précisément la période d'ovulation et par conséquent la période pendant laquelle il est possible d'avoir des rapports sexuels en toute sécurité sans tomber enceinte.

*Modèle de*

*mariage* NB : L'enregistrement de la température peut être affecté par la fièvre due au paludisme ou à des infections, par exemple.

*iii. Mucus cervical*

Elle repose sur l'observation par la femme d'une séquence de changements dans la qualité et la quantité de la glaire cervicale au cours du cycle menstruel. Immédiatement après les règles, l'orifice vaginal semble sec, mais à mesure que la période d'ovulation approche, la glaire peut être détectée. Au début, elle est trouble et collante, mais à mesure que le taux d'œstrogènes augmente, la production de glaire augmente. Elle devient plus claire, les filaments s'étirent sans se rompre et elle est glissante. Le pic de la glaire claire est atteint le jour de l'ovulation, après quoi la glaire redevient trouble.<sup>3</sup>

## 2. La méthode des barrières

### (a) Le préservatif

Le préservatif (également appelé prophylactique, pro, gaine ou caoutchouc) se place sur le pénis en érection pour recevoir le sperme et empêcher tout spermatozoïde de pénétrer dans le vagin lors de l'éjaculation. Dans le monde entier, le préservatif reste le moyen de contraception efficace le plus utilisé. Voici quelques instructions simples pour utiliser le préservatif avec succès :

1. Le préservatif doit être mis en place avant le rapport sexuel. Le contact entre le pénis et la zone vaginale doit être évité jusqu'à ce que le préservatif soit mis en place sur le pénis en érection, car le liquide initial qui s'écoule du pénis peut contenir des spermatozoïdes.
2. Laissez un espace d'un demi-pouce à l'extrémité du pénis comme réservoir où le sperme peut s'accumuler dans le préservatif. Sinon, le sperme lubrifiera tellement la tige du pénis que le préservatif risque de glisser.
3. Continuez à dérouler le préservatif jusqu'à la base du pénis.
4. Très rapidement après l'éjaculation, alors que le pénis est encore en érection, retirez-le lentement et avec précaution du vagin. Vous devez maintenir le préservatif en place à la base du pénis (si vous laissez l'érection se calmer, le préservatif risque de glisser).
5. Si le préservatif glisse pendant les rapports sexuels, saisissez l'extrémité ouverte du préservatif et retirez-le du vagin avec précaution afin de ne pas en perdre le contenu. Ensuite, la femme doit immédiatement se faire une douche vaginale et se savonner l'extérieur avec de l'eau et du savon.
6. Chaque fois qu'un rapport sexuel est répété, un préservatif propre doit être utilisé.

*Avantages :*

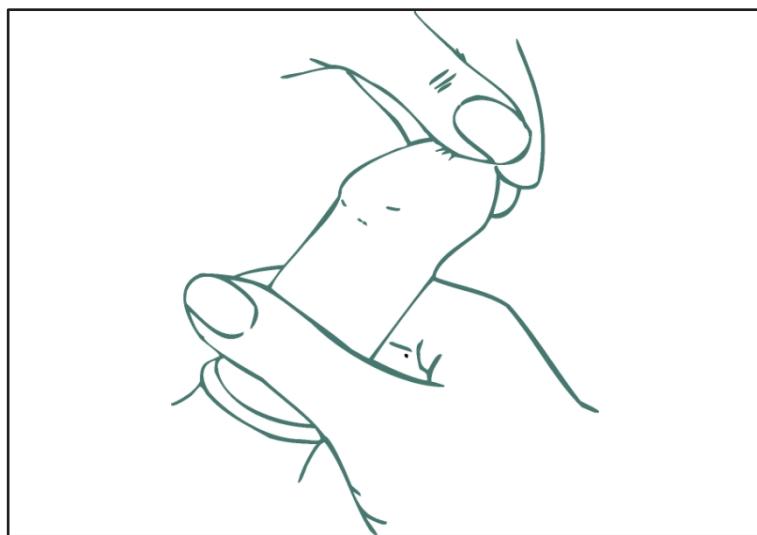
1. Il est facile à utiliser.
2. Il n'y a pas d'effets secondaires.
3. Il peut être acheté dans n'importe quelle pharmacie sans ordonnance.
4. Elle fait peser la responsabilité sur le mari, ce que certaines épouses considèrent comme un avantage certain.

*Modèle de  
mariage*

5. Immédiatement après le rapport sexuel, la preuve de son efficacité est visible.
6. Il prévient efficacement la propagation de la plupart des maladies transmises par les rapports sexuels.

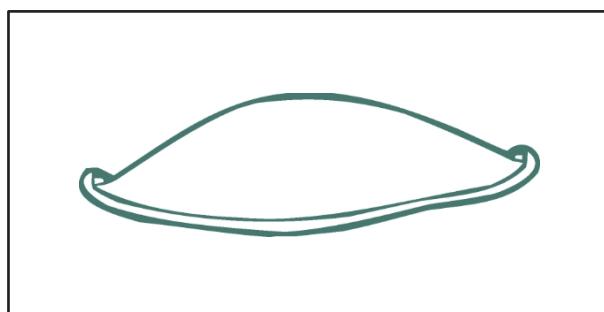
*Inconvénients :*

1. Il réduit la sensation au niveau du pénis. Cependant, cela peut être un avantage pour certains maris qui trouvent que cela les aide à retarder leur éjaculation.
2. Le préservatif ne peut être mis en place que lorsque le mari a une érection.
3. Il interrompt les préliminaires sexuels. L'épouse peut facilement surmonter cette objection en plaçant affectueusement le préservatif sur le pénis de son mari, dans le cadre d'une partie érotique supplémentaire de l'amour.
4. La femme peut ressentir une certaine gêne en l'absence de lubrification. Ce problème peut être résolu en utilisant des préservatifs lubrifiés (hermétiquement fermés) ou en utilisant une gelée contraceptive qui a deux fonctions : la lubrification et la sécurité. N'utilisez jamais de vaseline ou de cold cream, car les produits à base de pétrole peuvent endommager le caoutchouc du préservatif.
5. Il peut y avoir un petit trou indétectable dans le préservatif. Il a été estimé que même un trou d'épingle contribuerait à moins d'une chance sur 200 000 à une grossesse.



*Fig. 12 : Préservatif posé sur un pénis en érection*

(b) Le diaphragme



*Fig. 13 : Le diaphragme*

Les diaphragmes sont fabriqués en différentes tailles et le vagin de la femme doit être examiné afin de lui donner la taille la plus adaptée à son vagin. La plupart des femmes qui utilisent le diaphragme s'enduisent de gelée spermicide dans le dôme et autour du bord du diaphragme, bien que l'utilisation d'une gelée spermicide puisse ne pas être nécessaire. En général, la femme s'accroupit ou se tient debout avec un pied sur une chaise pour introduire le capuchon, et l'insère dans son vagin dans une direction ascendante et descendante. À l'intérieur du vagin, la cape reprend sa forme et s'adapte parfaitement au vagin en recouvrant le col de l'utérus.

Après l'accouchement, la capacité du vagin peut augmenter dans une certaine mesure et la femme doit être rééquipée si elle a l'intention de continuer à utiliser le diaphragme comme méthode contraceptive.

*Inconvénients :*

- 1L'absence d'intimité lors de l'insertion et du retrait. L'utilisateur a besoin d'une formation initiale.
2. Manque d'eau parfois pour le nettoyage du diaphragme.
3. Nécessité d'ajouter une crème ou une gelée spermicide pour améliorer l'efficacité.
4. Pas facilement disponible.
5. Il n'est pas très confortable à porter. Le bonnet doit rester en place 6 à 8 heures après le rapport sexuel.
6. Il est un peu cher et il est parfois difficile de trouver une taille adaptée.

### **3. Spermicides**

Ces produits spermicides sont utilisés seuls et sont efficaces parce qu'ils tuent les spermatozoïdes sans endommager les tissus vaginaux délicats. Disponibles sous trois formes - mousse, crème et gel synthétique - ces produits sont appliqués à l'aide d'un mince applicateur vaginal en plastique qui mesure automatiquement la dose appropriée. Ils sont si efficaces qu'une seule application suffit avant chaque acte sexuel. Si une femme souhaite utiliser la douche vaginale, elle doit attendre au moins six heures. Les spermicides sont nettement plus efficaces que les méthodes du rythme, du retrait ou de la douche vaginale.<sup>4</sup>

*Avantages :*

- 1 Les spermicides vaginaux peuvent être achetés sans ordonnance.
- 2 Aucun ajustement n'est nécessaire, comme celui effectué avant l'obtention d'un diaphragme.
3. Il n'y a rien à retirer après un rapport sexuel.
4. Les femmes qui utilisent cette méthode ne doivent s'en préoccuper qu'au moment des rapports sexuels.

*Inconvénients :*

1. Pour être efficaces, les spermicides vaginaux doivent être placés dans le vagin juste avant le rapport sexuel.

2. L'applicateur doit être lavé à l'eau et au savon après chaque utilisation.
3. Un spermicide peut parfois provoquer une irritation allergique dans le vagin.

4. Les pertes vaginales sont plus abondantes après les rapports sexuels, car le sperme et le spermicide sont évacués. Certaines femmes trouvent cela gênant.
5. Si 1 000 femmes utilisaient la méthode du spermicide vaginal pendant un an, environ 76 d'entre elles auraient des grossesses non planifiées. Ce chiffre inclut les femmes qui n'ont pas utilisé de spermicide avant chaque rapport sexuel.

#### 4. Préparations hormonales

##### (a) Contraceptifs oraux ("la pilule")

La méthode contraceptive orale exige qu'une femme prenne une pilule ou un comprimé contraceptif tous les jours pendant 21 jours. Toute femme qui commence à utiliser cette méthode prend la première pilule 5 jours après le début de ses règles. Elle prend ensuite une pilule par jour jusqu'à ce qu'elle ait pris 21 pilules. Ensuite, elle arrête de prendre les pilules et, dans les 2 à 3 jours qui suivent, elle devrait avoir ses premières règles. 7 jours après avoir pris le dernier comprimé, elle recommence à prendre la pilule pour les 21 jours suivants et répète le cycle. Cette routine se poursuit mois après mois, aussi longtemps que la femme souhaite éviter une grossesse.

Les pilules sont essentiellement composées de deux hormones qui ressemblent beaucoup aux hormones naturelles. Lorsque ces substances sont prises, elles indiquent au corps de ne pas produire d'ovule. Comme aucun ovule n'est produit pendant la prise de la pilule, aucun ovule ne sera présent dans le corps de la femme pour s'unir aux spermatozoïdes de l'homme pendant les rapports sexuels. Lorsqu'elle arrête de prendre la pilule, l'ovulation reprend.<sup>5</sup>

##### Avantages

1. Le contraceptif oral combiné, la pilule, est le contraceptif le plus sûr, avec une protection de près de 100 %, à condition qu'il soit pris quotidiennement selon les recommandations. Son taux de grossesse est de 0,3 % pour cent femmes.
2. Il ne nécessite pas de préparation avant le rapport sexuel.

##### Inconvénients :

1. La pilule doit être utilisée en même temps qu'une autre méthode contraceptive pendant au moins un mois.
2. Les nausées sont fréquentes au cours du premier cycle et peuvent être réduites en prenant les pilules le soir au dernier moment.
3. Une sensibilité et un léger gonflement des seins peuvent survenir, mais cessent généralement après quelques cycles.
4. Les pertes "menstruelles" sont généralement réduites. Des taches intermenstruelles (saignements intermenstruels) peuvent se produire.
5. Une prise de poids initiale de 0,5 kg est fréquente. Cette prise de poids disparaît généralement après quelques cycles ; le passage à une autre pilule permet parfois de réduire la prise de poids.
6. Une hypertension peut survenir, en particulier au cours de la première année.

d'utilisation et chez les patients de plus de 30 ans.

7. Jaunisse cholestatique - yeux jaunes et urine foncée.
8. Le risque de thrombose veineuse, d'embolie, de thrombose coronarienne et d'hémorragie cérébrale est accru chez les femmes prenant la pilule combinée.

9. Les premières règles après l'arrêt de la contraception orale sont souvent tardives.
10. Si une femme a eu une tumeur dépendante des œstrogènes (par exemple, un cancer du sein), les pilules contenant des œstrogènes sont contre-indiquées.
11. Candidose vaginale : pertes blanchâtres et crayeuses, non nauséabondes.
12. Chloasma - pigmentation du visage comme celle que l'on observe parfois pendant la grossesse, c'est-à-dire un assombrissement du visage.
13. Des migraines peuvent survenir.
14. Les effets psychologiques sont difficiles à évaluer. La dépression est parfois attribuée à la pilule, mais rarement avec beaucoup de preuves. La peur de la pilule est fréquente en raison d'articles de presse déséquilibrés sur les risques qu'elle présente.

Malgré cette longue liste d'effets secondaires possibles, il faut savoir que des millions de femmes dans le monde utilisent la pilule sans aucun problème.

**(b) Produits injectables**

Cette méthode est similaire à la pilule. La femme reçoit une injection une fois tous les deux ou trois mois.

**5. Le dispositif contraceptif intra-utérin (DCIU)**

Le DCIU, également appelé boucle, est une boucle en plastique souple et flexible qui peut être insérée par un médecin. Le DCIU est attaché à un fil de nylon ferme qui dépasse du col de l'utérus dans le vagin d'environ un centimètre. La femme peut toucher ce fil pour s'assurer que le DCIU est bien placé. Plus tard, ce fil est utilisé pour retirer le DCIU.

Il existe une certaine incertitude quant au fonctionnement du DCIU. Il est généralement admis qu'il dépend de la réaction au corps étranger produite par sa présence dans l'utérus.<sup>6</sup>

*NB : Cette forme de contraception n'est pas recommandée par l'Eglise car nous pensons qu'elle provoque l'avortement d'une grossesse de deux ou trois jours.*

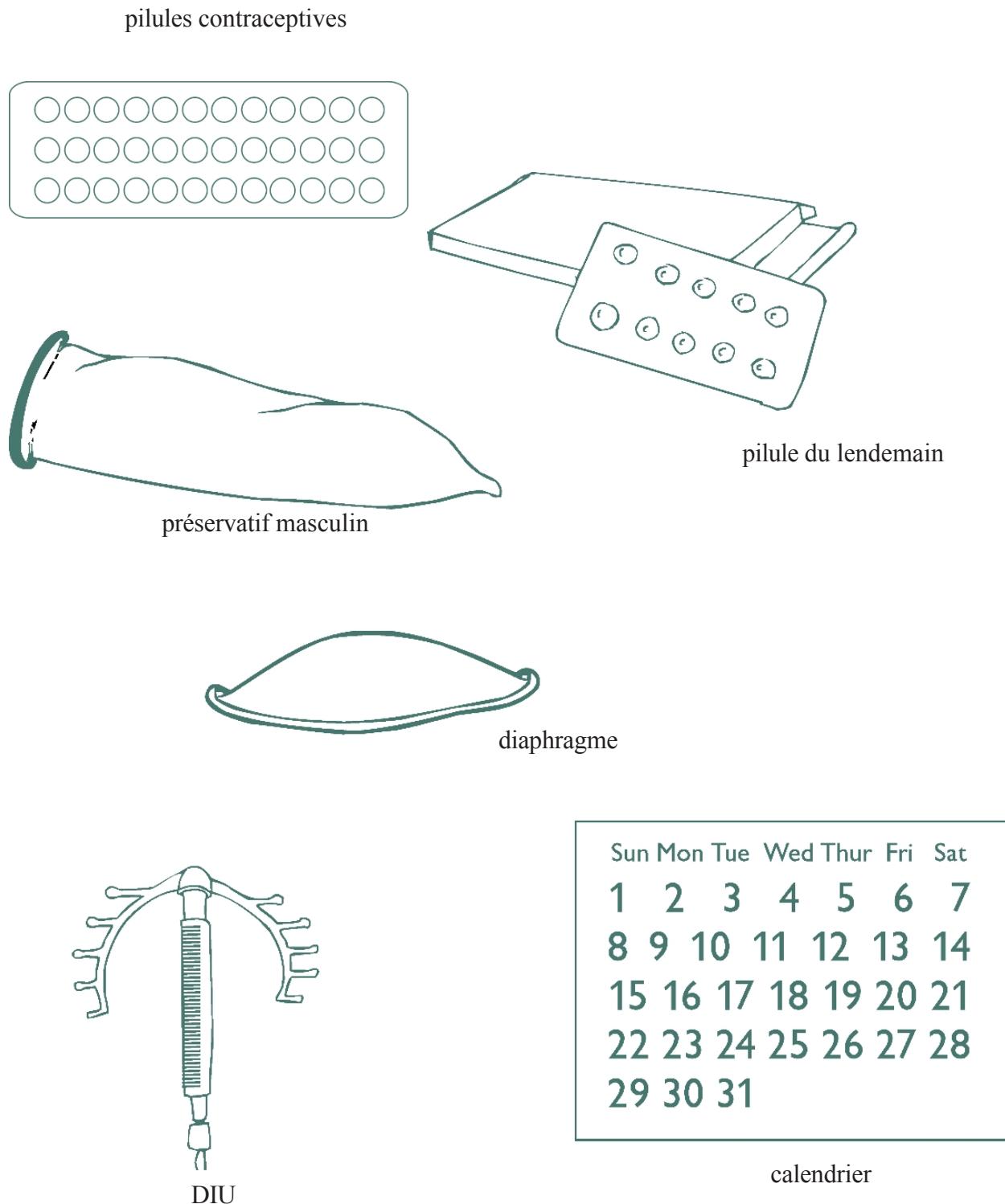


Fig. 14 : Méthodes de contraception

## 6. Planification familiale permanente

Il s'agit d'une méthode de contraception permanente. La méthode de contraception permanente pour les hommes est la vasectomie et la ligature des trompes pour les femmes. (*Voir les images ci-dessous*).

Les éléments à prendre en compte avant d'adopter une méthode de contraception permanente :

1. En cas de décès d'un enfant, le couple peut souhaiter avoir un autre enfant.
2. Si la femme meurt et que le mari veut se remarier, aucune femme ne peut vouloir épouser un homme qui a subi une vasectomie. La vasectomie n'est pas synonyme d'impuissance !
3. Si le mari meurt et que la femme a subi une ligature des trompes, il se peut qu'elle veuille avoir d'autres enfants lors de son prochain mariage. Toutefois, ce problème est moins grave que le précédent.

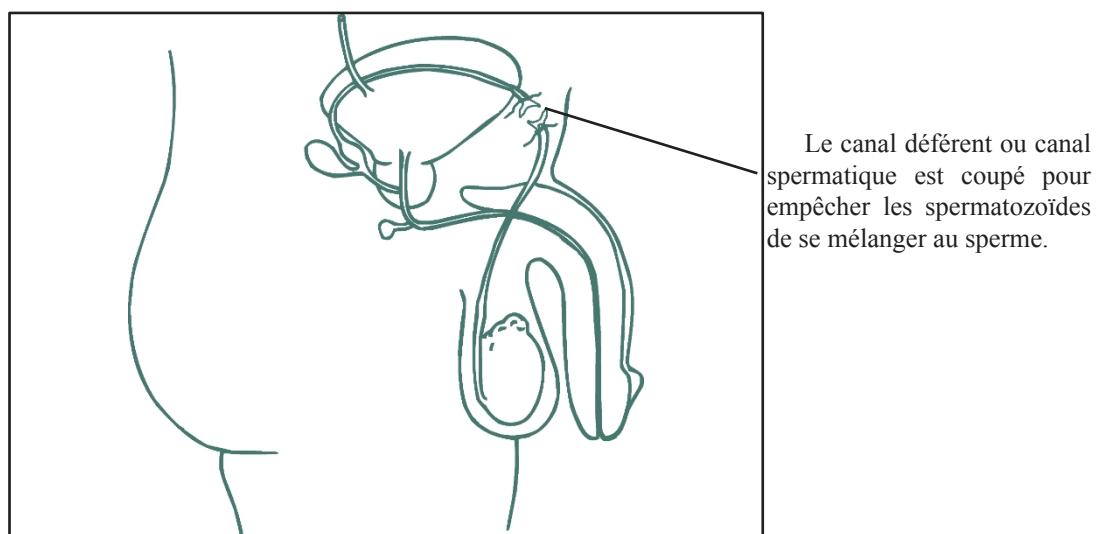
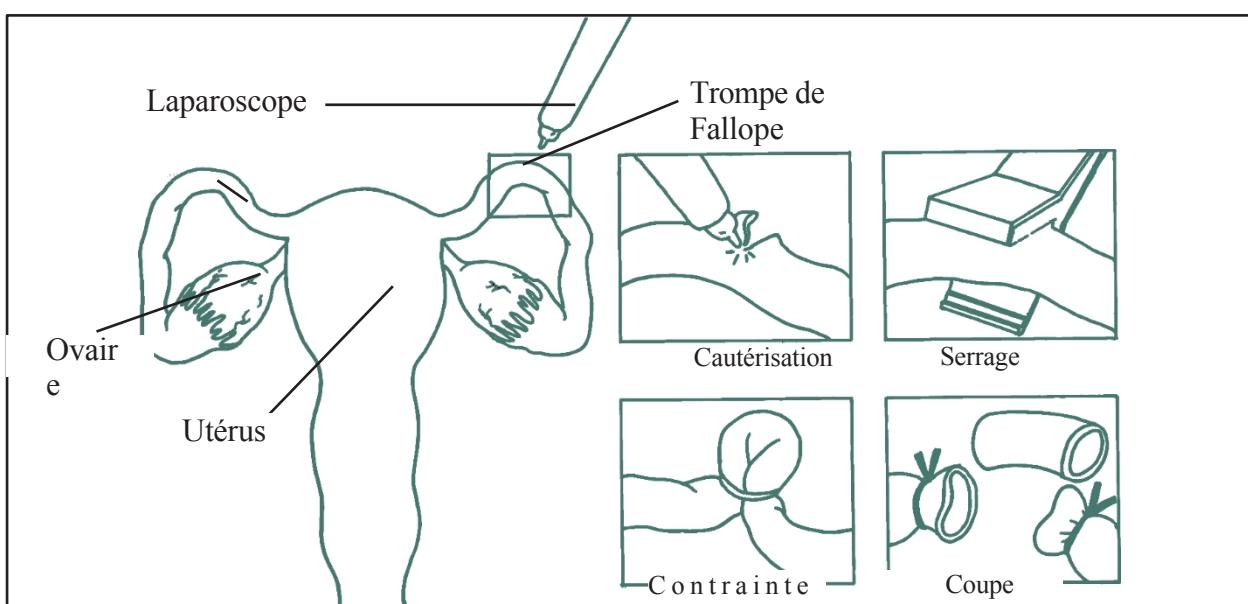


Fig. 15 : Vasectomie



*Fig. 16 : Ligature des trompes*

### **Notes**

1. H. L. Frederickson et L. Wilkins Haug, *OB/GYN Secrets* (Philadelphie, Pennsylvanie : Hanley and Belfus Inc., 1991), 72, 79 ; E. A. Badoe et S.K. Owusu ed : *A Layman's Guide To Good Health* (Accra, Ghana : University of Ghana Medical School, 2004), 108 - 11.
2. Derek Llewellyn Jones, *Everywoman : A Gynaecological Guide for Life* (Lagos, Nigeria : Academy Press, 1994), 95 - 125.
3. William Ganong, *Review of Medical Physiology* (East Norwalk, Connecticut : Appleton and Lange, 1991), 412.
4. F. Philip Rice, *Intimate Relationships, Marriages and Families* (Mountain View, California : Mayfield Publishing Co., 1999), 349-65.
5. Robert O. Blood, *Marriage* (New York : The Free Press, 1969), 406 - 16.
6. Stuart Campbell et Ash Monga, eds, *Gynaecology by Ten Teachers*. 17e édition (Londres : Arnold, 2000), 66-75.

## **SECTION 9**

### **LA RELATION SEXUELLE      SEXUELLE**



## ***Chapitre 28***

# **Introduction au bonheur sexuel**

Au cours de ces séances de conseil, nous essaierons de vous montrer que le sexe est beau, que le sexe est saint et que Dieu parle de sexe.<sup>1</sup>

Elle est décrite dans la Bible. La Bible a beaucoup à dire sur la sexualité. La sexualité a été créée par Dieu et non par le diable. Le sexe a été tellement mal utilisé et perverti par le diable et le monde que l'on a l'impression que le sexe est laid et qu'il constitue un péché. Cette étude nous apprend qu'au contraire, le sexe est une merveilleuse création de Dieu. Lorsqu'elle est pratiquée dans les limites de la volonté de Dieu, la sexualité ne peut que conduire à plus de joie et de paix dans le mariage.<sup>2</sup>

Les rapports sexuels peuvent être très agréables et plaisants pour les hommes comme pour les femmes. Toutefois, il s'agit d'un art qui doit être appris et développé. Le sexe ne consiste pas à obtenir une note de 10 sur 10 pour sa performance, mais à s'amuser avec son partenaire et à se montrer attentionné. Les couples doivent donc se détendre et se préparer à découvrir un nouveau monde.

Pour y parvenir, vous devez d'abord avoir une relation amoureuse et confortable. Dans un climat d'amour et de confiance, vous êtes libre de vous débarrasser de toutes vos inhibitions et de vous ouvrir complètement à votre partenaire sur le plan émotionnel.

Le sexe renforce l'amour entre le mari et la femme. Il rapproche les couples. La plupart des rancœurs s'estompent pendant et après l'acte sexuel.

Pourquoi commettre la fornication quand on peut commettre l'amour ?

Avoir des relations sexuelles régulières est un privilège pour le couple chrétien né de nouveau. C'est un don de Dieu pour vous, du jour où vous vous mariez jusqu'à votre vieillesse. Faites usage de ce don.

## 8 raisons de faire l'amour

1. Le plaisir (voir chapitre 31).
2. (voir chapitre 32).
3. Reproduction (voir chapitre 36).
4. Une façon de rester soudés en tant que couple.

La vie sexuelle d'un couple est un thermomètre de leur relation et de leur amour (voir le "sexomètre" ci-dessous).

- (a) Lorsque la relation est saine et solide, les rapports sexuels sont fréquents, par exemple pendant la lune de miel et au début du mariage.
- (b) Un signe qu'un couple n'est plus proche est qu'il n'a pas eu de relations sexuelles depuis un certain temps. Par exemple, si un couple n'a pas eu de rapports sexuels pendant un mois, c'est un signe certain qu'ils ne coulent plus ensemble. S'ils n'ont pas eu de rapports sexuels pendant trois mois, c'est le signe de graves problèmes conjugaux.
- (c) Une sexualité excitante et de qualité peut prévenir la promiscuité et l'adultère.
- (d) Le plus grand organe sexuel est l'esprit.<sup>3</sup>

FRÉQUENCE	RELATIONS
Deux fois par jour	Typique d'une relation très, très heureuse -- Détente/lune de miel
Quotidiennement	Typique d'un mariage très heureux
Tous les deux jours	Typique d'un mariage harmonieux, en particulier dans les couples qui travaillent
Une fois par semaine	Typique d'un mariage subissant les pressions de la vie
Deux fois par mois	Typique d'un mariage diharmonieux, en particulier la vie entre les querelles et les tempêtes.
Une fois par mois	Typique d'un mariage en coexistence - sans intérêt l'un pour l'autre
Une fois tous les deux ou trois mois	Typique d'un mariage en grave disharmonie -- demander l'infidélité/l'adultère
Une fois tous les six mois	Typique d'un couple en situation de séparation virtuelle et de rupture conjugale
Une fois par an	Typique de l'échec total du mariage et du divorce virtuel

Fig. 17 : Le sexomètre

## Sexomètre

5. Des relations sexuelles régulières préviennent l'adultère :
  - (a) Lorsque vous avez des rapports sexuels, comme pour tous les autres besoins physiques, votre désir de sexe diminue, car vous êtes bien satisfait. Par exemple, si vous mangez bien à la maison, vous n'aurez pas envie d'acheter de la nourriture à l'extérieur puisque vous êtes bien satisfait à la maison. Il en va de même pour le sexe.
  - (b) Les épouses doivent comprendre qu'il est dans leur intérêt d'avoir des relations sexuelles régulières avec leurs maris afin que ceux-ci ne s'intéressent pas aux autres filles qu'ils rencontrent chaque jour en dehors du foyer.
6. Une façon d'exprimer son amour à sa femme ou à son mari :
  - (a) Il existe différentes façons d'exprimer son amour : acheter un cadeau, préparer un bon repas, etc. Une autre façon d'exprimer son amour est d'avoir des relations sexuelles avec sa femme ou son mari.
  - (b) Les comportements romantiques, tels que les baisers, les caresses, les attouchements, ne sont pas destinés à des relations pécheresses entre petit(e) ami(e) et petite amie, mais à des couples correctement mariés. Les couples sont encouragés à adopter un comportement romantique.
7. Le sexe peut être une issue heureuse à certaines querelles :
  - (a) Un proverbe dit qu'il n'y a pas de problème qui ne puisse être résolu au lit.
  - (b) Une fois les problèmes réglés par des discussions et des excuses, les relations sexuelles peuvent se terminer de manière très heureuse.
  - (c) Le sexe n'est pas un substitut à la discussion.
  - (d) Une femme qui veut calmer son mari peut avoir des relations sexuelles avec lui.
8. Le sexe peut être un moyen de relâcher la tension.

L'activité sexuelle libère des endorphines ou provoque une relaxation qui peut être utile à un pasteur qui se prépare à prêcher, à un footballeur qui est tendu pour un match, à un étudiant qui s'apprête à passer un examen ou à une personne qui se présente à un entretien.

## Notes

1. Joshua Adjabeng, *Enjoying a Fruitful Marriage* (Accra, Ghana : Olive Publications, 1995), 55 - 65.
2. Gary R. Collins, *Family Shock* (Wheaton, Illinois : Tyndale House, 1995), 125 ; Lana Packer, *Women Making a Difference in Marriage* (Nashville, Tennessee : Lifeway Press, 2003), 145 - 7 ; Clifford et Jayne Penner, *The Gift of Sex* (Nashville, Tennessee : Word Publishing Group, 2003), 27 - 31.
3. Tim et Beverly LaHaye, *The Act of Marriage* (Grand Rapids, Michigan : Zondervan Publishing House, 1988), 20.

## *Chapitre 29*

# **La nuit de noces**

Nous recommandons aux jeunes mariés de passer leur première nuit ensemble dans un endroit où ils peuvent avoir un maximum d'intimité, par exemple dans un hôtel.

### **Pourquoi la nuit de noces est-elle importante ?**

1. Vous n'avez pas d'autre chance de revivre vos premières expériences. Vous seriez heureux d'avoir consommé votre mariage d'une manière spéciale. Nous marquons le début de beaucoup de choses de manière grandiose : sorties en plein air pour les bébés, inaugurations de nouveaux gouvernements, de nouveaux bâtiments, de nouveaux projets, etc.
2. Vous devez avoir une première expérience mémorable qui vous servira de point de référence. De nombreux défis vous attendent dans le mariage et il est bon d'avoir un point de repère mémorable, que vous ne pourrez jamais oublier et que vous pourrez regarder avec joie - vous serez encouragé.
3. Il est important de dépenser de l'argent pour vous-mêmes afin de profiter du fruit de votre travail. Après tout, vous avez tant dépensé pour que les autres s'amusent lors de la réception, du déjeuner ou du dîner de mariage. Ce n'est que justice :

**Le laboureur qui travaille doit être le premier à participer aux fruits.**

**2 Timothée 2:6**

Vous devez également comprendre que c'est une marque de véritable bénédiction que de pouvoir jouir de ce que le Seigneur vous a donné. Beaucoup de gens travaillent pour laisser les autres s'amuser, alors qu'eux continuent à travailler.

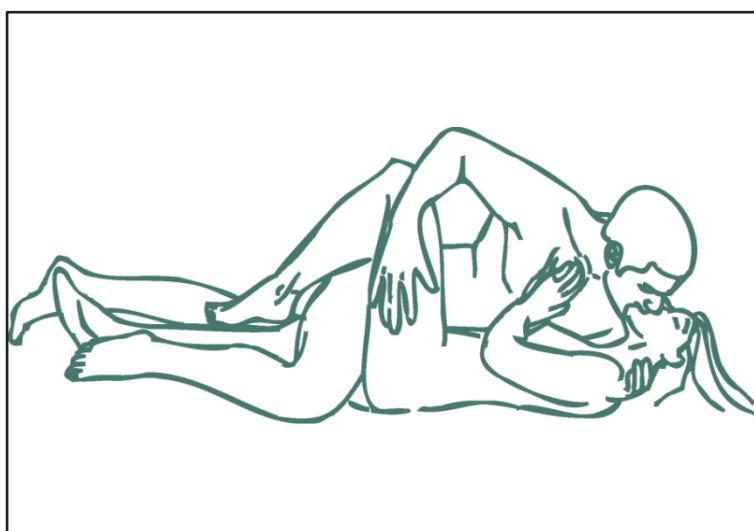
**Voici ce que j'ai vu : il est bon et agréable pour quelqu'un de manger et de boire, et de jouir du fruit de tout le travail qu'il fait sous le soleil tous les jours de sa vie, et que Dieu lui donne ; car c'est sa part. Tout homme à qui Dieu a donné des richesses et des biens, et à qui il a donné le pouvoir d'en manger et d'en prendre sa part, et de se réjouir de son travail, c'est là un don de Dieu.**

**Ecclésiaste 5:18-19**

Lève-toi et prends ta part, car le Seigneur t'a béni !

## **Que faire pendant la nuit de noces ?**

1. Le couple doit avoir du lubrifiant à portée de main.
2. Le futur époux ne doit pas se précipiter pour déshabiller sa femme. Votre épouse pourrait se sentir mal à l'aise si vous exposez soudainement et précipitamment son corps et la voyez nue.
3. Le futur époux doit détendre sa fiancée en faisant d'autres activités sociales, comme dîner, bavarder, lui dire des choses gentilles, se promener, etc.
4. À l'arrivée de la promenade ou du dîner, le couple doit commencer à s'enlacer, à s'embrasser et à se caresser. Le mari peut commencer à déshabiller la mariée [ou ils peuvent se déshabiller l'un l'autre]. Il doit être doux et ne pas se précipiter pour exposer soudainement la nudité de la mariée. Une femme est très consciente de son corps, de sa silhouette, de ses seins, de son ventre, de sa taille, etc. Lorsque vous dévoilez votre épouse, lentement et doucement, ne dites que des choses positives et évitez les remarques négatives du genre : "Je ne savais pas que tu étais une femme : "Je ne savais pas que tu étais si grosse !" ou "Tes seins sont très petits "<sup>1</sup>.
5. La lumière doit être éteinte pour réduire la timidité et la tension.
6. L'époux doit décider qu'il ne sera pas nécessairement en mesure de pénétrer ou de percer la première nuit, surtout si la mariée est vierge. Cela le rendra moins agressif et moins déterminé à faire des dégâts.
7. La mariée doit s'allonger sur le dos (si nécessaire, en posant ses fesses sur un oreiller) et ouvrir les jambes le plus possible. Ses jambes doivent être pliées au niveau des genoux et la plante des pieds doit reposer sur le lit. Un bon oreiller sous les fesses est très utile car il surélève les hanches et facilite l'entrée dans le vagin. Il est conseillé aux jeunes mariés de faire l'amour dans la position dite du "missionnaire". C'est une façon simple et douce de faire l'amour.



*Fig. 18 : La position de base du sexe*

*Modèle de*

*mariage*Le contact corporel est important et la pénétration est profonde lorsque les couples font l'amour dans cette position. Un autre avantage est qu'il est possible de s'embrasser.

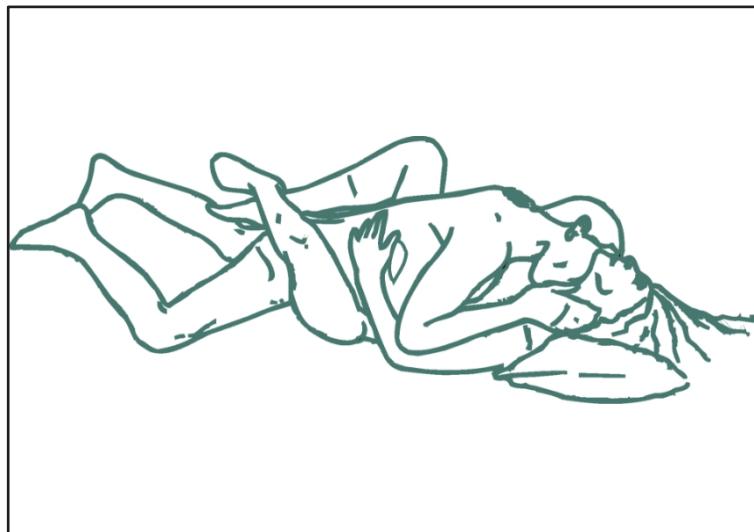


Fig. 19 : La position de base améliorée

Cette position est similaire à la position du missionnaire. La femme est allongée sur le dos et lève les jambes du lit. Son partenaire s'allonge entre ses jambes et elle croise les siennes sur son dos. L'avantage de cette position est qu'elle stimule davantage le clitoris parce que la femme a les jambes surélevées.

8. L'homme doit appliquer une quantité généreuse de lubrifiant sur son pénis en érection, tandis que la femme fait de même dans son vagin, ou il peut faire les deux.
9. L'homme doit essayer de pénétrer lentement et la femme doit utiliser sa main pour guider son pénis dans le vagin.<sup>2</sup>
10. Il doit essayer de pousser doucement pour entrer dans le vagin.
11. Le marié doit se détendre s'il y a trop de difficultés et de tensions.
12. S'il n'est pas possible de pénétrer, l'époux doit encourager et réconforter sa femme. Par amour pour sa femme, il peut décider d'attendre et de réessayer plus tard. Beaucoup d'encouragements, de réconfort et de mots d'amour feront du bien.
13. Si la pénétration est possible, bien que douloureuse, la femme doit se consoler en constatant que la douleur s'atténue au fur et à mesure des rapports sexuels.
14. Lorsque la pénétration est possible, il peut y avoir un léger saignement chez les vierges, car l'hymen (un mince morceau de peau qui recouvre l'entrée du vagin) est rompu.

### Notes

1. Tim et Beverly LaHaye, *The Act of Marriage* (Grand Rapids, Michigan : Zondervan Publishing House, 1988), 78.
2. Bruce et Carol Britten, *Answers for Your Marriage* (n.c., Afrique du Sud : Worldwide Books, 2000), 48 - 51.



## *Chapitre 30*

# **La lune de miel**

La lune de miel est une période de vacances ou de voyage pour le couple nouvellement marié, une période d'harmonie heureuse, de bonheur suprême, de joie totale et de relaxation.<sup>1</sup> Le couple doit prévoir quelques jours de congé et d'autres activités pour partir en lune de miel.

Une période de deux semaines à un mois devrait suffire. Nous recommandons que le couple voyage loin de son lieu de résidence habituel.<sup>2</sup>

### **Pourquoi la lune de miel est-elle importante ?**

#### **1. Il est biblique de partir en lune de miel.**

À l'époque de la Bible, l'homme nouvellement marié n'était pas censé aller au combat pendant une année entière. La raison ? Pour "réconforter la femme qu'il a prise" !

**Lorsqu'un homme aura pris une nouvelle femme, il n'ira point à la guerre et ne sera chargé d'aucune affaire ; il sera libre chez lui pendant un an, et il entretiendra la femme qu'il a prise.**

**Deutéronome 24:5**

La période bibliquement stipulée pour une lune de miel est d'une année entière ! Donc, si nous ne pouvons nous permettre que deux semaines ou un mois, nous devrions le faire.

#### **2. La lune de miel permet au couple de jouir d'une intimité maximale.**

Ils commencent à se découvrir l'un l'autre et à explorer ce tout nouveau domaine qu'est le mariage, à mesure qu'ils nouent des relations plus intimes et partagent leur vie ensemble dans un même lieu, dans une même pièce et sur un même lit.

**3. L'expérience entièrement nouvelle, l'acte sexuel, est décrite comme une expérience d'humilité.**

**Si un homme trouve une jeune fille vierge ... et couche avec elle ... l'homme qui a couché avec elle donnera au père de la jeune fille cinquante sicles d'argent, et elle sera sa femme, parce qu'il l'a humiliée ...**

**Deutéronome 22:28-29**

Vous avez besoin d'une atmosphère privée et isolée, à l'abri de toute forme d'interférence et d'intimidation, pour faire vos premiers pas et mettre en pratique ce que l'on vous a enseigné.<sup>3</sup>

### **Que faire pendant la lune de miel ?**

1. Prenez des photos mémorables de vous pendant la lune de miel (pas nus, s'il vous plaît) !
2. Dites-vous des choses gentilles : "Je t'aime", "Je suis heureux de t'avoir épousé", "Tu es magnifique", etc. devraient faire partie de vos conversations.
3. Embrassez-vous souvent et faites des siestes ou regardez la télévision en posant votre tête sur les genoux ou la tête de l'autre.
4. Parlez entre vous de tous les sujets qui vous intéressent afin de renforcer la camaraderie et l'amitié. Parlez du mariage, des personnes que vous avez été surpris de voir, des projets de nouvelle maison, etc.
5. N'hésitez pas à vous embrasser et à vous donner des coups de bec sur les joues, les lèvres et le dos de la main pendant que vous vous promenez. Les baisers et les caresses ne doivent pas seulement être un prélude au sexe.
6. Faites l'amour autant de fois que vous avez d'énergie pour le faire en une journée. Un bon stock de noix de tigre et de malta guiness, ou d'autres stimulants énergétiques (comme la boisson *Red Bull*) peut faire du bien.
7. N'hésitez pas à avoir des relations sexuelles à tout moment de la journée.
8. Envisagez de faire l'amour dans différents endroits pendant la lune de miel. Par exemple, dans la salle de bain, le couloir, la chambre, la cuisine ou la voiture (mais pas à la vue des autres).
9. Essayez les différentes positions enseignées pendant le conseil conjugal.
10. Essayez de faire l'amour tout habillé après une promenade.
11. Prenez un bain à tour de rôle, en jouant avec votre corps.
12. Ils dorment parfois nus dans les bras l'un de l'autre.
13. Vous pouvez vous promener nu, comme Adam et Eve, dans la maison ou la chambre si vous êtes sûr qu'il n'y aura pas d'intrus.
14. Promenez-vous au clair de lune ou sur une route tranquille en vous tenant par la main, par la taille ou par les épaules. Le mari peut parfois soulever sa femme s'il en a la force.
15. Nagez ou jouez à des jeux intéressants, en vous jetant des coups d'œil et en vous touchant de temps en temps.

16. Regarder ensemble un film intéressant (un film romantique peut être intéressant).
17. Faites du tourisme dans des endroits amusants et intéressants.
18. Au déjeuner ou au dîner, asseyez-vous l'un en face de l'autre et jouez pieds nus sous la table (attention aux spectateurs).
19. S'habiller de manière suggestive en portant des robes transparentes, des jupes courtes et des chemisiers courts.
20. Bien sûr, vous devez avoir vos moments de tranquillité, prier et lire vos Bibles individuellement. Partagez vos moments de tranquillité et priez ensemble de temps en temps.

#### **Notes**

1. Joshua Adjabeng, *Before You Marry* (Accra, Ghana : Olive Publications. 1999), 71 - 73.
2. Robert O. Blood, *Marriage* (New York : The Free Press, 1969), 194-8.
3. William L. Coleman, *Engaged : When Love Takes Off* (Wheaton, Illinois : Tyndale House Publishers, 1980), 144-7.

## *Chapitre 31*

# **Le plaisir sexuel**

Le sexe a été créé par Dieu comme quelque chose de beau et d'agréable dont le mari et la femme doivent profiter, et pas seulement pour la procréation.<sup>1</sup> Les époux doivent donc décider de rendre le sexe agréable. Les relations sexuelles agréables peuvent être définies comme des relations sexuelles dans lesquelles les deux partenaires s'efforcent de donner et d'obtenir un maximum d'excitation. Une sexualité agréable n'est pas une performance visant à démontrer des prouesses sexuelles. Il s'agit de prendre du plaisir avec son conjoint.<sup>2</sup>

### **16 étapes pour une sexualité agréable**

- (1) Soyez gentils l'un envers l'autre au cours de la journée. Les petits gestes attentionnés, comme un appel téléphonique intime ou un bouquet de fleurs, sont importants.
- (2) Soyez belle, sentez bon et soyez propre. Vous pouvez choisir de porter des vêtements ou des tenues de nuit que votre partenaire trouve excitants.
- (3) Choisissez un endroit agréable pour avoir des rapports sexuels, par exemple le salon, la salle de bains, la chambre à coucher ou le sol de la chambre.
- (4) Réglez l'éclairage à votre convenance - obscurité, lumière faible ou lumière vive.<sup>3</sup>
- (5) Les préliminaires commencent par une conversation spontanée et attachante avec des caresses, des câlins et des baisers.<sup>4</sup>
- (6) Peu à peu, le couple se déshabille l'un l'autre.
- (7) Le mari doit continuer à stimuler sa femme en l'embrassant et en la caressant sur les lèvres, les cuisses, les fesses, le clitoris, les petites lèvres et d'autres parties de son corps jusqu'à ce qu'elle soit sexuellement excitée. Cette excitation est signalée par une augmentation de la lubrification du vagin.<sup>5</sup>
- (8) La femme doit également continuer à stimuler son mari en frottant et en caressant le pénis (en particulier le bout) et en embrassant et en caressant ses zones sensibles "connues".
- (9) Faites savoir à votre partenaire quels sont les mouvements qui vous stimulent ou vous distraient.<sup>6</sup>

**NB :** L'excitation est plus lente à atteindre son maximum chez la femme et dure plus longtemps que chez l'homme. L'excitation sexuelle d'une femme peut être comparée à l'échauffement d'un fer à repasser (elle met du temps à monter) alors que celle de l'homme peut être comparée à l'échauffement d'un fer à repasser (elle met du temps à monter).



- l'allumage d'une ampoule électrique (qui peut être allumée immédiatement).<sup>7</sup>*
- (10) Au moment où le mari juge que sa femme est au comble de l'excitation, la pénétration peut avoir lieu. L'une des parties agréables des rapports sexuels est la sensation de pénétration du pénis de l'homme dans le vagin.
  - (11) Utiliser des lubrifiants artificiels, tels que la gelée KY, la vaseline et les crèmes, pour augmenter la lubrification et faciliter la pénétration.
  - (12) Continuez à vous stimuler mutuellement pendant l'acte en vous tenant fermement, en vous caressant et en vous embrassant.
  - (13) Parlez à l'autre et exprimez vos sentiments pendant l'acte.<sup>8</sup>
  - (14) Informez votre partenaire lorsque vous sentez que vous atteignez l'orgasme et si vous pouvez éjaculer ou vous retenir un moment.
  - (15) Vous pouvez répéter l'ensemble du processus autant de fois que vous en avez la force. Des orgasmes et des éjaculations multiples sont possibles. Il se peut que vous deviez vous reposer pendant un certain temps et recommencer après vous être excités l'un l'autre pendant un certain temps.
  - (16) Faites sentir à votre partenaire qu'il/elle a fait quelque chose de merveilleux pour vous.

### **Notes**

1. Dave et Joyce Ames, *Second Honeymoon* (Eastbourne : Kingsway Pub., 1991), 175 ; Clifford et Joyce Penner, *52 Ways To Have Fun, Fantastic Sex* (Nashville, Tennessee : Thomas Nelson, 1994), 44 - 45.
2. Dave et Joyce Ames, *Second Honeymoon* (Eastbourne : Kingsway Pub., 1991), 191 - 2.
3. Clifford et Joyce Penner, *The Gift of Sex* (Nashville, Tennessee : Word Publishing Group, 2003), 27 - 31.
4. Thomas et Maureen C. Anderson, *Making Marriage a Love Story* (Phoenix, Arizona : Winword Publishing, 2003), 160 ; Tim et Beverly LaHaye, *The Act of Marriage* (Grand Rapids, Michigan : Zondervan Publishing House, 1988), 95 - 103.
5. Floyd et Harriet Thatcher, *Long Term Marriage* (Londres : Hodder and Stoughton, 1980), 100 - 102.
6. Linda Dillow, *Creative Counterpart* (Nashville, Tennessee : Thomas Nelson, 1986), 171.
7. Thomas et Maureen C. Anderson, *Making Marriage a Love Story* (Phoenix, Arizona : Winword Publishing, 2003), 161.
8. Douglas Weiss, *Sex, Men and God* (Lake Mary, Florida : Siloam Press, 2002), 114-5.

## *Chapitre 32*

# **Le sexe consciencieux**

Il est fréquent qu'une femme ne soit pas intéressée par les relations sexuelles ou ne veuille pas en avoir parce qu'elle est émotionnellement insatisfaite, fatiguée ou malade. Cette conséquence naturelle des événements a conduit à la rupture de nombreux mariages. Souvenons-nous que certains membres de l'ancienne génération étaient polygames. Cela s'est probablement produit parce que certaines femmes ne voulaient pas avoir des relations sexuelles régulières avec leurs maris ou se plaignaient fréquemment de maladies, de sorte que les maris ont simplement trouvé d'autres femmes. En tant que chrétiens nés de nouveau, nous ne pouvons pas faire cela ! Nous n'avons que l'un pour l'autre. Ne nous fraudons pas, ne nous trompons pas et ne nous torturons pas les uns les autres en nous privant les uns des autres de façon inattendue.

Rappelez-vous que chaque fois que nous nous abstenons d'avoir des relations sexuelles, ce doit être par CONSENTEMENT MUTUEL (vous êtes tous les deux d'accord).

- (a) L'homme a généralement un désir sexuel plus fort et veut faire l'amour plus souvent. Cela peut parfois surprendre la femme.
- (b) Mais c'est votre DEVOIR légal et spirituel de vous donner l'un à l'autre chaque jour ou aussi souvent que nécessaire.<sup>1</sup>
- (c) La Bible qualifie de FRAUDE (infraction pénale) le fait de priver votre partenaire de ses droits légitimes sur votre corps.

**Ne fraudez pas l'un l'autre, si ce n'est d'un commun accord pour un temps, afin de vous livrer au jeûne et à la prière ; et revenez ensemble, afin que Satan ne vous tente pas pour votre incontinence.**

**1 Corinthiens 7:5**

## La femme

### 1. Ce qu'il ne faut pas faire

Ne vous plaignez pas, ne murmurez pas et ne faites pas de remarques sarcastiques, acerbes et tranchantes telles que : "Tu n'es pas rassasié quand tu manges ? "Tu n'es pas rassasié quand tu manges ?".

**Faites toutes choses sans murmures ni disputes.**

**Philippiens 2:14**

Rappelez-vous : vous donnez votre corps à votre mari - vos seins, votre vagin, etc.

**La femme n'est pas maîtresse de son corps, mais le mari...**

**1Corinthiens 7:4**

### 2. Choses à faire

Il est important de préciser que sans érection, un homme ne peut pas avoir de relations sexuelles. Une femme qui veut avoir des rapports sexuels doit être créative pour exciter son mari qui n'est pas d'humeur à le faire. La femme doit l'aider à avoir une érection en faisant ce qui suit :

- (a) Enlevez volontiers et agréablement votre robe et allongez-vous.
- (b) Souriez et soyez heureux car vous accomplissez le devoir que Dieu vous a confié.<sup>2</sup>
- (c) Jouer un rôle actif : s'impliquer en embrassant, en caressant, en bougeant et en levant les jambes.
- (d) ÉVITER LE SEXE "CADAVÉRISTE" (Un cadavre est un corps mort. Un rapport sexuel au cours duquel l'un des partenaires est aussi raide et immobile qu'un cadavre est un rapport sexuel "cadavérique").
- (e) Des lubrifiants peuvent être utilisés.
- (f) Il est plus facile de faire l'amour spontanément si l'on porte les bons vêtements. Portez des nuisettes excitantes.
- (g) Les différentes formes de déshabillage peuvent fortement exciter votre mari.
  - i. Juste des sous-vêtements.
  - ii. Juste une jupe, sans chemisier ni soutien-gorge.
  - iii. Pas de sous-vêtements.
  - iv. Nudité totale.
  - v. Montrer la vulve (partie intime). Pratiquer la position de lithotomie (*voir Fig. 9 p. 114*)
- (h) Déshabillez-le progressivement, puis stimulez physiquement son pénis (surtout l'extrémité) avec vos doigts en le frottant ou en le caressant de haut en bas. Un peu de gel KY autour de l'extrémité du pénis permet d'éviter les frottements. Poursuivez patiemment les choses dont vous savez qu'elles l'excitent ; vous obtiendrez une excitation de sa part ! Apprenez à dormir sans culotte. Vous serez

*Modèle de  
mariage*

ainsi facilement disponible.

- (i) Il n'est pas nécessaire de se laver à chaque fois après un rapport sexuel.

Tous ces éléments font de l'art sexuel un événement moins laborieux.

## **L'homme**

### **1. Ce qu'il ne faut pas faire**

Ne faites pas de remarques désobligeantes sur le corps de votre femme, par exemple des commentaires comme "Ton ventre est trop gros" : "Ton ventre est trop gros".

**Mais dire la vérité dans l'amour...**

**Ephésiens 4:15**

**L'homme doit aimer sa femme comme son propre corps. Celui qui aime sa femme s'aime lui-même.**

**Ephésiens 5:28**

### **2. Choses à faire**

- (a) Soyez gentil avec votre femme pendant la journée et parlez-lui avec amour. Par exemple, un appel téléphonique lui fait sentir que vous pensez à elle.<sup>3</sup>
- (b) Prenez souvent un bain, surtout à la fin d'une dure journée de travail.
- (c) Ne soyez pas pressé de faire l'amour. Prenez le temps de stimuler votre femme en l'embrassant et en la caressant.<sup>4</sup>

Il est recommandé aux couples d'avoir des rapports sexuels au moins tous les jours ou tous les deux jours.

## **Notes**

1. Larry Christenson, *The Christian Family* (Minneapolis, Minnesota : BethanyHouse, 1970), 23.
2. Phil Downer et al, *Optimisez votre mariage* (Camp Hill, Pennsylvanie : Grhistian Publications Inc., 2003), 149 - 51.
3. James Dobson, *What Wives Wish Their Husbands Know about Women* (Wheaton, Illinois : Tyndale House Publishers, 1982), 114-26.
4. Nancy Van Pelt, *Highly Effective Marriage* (Accra, Ghana : Advent Press, 2000), 194 - 206.



## *Chapitre 33*

# **Sexe excitant**

Il est possible d'obtenir des relations sexuelles agréables et excitantes en essayant de faire l'amour dans des positions et des lieux aventureux et excitants.<sup>1</sup> Les relations sexuelles agréables ne consistent pas à obtenir une note de 10 sur 10 pour votre performance. Il s'agit de s'amuser réellement avec son conjoint.

Pour des relations sexuelles plus excitantes et plus agréables, faites ce qui suit :

- 1. Soyez aventureux.**
- 2. Créer de la variété.**
- 3. Ne vous retenez pas en pensant que votre partenaire pourrait utiliser vos exploits contre vous ou se moquer de vous.**
- 4. Abandonnez-vous totalement dans les bras l'un de l'autre.**
- 5. Permettre à la femme de jouer un rôle plus actif pendant les rapports sexuels, en particulier en position assise ou accroupie, par exemple dans la position du jockey.**

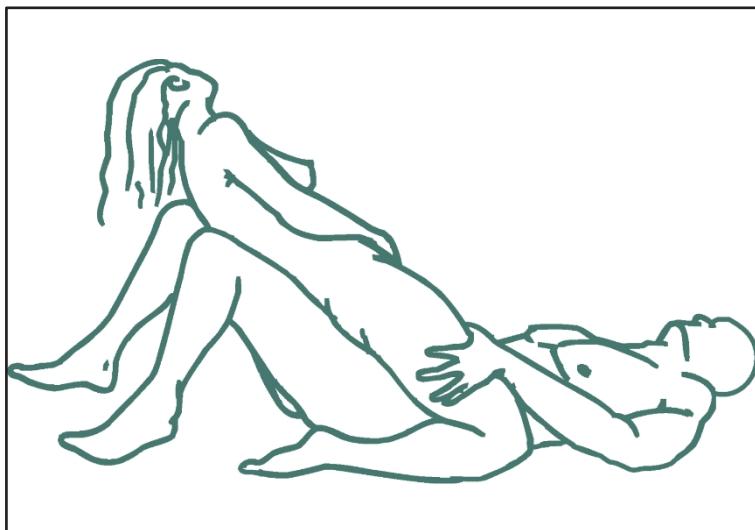
### **Les positions des jockeys**

Dans cette position, la femme est assise sur l'homme qui est allongé. Les rôles traditionnels sont inversés pour une fois et la femme peut se déplacer comme elle le souhaite et avec plus de liberté. La femme est donc mieux à même de jouer un rôle encore plus actif dans la sexualité. Des lumières tamisées permettraient une plus grande liberté.

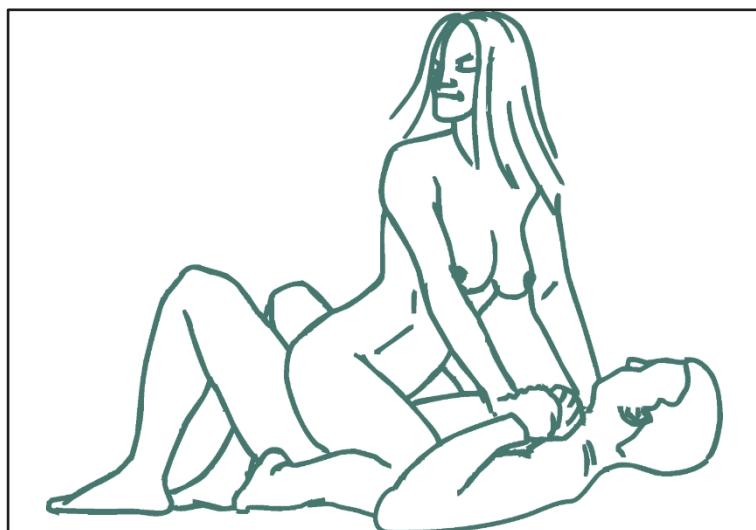
Il existe essentiellement trois types de positions de jockey :

- i. Position de jockey - penché vers l'arrière
- ii. Position du jockey - droite
- iii. Position de jockey - penché vers l'avant

Dans cette position, si la femme abaisse son corps vers l'arrière en direction des pieds de son mari, celui-ci voit directement la vulve de sa femme. C'est très excitant pour le mari.



*Fig. 20 : Position du jockey - penché vers l'arrière*



*Fig. 21 : Position du jockey - droite*

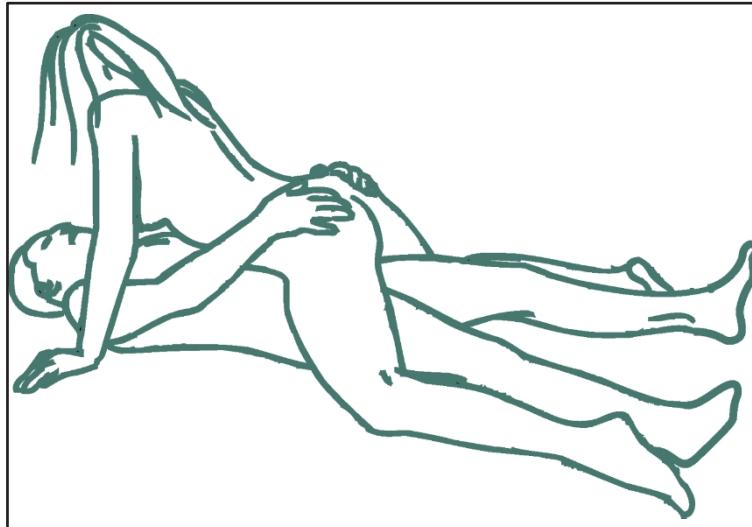


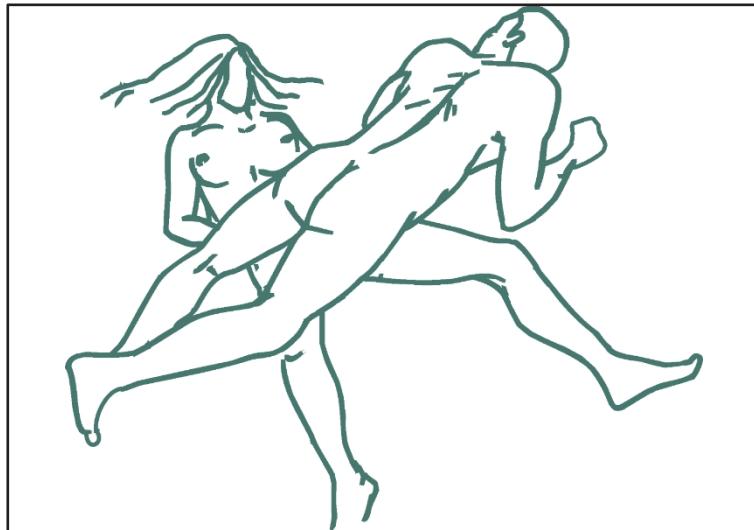
Fig. 22 : Position du jockey - penché vers l'avant

*Avantages :*

- i. La femme peut jouer un rôle plus actif.<sup>2</sup>
  - ii. Il est excitant pour l'homme de voir la femme s'exciter.
  - iii. L'homme peut stimuler le clitoris avec ses doigts, en particulier dans la position du jockey, *c'est-à-dire* en se penchant en arrière.
  - iv. L'homme peut mieux stimuler les mamelons.
  - v. L'homme peut admirer les seins de sa femme pendant les rapports sexuels.
  - vi. Il est possible de s'embrasser.
6. **Les différentes positions sexuelles permettent de développer d'autres sensations et sentiments lors de l'acte sexuel.**
7. **Certaines de ces positions sont plus pratiques pendant la grossesse ou avec un homme très lourd, il est donc bon de les apprendre avant la grossesse.<sup>3</sup> Outre les positions du jockey, les positions du croisé et du passage arrière sont également pratiques pour les femmes enceintes.**

### **La position croisée**

La femme s'allonge sur le dos sur le lit et l'homme s'allonge en diagonale sur elle. Elle ouvre les jambes suffisamment pour que l'entrée soit possible et l'homme se balance doucement d'un côté à l'autre.



*Fig. 23 : La position croisée*

#### *Avantages*

1. La position croisée offre une meilleure stimulation clitoridienne.<sup>4</sup>
2. Le bassin est incliné et soulevé et la pénétration est donc plus profonde.

#### *Inconvénients*

Il n'est pas possible de s'embrasser dans cette position.

### **La position de passage arrière**

Il s'agit d'une position qui convient à des relations amoureuses détendues et sans précipitation. La femme est allongée sur le côté du ventre et l'homme pénètre dans son vagin par l'arrière.<sup>5</sup>

#### *Avantages*

- i. Les fesses de la femme sont accessibles pour les caresser et s'y allonger.  
L'homme peut ressentir et apprécier l'effet amortissant des fesses de sa femme.

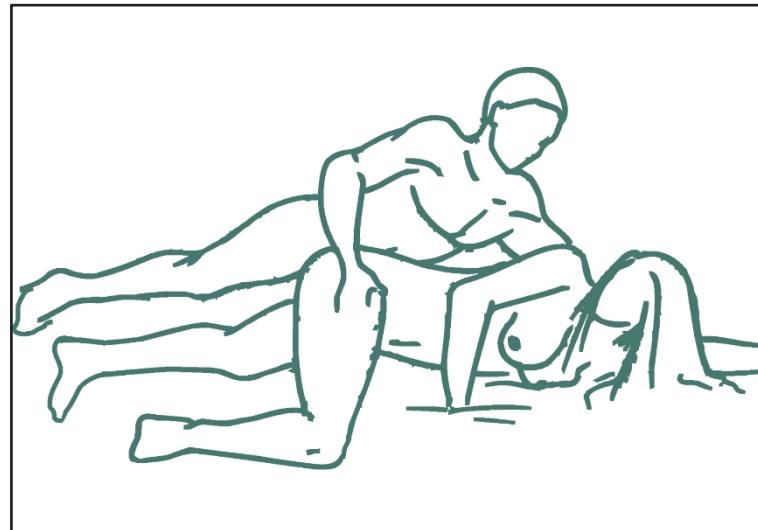


Fig. 24 : La position du backpass

Différentes positions offrent différents niveaux de confort, de commodité et de plaisir, et les couples devraient se sentir libres de faire ce qui leur plaît à tous les deux. Cela leur permet d'exprimer pleinement leur amour mutuel dans l'expérience sexuelle.

À aucun moment, l'un ne doit forcer l'autre à faire quelque chose qu'il ne veut pas faire. L'amour ne force pas.<sup>6</sup>

Aucune partie ne doit limiter ou entraver le jeu amoureux et imposer des restrictions sur les différentes positions, styles et actions. Le partenaire peu aventureux et peu excitant finira par faire fuir l'autre.

### Notes

1. Joshua Adjabeng, *Love and Sex in Marriage* (Accra, Ghana : Olive Publications, 2001), 29 - 30.
2. William Glahn et Sandra Cutler, *Sexual Intimacy in Marriage* (Grand Rapids, Michigan : Kregel Publications, 1988), 213.
3. Ed et Gaye Wheat, *Intended for Pleasure* (Grand Rapids, Michigan : Fleming H. Revell, 2000), 86 - 87, 210.
4. Clifford et Joyce Penner, *Restoring the Pleasure* (Nashville, Tennessee : Word Publishing Group, 1993), 179 - 183, 190 - 191.
5. Funmi Akingbade, *Sexual Intimacy in Marriage* (Nigeria, n.c. : Evangel Publishers Ltd., 2000), 100.
6. Jimmy Evans, *Marriage on the Rock* (Amarillo, Texas : Majestic Media, 2004), 256 - 7.

## *Chapitre 34*

# **Orgasme**

L'orgasme peut être défini comme l'apogée ou le point culminant de l'excitation sexuelle.<sup>1</sup> Les couples mariés devraient se fixer pour objectif d'amener leur partenaire à ce point pendant l'acte sexuel. Les étapes suivantes contribueront à faire monter l'excitation :

- (a) Soyez belle, sentez bon et soyez propre. Vous pouvez choisir de porter des vêtements (vêtements de nuit, soutien-gorge et culotte, etc.) ou non, en fonction de ce que votre partenaire trouve excitant.
- (b) Choisissez un endroit agréable pour avoir des relations sexuelles, par exemple le salon, la salle de bain, la chambre à coucher, le sol de la chambre à coucher, etc.
- (c) Réglez les lumières en fonction de ce qui vous convient - obscurité, lumières faibles ou lumières vives.
- (d) Les préliminaires doivent commencer par une conversation spontanée et attachante, accompagnée de caresses, d'étreintes et de baisers.
- (e) Progressivement, le couple doit se déshabiller l'un l'autre.
- (f) Le mari doit continuer à stimuler sa femme en l'embrassant et en la caressant sur les lèvres, les cuisses, les fesses, le clitoris, les lèvres et d'autres parties de son corps jusqu'à ce qu'elle soit sexuellement excitée. Cette excitation se manifeste par une augmentation de la lubrification du vagin.
- (g) La femme doit également continuer à stimuler son mari en frottant et en caressant le pénis (en particulier le bout) et en embrassant et en caressant ses zones sensibles "connues".
- (h) Faites savoir à votre partenaire quels sont les mouvements qui vous stimulent ou vous distraient.

REMARQUE : *l'excitation est plus lente à atteindre son maximum chez la femme et dure plus longtemps que chez l'homme. La montée de l'excitation chez la femme peut être comparée à la chauffe d'un fer à repasser électrique, tandis que celle de l'homme peut être comparée à l'allumage d'une ampoule électrique.*

- (i) Au moment où le mari juge que sa femme est au comble de l'excitation, la pénétration peut avoir lieu. L'une des parties agréables des rapports sexuels est la sensation de pénétration du pénis de l'homme dans le vagin.

- (j) Utiliser des lubrifiants artificiels, tels que la gelée KY, la vaseline et les crèmes pour augmenter la lubrification et faciliter la pénétration.
- (k) Continuez à vous stimuler mutuellement pendant l'acte en vous tenant fermement, en vous caressant et en vous embrassant.
- (l) Parlez à l'autre et exprimez vos sentiments pendant l'acte.
- (m) Faites sentir à votre partenaire qu'il/elle a fait quelque chose de merveilleux pour vous.

## **L'excitation sexuelle chez l'homme**

### **Phase pré-orgasmique**

- (a) L'excitation sexuelle chez un homme peut être obtenue par la vue et le toucher.
- (b) Le premier signe d'excitation sexuelle est l'érection du pénis.
- (c) En cas d'excitation supplémentaire, une sécrétion claire s'échappe de l'extrémité du pénis.
- (d) Une fois que le pénis est en érection et que le stimulus d'excitation se poursuit, l'homme cherche à avoir des rapports sexuels.
- (e) Pendant l'acte sexuel lui-même, il entre et sort du vagin de sa femme, l'excitation augmente progressivement et l'orgasme approche.

### **Phase orgasmique**

- (a) Le rythme cardiaque s'accélère.
- (b) L'éjaculation s'accompagne de secousses et de vibrations du pénis et d'un raidissement du corps.
- (c) Il y a un soupir audible et le pénis commence à devenir flasque (mou) après l'orgasme.
- (d) Lorsque l'orgasme survient, l'homme serre sa femme contre son corps.
- (e) Il faut un peu de temps pour que le pénis redevienne érectile. Ce temps varie de cinq minutes à quelques heures, en fonction de la jeunesse et du niveau d'excitation de l'homme.<sup>2</sup>

## **Les choses qui augmentent l'excitation sexuelle chez l'homme**

- (a) Voir que la femme apprécie le sexe et qu'il lui donne du plaisir.
- (b) Tout ce qui sort de l'ordinaire ou qui est inhabituel, par exemple une position, une tenue vestimentaire, un lieu, etc.
- (c) Resserrement de la paroi du vagin pendant que le pénis s'y trouve par une action similaire à celle qui consiste à essayer d'arrêter l'écoulement de l'urine.  
(Exercices du plancher pelvien).

La laxité des parois du vagin et une lubrification excessive du vagin peuvent réduire

l'excitation.

## L'excitation sexuelle chez les femmes

### La phase pré-orgasmique

- (a) L'excitation sexuelle chez une femme se développe lentement. Elle est excitée lorsque son mari l'embrasse et la caresse, et passe progressivement à la stimulation de ses zones très sensibles, telles que les mamelons et le clitoris.
- (b) Au fur et à mesure que l'excitation monte, elle commence à respirer fort. Cela peut s'accompagner de gémissements et de halètements de plaisir.
- (c) Avec l'excitation, la lubrification du vagin augmente.
- (d) Elle peut commencer à bouger davantage avec des mouvements corporels très sensuels, indiquant qu'elle est prête à être "montée".
- (e) Pendant l'acte sexuel lui-même, alors que son mari entre et sort de son vagin, variant le rythme de lent à rapide et vice-versa, son excitation augmente progressivement et l'orgasme se rapproche.

### La phase orgasmique

- (a) Commence généralement par une accélération de la respiration.
- (b) La femme ressent alors une sensation profonde et croissante de douceur, de chaleur et d'excitation dans la région pelvienne profonde, qui culmine et s'étend à l'ensemble du corps.
- (c) Pendant le pic proprement dit, il y a des mouvements involontaires (mouvements que vous ne pouvez pas vraiment contrôler) du bassin, des fesses et des cuisses qui peuvent être décrits comme des spasmes ou des secousses dans une direction vers le haut et vers l'avant de ces parties du corps déjà mentionnées.
- (d) Les secousses peuvent être suivies d'un raidissement du corps à l'apogée des secousses.
- (e) On se remet lentement du pic pour être englouti/baigné/lavé dans un sentiment que l'on peut décrire comme une sensation de flottement, d'exaltation, de chaleur, de satisfaction et de bien-être.
- (f) L'expérience clitoridienne peut généralement être répétée deux ou trois fois, en fonction de la capacité de l'homme à poursuivre la stimulation.<sup>3</sup>

### Comment obtenir délibérément un orgasme chez sa femme ?

La clé pour atteindre délibérément l'orgasme est le clitoris. Le clitoris est une partie encapuchonnée des organes génitaux externes de la femme, à l'extrémité de laquelle se trouve un bouton (*voir figure 9, page 114*).

- (a) Les baisers, la stimulation corporelle et les préliminaires doivent être raisonnables. Ensuite, la femme s'allonge sur le dos et le mari stimule doucement le capuchon et le bouton du clitoris avec ses doigts.
- (b) La meilleure façon de stimuler votre femme est de frotter la surface du bouton et de frotter le capuchon de haut en bas.

- (c) Le mari doit également stimuler la zone entourant le clitoris.
- (d) Il peut transférer un peu de lubrifiant du vagin de sa femme vers son clitoris ou utiliser un lubrifiant artificiel si nécessaire.
- (e) Au fur et à mesure que la stimulation se poursuit, la femme doit se concentrer sur son excitation, se détendre, libérer son esprit et ses émotions.
- (f) Le mari doit se rappeler qu'avec le doigt sec, il peut y avoir de l'irritation et que cela peut rebouter sa femme.
- (g) La stimulation peut varier d'une pression douce et délicate sur le bouton à une pression ferme sur le capuchon.
- (h) La stimulation doit être continue et ininterrompue.
- (i) Lorsque la femme est excitée au point d'atteindre l'orgasme, elle commence à respirer un peu plus vite, plus lourdement et plus profondément.
- (j) Si votre femme s'approche de l'orgasme mais semble avoir des difficultés à y parvenir, continuez simplement cette procédure d'excitation ; elle finira par y arriver. (Voir la description de l'orgasme féminin, page 152, pour savoir ce qui se passera exactement).<sup>4</sup>

## Comment développer l'orgasme féminin

- (a) L'orgasme chez la femme dépend de la coopération de l'homme et de la femme.
- (b) N'oubliez pas que votre esprit est le plus grand organe sexuel.
- (c) La survenue de l'orgasme dépend du degré de contrôle exercé par le cerveau de la femme.
- (d) Il est important que la femme se sente libre.
- (e) Une femme qui n'a pas d'inhibitions à l'égard du sexe aura un orgasme, tandis qu'une femme qui a des inhibitions peut ne pas avoir d'orgasme. En général, ces inhibitions diminuent au fur et à mesure que le temps passe dans le mariage et que le couple se détend.
- (f) Oubliez votre personne et qui vous êtes.
- (g) Ne liez pas l'activité sexuelle à des climats émotionnels parfaits, qui sont rares dans la vie réelle.
- (h) La sexualité peut se dérouler de manière satisfaisante au milieu des pressions et du stress quotidiens du travail, de la maison, des enfants et de l'église sans être dans un état d'amour extatique. La clé est de se déconnecter.
- (i) Les épouses possèdent la clé de la désolidarisation.
- (j) Presque toutes les femmes peuvent avoir un orgasme si elles sont suffisamment détendues et confiantes dans leur mariage pour faire connaître leurs besoins à leur mari, afin qu'il les aide à atteindre l'orgasme en les stimulant. Les rapports sexuels sans l'état d'esprit et la détente nécessaires ne conduiront jamais à l'orgasme chez une femme.
- (k) Dans un mariage épanoui, le mari doit être prêt et heureux de stimuler sa femme sexuellement comme elle le souhaite.

- (l) Idéalement, aucune femme ne devrait être gênée de demander à son mari de le faire. Mais parce que de nombreuses femmes ont honte de demander, elles réduisent leur plaisir sexuel.

- (m) Demandez à votre mari de faire à votre corps ce qui est excitant et agréable.

### **3 principes pour atteindre l'orgasme**

1. Principe de la bonne attitude chez les deux partenaires.
2. Principe de la bonne technique : la stimulation clitoridienne.<sup>5</sup>
3. Principe de persistance - parfois des années.

De nombreux maris ne parviennent pas à amener leur femme à l'orgasme simplement parce qu'ils arrêtent les procédures d'excitation avant que leur femme ne soit complètement excitée. Il est souhaitable que la femme atteigne l'orgasme avant que le pénis ne soit inséré. Avec la bonne attitude, la bonne technique et la persévérance, vous réussirez et vous aurez du bonheur sexuel dans votre mariage.

### **Autres moyens d'atteindre l'orgasme**

Après avoir atteint l'orgasme par stimulation clitoridienne :

- (a) Sachez que l'orgasme peut être obtenu par le mouvement du pénis dans le vagin.
- (b) L'orgasme de la femme peut également être simultané à celui de l'homme.

#### **Notes**

1. Clifford et Joyce Penner, *The Gift of Sex* (Nashville, Tennessee : W. Publishing Group, 2003), 156-64.
2. Robert O. Blood, *Marriage* (New York : The Free Press, 1969), 299 - 303.
3. Tim et Beverly LaHaye, *The Act of Marriage* (Grand Rapids, Michigan : Zondervan Publishing House, 1988), 119 - 21.
4. Ed et Gaye Wheat, *Intended for Pleasure* (Grand Rapids, Michigan : Fleming H. Revell, 1997), 81-90.
5. Tim et Beverly LaHaye, *The Act of Marriage* (Grand Rapids, Michigan : Zondervan Publishing House, 1988), 87.

## ***Chapitre 35***

# **Peurs courantes concernant le sexe**

## **Peurs d'une vierge**

Une femme qui n'a jamais eu de relations sexuelles appréhende généralement sa première expérience sexuelle. Sa crainte est que l'acte sexuel soit très douloureux et s'accompagne de nombreux saignements. Elle se demande également si elle serait capable de supporter tout le processus. Les récits exagérés d'autres femmes sur leurs premières expériences peuvent lui faire très peur.

La vierge doit s'encourager en pensant que si d'autres ont traversé cette épreuve et ont survécu, elle peut aussi s'en sortir.

## **Virginité**

### **Que faire pour surmonter vos peurs avant le mariage**

1. Préparation psychologique : préparez-vous psychologiquement à être nu, à avoir des relations sexuelles et à affronter la douleur initiale. (Voir les figures 9 et 10 aux pages 114-115). Étudiez l'anatomie des organes génitaux externes féminins (voir Fig. 9 à la page 115).
2. La mariée doit localiser, sur son propre corps, son vagin et essayer d'y insérer doucement son doigt. Cela l'aidera à faire la distinction entre les 3 sorties différentes : le vagin, l'urètre et l'anus.
3. Coupez vos poils pubiens.

(Voir le chapitre 29 sur « Que faire la nuit de noces »)

## **Peur de l'incapacité à se satisfaire**

Le couple doit savoir que l'expérience sexuelle n'est pas une performance. C'est une expression de amour. Ils devraient simplement se détendre et apprendre à se connaître. La première expérience ne sera évidemment pas être le meilleur, mais cela s'améliore au fil des jours, des semaines, des mois et des années.

### **Peurs à propos du corps**

#### **1. La taille du pénis**

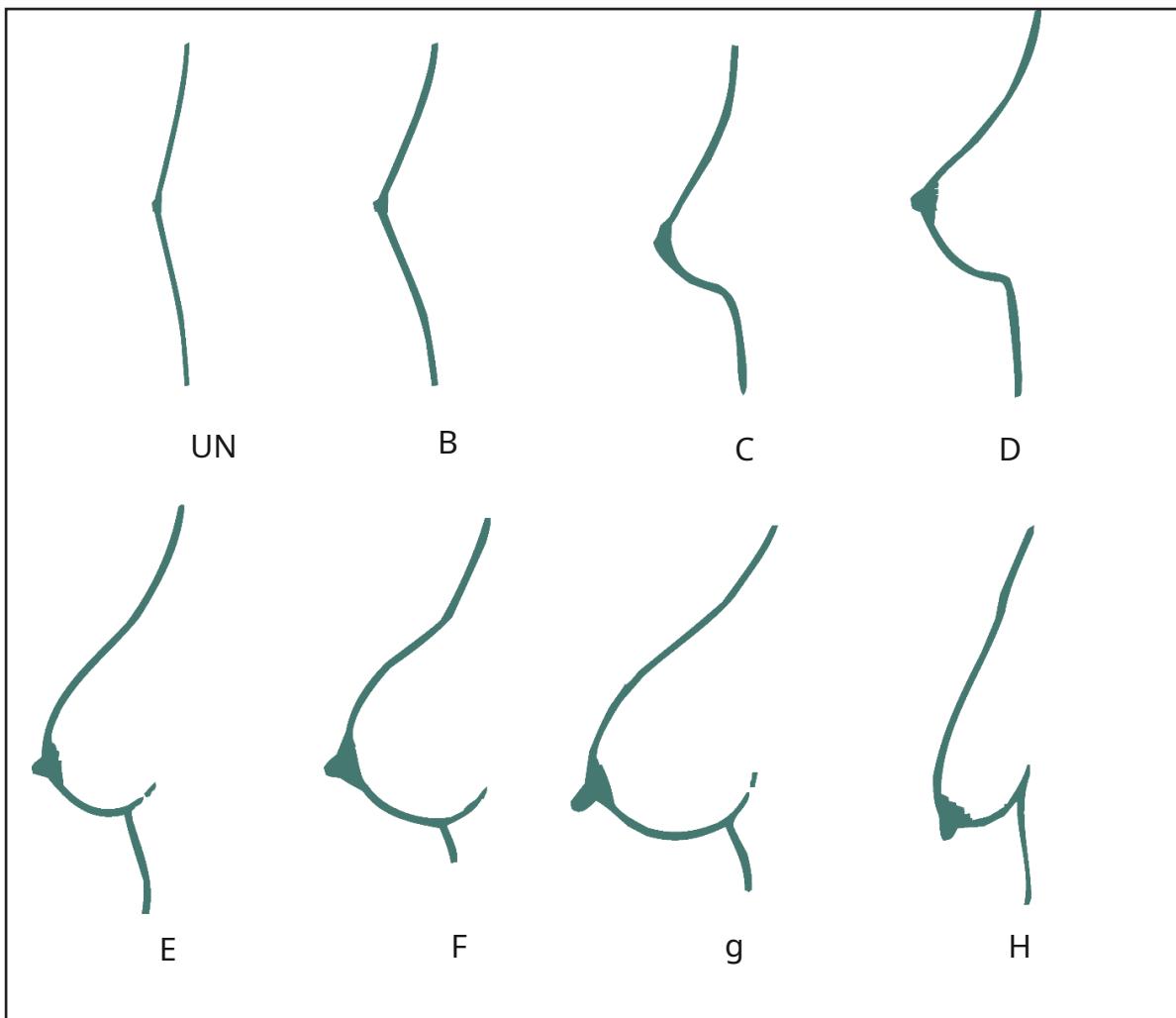
Vous trouverez ci-dessous des extraits du livre « Acte de mariage » :

- (a) Presque tous les pénis engorgés ont la même taille (six à huit pouces), quelle que soit la taille de l'homme. Cependant, le pénis mou mesurera entre deux pouces et huit pouces de longueur. La recherche n'a pas encore expliqué de manière adéquate pourquoi certains rétrécissent plus que d'autres.
- (b) L'organe masculin n'a besoin que de deux à trois pouces de long pour faire un travail d'amour exceptionnel, car la seule partie de l'intérieur du vagin qui est sensible au toucher ou à la pression s'étend des lèvres extérieures jusqu'à environ deux à trois pouces à l'intérieur.
- (c) Selon toute probabilité, aucun organe sexuel chez l'homme n'a jamais été vraiment trop petit, et pourtant des millions de personnes craignent régulièrement cette possibilité. Par conséquent, il peut être dévastateur pour une femme de plaisanter sur l'organe de son mari. Aucun pénis n'est trop petit pour faire un travail suffisamment bon, donc aucun homme ne devrait se sentir inadéquat.

#### **2. Le sein féminin**

- (a) Dieu, qui est un Dieu de variété, a créé chaque femme avec un type particulier de sein qui lui convient le mieux. Certaines femmes ont de petits seins mignons, d'autres de gros seins et d'autres encore ont une taille entre ces deux extrêmes. Désormais, peu importe la taille ou le type de sein d'une femme, la beauté du sein est toujours intacte.
- (b) Les maris doivent comprendre que le sein à l'état habillé peut avoir un aspect différent à l'état déshabillé. Certaines femmes peuvent ne pas paraître très grosses ou avoir une poitrine presque plate lorsqu'elles sont habillées, mais lorsqu'elles se déshabillent, vous comprendrez qu'elles sont également dotées de beaux seins donnés par Dieu.
- (c) D'autres femmes qui semblent aux gros seins et qui ont l'air pleines et arrondies peuvent, à l'état déshabillé, avoir la poitrine commençant beaucoup plus bas sur la poitrine et un aplatissement de la partie de la poitrine qui semblait auparavant arrondie. Certains hommes sont donc déçus lorsqu'ils constatent cette différence et pensent que les seins de leur femme sont tombés ou sont « gâtés ». Ce n'est en réalité pas le cas. Ce qu'ils voient, c'est l'architecture standard de ce type de sein qui vient d'être donné un look différent par un bon soutien-gorge de soutien.
- (d) Les épouses doivent avoir confiance en la beauté de leurs seins matures dévoilés et doivent les montrer avec confiance à elles-mêmes et à leurs maris.
- (e) Préservez quel que soit votre type de seins en utilisant :

- je. Des soutiens-gorge qui assurent un bon maintien.
  - ii. Quelle que soit la taille de votre poitrine, vous DEVEZ porter un soutien-gorge.
  - iii. Les seins doivent être soutenus en permanence par un soutien-gorge ferme tout au long de la grossesse. Ceci est nécessaire car la taille des seins augmente considérablement pendant la grossesse.
- (f) Le mamelon et ses environs sont la partie du sein qui provoque l'excitation sexuelle. De manière générale, il existe très peu de différences dans la taille des mamelons des femmes. Par conséquent, quelle que soit la taille des seins d'une femme, elle peut être excitée sexuellement en jouant avec ses tétons et en les suçant.



*Figure 25 : Le contour du sein féminin à différents stades de développement et de fonctionnalité  
 (A) Avant la puberté (B) à la puberté (C) adolescent (D) adulte, type conique (E) adulte,  
 type hémisphérique bien développé, (F) pendant la grossesse (G) en lactation (H)  
 pendante, chez la femme âgée.<sup>3</sup>*

### **3. Peur de l'impuissance (incapacité d'avoir un pénis dur et en érection)**

- (a) L'impuissance est définie comme l'incapacité d'obtenir une érection. 90 % de l'impuissance vient du mental et peut être guérie.
- (b) Les causes de l'impuissance comprennent : la perte d'énergie due à la fatigue ou à la vieillesse, la peur de la comparaison avec les partenaires précédents, l'incapacité de satisfaire sa femme, les horaires chargés, l'amertume, la culpabilité due à l'adultère, le ridicule, les attentes déraisonnables, la femme passive, la dépression. , etc.

4

Le conseil général et l'obéissance à la PAROLE de DIEU résolvent la plupart de ces problèmes<sup>5</sup>

#### **Remarques**

1. Neil T. Anderson et Charles Nylander, *Le mariage centré sur le Christ* (Ontario : Glint, 1996), 119-20.
2. Tim et Beverly LaHaye, *L'acte de mariage* (Grand Rapids, Michigan : Zondervan Maison d'édition, 1988), 173-4.
3. RA Kwame-Aryee, *Manuel d'obstétrique : un guide pratique pour la gestion des Patientes obstétricales à haut risque* (Accra, Ghana : Bel-Team Publications, 1969), 320 - 322.
4. Ed et Gaye Blé, *Destiné au plaisir* (Grand Rapids, Michigan : Fleming H. Revell, 1997), 122-135.

## *Chapitre 36*

# **Sexe pour la reproduction**

De nombreux couples craignent de ne pas pouvoir avoir d'enfants. Pour parvenir à concevoir, vous devez : (a) Avoir des relations sexuelles régulières et fréquentes – au moins tous les deux jours.

**Si l'esprit du dirigeant s'élève contre toi, ne quitte pas ta place ; car CÉDER pacifie les grandes offenses.**

**Ecclésiaste 10:4**

- (b) Ayez des relations sexuelles de manière scientifique en utilisant vos connaissances sur les moments de l'ovulation.
- (c) Améliorez le nombre de spermatozoïdes en vous abstenant 2 à 3 jours avant l'ovulation. Les hommes ne devraient pas porter de pantalons serrés ou en nylon.
- (d) La femme doit éviter de se doucher après le coït ou de se lever immédiatement après le coït.
- (e) Consulter un médecin si nécessaire. Il est du devoir du mari et de la femme de rechercher des soins médicaux si nécessaire et de subir tous les tests ou examens nécessaires pour obtenir une grossesse. Ce n'est pas le moment de répartir les responsabilités, mais plutôt pour se rapprocher les uns des autres.
- (f) Comprendre qu'un couple n'est pas stérile à moins qu'ils vivent ensemble depuis plus d'un an et qu'ils aient des rapports sexuels réguliers (au moins tous les deux jours) sans aucune forme de contraception.
- (g) Sachez que la plupart des gens sont fertiles.
- (h) Sachez que la cause la plus courante d'infertilité est l'obstruction des trompes suite à des avortements infectés et à des maladies sexuellement transmissibles. Par conséquent, si l'histoire ci-dessus est inexistant, il y a très peu de choses à craindre.
- (i) Faites confiance à DIEU. Mais si vous avez les antécédents ci-dessus, vous devez être ouverts et francs les uns envers les autres et être conscients qu'un tel problème est possible.

## Signes d'ovulation

Chaque femme devrait savoir et être capable de remarquer quand elle ovule. C'est pendant l'ovulation qu'une femme est la plus fertile. Voici les signes de l'ovulation :

**1. La glaire vaginale d'une femme peut être utilisée pour déterminer l'ovulation.**

Il y a normalement une certaine quantité de sécrétions troubles ou de mucus dans le vagin. Au moment de l'ovulation, ELLE DEVIENT PLUS CLAIRE, PLUS COPIEUSE ET PLUS ÉPAISSE. Il devient collant et s'étire entre deux doigts comme un chewing-gum. Ces changements ne sont visibles que par la personne qui vérifie quotidiennement le mucus. Le mucus peut être vérifié tôt chaque matin par la femme elle-même ou par son mari.

**2. Certaines femmes ont une « douleur de l'ovulation » connue sous le nom de mittelschmertz.**

Cette douleur survient d'un côté ou de l'autre du bas-ventre selon l'ovaire qui ovule. Cette douleur, si elle survient, peut aider une femme à savoir qu'elle est en train d'ovuler à ce moment-là.

**3. La température d'une femme augmente d'environ 1°C le jour de l'ovulation et reste à ce niveau jusqu'à la fin du mois..**

La température peut être prise chaque matin avant que la femme ne se lève. C'est la température basale du corps. Vous remarquerez une augmentation de la température le jour de l'ovulation. Il est important de noter que l'enregistrement de la température peut également être affecté par une fièvre due au paludisme ou à des infections, par exemple.

**Note:**

- (a) Ces méthodes visent à aider à chronométrier l'ovulation, car le moment de l'ovulation varie chez certaines femmes parce qu'elles n'ont pas de cycles très réguliers.
- (b) Lorsque le cycle d'une femme est un cycle régulier de 28 jours, elle ovule le 13ème ou le 14ème jour.
- (c) Le jour 1 est le premier jour de la période menstruelle mensuelle, c'est-à-dire le premier jour où vous remarquez du sang.
- (d) Veuillez noter : si votre cycle n'est pas un cycle régulier de 28 jours, votre jour d'ovulation n'est pas le 13e ou le 14e jour mais est en fait 14 jours avant vos prochaines règles. Cela rend difficile l'identification du jour de l'ovulation dans un cycle très irrégulier. Une femme ayant un cycle irrégulier doit utiliser les autres méthodes de détection pour identifier l'heure exacte de l'ovulation.

**Remarques**

1. William F. Ganong, *Examen de la physiologie médicale* (New York : McGraw Hill, 2003), 441-443.
2. Derek Llewellyn Jones, *Chaque femme* (Lagos, Nigéria : Academy Press, 1994), 27 - 29.

## *Chapitre 37*

# **Zones grises sur le sexe**

## **1. Sexe oral**

Je connais parfaitement certaines opinions chrétiennes qui n'approuvent pas le sexe oral. Cependant, en tant que ministre de l'Évangile et médecin, je présente une opinion qui, je crois, est à la fois bibliquement et médicalement fondée. Comme chacun a droit à son opinion, j'exprime également ce point de vue après avoir consulté d'autres conseillers matrimoniaux chevronnés, selon lequel cela peut être une variante passionnante et innovante du sexe conjugal positif.

Il est intéressant de noter que de nombreuses lectures et recherches ont montré qu'il existe plusieurs autres ministres chrétiens qui approuvent le sexe oral. J'affirme donc que le sexe oral est une des zones grises du sexe. Je crois qu'il s'agit d'une question de préférences et de goûts personnels. Il doit être agréable aux deux parties au mariage, car l'amour « ne cherche pas son propre intérêt ».

Lors du sexe oral, la femme reçoit le pénis masculin dans sa bouche afin de stimuler le gland du pénis avec ses lèvres et sa langue. L'homme peut également stimuler la femme avec sa langue sur son clitoris. Les deux formes de sexe oral peuvent provoquer un orgasme s'ils se prolongent. C'est une autre possibilité de préliminaires et cela ne devrait pas remplacer le sexe formel. Cela ne signifie pas éjaculer dans la bouche.

(a) Partout où les doigts peuvent être utilisés, la langue et les lèvres peuvent également être utilisées. Bien entendu, la propreté est de mise.

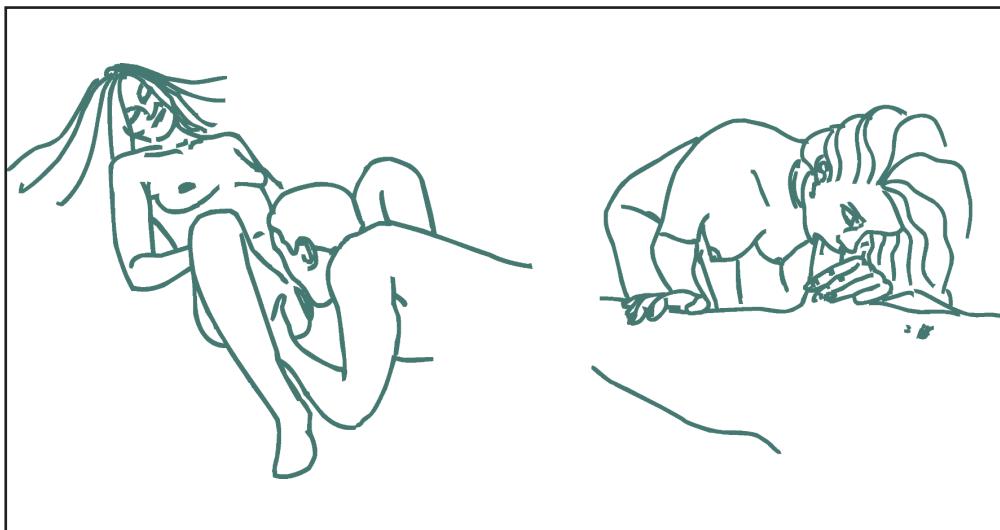
(b) S'il est acceptable d'embrasser les lèvres, les mamelons et le corps d'une femme, pourquoi pas ses organes sexuels (clitoris et petites lèvres). Sinon, nous reléguons les organes sexuels dans une catégorie « sale » par rapport au reste du corps – mais notre corps tout entier est merveilleusement et parfaitement fait.

(c) De plus, la stimulation du clitoris par voie orale est plus douce que si elle se fait avec les doigts, et il n'y a pas de problème de lubrification. De plus, un mari trouve cela beaucoup plus excitant lorsqu'il utilise sa bouche pour amener sa femme à l'orgasme.

(d) Le sexe oral ne devrait pas remplacer le sexe génital, mais devrait être utilisé uniquement en plus des mains et des doigts pendant les préliminaires et à d'autres moments où les rapports sexuels génitaux ne sont pas possibles, comme pendant les périodes de maladie chez l'homme ou la femme ou pendant les périodes intenses. grossesse.

### **Ce que l'homme doit savoir et faire pour pratiquer le sexe oral**

- un. Les femmes aiment aussi se faire faire du sexe oral.
- b. Le sexe oral peut conduire à l'orgasme..
- c. La femme doit se laver avant.
- d. L'homme doit embrasser, sucer et lécher le clitoris et l'ouverture vaginale.
- e. L'homme peut ensuite utiliser un bain de bouche pour éviter un mal de gorge.



*Fig. 26 : Sexe oral*

### **Ce que la femme doit savoir et faire pour pratiquer le sexe oral**

- un. Les hommes aiment se faire faire du sexe oral.
- b. L'homme doit se laver avant.
- c. Les poils pubiens doivent être coupés bas.
- d. La femme doit embrasser et sucer le pénis.
- e. La femme ne doit pas mordre le pénis.
- f. L'homme ne doit pas éjaculer dans la bouche de la femme.
- g. Elle peut goûter certaines sécrétions qui sont inoffensives.
- h. La femme peut ensuite utiliser un bain de bouche pour éviter un mal de gorge.

*Avertissement: L'un ou l'autre des partenaires peut contracter une infection, en particulier au niveau de la bouche ou de la gorge, après un rapport sexuel oral. Il est donc important de s'assurer que les organes génitaux sont propres et odorants, en se lavant soigneusement avec du savon ou en se baignant avant de s'engager dans un rapport sexuel oral.*

Si vous aimez tous les deux le sexe oral et que vous le trouvez agréable, alors ce sera une variante passionnante et innovante du sexe conjugal de routine.<sup>2</sup>

## 2. Sexe anal

Le sexe anal est l'introduction du pénis dans l'anus de la femme. La fonction normale de l'anus est de laisser passer les selles et non de recevoir le pénis. Le sexe anal est donc une utilisation contre nature de cette partie du corps.

**Et de même aussi les hommes, abandonnant l'usage naturel de la femme...**

**Romains 1:27**

Nous ne le recommandons donc pas.

## 3. Sexe pendant les règles

Certaines questions sont associées aux relations sexuelles pendant les règles. <sup>3</sup>

**Et si une femme a un flux, et que son flux soit du sang, elle sera mise à part sept jours; et quiconque la touchera sera impur jusqu'au soir.**

**Lévitique 15:19**

Dans Lévitique 15 :19, les relations sexuelles pendant les menstruations étaient interdites. Cependant, nous ne sommes pas sous la Loi. Si nous sommes sous la Loi, alors nous sommes sous toutes les différentes lois. Un bon exemple de loi que nous n'appliquons manifestement pas est la loi de mort pour toutes les personnes non vierges qui se marient.

**Mais si cela est vrai, et qu'on ne trouve pas de signes de virginité pour la jeune fille, alors on amènera la jeune fille à la porte de la maison de son père, et les hommes de sa ville la lapideront avec des pierres, afin qu'elle meure, car elle a fait des folies en Israël, pour se prostituer dans la maison de son père : ainsi tu éloigneras le mal du milieu de toi.**

**Deutéronome 22 : 20,21**

Les lois cérémonielles de l'Ancien Testament nous enseignent des PRINCIPES, mais nous ne les respectons pas strictement. Lévitique 15 : 19 nous donne un principe général selon lequel les relations sexuelles pendant les menstruations doivent être évitées. Cependant, il peut être nécessaire pour un couple d'avoir des relations sexuelles même pendant les règles de la femme.

**Raisons pour lesquelles il peut être nécessaire d'avoir des relations sexuelles pendant la menstruation**

- (a) Si le mari et la femme sont séparés pendant de longues périodes et ont une rare opportunité de passer une brève soirée pyjama, il serait cruel de les priver de cette opportunité rare et peu fréquente d'avoir des relations sexuelles.
- (b) Si un mari est parti depuis longtemps et vient de revenir pour repartir.
- (c) Si le mari doit s'absenter pendant une longue période.
- (d) S'il existe un désir sexuel incontrôlable.

**Choses à faire s'il est nécessaire d'avoir des relations sexuelles pendant la menstruation**

- (a) La femme doit bien se laver le vagin juste avant les rapports sexuels, ce qui entraînera très peu ou pas de sang dans le vagin.
- (b) L'acte sexuel doit être rapide.
- (c) L'homme pourrait utiliser un préservatif.
- (d) Un lavage minutieux doit ensuite être effectué.

#### **4. Sexe pendant et après la grossesse**

(a) Il n'existe aucune raison médicale pour que les couples s'abstiennent d'avoir des relations sexuelles pendant la grossesse. Les relations sexuelles peuvent et doivent se poursuivre normalement pendant la grossesse.<sup>4</sup>

Veuillez noter que de nombreux mariages commencent à se rompre pendant les grossesses, et l'adultère et l'infidélité sont bien connus pour se produire à de tels moments. Femmes, asseyez-vous ; vous n'êtes pas malade parce que vous êtes enceinte. Tellement en attente Tu es juste enceinte.

(b) Les relations sexuelles peuvent se poursuivre tout au long de la grossesse, depuis le tout début de la grossesse jusqu'à la veille de la naissance si nécessaire. Veuillez noter ce qui suit :

- je. Sois gentil.
- ii. Essayez différentes positions lorsque le ventre grossit afin de ne pas vous allonger lourdement dessus. Le gros ventre vous aidera à expérimenter d'autres positions sexuelles.

(c) Dans certains cas, les relations sexuelles doivent être évitées. Ceux-ci sont:

- je. Menace d'avortement, c'est-à-dire menace de perte de grossesse.
- ii. Saignement pendant la grossesse.
- iii. Une histoire de fausses couches répétées.

Dans tous les cas, consultez votre médecin et il vous dira ce que vous pouvez faire. Hommes, l'heure est à la maîtrise de soi ! A cette période, vous pouvez également pratiquer des relations sexuelles superficielles, c'est-à-dire des relations sexuelles à l'ouverture du vagin sans aller en profondeur, ou en position couchée sur le ventre de la femme. De manière générale, tous les rapports sexuels pendant la grossesse doivent être DOUX !

(d) Après la livraison :

- je. L'abstinence après l'accouchement est importante pendant environ 4 à 6 semaines pour les raisons suivantes :
- pour permettre au vagin et au canal génital de la femme de guérir. Certains se remettent peut-être d'une épisiotomie.
  - pour prévenir l'introduction de l'infection chez la femme. Les lochies (le liquide qui sort du vagin après l'accouchement) sont un liquide très sujet aux infections et une hygiène stricte est importante !
- ii. Le bonheur sexuel peut continuer après 4 à 6 semaines.
- iii. Maris, soyez doux. Il peut y avoir une certaine douleur ou un inconfort.
- iv. Femmes, soyez dans le courant ! Vous pourriez connaître un niveau de bonheur que vous n'avez jamais connu auparavant.

## 5. Sexe pendant les activités de l'Église

(a) Le verset ci-dessous dit qu'après avoir eu des relations sexuelles, vous êtes impur pendant un certain temps. Mais encore une fois, nous ne sommes pas sous la Loi.

**La femme avec laquelle l'homme couchera en germe de copulation, ils se baigneront tous deux dans l'eau et seront impurs jusqu'au soir.**

**Lévitique 15:18**

(b) Vous êtes libre d'avoir des relations sexuelles avant et après les activités religieuses ou la prière. Cela ne diminue en rien votre spiritualité.

## 6. Sexe pendant le jeûne

(a) Le jeûne est l'abstinence de nourriture. Cela n'implique pas non plus de rester à l'écart du sexe.

(b) Cependant, à certains niveaux de jeûne, vous souhaiterez peut-être vous abstenir de relations sexuelles pour vous aider à vous concentrer.

(c) Avoir des relations sexuelles ne vous rend pas impur ou impie. Le lit conjugal est intact.

**Le mariage est honorable pour tous, et le lit est pur ; mais Dieu jugera les impudiques et les adultères.**

**Hébreux 13:4**

(d) Si vous décidez de vous abstenir de relations sexuelles pendant le jeûne, vous devez TOUS décider de le faire pendant une période déterminée. Décidez également (ensemble) du moment où vous reprendrez vos « activités » normales. C'est le sens de l'expression « à moins que ce soit avec le consentement ».

(e) N'oubliez pas, après le jeûne, de vous réunir rapidement, de peur que le diable ne vous tente.

**Ne vous escroquez pas les uns les autres, si ce n'est d'un commun accord pour un temps, afin que vous puissiez vous consacrer au jeûne et à la prière ; et rassemblez-vous à nouveau, afin que Satan ne vous tente pas à cause de votre incontinence.**

**1 Corinthiens 7:5**

**Remarques**

1. Ann Hooper, *Du bon sexe* (Londres : Dorling Kindersley, 1999), 43. Wendy
2. Treat, *Sexe - Parlons-en* (Tulsa, Oklahoma : Maison Hav Riron, 2003), 149.
3. Derek Llewellyn Jones, *Fondamentaux de l'obstétrique et de la gynécologie* (Londres: Faber et Faber Ltd., 1982), 96.
4. Idem.

# **ARTICLE 10**

## **LES PRINCIPES DU SEXE**

## *Chapitre 38*

# **Principes bibliques assortis 1-12**

### **Principe n°1 d'humilité dans le sexe**

**Alors l'homme qui aura couché avec elle donnera au père de la jeune fille cinquante sicles d'argent, et elle sera sa femme ; parce qu'il l'a humiliée, il ne la répudiera pas pendant toute sa vie.**

**Deutéronome 22:29**

- (a) Il est nécessaire que l'homme et la femme soient humbles pour connaître le bonheur sexuel dans le mariage. Il faut de l'humilité pour être nu ou pour mettre à nu ses parties intimes et être dans certaines positions pour avoir des relations sexuelles.
- (b) Certaines personnes sont tout simplement trop fières pour s'impliquer profondément dans le sexe. L'humilité ouvrira de nouveaux chapitres dans votre vie sexuelle.<sup>1</sup>

### **N°2 Principe de rester ensemble pour se découvrir**

**Lorsqu'un homme aura pris une nouvelle femme, il ne partira pas à la guerre et ne sera chargé d'aucune affaire ; mais il sera libre chez lui pendant un an et reconfortera la femme qu'il a prise.**

**Deutéronome 24:5**

- (a) Nous recommandons aux couples nouvellement mariés de passer leur première nuit ensemble dans un endroit où ils peuvent avoir un maximum d'intimité, par exemple un hôtel, et également de prendre un peu de temps libre pour une lune de miel.
- (b) Il est également important qu'elles évitent une grossesse au cours des premiers mois, voire d'un an, afin qu'elles puissent s'adapter les unes aux autres.<sup>2</sup>

### **N°3 Principe de boire dans sa propre citerne**

**Buvez l'eau de votre citerne et l'eau courante de votre puits.**

**Proverbes 5:15**

- (a) Un homme doit faire un effort conscient pour être continuellement satisfait de sa femme. Cela s'applique également à la femme.
- (b) Il est possible d'être satisfait par une femme ou un homme toute sa vie.<sup>3</sup>

## **N°4 Le principe du sexe comparé à l'eau potable**

**Buvez l'eau de votre citerne et l'eau courante de votre puits.**

**Proverbes 5:15**

- (a) Avoir des relations sexuelles est assimilé à boire de l'eau, qui est un processus naturel qui se fait souvent et par réflexe. À quelle fréquence buvez-vous de l'eau ?

## **N°5 Principe de la Fontaine Bénie**

**Que tes sources soient dispersées au loin, et que tes fleuves d'eaux soient répandus dans les rues. Qu'ils soient seulement à toi, et non pas étrangers chez toi.**

**Proverbes 5:16,17**

- (a) La fontaine est assimilée à un pénis éjaculant ou vice versa. Une fontaine n'est bénie que lorsqu'elle coule avec de l'eau et il en va de même pour le pénis.
- (b) Il faut avoir des relations sexuelles souvent et régulièrement pour que la fontaine soit bénie et que le mariage soit béniti. La fontaine est destinée à la maison et non aux étrangers.<sup>4</sup>

## **N°6 Principe du sein satisfaisant**

**Qu'elle soit comme une biche aimante et des œufs agréables ; que ses seins te satisfassent à tout moment ; et sois toujours ravi de son amour.**

**Proverbes 5:19**

- (a) Le mari doit être satisfait du sein de sa femme. De la même manière, ses lèvres, ses fesses, ses cuisses, son clitoris et son vagin doivent vous satisfaire. Que tout cela soit pour vous une joie car c'est un don de Dieu.
- (b) Ayez des relations sexuelles avec elle aussi souvent que possible ! Elle est pour votre plaisir et votre satisfaction.
- (c) Les seins de votre femme sont magnifiques. Prenez le temps de les regarder, de jouer avec eux et d'en profiter.<sup>5</sup>

## **N°7 Principe de satisfaction à tout moment**

**Qu'elle soit comme une biche aimante et des œufs agréables ; que ses seins te satisfassent à tout moment ; et sois toujours ravi de son amour.**

**Proverbes 5:19**

- (a) Vous devez vous satisfaire à tout moment. Cela signifie le matin, l'après-midi et le soir. Cela signifie après un an ou dix ans de mariage, à tout moment et en tout lieu ; vous devez vous satisfaire.
- (b) Toujours signifie TOUJOURS.

## N°8 Principe d'être ravi avec son conjoint

**Qu'elle soit comme une biche aimante et des œufs agréables ; que ses seins te satisfassent à tout moment ; et sois toujours ravi de son amour.**

**Proverbes 5:19**

- (a) Vous devez faire un effort conscient pour admirer les différentes parties du corps et de la beauté de votre conjoint. Levez-vous et regardez-vous les uns les autres ; soyez submergé par la beauté de votre partenaire.

## N°9 Principe de l'importance du baiser

**Qu'il m'embrasse des baisers de sa bouche : car ton amour vaut mieux que le vin.**

**Cantique des Cantiques 1:2**

- (a) Le baiser est une forme importante d'intimité dans un couple. C'est une façon pour un couple d'être intime sans aller jusqu'au bout pour faire l'amour tout le temps. C'est une forme de contact importante et elle est encouragée dans le mariage.
- (b) Embrasser en faisant l'amour est excitant.

Attention : pratique du baiser peut facilement et progressivement disparaître du mariage – un couple doit s'en méfier. Assurez-vous de vous saluer à la maison avec un long baiser bouche à bouche. À l'extérieur de la maison, un petit baiser bouche à bouche fera l'affaire.

## N°10 Principe d'avoir confiance en soi

**Je suis noire, mais belle, ô filles de Jérusalem, comme les tentes de Kédar, comme les rideaux de Salomon. Ne me regarde pas, parce que je suis noir, parce que le soleil m'a regardé : les enfants de ma mère étaient en colère contre moi ; ils m'ont établi gardien des vignes ; mais je n'ai pas gardé ma vigne.**

**Cantique des Cantiques 1:5,6**

- (a) La confiance est très importante dans toute relation. Il faut avoir confiance en soi. Vous êtes gentil, vous êtes beau ; terriblement et merveilleusement fait. Vous êtes peut-être noire ou blonde, mais vous êtes belle et avenante. Vous avez peut-être de gros ou de petits seins, mais vous êtes belle, avenante et UNIQUE.
- (b) Vous devez également avoir confiance en votre capacité à avoir des relations sexuelles à mesure que vous apprenez à mieux le faire.

(c) Évitez de briser la confiance de votre conjoint en vous abstenant de faire des déclarations désobligeantes sur les seins, les hanches, la taille des organes génitaux, le ventre, les jambes, les taches et les cicatrices. <sup>7</sup>

## N°11 Principe pour sublimer votre beauté avec des bijoux

**Tes joues sont belles avec des rangées de bijoux, ton cou avec des chaînes d'or. Nous te ferons des bordures en or avec des clous d'argent.**

Cantique des Cantiques 1:10,11

(a) Les bijoux rendent quelqu'un plus beau. Apprenez à porter des bijoux, même à la maison.

## N°12 Principe pour susciter l'amour

**Je vous ordonne, ô vous, filles de Jérusalem, par les chevreuils et par les biches des champs, de ne pas attiser ni réveiller mon amour, jusqu'à ce qu'il le veuille.**

Cantique des Cantiques 2:7

- (a) L'amour peut être attisé en se parlant gentiment, en se traitant gentiment et en se surprenant avec de jolies petites choses.
- (b) Lorsque vous avez quelque chose de gentil à dire à votre partenaire, ne le gardez pas, parlez-en.
- (c) Dites « désolé » et « merci » quand vous le devez, et dites toujours « je t'aime ».

### Remarques

1. Beverly LaHaye et coll., *La joie du mariage selon Dieu* (Nashville, Tennessee : intégrité Éditeurs, 2003), 12-13.
2. Tommy Nelson, *Le livre romantique* (Nashville, Tennessee : Thomas Nelson, 1998), 2 - 14.
3. Kay Arthur, *Mariage sans regrets* (Eugene, Oregon : Pub Harvest House. 2000), 172.
4. Tommy Nelson, *Le livre romantique* (Nashville, Tennessee : Thomas Nelson, 1998), 100 et Jay E. Adams, *Le conseiller chrétien* (Grand Rapids, Michigan : Zondervan Publishing, 1973), 392.
5. Ed et Gaye Blé, *Destiné au plaisir* (Grand Rapids, Michigan : Fleming H. Revell, 1997), 82-83.
6. Tommy Nelson, *The Book of Romance* (Nashville, Tennessee : Thomas Nelson, 1998), 103-104.; Kay Arthur, *Mariage sans regrets* (Eugene, Oregon : Harvest House Publishers, 2000), 162.
7. Robert Lewis et William Hendricks, *Basculer les rôles* (Groupe d'édition NavPress, 1991), 129.

## *Chapitre 39*

# **Principes bibliques assortis 13-24**

## **N°13 Principe d'appartenance les uns aux autres**

**Mon bien-aimé est à moi, et je suis à lui : il se nourrit parmi les lis.**

**Cantique des Cantiques 2:16**

**Que le mari rende à sa femme la bienveillance qui lui est due, et que la femme aussi rende à son mari. La femme n'a pas le pouvoir sur son propre corps, mais le mari ; et de même aussi le mari n'a pas le pouvoir sur son propre corps, mais la femme.**

**1 Corinthiens 7:3,4**

- (a) « Appartenir à » signifie « posséder ». Lorsque vous possédez quelque chose, vous pouvez l'avoir à tout moment et n'importe où. Il en est ainsi du mariage.
- (b) Vous vous appartenez l'un à l'autre et vous devez avoir cette attitude selon laquelle j'appartiens à ma femme et elle m'appartient.
- (c) Gardez donc à l'esprit que vous pouvez faire l'amour avec votre conjoint ou vous faire faire l'amour à tout moment.

1

## **N°14 Principe d'être flexible et actif comme un œuf**

**Jusqu'à ce que le jour se lève et que les ombres s'enfuient, tourne-toi, ma bien-aimée, et sois comme un chevreuil ou un jeune cerf sur les montagnes de Béther.**

**Cantique des Cantiques 2:17**

- (a) Les œufs sont un animal flexible et actif. La femme doit être flexible et active pendant les rapports sexuels. Elle ne doit pas jouer un rôle passif et attendre que des choses lui soient faites. Elle devrait plutôt être active et flexible. Elle doit bouger son corps et sa taille pendant les rapports sexuels pour apporter du plaisir à elle-même et à son mari.<sup>3</sup>
- (b) Une femme ennuyeuse et ennuyeuse chassera son mari. Ne soyez pas encore un cadavre !

**Tout ce que ta main trouve à faire, fais-le avec ta puissance ; car il n'y a ni œuvre, ni dessein, ni connaissance, ni sagesse dans la tombe où tu vas.**

**Ecclésiaste 9:10**

## **N°15 Principe de la femme qui initie le sexe et désire après Sexe**

**La nuit, sur mon lit, je cherchais celui que mon âme aime : je l'ai cherché, mais je ne l'ai pas trouvé. Je me lèverai maintenant, et je parcourrai la ville dans les rues, et sur les grands chemins je chercherai celui que mon âme aime...**

**Cantique des Cantiques 3 : 1,2**

- (a) Nous avons la mentalité selon laquelle le sexe est initié uniquement par le mari. C'est faux.
- (b) Une bonne épouse chrétienne doit parfois initier des relations sexuelles. Son mari doit la voir désirer et vouloir réellement du sexe. <sup>4</sup>

## **N°16 Principe d'admirer et de parler les uns des autres Beauté**

**Voici, tu es belle, mon amour ; voici, tu es belle; tu as des yeux de colombe dans tes cheveux ; tes cheveux sont comme un troupeau de chèvres qui surgissent du mont Galaad. Tes dents sont comme un troupeau de brebis même tondues qui remontent du lavoir ; dont chacun enfante des jumeaux, et aucun d'entre eux n'est stérile.**

**Tes lèvres sont comme un fil cramoisi, et ton discours est beau ; tes tempes sont comme un morceau de grenade dans tes cheveux. Ton cou est comme la tour de David bâtie pour une armurerie, à laquelle sont suspendus mille boucliers, tous boucliers de vaillants hommes. Tes deux seins sont comme deux jeunes chevreuils jumeaux qui se nourrissent parmi les lis.**

**Jusqu'à ce que le jour se lève et que les ombres s'enfuient, je me conduirai à la montagne de myrrhe et à la colline de l'encens. Tu es toute belle, mon amour ; il n'y a aucune place en toi.**

**Cantique des Cantiques 4 : 1-7**

- (a) Votre partenaire ne peut pas savoir à quoi vous pensez tant que vous ne le dites pas.
- (b) Il est important que vous parliez de la beauté de votre partenaire. Nous ne parlons souvent que lorsqu'il y a quelque chose de négatif à dire. Pourquoi ne pas parler quand il y a quelque chose de positif à dire ? <sup>5</sup>
- (c) Ce que vous dites sera une graine qui mènera à la confiance et à la joie chez votre partenaire.

## N° 17 Principe d'admirer et d'apprécier chaque partie du Corps

**Tes dents sont comme un troupeau de brebis même tondues qui remontent du lavoir ; dont chacun enfante des jumeaux, et aucun d'entre eux n'est stérile. Tes lèvres sont comme un fil cramoisi, et ton discours est beau ; tes tempes sont comme un morceau de grenade dans tes cheveux. Ton cou est comme la tour de David bâtie pour une armurerie, à laquelle sont suspendus mille boucliers, tous boucliers de vaillants hommes. Tes deux seins sont comme deux jeunes chevreuils jumeaux qui se nourrissent parmi les lis.**

Cantique des Cantiques 4 : 2-7

- (a) Prenez le temps d'explorer et de rechercher les détails complexes du corps de votre conjoint. Remarquez comment le passage décrit en détail différentes parties du corps de la femme.
- (b) Certains couples sont mariés depuis longtemps et n'ont toujours pas exploré et découvert les différents contours, « collines », « vallées » et points sensibles du corps de leur partenaire.

## N°18 Principe pour que votre corps et vos vêtements sentent bon

Pendant les rapports sexuels

**Comme ton amour est beau, ma sœur, mon épouse ! combien ton amour est meilleur que le vin ! et l'odeur de tes onguents plus que toutes les épices ! Tes lèvres, ô mon épouse, descendent comme un rayon de miel : le miel et le lait sont sous ta langue ; et l'odeur de tes vêtements est comme l'odeur du Liban.**

Cantique des Cantiques 4 : 10,11

- (a) Une bonne odeur corporelle est propice aux relations sexuelles.<sup>6</sup>
- (b) Une mauvaise odeur corporelle provenant de la sueur et de la saleté peut rebouter quelqu'un.
- (c) Une bonne épouse ou un bon mari doit utiliser du déodorant, des crèmes et du parfum en abondance habituellement et lors des rapports sexuels.<sup>7</sup>

## N°19 Principe selon lequel les parties intimes ont une odeur douce Jardin aux fruits agréables

Un jardin clos, c'est ma sœur, mon épouse ; une source fermée, une fontaine scellée. Tes plantes sont un verger de grenades, aux fruits agréables ; camphre, au nard, nard et safran ; le calamus et le cinnamome, avec tous les arbres à encens ; myrrhe et aloès, avec toutes les principales épices : une source de jardins, une source d'eaux vives et des ruisseaux du Liban. Réveille-toi, ô vent du nord ; et viens, toi, vers le sud ; souffle sur mon jardin, pour que ses épices en coulent. Que mon bien-aimé vienne dans son jardin et mange ses délicieux fruits.

Cantique des Cantiques 4 : 12-16

- (a) Une femme doit s'assurer que sa vulve/vagin est toujours propre et odorante, comme un doux jardin.
- (b) L'utilisation de crèmes odorantes dans cette zone en quantités modérées est encouragée. Puisque la vulve est assimilée à un jardin, elle doit être entretenue et taillée en la coupant ou en la rasant occasionnellement, ce qui permet même au jardin d'avoir un aspect et une apparence différents. Cela augmentera l'excitation sexuelle. Un jardin envahi par la végétation semble peu attrayant et sale.
- (c) Rendez votre jardin accueillant. La même chose s'applique évidemment à l'homme.

## N°20 Principe d'être accueillant et toujours prêt

Je suis entrée dans mon jardin, ma sœur, mon épouse : j'ai cueilli ma myrrhe avec mon épice ; J'ai mangé mon rayon de miel avec mon miel ; J'ai bu mon vin avec mon lait : mangez, ô amis ; bois, oui, bois abondamment, ô bien-aimé. Je dors, mais mon cœur s'éveille : c'est la voix de mon bien-aimé qui frappe, disant : Ouvre-moi, ma sœur, mon amour, ma colombe, ma pure : car ma tête est remplie de rosée et mes cheveux de gouttes. de la nuit. J'ai enlevé mon manteau ; comment dois-je le mettre ? Je me suis lavé les pieds ; comment les souillerai-je ?

Mon bien-aimé lui a mis la main par le trou de la porte, et mes entrailles ont été touchées pour lui. Je me suis levé pour m'ouvrir à mon bien-aimé ; et mes mains tombèrent avec de la myrrhe, et mes doigts avec de la myrrhe odorante, sur les poignées de la serrure. Je me suis ouvert à ma bien-aimée ; mais mon bien-aimé s'était retiré et était parti : mon âme faillit quand il parla : je le cherchais, mais je ne le trouvais pas ; Je l'ai appelé, mais il ne m'a pas répondu.

Cantique des Cantiques 5 : 1-6

- (a) Le mari/la femme doit être toujours prêt et accueillant. Ne soyez pas en colère, peu accueillant ou à contrecœur lorsque vous cédez.

(b) Une femme nue avec un visage souriant est très différente d'une femme nue avec un visage en colère ou réticent. Après plusieurs séances de relations sexuelles involontaires, un homme peut se retirer. Cela peut même conduire à l'adultère, notez le verset 6 ci-dessus.

## N°21 Principe de répondre par vous-même pourquoi votre bien-aimé est Mieux que les autres

**Qu'est-ce que ton bien-aimé a de plus qu'un autre bien-aimé, ô toi la plus belle entre les femmes ?  
Qu'est-ce que ton bien-aimé a de plus qu'un autre bien-aimé, pour que tu nous ordonnes ainsi ?**

Cantique des Cantiques 5:9

- (a) Vous devez être convaincu en vous-même que vous avez épousé la bonne personne.
- (b) Donnez-vous plusieurs raisons pour lesquelles votre conjoint est meilleur que les autres.<sup>9</sup>
- (c) Apprenez à voir les avantages et les bénéfices qu'il ou elle apporte. NE laissez PAS les choses négatives obscurcir votre appréciation de votre conjoint.

## N°22 Principe selon lequel votre bien-aimé est le meilleur

**Mon bien-aimé est blanc et vermeil, le plus grand entre dix mille.**

Cantique des Cantiques 5:10

- (a) Croyez que votre bien-aimé est effectivement la meilleure parmi toutes les autres options.

## N°23 Principe de ne pas submerger votre partenaire lorsque vous le regardez Sur lui/elle

**Détourne de moi tes yeux, car ils m'ont vaincu ; tes cheveux sont comme un troupeau de chèvres qui surgissent de Galaad.**

Cantique des Cantiques 6 : 5

- (a) Un partenaire modeste peut être gêné par les yeux fixes. Apprenez la beauté d'avoir des relations sexuelles avec différents niveaux d'éclairage allant de la lumière vive, faible, colorée, crépusculaire à aucune lumière. Ils ont des effets différents.
- (b) N'embarrassez pas votre partenaire. Cela réduira sa confiance.

## N°24 Principe de permettre à votre mari de vous regarder

**Reviens, reviens, ô Sulamite ; reviens, reviens, afin que nous puissions te regarder...**

**Cantique des Cantiques 6 :13**

- (a) Les épouses devraient pratiquer la nudité à la maison.
- (b) Soyez confiant en vous déshabillant devant votre partenaire.<sup>dix</sup>
- (c) Essayez de dormir nu, de vous tenir debout ou de marcher nu dans la maison et essayez différents types d'exposition, comme la position de lithotomie.

### Remarques

1. Tommy Nelson, *Le livre romantique* (Nashville, Tennessee : Thomas Nelson, 1998), 103-4.
2. Ibid., p. 95.
3. Al Janssen, *Le chef-d'œuvre du mariage* (Wheaton, Illinois : Éditeurs Tyndale House, 2001), 81-83.
4. Beverly LaHaye et coll., *La joie du mariage selon Dieu* (Nashville, Tennessee : intégrité Éditeurs, 2003), 58 - 64.
5. Tommy Nelson, *Le livre romantique* (Nashville, Tennessee : Thomas Nelson, 1998), 98.
6. Ibid., 163.
7. Ed et Gaye Blé, *Destiné au plaisir* (Grand Rapids, Michigan : Fleming H. Revell, 1997), 158-9.
8. Tommy Nelson, *Le livre romantique* (Nashville, Tennessee : Thomas Nelson, 1998), 197.
9. Ibid., 163.
10. Ibid., 165.

## *Chapitre 40*

# **Principes bibliques assortis 25-33**

### **N°25 Principe de l'importance de ses cheveux**

**Ta tête est comme le Carmel, et les cheveux de ta tête comme la pourpre ; le roi est détenu dans les galeries.**

**Cantique des Cantiques 7 : 5**

- (a) Les cheveux d'une femme contribuent grandement à sa beauté. Si l'est recouvert d'un filet à cheveux ou d'un bonnet, une partie de sa beauté lui est enlevée. Ne donnez pas sans le savoir le meilleur de votre beauté à des étrangers et offrez à votre mari vos moins beaux cheveux couverts. Laissez-le toujours voir vos beaux cheveux, même pendant le sommeil ou les rapports sexuels.
- (b) Prenez le temps de vous coiffer et n'arrêtez pas d'investir dans votre beauté personnelle.<sup>2</sup>

### **N°26 Principe selon lequel les seins sont beaux**

**Ta stature est semblable à un palmier, et tes seins à des grappes de raisin.**

**Cantique des Cantiques 7 : 7**

- (a) Les seins sont beaux. Prenez-en bien soin en portant toujours un soutien-gorge ferme, qui soutient et qui tient bien. Montez-les à votre mari et laissez-le se laisser envahir par ces jolis « raisins ».
- (b) Un mari doit savoir que les seins de sa femme sont beaux, quels que soient leur forme, leur taille ou leur âge. Profitez-en et laissez-les vous satisfaire toutes vos journées.
- (c) Au fil du temps, l'apparence des seins changera. Cela ne veut pas dire qu'ils sont gâtés. Apprenez à apprécier la beauté des seins de votre femme à chaque étape de sa vie. En d'autres termes, les seins d'une femme de dix-huit ans sont différents et beaux, tout comme ceux d'une femme de trente ans et ainsi de suite. Il existe une beauté particulière pour chaque âge.

## N°27 Principe d'avoir une bonne haleine

**J'ai dit : « Je grimperai au palmier ; Je m'emparerai de ses fruits.» Que tes seins soient comme les grappes de vigne, que le parfum de ton haleine soit comme des pommes,**

Cantique des Cantiques 7 : 8 (NIV)

- (a) Une bonne haleine est importante pour faciliter les baisers et les relations intimes. Ayez une bonne haleine en vous brossant les dents et en utilisant un bain de bouche si nécessaire.
- (b) Un couple doit être capable de se dire quand il y a un problème de respiration.

## N° 28 Principe d'une joie accrue loin de chez soi

**Viens, ma bien-aimée, sortons dans les champs ; logeons dans les villages. Levons-nous de bonne heure aux vignes ; voyons si la vigne fleurit, si le raisin tendre apparaît et si les grenades bourgeonnent : là je te donnerai mes amours.**

Cantique des Cantiques 7 : 11,12

- (a) Ne manquez pas l'opportunité d'avoir des relations sexuelles améliorées lorsque vous êtes loin de chez vous. En dehors de votre environnement habituel, le sexe sera probablement plus excitant. Ne manquez pas de telles opportunités, de la lune de miel aux voyages ensemble.

## N°29 Principe d'avoir des relations sexuelles à tout moment de la journée

**Levons-nous de bonne heure aux vignes ; voyons si la vigne fleurit, si le raisin tendre apparaît et si les grenades bourgeonnent : là je te donnerai mes amours.**

Cantique des Cantiques 7:12

- (a) Avoir des relations sexuelles à différents moments de la journée produit des effets et des sentiments différents. Ne manquez pas l'occasion d'avoir des relations sexuelles à des moments différents.
- (a) Essayez le sexe à l'aube, essayez-le le matin, essayez-le l'après-midi. Essayez-le à tout moment.

## N° 30 Principe de développement de techniques appropriées en matière de sexe

**Sa main gauche doit être sous ma tête et sa main droite doit m'embrasser.**

Cantique des Cantiques 8 : 3

- (a) Le sexe est un art qui peut être appris et amélioré. Apprenez quoi faire, comment le faire et quand le faire.
- (b) Améliorez-vous en tant qu'être sexuel. Tout comme vous apprenez d'autres choses, apprenez-en davantage sur le sexe.

## N° 31 Principe des réponses sexuelles rapides

**Dépêche-toi, ma bien-aimée, et sois semblable à un chevreuil ou à un « jeune cerf sur les montagnes d'épices.**

Cantique des Cantiques 8:14

- (a) Ne retardez pas indûment votre femme/mari lorsqu'il est prêt à avoir des relations sexuelles. Ne dites pas « après le déjeuner », « demain » ou « plus tard ». Fais le maintenant.
- (b) Il est cruel de refuser votre conjoint alors que vous voyez qu'il a un fort désir ou même une érection.

## N° 32 Principe de l'importance et de la beauté de la virginité

**Nous avons une petite sœur, et elle n'a pas de seins : que ferons-nous pour notre sœur le jour où on parlera pour elle ? Si elle est une muraille, nous bâtirons dessus un palais d'argent ; et si elle est une porte, nous la fermerons de planches de cèdre. Je suis un mur, et mes seins sont comme des tours : j'étais alors à ses yeux comme celui qui trouvait grâce.**

Cantique des Cantiques 8 : 8-10

- (a) Protégez votre virginité jusqu'au jour de votre mariage. Ne pensez pas que parce que vous vous marierez de toute façon, vous pourrez simplement avoir des relations sexuelles.
- (b) Vous pouvez être vierge dans votre corps, dans votre esprit et dans vos émotions. Si tu:
  - je. Confessez vos péchés.
  - ii. Pardonnez-vous et abandonnez le passé.
  - iii. Continuez à vivre une vie pure jusqu'à ce que vous soyez marié. Cela fera de vous une « vierge » dans votre esprit et vos émotions.
- (c) Ne vous mariez pas avec l'attitude d'un expert bien formé qui va former votre partenaire.

## N°33 Principe d'être amoureux pour toujours

**Mets-moi comme un sceau sur ton cœur, comme un sceau sur ton bras : car l'amour est fort comme la mort ; la jalouse est cruelle comme la tombe : ses charbons sont des charbons ardents, qui ont une flamme très véhément. De nombreuses eaux ne peuvent pas éteindre l'amour, et les flots ne peuvent pas non plus le noyer : si un homme donnait toutes les choses de sa maison pour l'amour, il serait complètement méprisé.**

Cantique des Cantiques 8 : 6,7

- (a) Parce que le mariage est permanent, vous pouvez vous laisser aller sans aucune crainte.
- (b) Parce que c'est pour toujours, vous pouvez prendre votre temps pour découvrir et apprendre le sexe lentement et en profiter toutes vos journées.

LE MARIAGE est éternel !

**Remarques**

1. Tommy Nelson, *Le livre romantique* (Nashville, Tennessee : Thomas Nelson, 1998), 165.
2. Marguerite Hardisty, *Pour toujours mon amour* (Irvine, Californie : Harvest House Publishers, 1975), 77-90.

# **ARTICLE 11**

## **PLUS SUR LES TEMPÉRAMENTS**

## *Chapitre 41*

# **Les tempéraments et le sexe**

## **Le mari sanguin et le sexe**

1. Il est tellement réactif qu'il n'en faut pas beaucoup pour l'exciter. <sup>1</sup>
2. Il est si ouvert sur tout ce qu'il fait que sa femme est toujours consciente de son humeur. A
3. un grand appétit pour tout, y compris pour faire l'amour.
4. La plupart ont très peu de problèmes à propos du sexe. Ils l'apprécient généralement.
5. Le sexe, tout comme la nourriture, est pour eux l'une des choses les plus importantes dans la vie. Ils sont généralement réticents à accepter un « non » comme réponse lorsqu'ils veulent manger ou avoir des relations sexuelles.
6. Peut facilement être blessé et se sentir dégonflé si sa femme ne répond pas à ses gestes d'amour.
7. Peut être plus facilement infidèle s'il n'est pas satisfait sexuellement parce que :
  - un. La conquête d'une autre femme est importante pour satisfaire son ego et il trouve les femmes solitaires et insatisfaites, des proies faciles à son charme.
  - b. Il est faible et émotionnellement excitable et est donc ouvert à la femme sans scrupules.

## **La femme sanguine et le sexe**

### **1. Elle aime le sexe :**

- C'est important pour elle. <sup>2</sup>
- Elle n'a aucune retenue en matière de sexe.
- Elle fera presque n'importe quoi sexuellement, si on lui apprend.
- Elle surmonte la plupart des inhibitions sexuelles et peut devenir agressive.
- Elle n'est pas cadavérique dans le sexe.

2. Les hommes se sentent à l'aise en sa présence.
3. Sa charmante personnalité fait d'elle un succès auprès de tous les types d'hommes et, dans sa naïveté, elle peut les exciter sans le savoir. Elle pense généralement qu'elle est simplement amicale.
4. Il ne faut pas trop de cajoleries pour la mettre d'humeur à faire l'amour.
5. Maintient généralement une bonne attitude à l'égard du sexe malgré ce qu'elle a pu entendre avant le mariage.
6. Elle peut être sexuellement agressive et inviter.
7. Elle a un immense désir de plaire à son mari et, avec un minimum d'encouragement, elle réussira généralement dans ce domaine du mariage, à condition que son partenaire ne lui reproche pas ses défauts dans d'autres domaines.

## **Le mari colérique et le sexe**

1. Il ne se livre pas à beaucoup de préliminaires. Il le veut juste vite et ensuite il est en route ! Mais il apprend vite qu'il doit être tendre et aimant.
2. Semble être un grand amoureux en surface.<sup>3</sup>
3. Incapable de prodiguer de l'affection à son conjoint et impatiente – cela rend l'adaptation difficile pour la femme.
4. Il est susceptible d'emmener sa femme dans la chambre sans la moindre éducation sexuelle lui-même. C'est parce qu'il est généralement impulsif et pense que les choses vont s'arranger.
5. Apprend vite. Est pratique et apportera donc les changements nécessaires à l'amour. S'il trouve que l'affection est excitante et que voir la femme qu'il aime répondre à son amour est extrêmement épanouissant, il se lancera.

## **La femme colérique et le sexe**

1. Elle peut rendre son mari très heureux ou malheureux sexuellement. Si elle a eu une bonne éducation, un bon enseignement et de bons parents, elle est passionnante et créative. Si elle a eu un mauvais enseignement, des agressions de la part d'un parent/adulte ou d'autres expériences traumatisantes, elle est très difficile sexuellement (parce qu'elle a des opinions).<sup>4</sup>
2. Si elle a observé une relation chaleureuse et aimante entre ses parents en grandissant, elle se mariera dans l'espoir de profiter des rapports sexuels et, comme les colériques réussissent généralement ce qu'ils entreprennent, elle et son mari ne seront pas déçus dans leur vie sexuelle.
3. Si elle a été élevée dans un foyer ou un environnement malheureux, si elle a été agressée ou a souvent enduré des expériences traumatisantes dans son enfance ou si elle pense que « le sexe est sale », elle peut rencontrer de sérieuses difficultés à établir de bonnes relations avec son mari. C'est parce que la colérique se forme des opinions si fortes sur les choses qu'une fois qu'elle a cette idée, il est difficile (mais pas impossible) de changer.
4. Puisque les épouses colériques ne sont généralement pas portées à l'affection ouverte, elles peuvent étouffer les avances de leur mari avant que leur propre moteur ne se mette en action.

5. Si elle n'est pas remplie d'esprit, la femme colérique peut émasculer son mari en le dominant et en le dirigeant dans tout, y compris le sexe.
6. Si elle-même n'est pas intéressée par le sexe, elle et son mari, habituellement flegmatique, peuvent rester sans relations sexuelles pendant de longues périodes.
7. L'épouse colérique ne doit pas interpréter la passivité sexuelle d'un mari flegmatique comme signifiant qu'il aime l'abstinence. En fin de compte, une explosion se produira, ce qui aura un effet très grave et indésirable sur le mariage.

## **Le mari mélancolique et le sexe**

1. Est un idéaliste suprême.<sup>5</sup>
2. Se marie généralement sans éducation sexuelle parce qu'il croit que l'idéal se réalisera.
3. Si sa femme est amoureuse, excitante et très expressive, les choses pourraient bien se passer.
4. S'il épouse quelqu'un d'aussi naïf que lui, lui et sa femme risquent de revenir déprimés de leur lune de miel.
5. Une vie sexuelle instable peut rendre un mari mélancolique très malheureux et déprimé. Cette dépression va décourager sa femme.
6. Les mélancoliques ont généralement du mal à demander conseil et attendent que leur mariage soit sur le point de se rompre pour obtenir de l'aide.
7. Le mari mélancolique est capable d'exprimer le véritable amour plus que tout autre tempérament.
8. Il est généralement un partenaire loyal et fidèle à moins qu'il ne se livre à des pensées impures qui conduisent à la promiscuité.
9. Lorsque le mélancolique aime sa femme, il s'étend presque trop en prévenance, en gentillesse et en émotion.
10. Il est généralement très romantique. Il fait des choses qui ravissent le cœur romantique d'une femme, comme jouer de la musique douce, tamiser les lumières, utiliser du parfum, etc.
11. Sa nature analytique lui fait apprendre rapidement ce qui plaît à sa femme et il aime alors l'épanouir.
12. Si tout se passe bien pour eux, ils font de grands amants. Mais comme la vie ne le fait pas se révèlent parfaitement et le mélancolique est tellement perfectionniste qu'il peut presque refuser d'accepter autre chose que la perfection.
13. De petites choses comme de la vaisselle sale dans l'évier ou un sol en désordre peuvent décourager sexuellement une mélancolique.
14. Il est probable qu'il interprète comme un rejet le manque de réaction immédiate de sa femme au sexe lorsqu'il commence à faire l'amour. Si sa femme essaie de jouer un rôle sexuel un peu difficile à obtenir, il pensera probablement qu'elle ne le désire pas et pourrait abandonner avant de pouvoir révéler ses véritables sentiments.

## **La femme mélancolique et le sexe**

1. Est une partenaire amoureuse imprévisible car elle a les plus grandes sautes d'humeur.<sup>6</sup>
2. Dans certaines occasions, elle peut être aussi excitante et stimulante que n'importe quel optimiste. À d'autres occasions, elle ne s'intéresse absolument à rien, y compris à l'amour. Parfois, elle peut rencontrer son mari à la porte et l'emporter directement dans la chambre, mais à d'autres moments, elle peut ignorer complètement son arrivée.
3. Elle est la romantique suprême et ses humeurs sont aussi évidentes que le soleil de midi.
4. Lorsqu'elle est d'humeur amoureuse, elle a recours à un dîner aux chandelles, avec de la musique douce et un parfum intense.
5. Elle est capable de jouir d'un amour extatique à des hauteurs qui étoufferait d'autres tempéraments, mais elle ne le fait pas fréquemment.
6. Pour elle, la qualité de la vie sexuelle est préférable à la quantité.
7. De tous les tempéraments, elle est celle qui donne de l'amour en récompense d'un bon comportement et aucun homme n'apprécie cela.
8. Elle peut être excessivement religieuse en matière de sexe, surtout si sa mère a un problème dans ce domaine.
9. Elle peut utiliser des arguments religieux et des versets bibliques pour excuser son abstinence sexuelle.
10. La véritable raison de son abstinence sexuelle est probablement qu'elle avait, avant le mariage, une idée fixe selon laquelle le sexe n'est pas une bonne chose.
11. Elle peut difficilement se donner l'occasion d'apprendre que le sexe est bon et désirable.
12. S'intéresse généralement au sexe lorsqu'elle souhaite tomber enceinte et avoir des enfants.
13. Des choses apparemment minimes peuvent se transformer en énormes problèmes pour une femme mélancolique, par exemple la vie de son mari.
  - a. incapacité à équilibrer le chéquier,
  - b. défaut de faire une course,
  - c. négliger de prendre un bain.

Cela pourrait la bouleverser complètement et l'envoyer dans une vengeance discrète. Elle doit se rendre compte qu'elle se trompe à la fois du plaisir de faire l'amour et de l'approbation aimante de son mari.

14. Elle a le potentiel d'être une partenaire amoureuse passionnante et épanouissante si ses faiblesses ne l'emportent pas sur ses forces.

## **Le mari flegmatique et le sexe**

1. Ne dit pas grand-chose sur sa vie au lit – reste silencieux sur sa vie personnelle.
2. La plupart des commentaires sur sa vie intime proviendront de son conjoint en colère, qui est généralement aussi très partial.
3. Il aurait généralement peu de mal à gagner l'amour de sa femme car il l'embarrasse ou l'insulte rarement, le sarcasme n'est tout simplement pas sa manière et il ne l'embarrassera généralement pas publiquement ni ne dira quoi que ce soit de désobligeant.
4. Comme il se met rarement en colère ou crée de l'irritation, il éteint généralement le feu de son partenaire par une réponse douce avant de se coucher.
5. Les flegmatiques sont plus enclins à laisser leur femme initier les relations sexuelles.
6. Sa femme peut bientôt se sentir mal-aimée parce qu'il ne prend pas d'initiative dans la chambre à coucher – elle perd parfois tout respect pour lui parce qu'il n'affirme pas sa virilité.
7. Peut susciter du ressentiment chez sa femme parce qu'il est avare, poliment tête et indulgent, ce qui équivaut à être égoïste.
8. Il a généralement du mal à parler de quoi que ce soit et ne dit donc pas à sa femme ce qu'il trouve excitant dans le fait de faire l'amour.
9. Il endurera silencieusement des relations moins agréables avec sa femme pendant des années et privera ainsi lui et sa femme de nombreuses expériences sexuelles extatiques.

## **La femme flegmatique et le sexe**

1. Cédera généralement à son partenaire plus énergique que de créer des troubles.
2. Est facilement satisfaite et tournera souvent son attention vers ses enfants si des problèmes surgissent entre son mari et elle.
3. Elle initie rarement l'amour mais ne refusera presque jamais son mari parce qu'elle veut lui plaire.
4. Ses relations amoureuses sont grandement affectées par la peur et l'anxiété (elle peut craindre une grossesse, la révélation, l'embarras et une foule d'autres dilemmes réels et imaginaires). Elle peut facilement avoir peur que son mari perde le respect pour elle si elle semble trop impatiente ou impatiente de faire l'amour.
5. Elle doit apprendre à créer et à maintenir un intérêt pour son apparence personnelle, comme ses cheveux, sa tenue vestimentaire et son poids, pour plaire à son mari.
6. Sa désorganisation peut provoquer un tel ressentiment chez son mari qu'il peut se répercuter sur leur vie au lit.
7. Son mari doit s'efforcer d'être un amant fort, doux et attentionné, qui apprend comment fonctionne au mieux une femme et prend le temps de l'exciter jusqu'à l'orgasme.
8. Une fois qu'elle aura appris l'art de faire l'amour, son désir d'expérience l'emportera sur sa tendance à être passive, faisant ainsi d'elle une partenaire passionnante.

9. Son mari doit être quelqu'un qui l'assure verbalement de sa valeur et de son amour afin qu'elle puisse trouver le courage de surmonter ses peurs.
10. Doit apprendre à surmonter son incapacité à parler de ce qu'elle ressent et à communiquer avec son conjoint au sujet de sa vie sexuelle.

**Remarques**

1. Beverly LaHaye, *La femme contrôlée par l'esprit*(Eugene, Oregon : Maison des récoltes Éditeurs, 1995), 192-4.

2. Ibid., 194.

3. Ibid., 196-7.

4. Ibid., 200-201.

William Glahn et Sandra Cutler, *Intimité sexuelle dans le mariage*(Grand Rapids, Michigan : Kregel Publications, 1988), 79.

5. Beverly LaHaye, *La femme contrôlée par l'esprit*(Eugene, Oregon : Maison des récoltes Éditeurs, 1995), 203-5.

6. Ibid., 207-8.

## *Chapitre 42*

# **Développer une maturité spirituelle Tempéraments**

### **Comment être un mari ou une femme sanguinaire spirituellement mature**

1. Respectez les principes moraux : un homme, une femme !
2. Marchez selon l'Esprit dans votre vie mentale : « ...ne prenez pas soin de la chair... » (Romains 13:14). Si un sanguin se livre à des fantasmes immoraux, il attisera bientôt ses passions de manière incontrôlable.
3. Encouragez votre femme à être expressive. Une épouse aimante, réactive et affectueuse qui fait savoir librement à son mari à quel point elle apprécie son amour gardera de nombreux hommes.
4. Sa femme doit être l'unique objet de son affection exubérante. Il doit éviter les flirts et les flatteries envers les autres femmes (rassurant ainsi sa propre femme et les maris des autres femmes). Il devrait se concentrer sur la joie et l'épanouissement de sa femme.
5. Parlez moins et écoutez davantage – Dieu vous a donné deux oreilles et une bouche – soyez prompt à entendre, lent à parler et lent à vous mettre en colère. Identifiez les pièges de l'exagération et essayez de ne pas exagérer.
6. Mettez de côté l'égocentrisme. La plupart des personnes optimistes ont tendance à être égocentriques et égocentriques : elles ne se souviennent souvent pas des personnes, de leurs noms et d'autres détails les concernant.
7. Emportez un carnet personnel pour noter les choses importantes comme les dates, les adresses, les événements, etc.
8. Passez du temps, si nécessaire, avec des personnes qui ont une influence positive et qui vous mettront au défi de grandir en tant que chrétien.
9. Entraînez-vous à bien écouter : n'interrompez pas et ne terminez pas les phrases des gens à leur place. Ne tracez pas votre phrase lorsque les autres parlent.

10. Concentrez-vous sur votre cœur – « ... c'est de lui (du cœur) que sortent les problèmes de la vie » (Proverbes 4 : 23). Un bon cœur vous mènera vers de bons endroits.
11. Utilisez votre popularité personnelle pour promouvoir le bien. Par exemple, en s'engageant dans le témoignage et l'interaction.
12. Diffusez votre créativité – lors d'événements spéciaux à l'église et pour d'autres.
13. Tendez la main aux personnes seules--vous êtes une personne naturelle.

### **Comment être un mari ou une femme colérique spirituellement mature**

1. Demandez-vous ce qui vous donne envie de prendre le contrôle.
2. Ne pensez pas que vous savez tout – seul Dieu le sait.
3. Être humble.
4. Apprenez à vous détendre et sachez que les choses les plus importantes dans la vie ne sont pas seulement le travail et la réussite, mais aussi la famille, le conjoint et les autres – prenez du temps pour eux et démontrez votre amour.
5. Reconnaissez la vérité selon laquelle vous ne contrôlez pas l'univers – laissez Dieu être Dieu.
6. Sachez que vous n'êtes pas naturellement une personne sociable et prenez la décision consciente de travailler sur cette faiblesse.
7. Apprenez à ne pas imposer vos conseils et votre opinion aux gens.
8. N'hésitez pas à laisser les autres avoir raison parfois.
9. Surveillez votre langue et essayez d'être aimant.
10. Soyez courageux, faites preuve de leadership, croisez-vous pour une bonne cause, restez productif, restez ouvert et honnête car telles sont vos forces.
11. Apprenez à pardonner – la vengeance appartient au Seigneur.
12. Faites preuve d'amour et de compassion.
13. Comprenez que beaucoup de gens ne sont pas aussi autonomes que vous. D'autres nourrissent des doutes, contrairement aux colériques. Il doit donc patiemment faire preuve de gentillesse et encourager sa femme à faire l'amour et elle sera plus performante.
14. Vous devez souvent donner à votre conjoint approbation, amour et acceptation.
15. Vous devez développer de la tendresse et de l'affection pour votre femme et vos enfants. Le colérique doit apprendre à dire fréquemment «je t'aime» et montrer constamment à sa femme qu'il est fier d'elle.
16. Éliminez le sarcasme. Des paroles irrespectueuses, méchantes et pleines de ressentiment de votre part décourageront votre femme.
17. Vous devez être conscient du fait que la menace d'une explosion colérique instantanée empêche votre femme de vous exprimer ses véritables émotions. C'est un frein à votre vie amoureuse.
18. La femme colérique doit également marcher dans l'esprit afin de vaincre son caractère colérique et son langage sarcastique.

19. Elle doit développer sa capacité émotionnelle à montrer de l'amour et de l'affection ; reconnaître que plus elle exprime son amour, plus cela lui sera facile.
20. Elle doit apprendre le pardon en particulier pour son père – aucune femme ne peut pleinement profiter de son mari si elle nourrit de la haine ou de la colère envers son père.
21. Les épouses colériques fortes d'esprit, opiniâtres et souvent volontaires peuvent exprimer leur frustration et leur colère sur leur mari et étouffer leurs expressions d'amour.
22. Une femme colérique peut avoir ce problème parce qu'elle a résisté à l'affection de son père lorsqu'elle était petite fille.
23. Ne réalisant pas pourquoi elle a été rejetée par son père, la fille colérique peut se retirer de plus en plus de son père et refuser de montrer toute expression normale d'émotion envers son père. Cela encouragera un ressentiment croissant envers les hommes.
24. Elle doit éviter de lancer des sarcasmes, des critiques et des moqueries à l'encontre de son mari dans le domaine sexuel.
25. Les colériques dégagent une telle confiance en eux que, sans rien dire, les gens se sentent naturellement inadéquats. La femme colérique doit donc faire savoir à son mari combien elle l'apprécie en tant qu'homme et amant – elle doit exprimer son appréciation pour la masculinité de son homme.

### **Comment être un mari ou une femme mélancolique spirituellement mature**

1. Abaissez vos normes – nous vivons dans un monde imparfait où les choses ne se déroulent pas toujours comme vous l'aviez prévu. Apprenez à accepter les imperfections de vous-même et surtout de votre femme et de vos enfants. Cela vous libérera de l'esclavage du perfectionnisme.
2. Cultivez un cœur de grâce et de miséricorde ; considérez le rayon dans votre propre œil lorsque vous êtes absorbé par le point des autres.
3. Développez votre sens de l'humour.
4. Faites un effort conscient pour surmonter la dépression. C'est-à-dire : je. Méditez sur la Parole de Dieu et priez quotidiennement (Psaume 119 : 27-28).
  - ii. Comptez vos bénédictions (1 Thessaloniciens 5 : 18).
  - iii. Méditez sur les vérités sur qui vous êtes en Christ et croyez-les (Romains 8 : 17).
  - iv. Libérez-vous – faites un effort conscient pour pardonner à ceux qui vous ont offensé. Le pardon ne les rend pas justes, mais cela vous libère (Matthieu 6 : 12-15).
- V. Arrêtez-vous et cherchez le côté positif dans le nuage gris : choisissez de concentrer votre attention sur ce qui est bien dans le monde plutôt que sur ce qui ne va pas.  
(Philippiens 4 :6-8).
- vi. Sachez que la dépression est souvent biochimique ; cherchez des médicaments si vous le devez.

5. Soyez réaliste – abandonnez les attentes irréalistes. Ils ne mènent qu'à la déception, à l'amertume et à la colère. C'est un monde imparfait rempli de personnes imparfaites (Romains 3 :23).
6. Préoccupez-vous des besoins des autres et pas seulement des vôtres. Donnez
7. un amour inconditionnel et non un amour récompensé.
8. Évitez les attitudes critiques et pessimistes qui sont deux de vos plus gros problèmes. Cela vous amène souvent à être déçu lorsque les choses et les personnes, y compris votre conjoint, ne sont pas à la hauteur.
9. Maintenez une vie mentale positive et saine en pensant à de bonnes choses et en rendant grâce pour tout.
10. Encouragez votre conjoint avec des assurances verbales d'amour et d'approbation.
11. L'épouse mélancolique a besoin d'avoir une relation vitale avec Jésus-Christ afin qu'elle puisse jouir de l'amour, de la paix et de la joie qu'Il lui donne, pour faire d'elle une personne efficace.
12. Maintenez une attitude de gratitude au lieu de penser négativement et d'être critique afin d'avoir une vision plus heureuse de la vie et d'avoir des relations plus fructueuses. Vous devez accepter votre mari car il permet à Dieu d'opérer les changements nécessaires. Votre soumission à lui ne doit pas dépendre de son comportement mais de votre obéissance au Christ.
13. Oubliez-vous et aimez votre mari inconditionnellement afin de récolter une moisson d'amour en retour.
14. Vous devez apprendre la leçon du pardon.

### **Comment être un mari ou une femme flegmatique spirituellement mature**

1. Reconnaissez que votre comportement inébranlable peut être une forme de contrôle pour les autres, car une fois que le flegmatique découvre qu'il peut contrarier les autres par son refus de s'enthousiasmer, il utilisera cette capacité comme une forme discrète de contrôle et rira des pitreries que les autres essaient. pour susciter son enthousiasme.
2. Reconnaissez la lenteur comme de la paresse et surmontez-la par un travail acharné.

**Va vers la fourmi, paresseux ; Considérez ses voies et soyez sage :**

### **Proverbes 6:6**

**Car même lorsque nous étions avec vous, nous vous avons ordonné que si quelqu'un ne voulait pas travailler, il ne devait pas non plus manger. Car nous entendons dire qu'il y en a parmi vous qui marchent dans le désordre, ne travaillant pas du tout, mais qui s'affairent. Or, à ceux qui le sont, nous leur ordonnons et nous les exhortons par notre Seigneur Jésus-Christ, à travailler tranquillement et à manger leur propre pain.**

### **2 Thessaloniciens 3:10-12**

3. Trouvez des moyens de vous motiver.
4. Cherchez activement à réconforter votre entourage. C'est un cadeau incroyable que vous avez. Ne laissez pas votre manque de motivation noyer cela.
5. Traduisez vos pensées en actions.
6. Améliorez votre ministère de rédaction de notes et d'envoi de cartes.
7. Persévérez dans le maintien de vieilles amitiés parce que vous êtes doué pour cela. Soyez un artisan de la paix - utilisez vos compétences en médiation.
8. Vous devez accepter Christ et reconnaître que vous êtes un pécheur ; un fait que de nombreux flegmatiques ont du mal à reconnaître.
10. Vous devez marcher dans l'esprit chaque jour afin d'acquérir la motivation nécessaire pour surmonter votre passivité, votre égoïsme et vos peurs ; alors vous pouvez devenir un amant passionnant. <sup>1</sup>

**Remarques**

1. Beverly LaHaye, *La femme contrôlée par l'esprit*(Eugene, Oregon : Maison des récoltes Éditeurs, 1995), 195 ; Tim LaHaye, *Tempérament contrôlé par l'esprit*(Wheaton, Illinois : Tyndale House, 1993), 213, 231-51 ; Tim LaHaye, *Attirance des opposés*(Eastbourne : Kingsway Publications, 2000), 107.

## ***Chapitre 43***

# **Conseils sur les relations avec votre conjoint Tempérament**

### **Que faire si vous êtes marié à un mari ou une femme sanguinaire**

1. Attention – les sanguins ont un besoin ardent d'être le centre d'attention. Ils veulent que vous écoutiez leurs histoires et que vous riez même si vous les avez entendues un million de fois. Ils veulent vous raconter toutes les choses incroyables qui se sont passées pendant la journée. Prenez le temps de vous asseoir et d'écouter si vous voulez qu'ils se sentent aimés. Ils désirent l'attention de leur conjoint et cherchent activement à attirer l'attention des étrangers sur eux.
2. Ne leur reprochez pas constamment de raconter des histoires ou d'exagérer trop – cela les épuise et les rend malheureux.
3. Ne poussez pas trop les sanguins à devenir sérieux et à se calmer car ils peuvent devenir négatifs et déprimés comme les mélancoliques, démotivés comme les flegmatiques et bourreaux de travail indisponibles comme les colériques.
4. Acceptation – acceptez vos optimistes. C'est leur besoin le plus profond. Ne les jugez pas et ne les critiquez pas. Les Sanguines ont besoin de beaucoup d'affection, c'est-à-dire de beaucoup de câlins et de bisous. Cela peut poser problème puisque le sanguin épouse souvent un mélancolique qui n'est pas naturellement affectueux.
5. Aidez-les à organiser leur vie, leur travail et tout. Sa femme, parfois, si cela est permis, l'aide à s'organiser dans son bureau. Conservez une copie de son calendrier à la maison etappelez-le pour lui rappeler si cela ne le dérange pas. Faites-le avec un cœur de serviteur plutôt qu'avec une attitude tenace.
6. Ne soyez pas autoritaire. Les Sanguines n'aiment pas être « dirigés ». Assurez-leur que vous les aimez malgré leurs imperfections.<sup>1</sup>
7. Donnez-leur votre approbation : si vous la refusez, ils la chercheront ailleurs, même si cela signifie céder aux pressions de leurs pairs au bureau auxquelles ils sont extrêmement sensibles. La sanguine peut facilement devenir un flirt à cause de cela. Votre approbation aidera le optimiste à surmonter cette faiblesse.<sup>2</sup>

## **Que faire si vous êtes marié à un mari ou une femme colérique**

1. Acceptez leurs faiblesses.
2. Maintenir un sentiment d'obéissance – le mari colérique aime que sa femme :
  - a. être solidaire et soumis
  - b. voir les choses à sa façon
  - c. coopérer rapidement
  - d. laissez-le s'en attribuer le mérite.
3. Reconnaissez que votre mari a des instincts extraordinaires et un flair naturel pour le leadership. Il deviendra alors plus facile de suivre son exemple.
4. Le colérique n'aime pas les gens paresseux et peu intéressés à travailler constamment ; ils n'aiment pas non plus les gens qui résistent à leur autorité, deviennent indépendants ou ne sont pas loyaux.
5. Le mari ou la femme d'un colérique a le droit de faire savoir à son épouse exactement où elle se trouve et s'il se tient sur la pointe des pieds. Mais une fois que cela a été clairement communiqué, l'autre partenaire doit reculer et essayer de prier. Il y a du pouvoir dans la prière – mettez-la à votre service. Les harceler constamment ne servira à rien. Cela pourrait rendre votre mari intractable.
6. Appréciez les réalisations de votre conjoint : il souhaite que ses nombreuses réalisations soient reconnues. <sup>4</sup>

## **Que faire si vous êtes mariée à un mari mélancolique ou**

### **Épouse**

1. Donnez-leur de la stabilité--Les mélancoliques ont souvent une passion pour l'organisation et les horaires. Ils veulent voir les choses se faire d'une certaine manière à un certain moment chaque jour. Pour eux, cela crée de la stabilité.
2. Donnez-leur de l'espace--Les mélancoliques ont besoin d'un espace qui leur appartient exclusivement et non pour leur conjoint ou leurs enfants.
3. Donnez-leur le silence--Donnez-leur des moments de calme, comme les moments où il n'y a pas de télévision allumée ; pas d'enfants qui crient, pas d'appels téléphoniques et pas de discussions continues. Faites-le au moins une fois par semaine.
4. Soyez sensible aux choses qui les concernent – essayez au moins ! <sup>5</sup>

## **Que faire si vous êtes marié à un mari ou une femme flegmatique**

1. Donnez-lui la paix--Sa principale motivation dans la vie est d'éviter les conflits et le chaos. S'il rentre à la maison et rencontre des enfants qui crient, une cuisine déchirée ou une femme « prête à tuer quelqu'un », il se retirera immédiatement vers le canapé, la télévision ou s'endormira rapidement. C'est sa façon d'échapper à « la folie ». Faites de votre maison un refuge contre la tempête.

2. Créez une atmosphère paisible avec de la musique, des bougies et une bonne planification des événements domestiques.
3. Prévenez le conjoint flegmatique suffisamment à l'avance des événements à venir. S'il y a une chose qu'ils ne supportent pas, c'est un changement soudain de plan. Par exemple, il/elle peut avoir à cœur de s'asseoir et de regarder la télévision et soudain, vous organisez un dîner chez les Jones. Ils sont généralement lents à se familiariser avec une idée et doivent se préparer à l'avance.
4. Permettez-lui de se détendre et ne considérez pas la relaxation comme de la paresse. C'est un besoin émotionnel.
5. Félicitez-les – c'est la clé qui peut vraiment transformer votre relation. Commencez à remarquer leurs belles qualités et commencez à leur exprimer des éloges sincères et une appréciation honnête. Ce faisant, ils finiront par se sentir plus en sécurité dans votre relation et croiront que vous prenez vos paroles au sérieux.
6. Si vous êtes marié à une personne flegmatique, pensez à développer sa confiance en soi, à calmer ses peurs et à lui offrir les moments de paix dont elle a besoin. Ils ont besoin que vous développiez leur estime de soi en les rassurant avec amour au lieu de les critiquer et de les rabaisser.
7. Rassurez-les en leur disant qu'ils sont des êtres humains précieux même s'ils n'accomplissent rien de grande valeur selon les normes mondiales. Votre conjoint facile à vivre n'obtiendra peut-être jamais le genre de succès que le monde applaudit. C'est pourquoi ils ont tant besoin de vos applaudissements.
8. Rappelez-leur fréquemment leurs merveilleuses qualités ; que les gens les aiment ; qu'ils sont loyaux et travailleurs.
9. Demandez à Dieu de vraiment vous aider à croire en votre mari ou votre femme flegmatique si vous en êtes marié, car ils ne semblent peut-être pas grands en termes de réalisations, mais ils auront de la substance.
10. À mesure que vous montrez sincèrement que vous croyez aux flegmatiques, ils finiront par croire en eux-mêmes et les autres croiront en eux aussi.
11. Donnez une motivation aimante--Ne les harcelez pas.<sup>6</sup>

Remarques

1. Tim LaHaye, *Les contraires s'attirent*(Eastsource : Kingsway Publications, 2000), 129-144.
2. Florence Littauer, *Personnalité Plus*(Grand Rapids, Michigan : Baker Book House), 68 - 69.
3. Stormie Omartien, *Le pouvoir d'une femme en prière*(Eugene, Oregon : Maison des récoltes Pub., 1997), 1 - 20.
4. Ibid., 105-6.
5. Ibid., 87-88.
6. Ibid., 124-5.

# **ARTICLE 12**

## **LA VIE SEXE AMÉLIORÉE**

## *Chapitre 44*

# **Comment améliorer votre vie sexuelle**

Avec le temps, la vie sexuelle d'un couple a tendance à devenir monotone, ennuyeuse et moins excitante. Cela ne doit pas se produire. Le but de cette leçon est de montrer aux couples comment améliorer et rendre leur vie sexuelle plus excitante et épanouissante.

### **7 étapes pour améliorer votre vie sexuelle**

#### **1. Découvrez le potentiel du clitoris**

La clé pour atteindre délibérément l'orgasme est le clitoris (voir Fig. 9 à la page 114). Voici quelques lignes directrices pour libérer le potentiel du clitoris :

- (a) Pendant les rapports sexuels, il doit y avoir une quantité raisonnable de baisers, de stimulation corporelle et de préliminaires. Ensuite, la femme doit s'allonger sur le dos et le mari doit stimuler doucement le capuchon et le bouton du clitoris avec ses doigts.
- (b) Stimulez au mieux votre femme en frottant la surface du bouton et également en frottant la capuche de haut en bas.
- (c) Le mari doit également stimuler la zone entourant le clitoris.
- (d) Il peut transférer un peu de lubrification du vagin de sa femme vers son clitoris ou utiliser une lubrification artificielle si nécessaire.
- (e) Tandis que la stimulation se poursuit, la femme doit se concentrer sur son excitation, en se détendant elle-même, en libérant son esprit et ses émotions.
- (f) Le mari doit se rappeler que stimuler le clitoris avec un doigt sec peut être irritant et que cela peut plutôt décourager sa femme.
- (g) La stimulation peut varier d'une pression douce et délicate sur le bouton à une pression ferme sur la cagoule.
- (h) La stimulation doit être continue et ininterrompue.

- je) Lorsque la femme est excitée et approche de l'orgasme, elle commence à respirer un peu plus vite, plus fort et plus profondément.
- j) Si votre femme s'approche de l'orgasme mais semble avoir des difficultés à y parvenir, continuez simplement cette procédure d'excitation, cela finira par arriver.

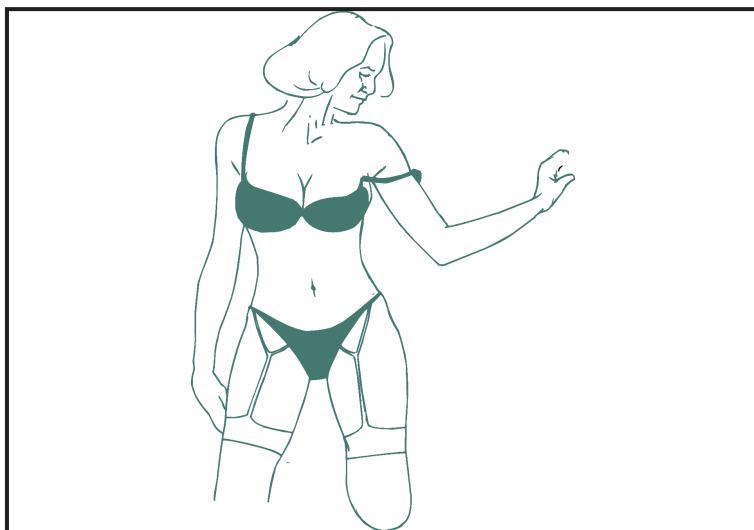
## **2. Devenez une épouse attirante et passionnante**

(Comment attirer et faire revivre un mari qui ne s'intéresse pas au sexe)

Si vous êtes une reine fière ou une dame qui a une opinion « élevée et élevée » d'elle-même, ne prenez pas la peine de lire cette section. Cette partie n'est possible que si vous marchez avec humilité.

Il existe plusieurs manières par lesquelles une femme peut attirer et exciter son mari. Il faut de l'humilité et de la détermination pour faire toutes ces choses. Cependant, une femme qui souhaite réellement améliorer sa vie sexuelle sera prête à le faire. Sur la page suivante, vous trouverez quelques suggestions.

- (a) Habillez-vous légèrement lorsque vous êtes seule à la maison avec votre mari ou lorsque vous êtes tous les deux dans la chambre.



*Figure 27*

- (b) Promenez-vous nue dans la chambre lorsque votre mari est là. Cela attirera son attention sur vous.
- (c) Allongez-vous au lit complètement nu, les cuisses écartées pour montrer vos poils pubiens et vos fesses.
- (d) Allongez-vous complètement nu dans votre lit et couvrez une partie de votre corps avec un drap.
- (e) Vous pouvez vous déshabiller complètement et monter sur le lit. Lorsque vous êtes nu, essayez de marcher à genoux vers votre mari et posez-lui quelques questions.

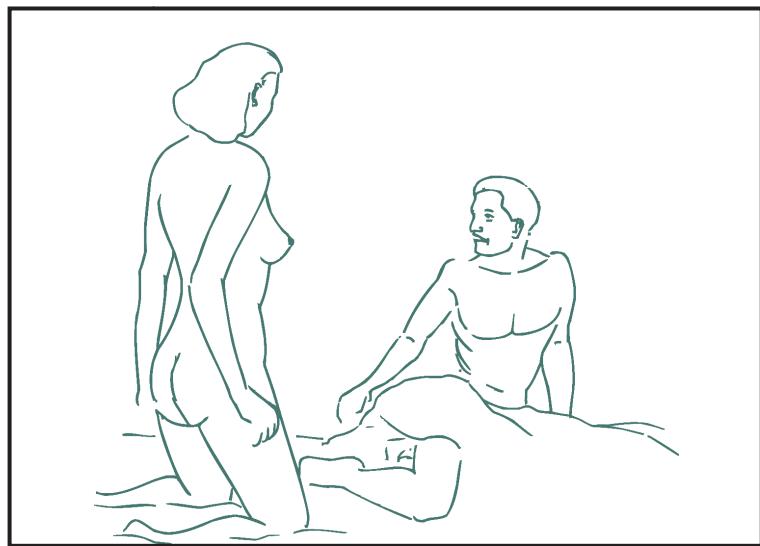


Figure 28

- (f) Essayez de servir la nourriture de votre mari vêtu d'un haut court ou d'une nuisette courte. Vous pouvez laisser votre chemisier ouvert ou le servir avec seulement une serviette enroulée autour de vous.
- (g) Lorsque votre mari est aux toilettes, vous pouvez y aller avec seulement vos sous-vêtements, le tenir et le serrer dans vos bras.
- (h) Allez derrière votre mari à l'improviste, saisissez doucement ses parties génitales et commencez à les caresser.
- (i) Vous pouvez vous allonger sur le lit et vous endormir nu. Cette vue attirera l'attention de votre mari lorsqu'il entrera dans la pièce.
- (j) Asseyez-vous sur une chaise en lisant un livre sans votre chemisier et votre soutien-gorge et écartez vos jambes pour montrer votre pantalon.
- (k) Vous pouvez vous déshabiller et demander à votre mari de vous faire un massage. Dites-lui que vous ressentez une légère gêne au niveau des seins, ou du dos, ou des fesses et demandez-lui de les masser un moment.

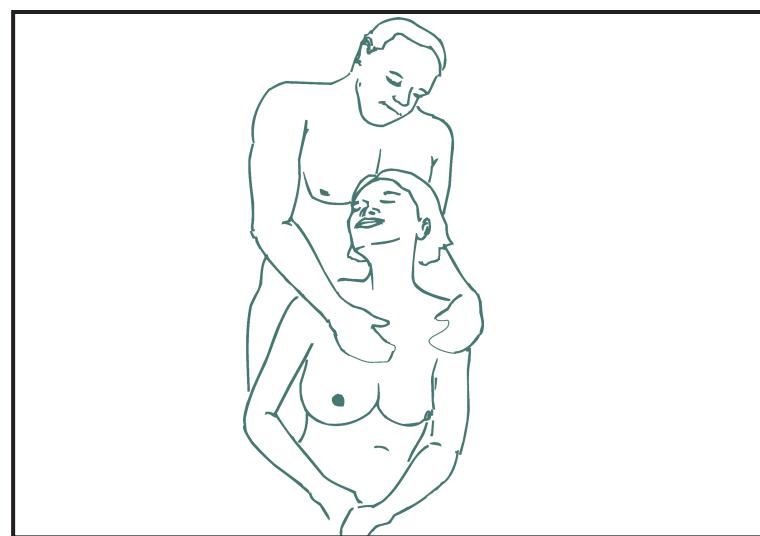
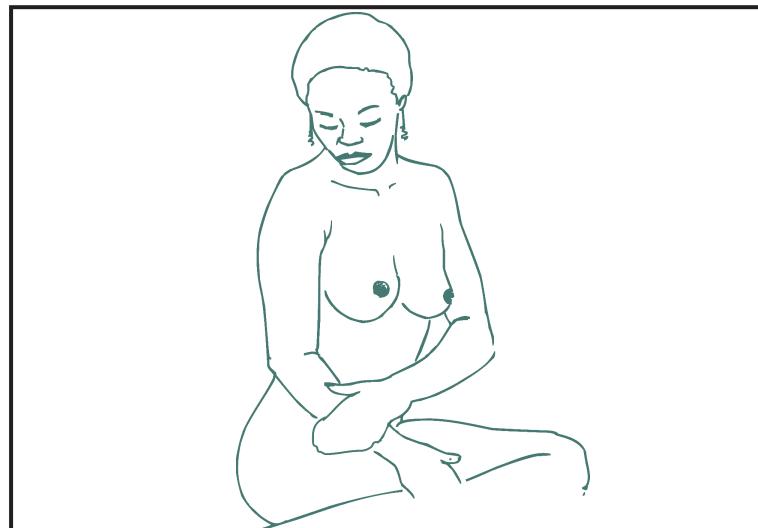


Figure 29

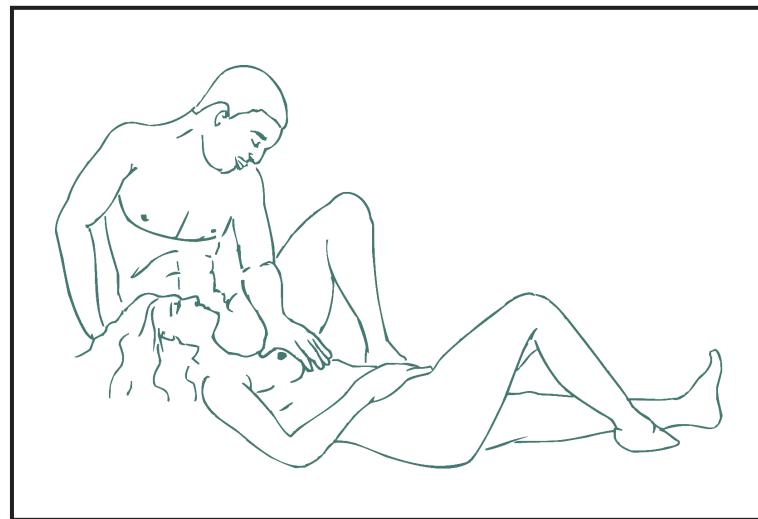
*Mariage modèle*

(l) Après avoir pris un bain, maquillez-vous, coiffez-vous et tenez-vous nu devant le miroir lorsque votre mari est présent dans la pièce. Agissez comme si vous étiez simplement en train de vous habiller. Il remarquera certainement votre nudité prolongée pendant que vous vous coiffez et autres choses.



*Figure 30*

(m) Vous pourriez vous déshabiller complètement et pendant que votre mari regarde la télévision, allez vous asseoir à côté de lui et posez votre tête sur ses genoux.



*Figure 31*

(n) Allongez-vous nu sur le visage et écartez les jambes pour qu'il puisse voir vos fesses et votre vulve.



Figure 32

(o) Après avoir pris votre bain, asseyez-vous nu sur le lit et appliquez une lotion sur votre corps.

(p) Demandez-lui de vous aider à raser vos poils pubiens, car vous ne pouvez pas atteindre très facilement les poils en dessous.

(q) Faites l'amour près d'un miroir pour pouvoir vous voir pendant que vous faites l'amour.

### 3. Essayez différentes positions pour le sexe

Le sexe ne doit pas nécessairement être limité à des positions et des lieux conventionnels. Le sexe dans un mariage peut être constamment relancé si une certaine variation y est apportée. Il faut de l'humilité et de la détermination pour expérimenter certaines de ces positions. Voici quelques exemples de différentes positions sexuelles qui vous aideront à améliorer votre vie sexuelle si vous êtes assez aventureux pour les essayer.

#### Un. La position de base stimulante

Il s'agit également d'une variante de la position de base. La femme lève ses jambes du lit pour qu'elles reposent sur les épaules de son partenaire.



*Fig 33 : La position de base stimulante*

*Avantages :*

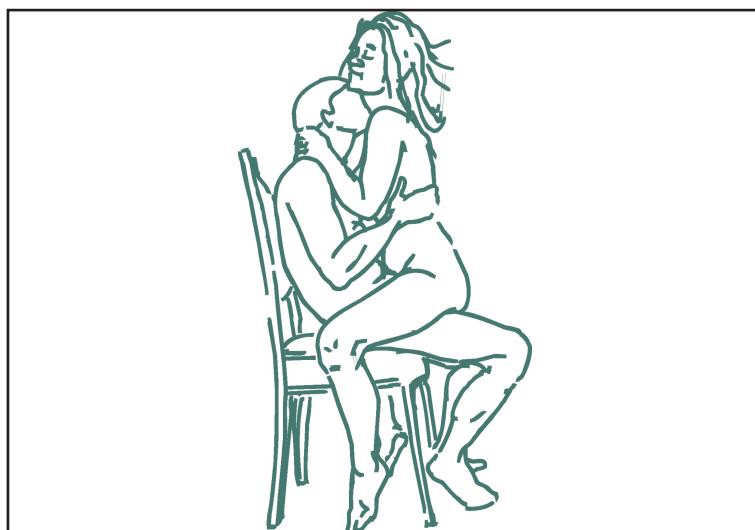
- je. L'homme ressent davantage et cela est utile pour quelqu'un qui ne peut pas maintenir une érection.
- ii. La position permet à l'homme d'atteindre l'orgasme plus rapidement.

**b. La position du président**

L'homme est assis avec la femme à califourchon sur ses genoux et lui faisant face. Elle monte et descend sur lui en s'appuyant sur ses genoux sur la chaise et ses bras autour de son cou. Ce poste est similaire au poste de jockey.

*UNavantages :*

La variante consistant à s'asseoir nu sur une chaise peut être excitante.



*Fig.34 : La position de la chaise*

### C. La position de glisse

La femme s'allonge sur le dos, écarte les jambes et son partenaire s'allonge sur elle. Ses jambes sont le long des siennes et ses pieds sont le long des siens. L'intérieur des cuisses et la vulve font partie du canal du pénis. <sup>3</sup>

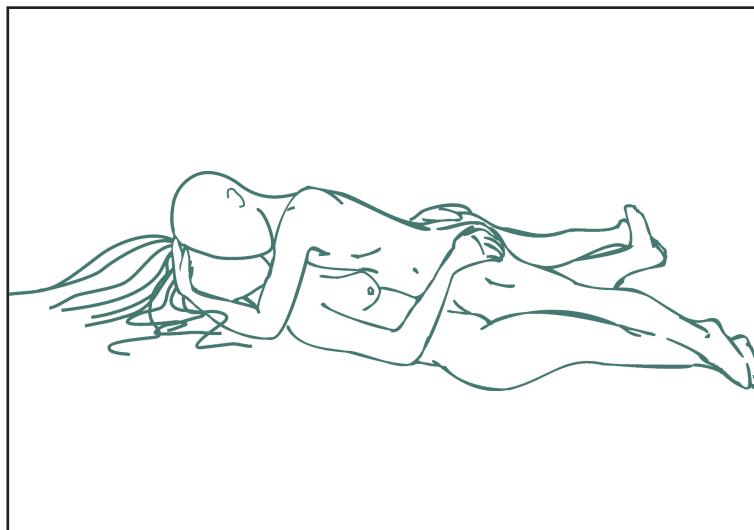


Fig. 35 : La position de glisse

*Avantages :*

- je. C'est une bonne position pour embrasser.
- ii. Permet un contact corporel total.

### d. La position debout devant

Cette position peut être utilisée lorsque vous n'êtes pas chez vous ou dans un endroit spacieux. La pénétration est meilleure lorsque l'homme descend un peu et pénètre au fur et à mesure qu'il monte. La femme peut également lever une jambe et la soutenir sur une chaise à proximité.

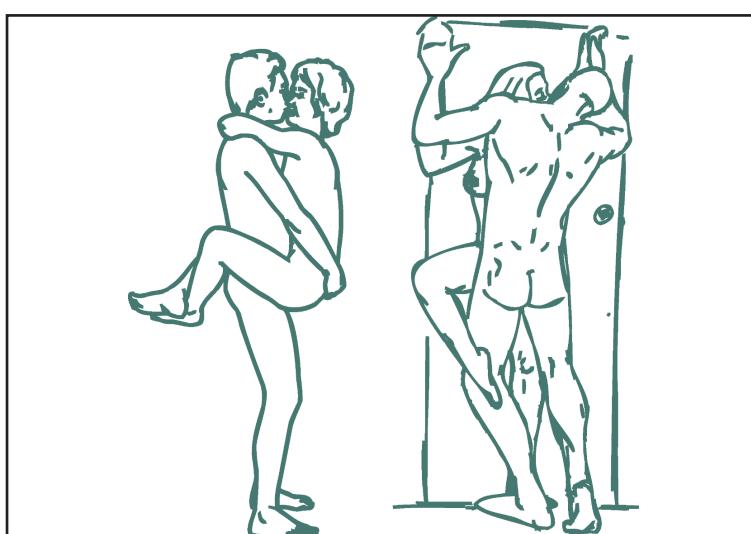


Fig. 36 : La position de ponçage avant

*Mariage modèle**Avantages :*

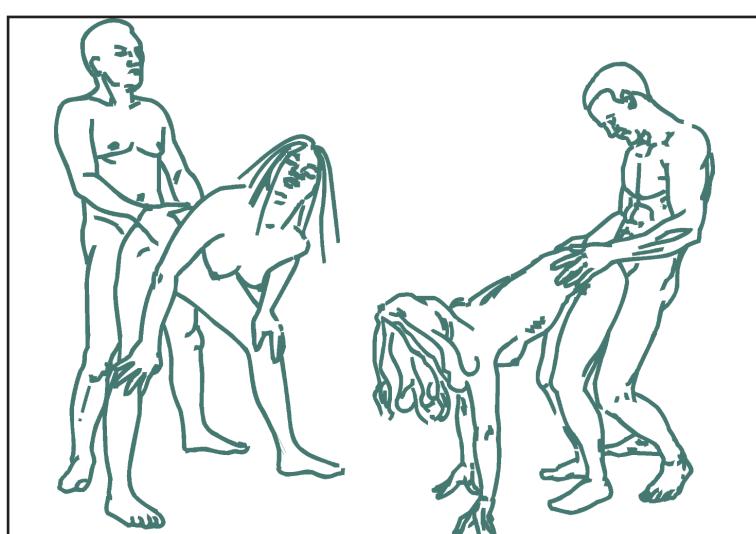
- je. Peut être fait dans la salle de bain.
- ii. Il est possible de s'embrasser et de se regarder dans les yeux.

*Désavantage:*

Cette position peut cependant s'avérer fatiguante.

**e. La position debout arrière**

Cette position est similaire à la position debout devant. L'homme entre par l'arrière. La pénétration est plus profonde lorsque la femme se penche.



*Fig.37 : La position debout arrière*

*Désavantages:*

- je. La pénétration n'est pas si bonne.
- ii. C'est une position fatigante.

**F. La position d'alerte**

Le sang vous monte à la tête et crée de l'euphorie. Le vagin est incliné, ce qui le rend facilement accessible et permet ainsi une pénétration plus profonde. Vous aurez peut-être besoin d'un lit ferme pour ce poste. Vous devez placer un oreiller sous votre tête pour éviter qu'il ne heurte le sol.

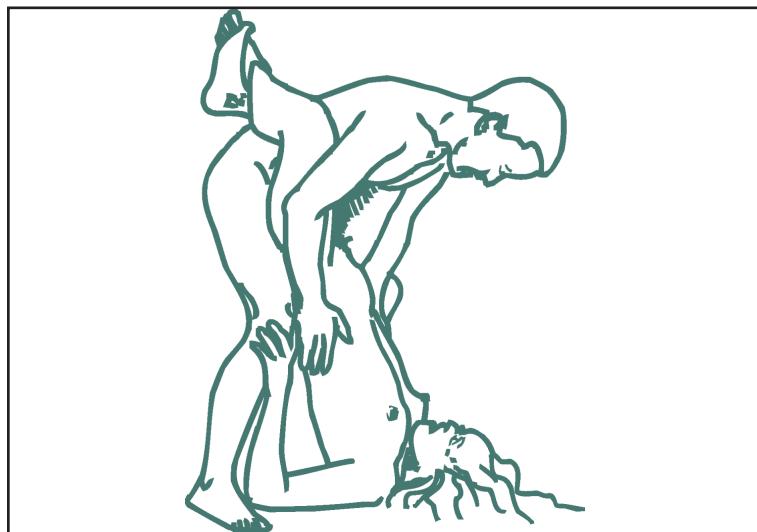


Fig. 38 : La position de dénonciation

### g. La position latérale

L'homme a un meilleur accès au vagin dans cette position. La femme sent le pénis entrer dans le vagin sous un angle différent. Selon la hauteur à laquelle la femme est capable de lever la jambe, le pénis peut pénétrer plus profondément. C'est excitant pour l'homme car il voit le vagin d'un point de vue différent.  
<sup>4</sup>

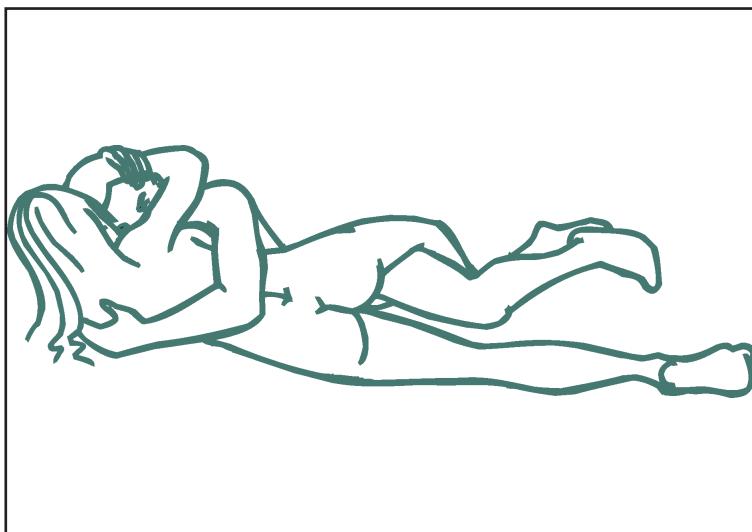
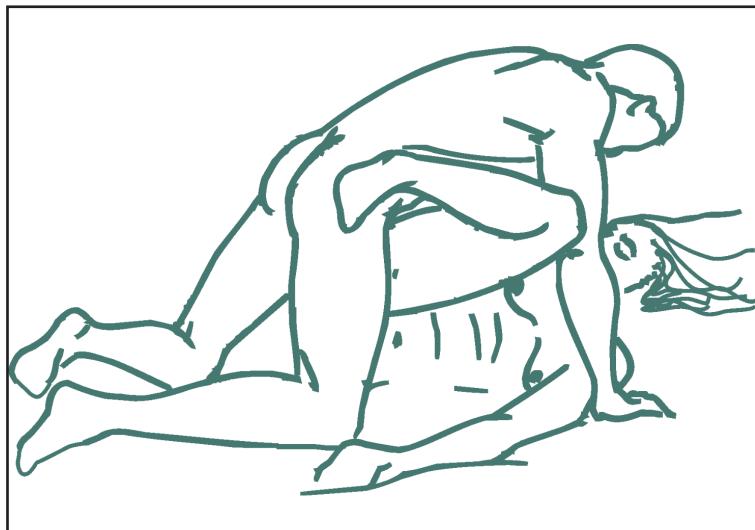


Fig. 39 : La position latérale

## **h. La position du « X » tordu**

Les partenaires se font face à moitié. Elle enroule une jambe autour de sa taille et place l'autre jambe entre la sienne. Par conséquent, une de ses jambes est entre les siennes.



*Fig. 40 : La position du « X » torsadé*

*Avantages :*

- je. Permet une meilleure stimulation clitoridienne.
- ii. Le bassin est incliné et soulevé.
- iii. La tige du pénis frotte le clitoris lorsqu'il entre et sort.

## **je. La position A-Quatre**

Une pénétration profonde peut être réalisée avec la femme à quatre pattes et son partenaire agenouillé derrière elle. Les positions d'entrée arrière comme celle-ci sont idéales lorsque les deux partenaires sont d'humeur à faire l'amour vigoureusement plutôt que tendre.

*Avantages*

- je. C'est excitant pour l'homme de voir la femme dans cette position différente.
- ii. Permet à l'homme de voir la vulve sous un angle différent.
- iii. Une pénétration plus profonde est obtenue lorsque la femme pose sa tête sur l'oreiller.
- iv. L'homme peut jouer avec les seins de sa femme ainsi qu'avec ses fesses.
- v. L'homme peut se tenir derrière la femme si le lit est haut.

*Désavantages*

- je. Certains couples peuvent au début trouver cette position humiliante.
- ii. Il n'est pas possible de s'embrasser.

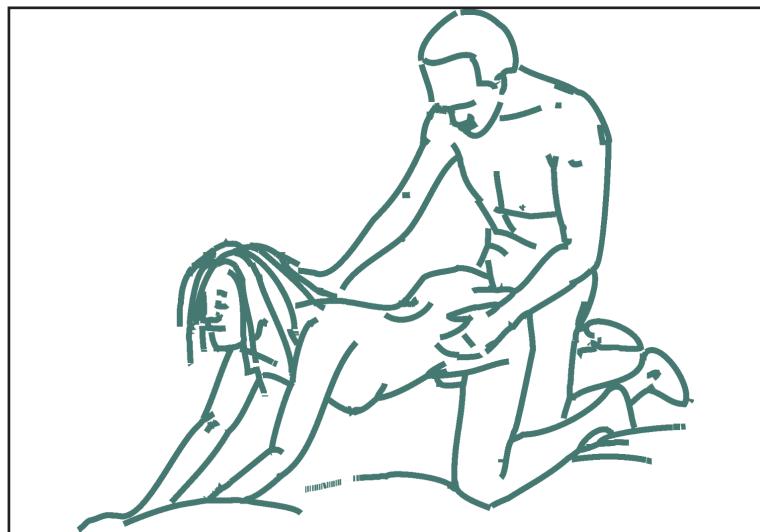


Fig. 41 : La position A-Quatre

#### 4. Essayez d'avoir des relations sexuelles dans différents endroits

Le sexe ne doit pas se limiter à la chambre d'un couple. Soyez créatif en couple et essayez d'avoir des relations sexuelles ailleurs dans votre maison. Voici quelques suggestions de différents endroits où vous pouvez avoir des relations sexuelles. Les maris et les femmes devraient être innovants et ajouter plus de piquant à leur vie sexuelle.

- (a) Dans le salon quand tout le monde dort.
- (b) Dans la cuisine : par terre ou sur la table.
- (c) Dans la salle de bain.
- (d) À l'étage de la chambre.
- (e) Chaque fois que le mari et la femme ont la possibilité de passer la nuit en dehors de leur chambre habituelle, c'est-à-dire dans un hôtel, ou en plein air, ou dans un espace clos, ils doivent profiter de ce changement et avoir une excitation sexuelle.
- (f) Dans la voiture : la femme peut ouvrir la fermeture éclair de son mari pendant qu'il conduit ou elle peut enlever son pantalon et le lui donner. Le siège auto peut être incliné pour créer plus d'espace.

#### 5. Essayez le sexe oral(*Reportez-vous au chapitre 37, Zones grises sur le sexe*)

#### 6. Devenez un mari habile

Le sexe est un art qui s'apprend et s'améliore. Vous trouverez ci-dessous quelques stratégies qui vous seront utiles pour améliorer vos compétences sexuelles en tant que mari.

### **Stratégie 1**

Un mari habile n'entre pas dans un vagin sec. Pénétrer un vagin sec est inconfortable et parfois même douloureux pour la femme. Avant la pénétration, utilisez rapidement un lubrifiant naturel ou artificiel pour mouiller le vagin.

### **Stratégie 2**

Un mari qui veut faire plaisir à sa femme avec son pénis doit savoir qu'il dure généralement plus longtemps après un rapport sexuel. Il pourra donc donner beaucoup de plaisir à sa femme s'il a déjà fait l'amour quelques heures plus tôt.

### **Stratégie 3**

Un mari habile doit positionner son pénis à l'intérieur du vagin de manière à frotter le clitoris avec la tige (par exemple en position X tordu).

### **Stratégie 4**

Un mari habile doit essayer d'appuyer sur la paroi arrière du vagin avec le pénis tout en poussant, car cela crée une plus grande sensibilité dans le vagin. Ceci est possible en position croisée. La sensation créée en appliquant une pression uniquement sur les parois latérales du vagin n'est pas aussi marquée.

### **Stratégie 5**

Le pénis tenu dans la main peut être utilisé pour frotter et stimuler la vulve et le clitoris. Le pénis doit être utilisé pour frotter doucement le clitoris d'une manière qui s'apparente à celle de la peinture avec un pinceau.

### **Stratégie 6**

Le pénis peut être rendu habile en l'utilisant dans différentes positions, par exemple des    dans le positions croisées ou tordues.

## **7. Devenez une épouse habile**

Utilisez votre esprit et votre vagin comme outils sexuels actifs et refusez de devenir une épouse ennuyeuse et sans intérêt.

L'esprit est probablement le plus grand organe sexuel et donc, pour devenir une épouse habile, décidez dans votre esprit d'apprécier le sexe. Lorsque l'esprit est en mouvement, vous trouverez le sexe extrêmement agréable. L'épouse habile doit savoir que son vagin peut être utilisé pour atteindre l'orgasme, même sans stimuler directement le clitoris. Cela peut être possible si la femme applique ces directives :

- (a) Décidez que « je vais apprécier le sexe ». L'esprit est l'outil le plus important pour y parvenir.
- (b) Décidez que j'utiliserai mon vagin pour profiter du sexe.
- (c) Au lieu d'attendre juste de recevoir le pénis, soulevez vos fesses pour rencontrer et intercepter le pénis « disponible ».
- (d) Décidez que : « Mon vagin ne lâchera pas ce pénis tant que je ne serai pas béni. »

- (e) Utilisez vos muscles vaginaux pour « traire » le pénis à intervalles réguliers. Serrez lentement vos muscles vaginaux comme décrit dans les exercices du plancher pelvien.
- (f) Les mouvements de poussée du mari et de la femme doivent être complémentaires. La femme doit relever ses hanches pour accueillir le pénis lorsqu'il s'enfonce vers l'intérieur.
- (g) Plus vous êtes vigoureux et énergique en prenant le pénis, plus vous atteignez facilement l'orgasme.

## **8. Faire des exercices vaginaux**

Les exercices vaginaux visent à resserrer les muscles entourant le vagin. Avec l'accouchement et l'âge, les muscles vaginaux s'affaiblissent et le vagin peut paraître patuleux.<sup>5</sup>

Les exercices vaginaux sont donc importants car :

- (a) Ces exercices resserrent le vagin et empêchent le pénis de se relâcher et de flotter librement dans le vagin.
- (b) L'exercice des muscles vaginaux permettra à votre mari de ressentir une meilleure sensation dans le vagin.
- (c) Le resserrement du vagin permet également à la femme de ressentir une meilleure sensation lorsque le pénis est dans le vagin.
- (d) Ces exercices empêchent le prolapsus de l'utérus (c'est-à-dire qu'il descend progressivement vers le bas et hors du vagin, ce qui est courant chez les femmes plus âgées et les femmes ayant de nombreux enfants).
- (e) Les exercices vaginaux vous empêchent également de perdre le contrôle de la miction à mesure que vous vieillissez.
- (f) Ces exercices vous permettront de profiter davantage du sexe.<sup>6</sup>

### **Comment effectuer des exercices vaginaux**

Lorsque vous urinez, pressez-vous pour arrêter l'écoulement de l'urine pendant 2 à 3 secondes. Répétez cet exercice consistant à arrêter l'urine de s'écouler et à démarrer l'écoulement jusqu'à ce que la vessie soit vide. Faites cela chaque fois que vous urinez. Pour que ces exercices soient efficaces, ils doivent être pratiqués au moins 40 fois par jour.

Vous devriez donc faire ces exercices :

- je. Lorsque vous urinez.
- ii. Lorsque vous vous baignez le matin et le soir.
- iii. Quand on fait l'amour.
- iv. Avec plus d'expérience, vous pouvez le faire toute la journée (à l'église, à la maison, au travail).<sup>7</sup>

Ne laissez pas votre vagin devenir si large et relâché que votre mari ne ressentira pas beaucoup d'excitation pendant les rapports sexuels et désirera donc avoir quelqu'un de plus jeune et de plus serré.

**Remarques**

1. Howard J. et Charlotte H. Clinebell, *Le mariage intime*(New York : Harper & Row Publishers Inc., 1970), 139-1 50.
2. Tim et Beverly LaHaye, *L'acte de mariage*(Grand Rapids, Michigan : Maison d'édition Zondervan, 1988), 86, 90-91.
3. Clifford et Joyce Penner, *Le don du sexe : un guide pour l'épanouissement sexuel*, (Nashville, Tennessee : Word Publishing Group, 2003), 279.
4. Ed et Gaye Blé, *Destiné au plaisir : technique sexuelle et épanouissement sexuel dans le mariage chrétien*(Grand Rapids, Michigan : Fleming H. Revell, 1977), 87, 98.
5. Stuart Campbell et Christoph Lees, éd., *Obstétrique par dix enseignants*(Londres, ELBS, 2000), 153.
- 6.. Tim et Beverly LaHaye, *L'acte de mariage*(Grand Rapids, Michigan : Maison d'édition Zondervan, 1988), 150 - 167.
7. Derek Llewellyn Jones, *Chaque femme*(Lagos : Academy Press, Plc., 1994), 363-5.

## ***Chapitre 45***

### **Le sexe à un âge plus avancé**

Avec le temps, à mesure que les maris et les femmes vieillissent, leur vie sexuelle change invariablement. Il n'est pas acceptable de supposer que l'excitation sexuelle doit disparaître ou diminuer à mesure que le couple grandit. L'excitation sexuelle est plutôt ressentie et s'exprime différemment avec l'âge. Jetons un coup d'œil à ce que le sexe signifie à différents âges.

#### **Le sexe dans les années 30**

Vers la trentaine, les femmes acquièrent plus de confiance sexuelle et commencent à prendre des initiatives lors des rapports sexuels. Beaucoup ne sont pas aussi passifs qu'ils l'étaient lorsqu'ils étaient plus jeunes. Les femmes dans la trentaine expriment davantage leurs besoins sexuels et leur besoin d'orgasme. La science médicale attribue cette nouvelle agressivité aux changements hormonaux chez la femme : avec l'augmentation de son taux de testostérone, elle devient plus confiante et plus intéressée par l'orgasme. Certains hommes peuvent trouver plutôt effrayant ce changement soudain chez leurs épouses auparavant dociles ; d'autres accueilleront favorablement son initiative et répondront positivement. Les hommes aussi sont désormais plus soucieux de ce qui apporte satisfaction à leur partenaire. Les hommes dans la trentaine, contrairement aux femmes, connaissent une légère réduction des niveaux de DHEA (un stéroïde naturel) et de testostérone.

#### **Le sexe dans les années 40**

Habituellement, lorsque les femmes approchent de la fin de leurs années de procréation, à l'âge de quarante ans, elles trouvent souvent davantage d'occasions de se concentrer sur elles-mêmes et donc de s'épanouir. Cela se traduit par une vie sexuelle plus épanouie. Les hommes et les femmes dans la quarantaine ont atteint une certaine maturité émotionnelle et ont surmonté leurs insuffisances sexuelles. Ils constatent qu'ils sont plus compatibles et moins préoccupés par leurs performances au lit.

Chacun apprécie ce que l'autre aime et le sexe est meilleur. La familiarité de la relation à long terme peut entraîner une plus grande intimité et moins d'inhibition lors de l'expérimentation de techniques amoureuses. D'un autre côté, la familiarité peut conduire à l'ennui. Il est essentiel que le couple s'efforce de créer un sentiment de nouveauté en recherchant des moyens et des opportunités pour améliorer leur expérience sexuelle ensemble. Un voyage loin de la maison et des enfants est souvent stimulant.

#### **Le sexe dans les années 50**

De nombreux hommes s'inquiètent de leur vie sexuelle à l'approche de la cinquantaine, craignant que le sexe ne soit plus aussi excitant qu'il l'était dans leur jeunesse. S'il est vrai que les érections sont généralement moins fréquentes, l'avantage est que les érections que les hommes plus âgés ont durent plus longtemps et qu'ils trouvent le sexe satisfaisant. Étant donné que la contrainte d'éjaculer est considérablement réduite, le temps est largement consacré aux préliminaires et à l'expression de chaleur et d'intimité de la part des partenaires. Les femmes doivent cependant apprendre que leur mari d'une cinquantaine d'années peut désormais être satisfait sans éjaculer et ne peut plus être excité simplement par la vue. En effet, des recherches médicales ont prouvé que les partenaires dans la cinquantaine sont souvent plus en phase les uns avec les autres sur le plan émotionnel et sexuel, surtout s'ils sont en bonne santé et ne prennent pas de médicaments affaiblissant leur libido.

#### **Le sexe dans les années 60**

Il est intéressant de noter que les couples dans la soixantaine et plus peuvent en réalité trouver leur expérience sexuelle des plus gratifiantes, même si les relations sexuelles sont peu fréquentes. Les femmes de ce groupe d'âge ont des orgasmes récurrents et les hommes, lorsqu'ils sont physiquement forts, peuvent être assez virils.<sup>1</sup>

De ce qui précède, il ressort clairement que le potentiel d'une vie sexuelle épanouie est disponible pour les couples à tout âge – ils ne devraient se contenter de rien de moins !

Le rapport Janus a noté que les personnes âgées de 70 ans et plus qui avaient des relations sexuelles ont déclaré que c'était au moins aussi gratifiant que jamais. Certains ont dit que c'était à son meilleur. Il n'est pas étonnant que les chercheurs n'aient pas pu trouver un seul sujet d'étude de moins de 90 ans qui n'avait pas de relations sexuelles alors qu'il était intéressé et avait un partenaire.<sup>2</sup>

#### **Remarques**

1. Allison Glock, *Sexe après 35 ans : ça peut être mieux*(Reader's Digest, novembre 1997), 187-92.

2. Voir aussi Tim et Beverly La Haye, *Acte de mariage après 40 ans*(Grand Rapids, Michigan : Maison d'édition Zondervan, 2000), 94 - 97.

## **ARTICLE 13**

### **GROSSESSE, TRAVAIL ET ENFANT**

**SE SOUCIER**

## ***Chapitre 46***

# **Comment savoir que vous êtes enceinte**

Certaines femmes sont capables de savoir quand elles sont enceintes. De petits changements dans leur corps et des sensations de fatigue extrême ou de nausée au tout début les alertent sur le fait qu'ils ont conçu. D'autres femmes ne subissent aucun changement notable et peuvent même ne pas savoir qu'elles sont enceintes.

### **Premiers signes**

#### **Ce que vous remarquerez peut-être**

- (a) Vous manquerez vos règles. Il s'agit du signe de grossesse le plus évident, mais des règles très légères et rares peuvent parfois survenir, ce qui peut prêter à confusion. Cela se produit parce que le cycle hormonal féminin normal se poursuit malgré la présence d'hormones de grossesse.
- (b) Vos seins peuvent devenir sensibles et grossir. La zone du mamelon peut également devenir plus prononcée.
- (c) Certaines femmes souffrent de nausées matinales (qui peuvent les faire vomir) ; d'autres ont des nausées qui durent toute la journée. Cela peut commencer très tôt pendant la grossesse, mais commence généralement vers six semaines et s'améliore après environ douze à quatorze semaines de grossesse.
- (d) Il peut également y avoir besoin d'uriner fréquemment. Ceci est dû à la pression exercée par le bébé en développement, car l'utérus se trouve juste au-dessus de la vessie. Vous devrez peut-être vous réveiller la nuit pour uriner, ou vous retrouver à le faire fréquemment pendant la journée. Cela diminue généralement à mesure que le bébé grandit et que l'utérus quitte la vessie.

**Comment vous pourriez vous sentir**

- (a) Votre goût pour la nourriture peut changer. Vos aliments préférés peuvent ne plus vous plaire et vous pourriez avoir envie de manger des aliments que vous n'aimeriez pas normalement. Vous pouvez maintenant avoir envie de nourriture aux goûts fruités ou crayeux.
- (b) Certaines femmes ont un goût métallique dans la bouche.
- (c) Vous pouvez vous sentir fatigué tout le temps ; au point d'avoir besoin de dormir aussi bien le jour que le soir et la nuit.
- (d) L'odeur de certaines choses auxquelles vous ne réagissez normalement pas peut vous rebuter, par exemple les parfums, les oignons, etc.

**Comment confirmer que vous êtes enceinte**

- (a) Le signe le plus sûr de grossesse est lorsque vous continuez à manquer vos règles. La grossesse n'est pas la seule raison de l'absence de règles, mais si vous essayez d'avoir un bébé, alors c'est le plus probable.<sup>2</sup>
- (b) Vous pouvez confirmer que vous êtes enceinte en faisant un test de grossesse : vous pouvez utiliser un kit de test de grossesse à domicile (que vous pouvez acheter dans n'importe quelle pharmacie) ou, pour être sûr, faire faire le test dans un laboratoire approprié. La plupart des tests mesurent le niveau d'hormones de grossesse dans votre urine, et le meilleur échantillon d'urine à utiliser pour le test est l'urine du petit matin, qui est la plus concentrée.

**Comment calculer votre jour de livraison prévu (EDD)**

La grossesse dure généralement quarante semaines, soit un peu plus de 9 mois. Pour un calcul approximatif de votre EDD, ajoutez neuf mois et une semaine au premier jour de vos dernières règles. Par exemple, si le premier jour de vos dernières règles était le 1er janvier, vous arriverez probablement vers le 8 octobre.

**Remarques**

1. James R. Scott et. Al. *Obstétrique et gynécologie de Danforth*(Philadelphie : JB Société Lippincott, 1997), 503 ; Stanley G. Clayton, TLT Lewis et A GO Pinker, éd. *Obstétrique par dix enseignants*(Londres : Edward Arnold Publishing, 1986), 37 - 40 ; Margaret F. Myles, *Manuel pour les sages-femmes*(Édimbourg : Churchill Livingstone, 1986), 78-80 ; Christopher LH Huang et Victor Daniels, *Compagnon de l'obstétrique*(Lancaster : MTP Press Ltd., 1962), 49.
- 51 ; Ronald M. Caplan éd., *Principes d'obstétrique*(Londres : William et Wilkins, 1982), 97 - 100, Arlene Eisenberg, Heidi E. Murkoff et Sandee E. Hathaway, *À quoi s'attendre lorsque vous attendez*(New York : Workman Publishing, 1991), 3-4 ; EA Badoe et SK Owusu éd., *Santé et maladie : guide du profane sur une bonne santé*(Accra, Ghana : Faculté de médecine de l'Université du Ghana, 2004), 142 - 144 ; TLT Lewis et GVP Chamberlain, *Obstétrique par dix enseignants*(Londres : Hodder et Stoughton, 1990), 33-34.

2. Derek Llewellyn Jones, *Chaque femme*(Lagos, Nigéria : Academy Press, Plc., 1994), 132.

## ***Chapitre 47***

# **Que se passe-t-il pendant quarante semaines de Grossesse**

### **La première étape (semaines 0 à 12)**

La grossesse est divisée en trois phases ou étapes. Une grande partie du dur travail de croissance d'un bébé a lieu au cours de la première étape, qui s'étend de la conception jusqu'à environ douze semaines.

- (a) L'ovule est libéré de l'ovaire au milieu du cycle menstruel (généralement vers le quatorzième jour pour un cycle régulier). Les spermatozoïdes nagent vers l'ovule et l'entourent dans la partie externe de l'une des trompes de Fallope.
- (b) Une fois qu'un spermatozoïde a pénétré dans l'ovule, la surface de l'ovule change pour empêcher d'autres spermatozoïdes de passer, et l'ovule fécondé continue son voyage dans le tube et s'attache à la muqueuse de l'utérus.
- (c) Vous commencerez peut-être à remarquer de légers changements, peut-être dans votre sens du goût, une certaine sensibilité des seins ou des sensations de nausée parfois accompagnées de vomissements.
- (d) De la cinquième à la huitième semaine, les principaux organes du bébé commencent à se développer et le système nerveux se développe. Le cœur commence à battre vers six semaines et les membres commencent à se développer. Le visage commence également à se développer et la bouche et la langue deviennent visibles.
- (e) À partir de ce moment, de nombreuses femmes remarquent désormais qu'elles sont enceintes. Vos seins peuvent commencer à grossir, vous pourriez vous sentir fatiguée, avoir des nausées et arrêter certains aliments.
- (f) De la 9e à la 12e semaine, l'embryon commence à ressembler davantage à un bébé et est techniquement appelé foetus. Durant cette période, tous les principaux organes tels que les poumons, les reins et le foie se forment. Le squelette commence également à se développer. Les oreilles et le nez sont reconnaissables et les yeux se forment, mais restent fermés. Les doigts et les orteils grandissent et le bébé a même les débuts d'organes génitaux externes. Vous découvrirez peut-être que les sensations de nausée commencent à diminuer à ce stade.

## **La deuxième étape (semaines 13 à 28)**

C'est l'étape la plus confortable de la grossesse. Les nausées et la fatigue diminuent considérablement, votre corps commence à grandir et à s'arrondir.

- (a) De la semaine 13 à la semaine 18, le bébé ressemble maintenant à un bébé, mais il est très petit. Tous les principaux organes commencent à fonctionner, y compris les reins. Votre bébé fait des mouvements semblables à ceux de la respiration. Il ne s'agit pas d'une véritable respiration, car les poumons ne se dilateront et ne fonctionneront qu'après sa naissance.
- (b) Ses ongles de mains et de pieds se forment, et ses sourcils et ses cils commencent à pousser. Il bouge et de nombreuses mères remarquent les premiers mouvements du fœtus vers dix-huit semaines. La sensation ressemble à des papillons ou des bulles dans l'estomac.
- (c) Au cours de la semaine 19 à 24, le bébé commence à avoir des cheveux sur la tête. Il y a quand même plus de liquide que bébé, et il peut facilement se retourner en vous. Les mouvements deviennent plus visibles et votre mari pourra peut-être les ressentir s'il pose sa main sur la peau nue de votre ventre.
- (d) Entre la 25e et la 28e semaine, la mère enceinte peut détecter des périodes définies de repos et d'activité. Certains bébés semblent donner des coups de pied et se déplacer à la même heure chaque jour, et ils ont alors des heures fixes pendant lesquelles ils restent immobiles et dorment peut-être.
- (e) Ses yeux s'ouvrent et il peut réagir aux petites quantités de lumière traversant les muscles abdominaux étirés. Il peut sucer son pouce et peut même avoir le hoquet. C'est une sensation étrange pour la mère, presque comme s'il donnait des petits coups de pied réguliers au même endroit.

## **La troisième et dernière étape (semaines 29 à 40)**

Atteindre trente semaines ressemble souvent au dernier tour d'un marathon. Vous devrez peut-être prendre votre congé de maternité à ce stade, à mesure que vous grandissez et que vous avez besoin de vous reposer plus souvent. Cependant, cela varie d'une femme à l'autre. Certaines femmes sont encore pleines d'énergie et très heureuses de travailler et de rester actives. D'autres doivent ralentir et commencer à concentrer leur attention sur le bébé.

- (a) Entre la 29e et la 32e semaine, le bébé devient bien développé. Il peut avaler, entendre, sucer son pouce, reconnaître votre voix et, s'il était né maintenant, il aurait de bonnes chances de survivre. Cependant, le meilleur endroit pour lui au cours des prochaines semaines est sans aucun doute en vous, où il est en sécurité et continue de grandir.
- (b) Vous remarquerez peut-être que les mouvements du bébé changent à mesure qu'il grandit. Il a moins de place pour se déplacer maintenant, mais vous pourrez peut-être identifier ce qui est un coup de pied et ce qui est un coup de coude.
- (c) Aux semaines 33 à 36, le bébé continue de prendre du poids. Il va probablement s'installer en position tête en bas et descendre progressivement. Cela se produit lorsque la partie inférieure de l'utérus se ramollit pour le travail et que le bébé s'insère dans la partie supérieure du bassin.

(d) De la semaine 37 à la semaine 40, le bébé, désormais dodu et fort, est prêt à naître. Il pourra bien respirer et bien téter dès la naissance. Il pourrait arriver deux semaines avant ou deux semaines après votre date d'accouchement, il est donc important de planifier quoi faire si vous êtes en retard. Vous constaterez probablement que vous avez besoin de vous reposer chaque jour et de conserver vos énergies pour le dur labeur.

<sup>1</sup>

**Remarques**

1. Ralph M. Wynn. *Obstétrique et de gynécologie*(Philadelphia : Lea et Febiger Pub., 1988), 61-62, 80-81 ; Margaret F. Myles, *Manuel pour les sages-femmes*(Édimbourg : Churchill Livingstone, 1985), 53-54 ; Christopher Huang et Victor Daniels, *Compagnon de l'obstétrique*.(Lancaster : MTP Press Ltd., 1962), 41-42 ; Arlene Eisenberg, Heidi E. Murkoff et Sandee E. Hathaway, *À quoi s'attendre lorsque vous attendez*(New York : Workman Publishing, 1991), 100-270 ; Derek Llewellyn Jones, *Chaque femme*(Lagos, Nigéria : Academy Press Plc., 1994), 140-1, 147 - 65 ; William MD et Martha RW Sears, *Le livre complet sur la parentalité chrétienne et la garde d'enfants*(Nashville, Tennessee : Broadman et Holman Publishing, 1997), 57-87.

## ***Chapitre 48***

# **8 problèmes courants pendant la grossesse**

La grossesse est simple pour la majorité des femmes, mais des problèmes surviennent parfois. L'objectif des soins prénatals est d'identifier ces problèmes le plus tôt possible et, si possible, de les résoudre. Vous trouverez ci-dessous quelques-uns des problèmes courants associés aux grossesses.<sup>1</sup>

### **1. Fausse couche**

La plupart des fausses couches surviennent au cours des trois premiers mois de la grossesse et commencent généralement par des saignements vaginaux, suivis de douleurs dans le bas de l'abdomen. Il est important de contacter votre médecin si vous présentez des saignements vaginaux. Vous devrez peut-être vous rendre à l'hôpital pour un D et C (dilatation et curetage) afin de vous assurer que tous les restes de placenta ont été retirés et afin d'éviter d'autres saignements et une éventuelle infection.

Perdre son bébé, même au début de la grossesse, peut être très bouleversant. De nombreuses femmes ressentent un profond sentiment de perte et imputent la fausse couche à quelque chose qu'elles ont fait, mais c'est la façon naturelle dont le corps fait face à un problème qui ne peut pas être résolu, alors essayez de ne pas vous sentir coupable.

Dans certains cas de menace de fausse couche, en s'allongeant et en se reposant pendant quelques jours, la grossesse se stabilise et se poursuit normalement.

### **2. Grossesse extra-utérine**

Il s'agit d'une condition dans laquelle l'ovule fécondé s'implante et commence à se développer en dehors de l'utérus, généralement dans l'une des trompes de Fallope. À mesure qu'il grandit, le tube commence à s'étirer, provoquant une vive douleur d'un côté de l'abdomen. D'autres symptômes incluent des saignements vaginaux et des sensations de malaise ou de vertiges. Si vous présentez ces symptômes, il est important de contacter immédiatement votre médecin. La grossesse doit être interrompue et généralement la trompe de Fallope doit être retirée.<sup>2</sup>

### 3. Col incomptent

Habituellement, le col de l'utérus (col de l'utérus) reste bien fermé jusqu'au début du travail, mais chez certaines femmes, le col est faible et ne peut pas supporter la croissance du bébé, ce qui peut être la cause d'une fausse couche ultérieure, après le troisième mois de grossesse. Si cela est découvert avant votre fausse couche, le col de l'utérus peut être maintenu fermé avec un point de suture, qui est mis en place lors d'une opération mineure. Le point de suture est ensuite retiré, généralement environ quelques semaines avant la naissance du bébé, afin que le travail puisse progresser normalement.

<sup>3</sup>

### 4. Pré-éclampsie

Une mère sur dix souffre de symptômes de pré-éclampsie en fin de grossesse. Les symptômes sont une augmentation de la tension artérielle, un gonflement des mains et des pieds et la présence de protéines dans les urines. Des contrôles prénatals réguliers garantissent que ces symptômes sont détectés précocement et traités. Par exemple, si votre tension artérielle est très élevée, le repos au lit est souvent suggéré ou vous pouvez être admis à l'hôpital pour observation. Dans certains cas, il faudra peut-être déclencher le travail et accoucher par césarienne.

<sup>4</sup>

### 5. Problèmes de facteur rhésus

Si une mère rhésus négatif a un premier bébé rhésus positif, cela peut activer les mécanismes de défense de son corps pour faire face aux corps étrangers. Cela signifie que lors d'une grossesse ultérieure, ses anticorps peuvent endommager les cellules sanguines d'un bébé rhésus positif. Il est habituel de vérifier le groupe sanguin d'un bébé né d'une mère rhésus négatif et, si nécessaire, de lui faire une injection pour éviter des problèmes lors de futures grossesses.

### 6. Placenta bas

Habituellement, le placenta s'incruste en hauteur sur la paroi de l'utérus. Parfois, il se fixe en bas et peut recouvrir le col. Souvent, le premier signe est un saignement, peut-être vers vingt-huit semaines. Parfois, un placenta bas est détecté dès le début par une échographie, mais la condition peut se corriger à mesure que l'utérus grandit. Si celle-ci reste très basse, ou recouvre le col, une césarienne sera nécessaire.

<sup>5</sup>

### 7. Problèmes de santé

Un problème de santé existant, comme le diabète, l'épilepsie ou l'asthme, peut générer des problèmes pendant la grossesse. Discutez de votre état de santé avec votre médecin avant de devenir enceinte, car il est probable que vous aurez besoin de soins et d'attention supplémentaires pendant la grossesse, et éventuellement pendant le travail.

## 8. Mortinatalité

Il n'est plus très courant aujourd'hui qu'un bébé meure au moment de la naissance. En effet, les soins prénatals de routine permettent de détecter la plupart des problèmes, notamment ceux liés aux anomalies de développement ou à l'insuffisance placentaire. Cependant, certains bébés meurent avant leur naissance, parfois à cause d'une hypertension artérielle, d'un saignement du placenta ou d'un problème médical préexistant chez la mère.

Si tragiquement le bébé meurt dans l'utérus, votre médecin vous expliquera ce qui s'est passé et vous parlera de la nécessité de déclencher le travail. Une fois le bébé né, on vous demandera peut-être si vous souhaitez le voir et le tenir. De nombreux parents trouvent cela difficile à ce moment-là, mais en fait, cela peut aider si vous avez la chance de dire à la fois bonjour et au revoir à votre bébé.

<sup>6</sup>

### Remarques

1. Stuart Campbell et Christoph Lees, éd., *Obstétrique par dix enseignants*(Londres : ELBS, 2000), 208-9, 215, 304; Stuart Campbell et Ash Monga éd., *Gynécologie par dix professeurs* (Londres : ELBS, 2000), 102 - 109.
2. Organisation mondiale de la santé, Département de santé reproductive et de recherche, *Famille et santé communautaire, Gestion des complications de la grossesse et de l'accouchement : un guide à l'intention des sages-femmes et des médecins*(Genève : OMS, 2003), S13 - S15, S37 - S43.
3. EY Kwawukume et EE Emuveyan éd., *Obstétrique complète sous les tropiques* (Accra, Ghana : Asante et Hittscher Printing Press Ltd., 2002), 330 - 33.
4. Organisation mondiale de la santé, Département de santé reproductive et de recherche, *Famille et santé communautaire, Gestion des complications de la grossesse et de l'accouchement : un guide à l'intention des sages-femmes et des médecins*(Genève : OMS, 2003), S13 - S15, S37 - S43 ; HL Frederickson et L. Wilkin Haug, *Secrets d'OB/GYN*(Philadelphia, Pennsylvanie : Hanley et Belfus Inc., 1991), 225-6.
5. RA Kwame-Aryee, *Manuel d'obstétrique : un guide pratique pour la gestion des Patientes obstétricales à haut risque*(Accra, Ghana : Bel-Team Publications, 1997), 129 - 133.
6. HL Frederickson et L. Wilkins Haug, *Secrets d'OB/GYN*(Philadelphia, Pennsylvanie: Hanley et Belfus Inc., 1991), 225-6.

## ***Chapitre 49***

# **Vie normale pendant la grossesse**

La grossesse est un tournant naturel dans la vie d'une femme. Les femmes varient quant à ce qu'elles ressentent à ce stade. Certaines femmes s'épanouissent et leur rondeur grandissante leur convient. D'autres trouvent que la fatigue et la maladie affectent la joie des premiers mois et se sentent volumineuses et encombrantes à partir du milieu de la grossesse. Pour la plupart des femmes, il y a des hauts et des bas pendant la grossesse : des moments où elles sont heureuses d'être enceintes et apprécient le processus, et des moments où elles souhaiteraient probablement que cela se termine plus rapidement et qu'elles puissent se sentir à nouveau comme avant. Quoi qu'il en soit, un certain niveau de vie normale peut et doit continuer.

1

### **1. Vie de l'Église**

Il est important de comprendre que la grossesse n'est pas une maladie et que l'esprit doit donc être correctement réglé pour accepter ce fait et s'adapter à lui. Dieu et l'Église devraient continuer à jouer un rôle majeur dans votre vie pendant la grossesse.

- (a) Maintenez votre proximité avec Dieu en passant régulièrement des moments de calme. Un bon spirituel la mise au point peut aider à garantir la confiance en Dieu tout au long de la grossesse.
- (b) Allez régulièrement à l'église et participez normalement à toutes les activités, sauf avis contraire de votre médecin. Un bon nombre de femmes utilisent la grossesse comme une raison majeure pour s'abstenir des activités chrétiennes ordinaires et finissent par récidiver pendant la grossesse. Après l'accouchement, elles ne se remettent jamais de leur apathie spirituelle.
- (c) Si vous êtes membre de la chorale, vous devez assister aux répétitions et chanter avec le groupe. Ce sera un bon exemple dont les autres pourront tirer des leçons. Nous voyons un merveilleux exemple d'une femme très enceinte chantant avec le grand leader de louange oint, Ron Kenoly, dans sa vidéo « Lift Him Up » (elle a chanté un solo pour la chanson « Hallowed be Thy Name »).

## **2. Sexe pendant la grossesse**

- (a) La grossesse est une période où la proximité physique peut devenir très enrichissante. L'excitation ressentie par les deux partenaires peut être exprimée sexuellement, ajoutant ainsi à la richesse de leur relation.
- (b) De nombreuses femmes laissent les inconforts physiques associés à leur grossesse entraver leur vie sexuelle et prétendent toujours que le sexe n'est pas très agréable. Il est important d'établir que la grossesse n'est pas une maladie ; c'est une étape de la vie et par conséquent, la vie sexuelle du couple ne doit pas souffrir indûment.
- (c) Certains hommes trouvent que la grossesse d'une partenaire renforce son attrait, et de nombreuses femmes se sentent particulièrement bien dans leur corps à ce moment-là. En effet, la congestion pelvienne qui survient à mesure que le bébé grandit rend certaines femmes plus rapidement excitées.
- (d) De nombreux couples s'inquiètent de savoir si les rapports sexuels pendant la grossesse peuvent nuire au développement du bébé. Pour la plupart des grossesses, la plupart du temps, il n'y a absolument aucune raison de s'inquiéter, mais il existe certaines circonstances dans lesquelles il peut vous être conseillé de ne pas avoir de relations sexuelles complètes. Si vous avez déjà fait une fausse couche ou si vous avez menacé de faire une fausse couche au cours de cette grossesse, les médecins vous déconseillent d'avoir des relations sexuelles au moment où vos règles auraient normalement dû arriver. De plus, il est généralement conseillé à toute femme ayant un placenta très bas d'éviter les relations sexuelles. Si vous avez des inquiétudes concernant le sexe, discutez-en avec votre médecin.
- (e) Dans une grossesse normale, les rapports sexuels ne posent pas de problème, mais à mesure que le ventre grossit, le couple doit éviter les positions avec l'homme au-dessus.
- (f) La vie sexuelle peut se poursuivre jusqu'aux dernières étapes de la grossesse.: Certains couples craignent qu'un rapport sexuel complet plus tard au cours de la grossesse puisse nuire au bébé ou lui faire perdre les eaux, mais ce n'est vraiment pas le cas. En fin de grossesse, les rapports sexuels peuvent provoquer des contractions. Ce sont des contractions « d'entraînement », et certaines femmes les subissent au cours des dernières semaines de grossesse. D'autres les ressentent à peine. L'orgasme peut les déclencher, mais ils disparaissent généralement après quelques minutes.
- (g) Pour de nombreux couples, la grossesse offre la possibilité de développer et d'améliorer leur vie sexuelle en incluant davantage de touchers, de caresses, de câlins et de massages. Beaucoup de ces compétences peuvent induire une relaxation et une satisfaction profondes.
- (h) Les relations sexuelles peuvent être une manière agréable et naturelle de déclencher le travail lorsque la grossesse est en retard. Le corps d'une femme produit des hormones pendant les rapports sexuels qui peuvent l'aider à accoucher, et le sperme masculin contient des substances appelées prostaglandines qui peuvent aider à déclencher les contractions. Toutefois, cela ne sera possible que si la mère et le bébé sont prêts à accoucher.
- (i) Même si les couples ne se sentent pas enclins à faire l'amour, il suffit de caresser, de masser, toucher et serrer dans ses bras pour avoir le même effet et donner beaucoup de joie. <sup>3</sup>

### 3. Travailler pendant la grossesse

La vie professionnelle normale peut se poursuivre pendant la grossesse, jusqu'aux stades ultérieurs, lorsque la future mère peut prendre un congé de maternité. Il est conseillé de modifier votre façon de travailler afin de rendre les choses plus confortables, par exemple en vous asseyant au lieu de vous tenir debout, ou en vous procurant une chaise plus confortable avec le dos soutenu par des coussins. Si vous ne vous sentez pas bien pendant la grossesse ou en cas de complications, votre médecin doit vous remettre un formulaire d'excuse.

### 4. Soins prénatals normaux

Les soins prénatals sont un aspect très important de la grossesse. La grossesse est un processus assez complexe cours de laquelle des problèmes peuvent survenir à tout moment.

Les soins prénatals sont donc très importants tant pour la mère que pour le bébé pour les raisons suivantes :

- (a) Surveillance régulière de votre poids, de votre tension artérielle, de vos indices de cellules sanguines (hémoglobine, nombre de globules blancs, etc.).
- (b) Des examens médicaux tels qu'une échographie, un test de tolérance au glucose et un test de drépanocytose sont effectués pour évaluer le bien-être du bébé et détecter les facteurs de risque tels que le diabète et la drépanocytose.
- c) Certaines complications de la grossesse, telles que la pré-éclampsie (augmentation de la tension artérielle pendant la grossesse pouvant entraîner des convulsions), pourraient être détectées lors des soins prénatals.
- d) Les conseils en milieu hospitalier sont assurés par des infirmières. Cela vous offre la possibilité de comprendre les questions liées à la grossesse telles que les soins généraux du corps, l'allaitement, la nutrition et d'autres sujets de santé.

Un minimum de neuf visites à la clinique prénatale est considéré comme suffisant. Cela commence normalement vers le troisième mois, lorsque les tests de base sont effectués. Des visites mensuelles sont effectuées jusqu'à la 36ème semaine puis chaque semaine jusqu'au travail.<sup>6</sup>

#### Remarques

1. EA Badoe et SK Owusu éd., *Santé et maladie : Un guide du bien pour le profane Santé* (Accra : Faculté de médecine de l'Université du Ghana, 2004), 154 - 155.
2. PV Dilts, J.W Greene et JW Roddick, *Gynécologie* (Londres : Williams et Wilkins, 1981), 78 ; Derek Llewellyn-Jones, *Fundamentals of Obstetrics and Gynecology* (Londres : Faber and Faber Ltd., 1982), 96 ; Geoffrey Chamberlain et John Dewhurst, *Obstétrique et de gynécologie* (Londres : Pitman Pub., 1984), 12-13.
3. Derek Llewellyn Jones, *Chaque femme* (Lagos, Nigéria : Academy Press Plc., 1994), 198.
- 4.. Garrey, Govan, Hodge et Callander, *Obstétrique illustré* (Édimbourg : Churchill Livingstone, 1980), 94-96; TLT Lewis et GVP Chamberlain, *Obstétrique par dix enseignants* (Londres : Hodder et Stoughton, 1990), 43-44.
5. EA Badoe et SK Owusu éd., *Santé et maladie : guide du profane sur une bonne santé* (Accra, Ghana : Faculté de médecine de l'Université du Ghana, 2004), 148 - 52.
6. Stuart Campbell et Christoph Lees éd., *Obstétrique par dix enseignants* (Londres : ELBS). 87-95.

## *Chapitre 50*

# **Comment prendre soin de vous pendant Grossesse**

Comme nous l'avons déjà dit, la grossesse est un état naturel et non une maladie. Cependant, vous devrez peut-être apporter quelques ajustements à votre mode de vie. <sup>1</sup>

### **Ajustements pendant la grossesse**

#### **1. Dormir**

Parfois, les désagréments liés à la grossesse, tels que les brûlures d'estomac ou les crampes, peuvent vous empêcher de dormir la nuit ou vous obliger à aller souvent aux toilettes. Développez une routine de relaxation régulière qui peut vous aider à mieux dormir. Un bain, une boisson chaude au lait et la lecture de votre Bible ou de la littérature chrétienne peuvent vous aider à vous détendre et à dormir. Vous devez expérimenter différentes positions de sommeil pour découvrir celle qui est la plus confortable.

#### **2. Pertes vaginales**

Vous constaterez peut-être que vos pertes vaginales sont accrues pendant la grossesse. C'est tout à fait normal. Cependant, si cela devient plus abondant ou décoloré ou si vous commencez à démanger, cela peut signaler une infection telle que le muguet. Vérifiez cela avec votre médecin.

#### **3. Gain de poids**

Il existe une tendance à prendre du poids pendant la grossesse. Le gain de poids peut varier de 7 à 18 kg (15 à 40 lb). Il est très important d'avoir une alimentation saine et équilibrée lorsque l'on est enceinte. Les femmes qui ont une très mauvaise alimentation pendant la grossesse et qui prennent peu de poids ont tendance à avoir de très petits bébés. D'un autre côté, les femmes qui mangent trop et prennent beaucoup de poids peuvent soumettre leur corps à de fortes tensions. Un bon équilibre doit être trouvé.

## 4. Seins

Les seins sont susceptibles d'augmenter en volume et certaines femmes constatent qu'elles développent également des vergetures ici. Utilisez une crème hydratante et portez toujours un bon soutien-gorge de maintien. Cela vaut la peine de vérifier l'ajustement à intervalles réguliers pendant la grossesse, car vous devrez peut-être augmenter de taille à mesure que vous grandissez. Les femmes ayant des seins plus petits sont susceptibles de pouvoir allaiter, mais si vous avez des mamelons très plats ou inversés, il peut être difficile pour le bébé de bien s'y fixer. Cependant, la succion d'un bébé est un mécanisme très efficace pour extraire un mamelon inversé, donc même si le vôtre est plat ou inversé au début, vous pourrez toujours nourrir votre bébé.

### Ça a l'air bien

#### 1. Choisir des vêtements

Il est important de choisir le bon style de vêtements lorsque vous êtes enceinte afin de ne pas avoir l'air trop pleine. Ce que vous porterez dépendra de l'occasion et de ce dans quoi vous vous sentez le plus à l'aise. Des foulards ou des bijoux brillants au cou aident à attirer l'attention sur votre visage et à détourner l'attention de votre silhouette en pleine expansion. <sup>1</sup>

#### 2. Chaussures

Des chaussures plates et confortables sont recommandées aux femmes enceintes. Essayez d'éviter de rester debout pendant de longues périodes. Asseyez-vous avec les pieds surélevés lorsque vous le pouvez et évitez de vous asseoir les jambes croisées. Évitez à tout prix les talons hauts !

#### 3. Cheveux et maquillage

De nombreuses femmes constatent que la forme de leur visage change pendant la grossesse. Vous souhaiterez peut-être modifier votre style de maquillage ou vous faire couper les cheveux selon un nouveau style, surtout si votre visage semble plus rond. Les cheveux peuvent être assez fragiles pendant la grossesse et des précautions particulières doivent être prises pour ne pas les perdre.

#### 4. Soins de la peau

Votre peau peut aussi changer. Parfois, la peau devient très sèche pendant la grossesse et nécessite une crème hydratante très riche, mais souvent au milieu des mois, la peau et les cheveux semblent s'épanouir. Parfois, les femmes développent une marque brunâtre sur le visage ou une ligne brune au milieu du ventre à partir du troisième mois environ. Celles-ci sont causées par les hormones de grossesse et disparaissent généralement après la naissance du bébé. Vous pouvez essayer de les recouvrir d'un bon fond de teint. Il est également préférable d'éviter les rayons du soleil, car cela pourrait aggraver la pigmentation.

### Faire de l'exercice pendant la grossesse

Maintenant que vous êtes enceinte, vous vous demandez peut-être dans quelle mesure il est sécuritaire de faire de l'exercice. <sup>2</sup>Croissance et porter un bébé en soi pendant neuf mois est un travail physiquement difficile. La forme physique comporte de nombreux avantages et vous voudrez peut-être examiner votre style de vie et voir si vous pourriez apporter des changements pour vous sentir plus en forme.

La marche est une très bonne forme d'activité physique et, à condition qu'elle soit suffisamment rapide et pratiquée pendant une durée raisonnable, elle peut vraiment aider à garder votre cœur et vos poumons en bonne santé. Faites de l'exercice régulièrement deux ou trois fois par semaine. C'est beaucoup plus sûr et efficace que de le faire fréquemment.

Vous pouvez également exercer les muscles du plancher pelvien. Ces muscles forment le plancher du bassin osseux et soutiennent les organes internes. Pendant la naissance, ils s'étirent et ont besoin d'exercice pour redevenir forts. Il est bon de les exercer pendant la grossesse car cela vous permettra de les exercer plus facilement après la naissance. Toute faiblesse de ces muscles peut provoquer des fuites d'urine lorsque vous toussez ou éternuez.

Pour exercer les muscles du plancher pelvien, imaginez que vous cherchez désespérément à vider votre vessie mais que lorsque vous arrivez aux toilettes, elles sont occupées. Serrez-vous autour du passage avant comme pour empêcher les fuites. Continuez à respirer, comptez jusqu'à quatre, puis relâchez. Faites-le aussi souvent que possible pendant la journée.

#### Remarques

1. PV Dilts, JW Greene et JW Roddick, *Études de base en obstétrique et gynécologie* (Londres : Williams et Wilkins, 1981), 78 ; Stanley G. Clayton et TLT Lewis AGO Pinder, *Obstétrique par dix enseignants* (Londres : Edward Arnold Publishing, 1986), 49-51 ; Christopher LH Huang et Victor G. Daniels, *Compagnon de l'obstétrique* (Lancaster : MTP Press Ltd., 1962), 55-57.

2. Margaret F. Myles, *Manuel pour les sages-femmes*. (Édimbourg : Churchill Livingstone, 1985), 149 - 153.

## *Chapitre 51*

# **Quatre problèmes mineurs à prévoir pendant Grossesse**

### **1. Mal de dos**

Pendant la grossesse, votre corps produit des hormones qui ramollissent les ligaments reliant les sections du bassin. Cela permettra au bassin de s'ouvrir légèrement et de laisser plus d'espace au bébé.

Malheureusement, cela peut aussi provoquer des maux de dos. Une bonne posture et une quantité raisonnable d'exercice seront utiles. Si le mal de dos constitue un problème majeur, vous devriez en discuter avec votre médecin.

### **2. Essoufflement**

Le bébé qui grandit prend beaucoup de place à l'intérieur de vous et de nombreuses femmes se sentent à un moment donné essoufflées. Cela survient généralement lorsque votre ventre est assez élevé et s'améliore une fois que le bébé s'installe dans le bassin, souvent vers trente-six semaines. L'essoufflement peut être atténué si vous dormez appuyé sur plusieurs oreillers. Toutefois, si l'essoufflement se prolonge, vous devez en parler à votre médecin.

### **3. Constipation**

C'est un problème courant pendant la grossesse. Certains types de pilules de fer peuvent aggraver la situation. Si votre médecin vous a prescrit des pilules de fer, discutez-en avec lui. Il peut être possible de modifier le type de suppléments de fer. Une bonne alimentation, des liquides et de l'exercice aident tous à soulager la constipation. Assurez-vous de manger chaque jour des aliments tels que des céréales, du pain, des fruits et légumes frais. Buvez beaucoup d'eau ou de jus de fruits.

#### 4. Douleur abdominale inférieure

Il s'agit d'une plainte normale pendant la grossesse en raison de l'augmentation du poids et de la position du bébé. Les muscles abdominaux inférieurs et les os du bassin supportent beaucoup de poids et la tension provoque alors des douleurs abdominales basses (LAP).

Les douleurs abdominales basses au début de la grossesse (vers la 5e à la 10e semaine) peuvent également être le résultat d'une grossesse extra-utérine pouvant entraîner des saignements ou d'une grossesse intra-utérine avec tentative d'avortement.

Les infections pourraient également causer du LAP. Une visite immédiate à l'hôpital est fortement conseillée.

Vers la fin de la grossesse, des douleurs abdominales basses peuvent également signifier entre autres un travail précoce ou l'apparition de saignements lorsque le placenta est bas. Des soins médicaux immédiats doivent être recherchés.<sup>1</sup>

##### Remarques

1. Stanley G. Clayton, TLT Lewis et AGO Pinker. éd., *Obstétrique par dix Enseignants*(Londres : Edward Arnold Publishing, 1986), 51 - 53 ; Margaret F. Myles, *Manuel pour les sages-femmes*(Édimbourg : Churchill Livingstone, 1985), 153-157 ; Christopher LH Huang et Vector G. Daniels, *Compagnon de l'obstétrique*(Lancaster : MTP Press Ltd., 1962), 57 ; TLT Lewis et GVP Chamberlain, *Obstétrique par dix enseignants*(Londres : Hodder et Stoughton, 1990), 44 - 46 ; Garrey, Govan, Hodge et Callander, *Obstétrique illustrée*(Édimbourg : Churchill et Livingstone, 1980), 97-98.

## *Chapitre 52*

# Travail

## Préparation au travail

Il est utile de préparer l'accouchement longtemps à l'avance afin de pouvoir plus tard ralentir et vivre plus facilement. Faites une liste des choses dont vous pourriez avoir besoin pendant le travail, préparez une petite valise pour votre séjour à l'hôpital et assurez-vous également de faire le plein d'articles essentiels pour votre retour à la maison. Achetez quelques produits de base pour bébé, comme des couches et quelques vêtements pour bébé, mais ne vous précipitez pas pour acheter une garde-robe complète avant sa naissance et si vous savez exactement ce dont vous avez besoin.

### **1. Sac de travail**

Ayez un petit sac contenant les choses dont vous pourriez avoir besoin pendant le travail. Certains des éléments suivants peuvent vous être utiles :

- (a) Une chemise de nuit ou un t-shirt à porter pendant le travail. Quelque chose de vieux et de doux sera plus confortable qu'une blouse d'hôpital, qui peut être rigide ou fâcheuse.
- (b) Serviette pour le visage. Cela peut être très utile pour humidifier votre visage et vos lèvres à mesure que le travail progresse et que vous devez prendre des respirations superficielles par la bouche.
- (c) Brosse à dents et dentifrice.
- (d) Une chemise de nuit, des serviettes et une culotte supplémentaires à porter après la naissance du bébé. Habituellement, vous pouvez prendre une douche avant d'être transféré dans la salle postnatale, alors gardez également votre kit de bain à portée de main.

### **2. Créateur d'atmosphère et bandes**

Un « créateur d'ambiance » est un terme que nous utilisons pour désigner un système audio ou un lecteur portable. Jouer de la musique chrétienne cool et apaisante ou prêcher des messages peut vous aider à vous détendre et à avoir la certitude que Dieu vous aidera à vous en sortir. Ne laissez pas les autres affecter votre atmosphère avec de la musique mondaine et des pensées négatives ; créez votre propre environnement saturé du Saint-Esprit !

### **3. Bible et littérature chrétienne**

Emportez avec vous votre Bible et d'autres livres chrétiens. Ceux-ci vous aideront également à vous détendre.

#### **Travail et naissance**

De nombreuses femmes s'inquiètent de savoir comment elles sauront quand le travail commencera. Pour beaucoup d'entre eux, il y a une longue période pendant laquelle ils ne sont tout simplement pas sûrs, car ils peuvent avoir des douleurs et des angoisses étranges, ou se sentir « différents » d'une manière ou d'une autre, mais n'ont pas vraiment de contractions appropriées. C'est ce qu'on appelle souvent la phase précédant le travail.

##### **Comment savoir que vous êtes en travail**

Les signes suivants indiquent probablement que vous êtes aux premiers stades du travail :

- (a) Lombalgie, causée par le fait que le bébé s'installe dans le bassin.
- (b) Un désir soudain de tout terminer et de tout préparer pour le bébé.
- (c) Sensation d'inconfort en bas à l'avant. Cela peut être dû au fait que le col devient mou, mûr et prêt pour le début du travail.
- (d) Contractions sporadiques qui durent quelques heures puis disparaissent. Il peut s'agir de contractions pratiques ou résulter de la maturation du col de l'utérus.
- (e) Diarrhée ou besoin fréquent d'aller à la selle.
- (f) Le col est scellé avec un bouchon muqueux mou qui aide à prévenir l'infection. Lorsque le col commence à se ramollir et à s'amincir, ce bouchon se détache souvent comme un « spectacle ». Il s'agit d'une gelée molle et claire, mais qui peut être striée de sang provenant des fins vaisseaux sanguins étirés par l'amincissement du col.

##### **Comment savoir quand aller à l'hôpital**

Vous pouvez rester à la maison pendant la première moitié du travail et passer un peu de temps à vous habituer aux sensations et à gérer les contractions en vous relaxant, en respirant, en massant, etc. Cependant, certaines situations nécessitent une intervention ou un avis médical et vous devez vous rendre à l'hôpital si :

- (a) Vos eaux se brisent. Si vous remarquez un jet d'eau soudain ou un filet constant et constant, la poche des eaux entourant le bébé est probablement brisée. Cela ne se produit généralement pas avant le début du travail, mais cela peut se produire avant le début du travail. Il est possible (bien que très rare) que le cordon ombilical se comprime une fois les eaux perdues, c'est pourquoi la plupart des hôpitaux et des sages-femmes aiment vérifier régulièrement le rythme cardiaque du bébé par la suite. Certaines unités pensent également que le bébé est plus exposé au risque d'infection une fois les eaux disparues et préfèrent donc déclencher le travail.
- (b) Vous commencez à saigner. Cela pourrait simplement être le « spectacle » qui s'en vient, mais les saignements pendant la grossesse doivent toujours être vérifiés.
- (c) Les contractions surviennent toutes les dix minutes ou moins et la douleur devient trop insupportable.

(d) Vous pensez que le bébé ne bouge pas beaucoup. Plus tard dans la grossesse, le bébé s'installe souvent et donne moins de coups de pied qu'au milieu des mois. Si vous sentez que le bébé est plus calme que d'habitude, cela vaut la peine de consulter votre médecin.

1

Remarques

1. PV Dilts, JW Greene et JW Roddick, *Études de base en obstétrique et gynécologie* (Londres : Williams et Wilkins, 1981), 119 - 27,145 - 7 ; Christopher LH Huang et Victor G. Daniels, *Compagnon de l'obstétrique* (Lancaster : MTP Press Ltd., 1962), 129-30 ; TLT Lewis et GVP Chamberlain, *Obstétrique par dix enseignants*. (Londres : Hodder et Stoughton, 1980), 151-2 ; Heidi E. Murkoff et Arlene Eisenberg, *À quoi s'attendre lorsque vous attendez* (New York : Workman Publishing, 1991), 271-2.

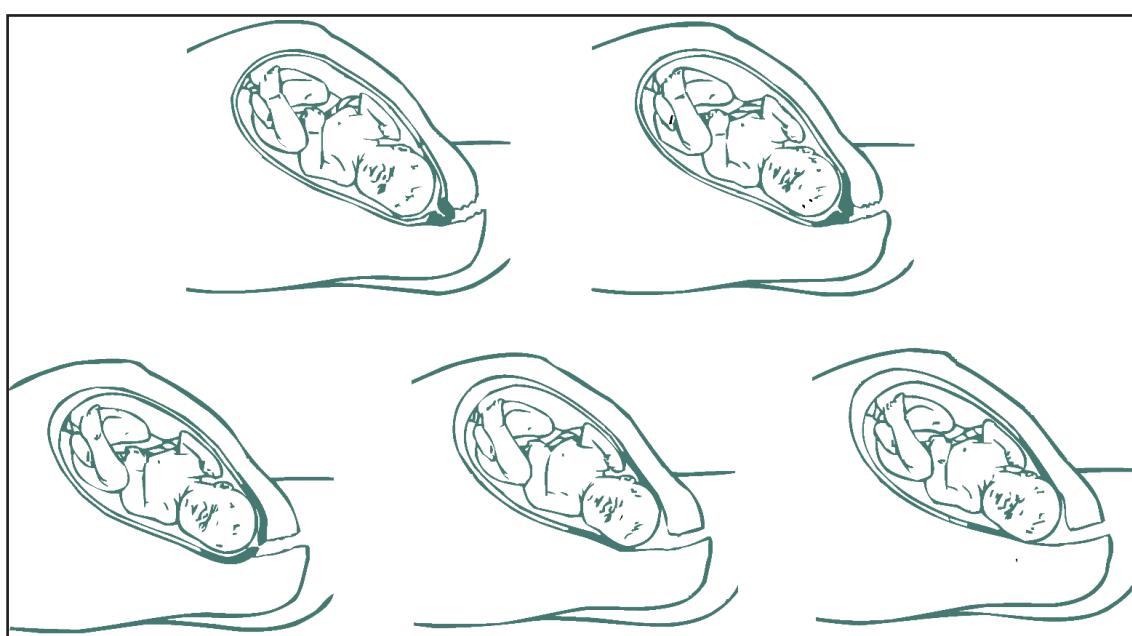
## ***Chapitre 53***

# **Trois étapes du travail**

### **Première étape (étape longue et douloureuse de contraction)**

Il s'agit de l'étape la plus longue du travail et peut durer entre six et dix-huit heures. Pendant ce temps, le col de l'utérus s'ouvre pour laisser de la place au bébé. Initialement, le col de l'utérus ressemble à un tube musculaire ferme et bien fermé. À mesure que le travail se poursuit, il devient mou et mince et commence à s'ouvrir. Chaque contraction au cours de la première étape contribue à ouvrir le col de l'utérus afin qu'il finisse par se dilater complètement et que le bébé puisse naître. Ainsi, chaque contraction vous rapproche du moment où vous pourrez enfin tenir votre bébé dans vos bras.

1



*Fig. 42 : Étapes du travail*

#### **Comment vous pourriez vous sentir pendant les contractions**

Les contractions sont des sensations de traction musculaire qui se produisent par vagues. Vous pouvez sentir le début de chaque contraction, et la sensation devient plus forte et atteint un sommet avant de disparaître. Il y a alors un repos, bien souvent long, avant les contractions suivantes. À mesure que le travail progresse, les contractions deviennent plus longues, plus fortes et plus rapprochées. Pour commencer, vous ressentirez peut-être une contraction toutes les dix ou quinze minutes qui dure environ trente secondes. Cela peut ensuite aller jusqu'à toutes les cinq minutes, avec des contractions durant entre cinquante et soixante secondes. Au cours de la dernière heure environ du travail, vous pouvez avoir des contractions toutes les trois minutes et durer environ une minute.

Vous pouvez ressentir les contractions principalement comme un mal de dos qui s'accentue et s'intensifie à mesure que le travail progresse. Parfois, les contractions peuvent entraîner une « douleur référée » dans les jambes ou les cuisses, mais souvent les fortes sensations de tiraillement sont ressenties en bas, juste derrière les poils pubiens, là où se trouve le col. De nombreuses femmes disent que pendant la première partie du travail, les contractions ressemblent à de très fortes douleurs menstruelles.

#### **Comment vous aider lorsque vous êtes en travail**

Il est important de savoir comment s'aider soi-même durant cette étape du travail. Avoir peur ne fait que vous rendre plus tendu. Cela vous fait ressentir plus de douleur, ce qui entraîne davantage de peur. Il est important de comprendre ce qui se passe dans votre corps pour pouvoir vous aider.

#### **Relaxation**

Apprendre à se détendre pendant le travail est essentiel. Non seulement cela réduira l'intensité de la douleur, mais cela signifie également que vous pourrez économiser votre énergie pour le dur travail consistant à pousser le bébé vers l'extérieur au lieu de la gaspiller à lutter contre votre corps. Faites les choses que vous faites habituellement lorsque vous êtes fatiguée ou avez mal, par exemple prendre un bain tranquillement, écouter de la musique chrétienne apaisante, laisser votre mari vous tenir, etc.

#### **Position**

Se tenir droit et bouger peut rendre les contractions moins difficiles à supporter et en même temps les rendre plus efficaces. Vous pouvez essayer de vous asseoir sur une chaise (face au dossier), avec quelques oreillers contre le dossier, afin de pouvoir reposer vos bras et votre tête dessus. Se pencher en avant aide beaucoup, car cela fait reposer une partie de votre poids sur vos bras. Essayez de vous appuyer sur une table ou sur le lit d'hôpital. Si vous avez des maux de dos, vous mettre à quatre pattes peut être d'une grande aide. Cela peut être dû au fait que la colonne vertébrale du bébé repose le long de votre colonne vertébrale et que rester au lit peut être très inconfortable. Mettez-vous à quatre pattes pour que le poids du bébé diminue de votre colonne vertébrale, réduisant ainsi la sensation de pression.

**Options de soulagement de la douleur**

Il existe plusieurs façons de soulager la douleur pendant le travail. La douleur du travail varie considérablement de femme à femme et de travail à travail.

Le moyen le plus efficace de soulager la douleur est la péridurale. Il s'agit d'une injection autour de la colonne vertébrale. Cela supprime généralement toute sensation de douleur tout en laissant la femme lucide et capable de faire face. Si les contractions sont épaisses et rapides, il est déconseillé de recourir à la péridurale car, comme beaucoup d'autres injections, il est préférable de l'administrer lorsqu'il y a peu ou pas de mouvement du tout.

Il existe quelques conditions médicales qui empêchent l'administration d'une péridurale, par exemple une tension artérielle très basse ou une blessure au dos antérieure. La plupart des péridurales agissent en engourdisant complètement la moitié inférieure du corps, mais il arrive parfois que l'injection ne fonctionne pas correctement, ce qui peut vous laisser avec un côté de l'abdomen qui n'est pas affecté. Il n'y a aucun effet secondaire connu sur le bébé.

## **Transition**

La toute fin de la première étape du travail est la plus stressante. Les contractions peuvent être longues et fortes, épaisses et rapides et semblent irrégulières. Cela est généralement dû au fait qu'une partie du col n'est pas aussi complètement dilatée que le reste. Habituellement, c'est la partie avant du col qui est la plus lente à se dilater, on l'appelle la lèvre antérieure. Si vous ressentez le besoin de pousser, informez-en immédiatement le médecin qui procédera à un examen interne pour vérifier si le col est complètement dilaté. Si ce n'est pas le cas, il vous demandera d'attendre un peu. Changez de position pour atténuer l'inconfort. Essayez de vous asseoir ou de vous mettre à quatre pattes. Vous devrez peut-être souffler pour vous empêcher de retenir votre souffle et de pousser.

Cette transition est le pont que vous devez traverser pour atteindre la deuxième étape, la moins stressante, lorsque vous pouvez commencer à pousser votre bébé vers le monde.

## **Deuxième étape (l'étape de poussée)**

La deuxième étape du travail est celle où vous poussez le bébé vers l'extérieur. Chaque contraction à ce stade contribue à pousser le bébé dans le canal génital. C'est un trajet relativement court mais cela peut prendre une ou deux heures. Le vagin est constitué de plusieurs plis musculaires qui s'étirent et cèdent pour accueillir le bébé. À chaque contraction, le bébé avance plus loin dans le canal, mais recule ensuite un peu une fois la contraction terminée. Notez que le canal génital n'est pas une ligne droite ; le bébé doit se retourner au fur et à mesure qu'il avance et il doit être dans la bonne position pour s'adapter. C'est comme mettre une clé dans une serrure.

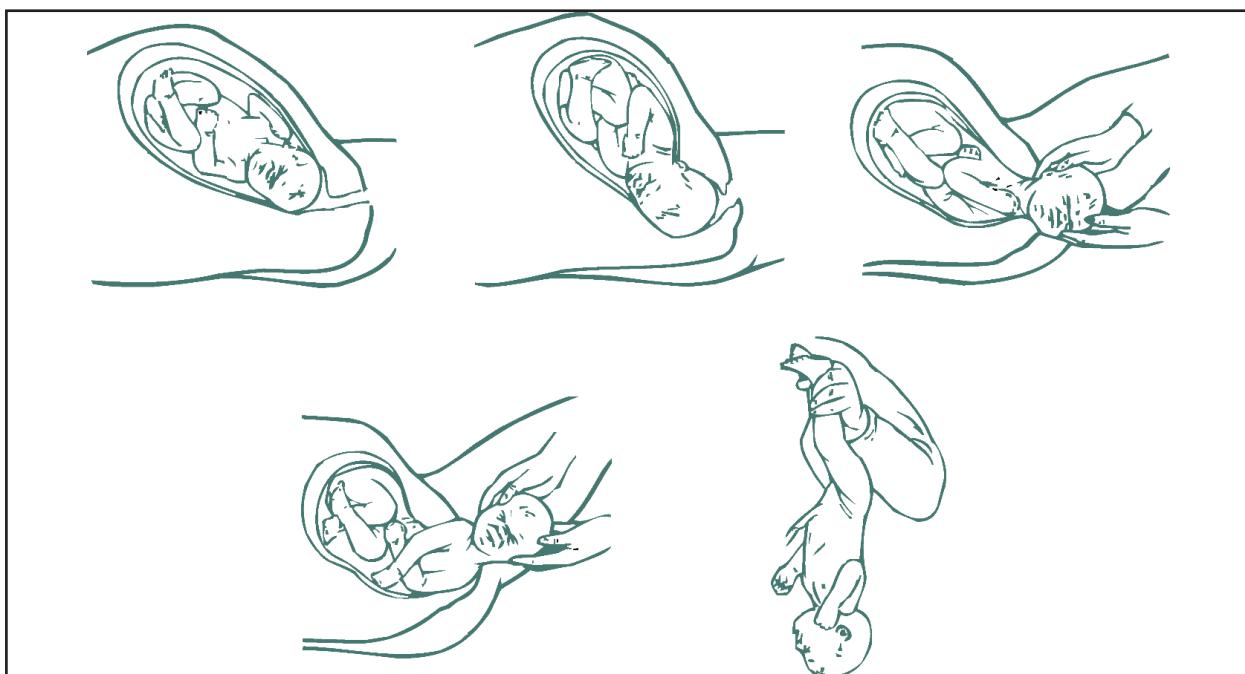
## **Pousser**

Traditionnellement, on dit aux mères de retenir leur souffle et de pousser aussi longtemps et aussi fort que possible à chaque contraction. Cela peut être efficace, mais cela peut aussi faire monter très haut puis baisser la tension artérielle de la mère, ce qui n'est pas très bon pour le bébé. Certaines femmes se sentent plus heureuses en donnant de petites respirations et de petites poussées, faisant généralement un bruit semblable à un grognement à chaque poussée.

Il est recommandé d'écouter votre corps et de suivre ce qu'il vous dit de faire. Si vous n'êtes pas sûr, essayez de donner de petites poussées et de petites respirations à chaque contraction. Si cela ne semble pas fonctionner, vous pouvez alors retenir votre souffle et pousser aussi fort que possible.

### La naissance

La deuxième étape demande beaucoup de travail, mais lorsque vous réalisez que le bébé est sur le point de naître, vous trouverez peut-être une nouvelle force pour y faire face. En fait, certaines femmes décrivent cette étape comme presque agréable, surtout lorsque la tête du bébé est visible. Avant cela, vous aurez poussé assez fort, mais au fur et à mesure que la tête apparaît, le médecin vous demandera de haleter et de pousser doucement pour que la tête naisse lentement. Une fois la tête passée, le bébé se retourne à l'intérieur de vous et les épaules naissent une à la fois. Souvent, cela se produit très rapidement, et la prochaine chose que vous savez, c'est que le bébé est en train d'accoucher, peut-être sur votre ventre, pour que vous puissiez vous saluer !



*Fig. 43 : 2e étape du travail : la naissance*

### Épisiotomie

Dans certains cas, le médecin peut pratiquer une incision dans les muscles du vagin pour augmenter l'espace de passage du bébé. C'est ce qu'on appelle une épisiotomie. Elle peut également être réalisée si le bébé est très petit, très précoce, ou si l'on utilise des forceps ou une ventouse (extraction sous vide). Lors d'un accouchement normal, le médecin surveille la zone appelée périnée à la base du vagin. Ce petit triangle de muscle s'amincit et s'étire pour permettre au bébé de sortir. Idéalement, le médecin vous aidera à accoucher lentement, afin qu'il ait suffisamment de temps pour s'étirer correctement, mais parfois il se déchire à la naissance du bébé. S'il estime qu'il faudra beaucoup le déchirer avant que le bébé puisse enfin passer à travers, il peut le couper à la place, pour éloigner la coupure du sphincter anal. Une position verticale et une respiration contrôlée à la naissance du bébé peuvent aider à éviter une coupure. Après la livraison, la coupure ou la déchirure devra être cousue.

## Césarienne

Le médecin peut vous dire avant le début du travail que vous aurez besoin d'une césarienne. Cela peut s'avérer nécessaire parce que le placenta s'est peut-être enfoncé dans le bas de l'utérus, ou parce que votre bassin a une forme irrégulière ou est trop petit. Les césariennes sont également pratiquées en urgence si le bébé est en détresse ou s'il y a d'autres complications et que le bébé doit naître rapidement.

Lors d'un accouchement par césarienne, le bébé naît par l'abdomen et, dans de nombreux cas, cela se fait après que la femme a reçu une péridurale. Cela signifie que vous êtes éveillé tout au long du processus. Mais parfois, cela n'est pas possible et la césarienne doit être pratiquée sous anesthésie générale.

## La troisième étape (délivrance du placenta)

### Après la naissance du bébé

Peu de temps après la naissance du bébé, le médecin clamerà et coupera le cordon et attendra que le placenta (après la naissance) soit libéré. Le placenta est ce qui soutient le bébé pendant la majeure partie de la grossesse, mais il se détache désormais de la paroi de l'utérus, où il est encastré. Après l'accouchement, l'utérus se contracte rapidement, fermant les vaisseaux sanguins et minimisant les saignements. Cela se produit généralement naturellement et avec peu d'effort.

### Le placenta

Une fois le placenta libéré, le médecin l'examinera pour s'assurer qu'il est complet et qu'aucune partie n'a été laissée à l'intérieur de l'utérus. Il vérifie également qu'il comporte le bon nombre de veines et d'artères et qu'il ne présente ni bosses ni taches pâles.

<sup>1</sup>

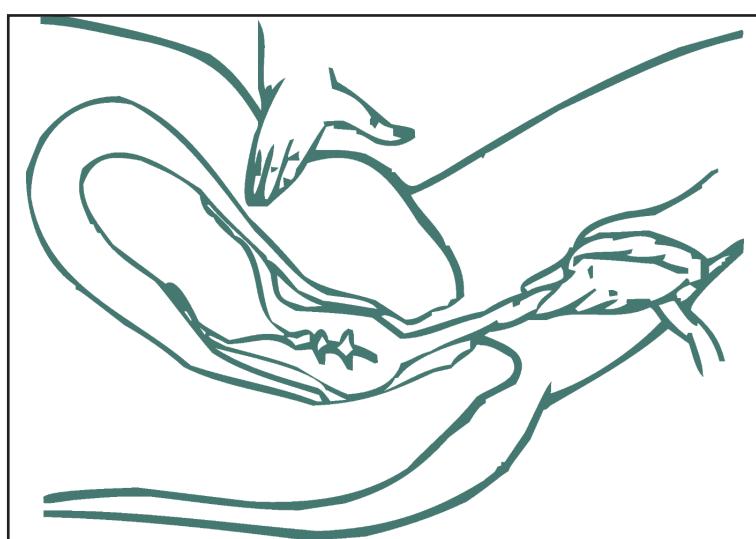


Fig. 44 : Retrait du placenta

**Remarques**

1. William et Martha Sears, *Le livre complet sur la parentalité chrétienne et la garde d'enfants* (Nashville, Tennessee : Broadman et Holman, 1997), 89-100 ; Geoffrey Chamberlain éd. *Obstacles de Turnbull*. 2e éd. (Édimbourg : Écosse, Churchill Livingstone, 1995), 585-588 ; Arlene Eisenberg, Heidi E. Murkoff et Sandee E. Hathaway, *À quoi s'attendre lorsque vous attendez* (New York : Workman Publishing, 1991), 288-301 ; Garrey, Govan et Hodge Callander, *Obstétrique illustrée* (Édimbourg : Churchill Livingstone, 1980), 206-11 ; TLT Lewis et GVP Chamberlain, *Obstétrique par dix enseignants* (Londres : Hodder et Stoughton, 1990), 152-7 ; Geoffrey Chamberlain et John Dewhurst, *Obstétrique et de gynécologie* (Londres : Pitman Pub., 1984), 60 - 62.

## ***Chapitre 54***

### **Allaitement maternel**

L'allaitement est la façon la meilleure et la plus saine de nourrir un bébé. Cela aide également la maman à se remettre en forme. Cette leçon enseignera aux mères qui allaitent l'importance de l'allaitement et comment bien le faire.

#### **8 raisons pour lesquelles l'allaitement est important**

1. L'allaitement est important car il n'existe tout simplement aucun substitut au lait maternel. De nombreux médecins recommandent aux mères d'allaiter leur bébé pendant toute la première année de vie, voire plus.
2. Le lait maternel contient les proportions idéales de plus de deux cents ingrédients, notamment des protéines, des lipides, des glucides, des vitamines, des minéraux, des enzymes et des anticorps, qui ne sont reproduits dans aucune préparation pour nourrissons. Ces ingrédients fournissent non seulement les éléments essentiels à la croissance, mais protègent également les nourrissons contre les maladies.
3. La recherche montre que les bébés allaités ont une incidence plus faible d'otites, d'infections des voies respiratoires supérieures, d'asthme, d'allergies et peut-être même de maladies chroniques graves telles que le diabète juvénile et le cancer infantile.
4. L'allaitement aide à ramener l'utérus à sa taille normale. Lorsque vous allaitez, une hormone appelée oxytocine est libérée, ce qui aide l'utérus à retrouver sa taille normale.
5. Cela aide également à utiliser l'excès de graisse stocké pendant la grossesse.
6. L'allaitement retarde les règles, ce qui contribue à reconstituer les réserves de fer perdues pendant la grossesse et l'accouchement.
7. Il offre une certaine protection contre des maladies graves comme le cancer du sein et des ovaires.
8. Un lien émotionnel très important se développe entre la mère et l'enfant à travers l'intimité de l'allaitement.

## Principes de l'allaitement maternel

Des techniques appropriées sont importantes pour un allaitement réussi. Les principes suivants sont très utiles :

1. Assurez-vous de bien tenir votre bébé afin qu'il ne tombe pas de vos mains au cas où vous vous endormiriez pendant l'allaitement.
2. Lorsque vous allaitez, placez-vous confortablement. Vous pouvez même vous allonger si vous le souhaitez.
3. Tenez le bébé de manière à ce que votre corps ne soit pas soumis à des tensions. Cela vous soulagera de toutes sortes de douleurs et de courbatures.

En position assise, placez la tête du bébé dans le creux de votre bras du côté duquel vous souhaitez allaiter. Le corps du bébé doit être allongé sur vos genoux et face à votre poitrine. Prenez votre sein à l'extérieur de l'aréole (la zone la plus sombre autour du mamelon) avec votre autre main et utilisez votre bras pour tirer votre bébé vers vous. <sup>4</sup>

### Le réflexe de succion

Chaque enfant naît avec un réflexe intégré qui le fait se tourner vers le sein et ouvrir la bouche, et lorsque le mamelon touche le palais de sa bouche, un réflexe de succion est activé.

1. Lorsque la bouche du bébé est ouverte, amenez-le au sein. N'essayez pas de vous pencher pour amener le mamelon au bébé. Cela rendra l'allaitement inconfortable. Il est important à la fois la mère et le bébé. que la mère soit confortablement installée. positionné lors de l'allaitement.
2. Lorsque le bébé a sommeil, vous pouvez lui faire ouvrir la bouche en lui caressant légèrement la bouche avec votre mamelon.
3. Le bébé doit prendre le mamelon dans sa bouche et autant d'aréole que possible. Si vous allaitez avec seulement le mamelon dans la bouche du bébé, vos mamelons deviendront douloureux et le bébé n'aura pas non plus suffisamment à manger. La capacité du bébé à prendre le sein et à bien allaiter s'améliore à chaque tétée.
4. Laissez le bébé téter environ 10 minutes avec le premier sein, puis passez à l'autre sein et laissez-le continuer jusqu'à ce qu'il ait fini. Lorsque le bébé est rassasié et a fini de téter, il laisse tomber lui-même le sein. Parfois, le bébé peut s'endormir pendant la tétée même s'il n'est pas rassasié. Réveillez-le doucement pour qu'il puisse se nourrir suffisamment longtemps et être rassasié. N'essayez jamais de retirer votre bébé. Au lieu de cela, appuyez sur le sein, puis retirez-le du mamelon. La prochaine fois que vous allaiterez votre bébé, commencez par le sein avec lequel vous n'avez pas commencé la première fois, car le sein que vous utilisez en premier sera mieux drainé. Si vous avez du mal à vous rappeler ce qui va suivre, attachez une épingle de sûreté à votre soutien-gorge de ce côté.
5. L'une des choses qui craignent le plus les nouvelles mamans est de savoir si le bébé mange suffisamment ou non. Vous saurez qu'il va bien si :

- (a) Il se nourrit fréquemment, prend bien le sein et tète vigoureusement.
- (b) S'il mouille six à huit couches par jour et a plusieurs selles jaunes par jour.
- (c) S'il prend du poids à un rythme constant.

Parlez à votre médecin si vous avez des doutes ou des inquiétudes ; les problèmes infirmiers sont plus faciles à résoudre s'ils sont traités tôt. N'attendez pas que les problèmes soient extrêmes. Le signe le plus évident d'une déshydratation sévère est une zone molle enfoncee au sommet de la tête du bébé. Les autres symptômes sont les suivants : yeux enfoncés, somnolence excessive et diminution de la miction.

## Problèmes courants de l'allaitement maternel et leurs solutions

### Engorgement

L'engorgement se produit lorsque vos seins sont inconfortablement pleins, gonflés et sensibles. C'est le signal de votre corps que vous produisez plus de lait que le bébé n'en consomme. Cela se produit le plus souvent lorsque votre lait arrive pour la première fois, soit trois à quatre jours après la naissance, et peut se reproduire lorsque le bébé est plus âgé et ne le fait pas. nourrir autant qu'avant. L'engorgement est douloureux et peut également entraîner des difficultés d'alimentation. Parfois, l'angle du mamelon s'aplatit et le bébé a du mal à prendre le sein. Ou encore, il se peut qu'il n'ait pas suffisamment d'aréole dans sa bouche pour téter efficacement.

**Solution:**Tirez un peu de lait avant la tétée pour faciliter la prise du sein. Assurez-vous que votre bébé vide vos seins autant que possible à chaque tétée. Surtout, faites couler le lait. Lorsque le lait n'est pas retiré régulièrement et efficacement, la production va diminuer. disparaît avec l'allaitement fréquent d'un nouveau-né, un engorgement généralement en deux jours environ.

### Mamelons douloureux

De nombreuses femmes ressentent une sensibilité au cours de la première ou des deux premières semaines d'allaitement, lorsque les mamelons s'adaptent à la pression. Si une gêne survient au-delà de ce stade précoce, ou si vous continuez à ressentir de la douleur après la prise du sein pendant que bébé allait, un positionnement incorrect peut en être la cause.

**Solution:**Pour éviter tout inconfort, vous devez demander à votre bébé d'appliquer une pression sur une grande partie de l'aréole, et pas seulement sur votre mamelon. Assurez-vous que votre bébé ouvre grand la bouche. Utilisez votre index pour abaisser son menton, ce qui ouvrira sa bouche plus largement, lui permettant de saisir l'aréole au-delà des mamelons douloureux. Plus important encore, n'ignorez pas le problème des mamelons douloureux. Si rien n'est fait, vos mamelons peuvent devenir fissurés et infectés.

### Conduits obstrués

Le premier signe de ce problème est une zone de sensibilité et de gonflement en forme de coin près de l'aisselle, le coin pointant vers le mamelon. La zone où le conduit est obstrué sera douloureuse et enflée. Vous pouvez voir une petite tache blanche sur le mamelon.

**Solution:**L'eau chaude peut aider à ouvrir le conduit. Appliquez également une légère pression sur le sein en direction du mamelon. Allaitez fréquemment pour faire couler le lait, en commençant par le sein obstrué. Changez de position d'allaitement pour permettre à votre bébé de drainer toutes les zones du sein.

## Mastite

Le liquide emprisonné n'importe où dans le corps peut être infecté. Ainsi, produire plus de lait que votre bébé n'en consomme, ou ne pas allaiter assez longtemps ou assez souvent pour vider les seins, peut provoquer une infection mammaire appelée mammite. Les mamelons fissurés peuvent également en être la cause, car ils permettent aux bactéries de pénétrer dans le sein. La mammite ressemble à une grippe, de la fatigue, de la fièvre, des frissons et des courbatures. Vos seins peuvent également être engorgés ou vous pouvez voir ou sentir une zone enflée, sensible, rouge et chaude.

**Solution:**Consultez votre médecin immédiatement, car vous aurez besoin d'un antibiotique qui peut être pris sans danger pendant l'allaitement. En attendant, vous pouvez prendre un analgésique contre la fièvre et la douleur et appliquer une chaleur humide sur la zone douloureuse pendant dix minutes, au moins quatre fois par jour.

## Fuite

C'est à ce moment-là que le lait s'écoule des seins. Il est normal d'avoir une fuite. En fait, une fuite est souvent le signe d'un approvisionnement généreux. Cela peut survenir au son des cris de votre bébé ou à travers tout ce qui vous le rappelle. Les fuites sont plus susceptibles de se produire lorsque vous êtes loin du bébé pendant les heures normales d'alimentation.

**Solution:**Pliez vos bras sur votre poitrine et appuyez doucement vers l'intérieur pendant environ 30 secondes pour supprimer les giclées de lait. Vous devrez également vous habiller pour l'occasion avec des coussinets d'allaitement jetables ou lavables. Gardez une veste ou un pull à portée de main au cas où vous auriez besoin de vous couvrir. Les fuites diminuent généralement avec le temps, à mesure que vous et votre bébé régulez votre offre et votre demande.

### Maintenir votre approvisionnement

La science de la fabrication du lait est simple ; plus votre bébé en retire, plus vous en produisez. Lorsque vous êtes en congé de maternité, il est plus facile de constituer une bonne production de lait. Allaitez simplement au moins toutes les deux ou trois heures et réveillez votre bébé pour qu'il mange pendant la journée s'il dort plus de trois heures. Cependant, une fois que vous retournez au travail ou que votre bébé commence à manger des aliments solides, cela devient plus difficile à mettre en œuvre.

**Solution:**Si vous êtes loin du bébé, n'attendez pas que vos seins soient inconfortablement pleins avant de tirer votre lait. Les égoutter fréquemment permet au lait de couler. Aussi, allaitez plus fréquemment et exclusivement la nuit et le week-end.

**Remarques**

1. Paul C. Reisser, *Guide sans peur pour les nouveaux parents*(Wheaton, Illinois : Maison Tyndale Pub., 2001), 148-9.
- 3.. PV Dilts, JW Greene et JW Roddick, *Études de base en obstétrique et gynécologie* (Londres : Williams et Wilkins, 1981), 131 ; Ronald M. Caplan, *Principes d'obstétrique* (Londres : William et Wilkins, 1982), 70-71 ; Garrey, Govan et Hodge Callander, *Obstétrique illustrée*(Édimbourg : Churchill Livingstone, 1980), 375.
2. Geoffrey Chamberlain éd. *Obstacles de Turnbull*.2e éd. (Édimbourg, Écosse : Churchill Sivingstone, 1995), 588 ; William F. Ganong, *Examen de la physiologie médicale*(New York : McGraw-Hill, 2003), 455-456 ; Robert Shaw et coll. *Gynécologie*.2e éd. (New York : Churchill Livingstone, 1997), 399.
4. Margaret F. Myles, *Manuel pour les sages-femmes*(Édimbourg : Churchill Livingstone, 1985), 501. - 502 ; Stanley G. Clayton, TLT Lewis et AGO Pinker, *Obstétrique par dix enseignants* (Londres : Edward Arnold Publishing, 1986), 407-9.
5. Arlene Eisenberg, Heidi E. Murkoff et Sandee E. Hathaway, *À quoi s'attendre quand Vous attendez*(New York : Workman Publishing, 1991), 388-92.

## *Chapitre 55*

# **À quoi s'attendre de votre bébé dans le Douze premiers mois**

### **Le premier mois**

1. De nombreux nouveau-nés ont tendance à ressembler davantage à des poulets plumés qu'à ces bébés ronds, à la peau rose et rebondissants que nous attendons tous. Leurs têtes sont grosses et semblent disproportionnées par rapport au reste de leur corps maigre et décoloré. Les mères doivent être patientes car les yeux gonflés, les bleus, les petits boutons blancs et les têtes en forme de cône qui sont le résultat fréquent de l'accouchement disparaîtront sous peu. À la fin du premier mois, le corps de votre bébé commencera également à se déplier à partir de sa position fœtale recourbée, et ses mouvements de bras et de jambes seront plus fluides et moins saccadés. Même si le bébé est encore physiquement impuissant et ne peut même pas encore tenir sa tête, il possède une gamme impressionnante de réflexes que vous observerez en action tout au long de la journée. Si vous mettez votre doigt dans sa bouche, il commencera à sucer. Caressez la paume de sa main et il attrapera votre doigt. Ses yeux se ferment automatiquement lorsqu'il est confronté à une lumière vive. Si votre bébé est surpris par un bruit fort ou un changement brusque de position, il jettera ses bras et ses jambes et étendra son cou.
2. La myopie du bébé, qui rend flous les objets situés à plus de huit pouces de distance, contribue à son détachement social. Il peut sembler regarder au-delà de vous au début, même s'il est susceptible de réagir au son de votre voix. À la fin du mois, vous commencerez à remarquer des sourires occasionnels et il rapprochera son corps contre le vôtre lorsqu'il sera tenu.
3. La vigilance croissante du bébé est le signe le plus évident de son développement mental. Au cours de la première ou des deux premières semaines, il s'endormira simplement s'il est confronté à trop de stimuli. Mais à la fin du mois, même s'il dort encore la majeure partie de ses journées, il deviendra plus curieux une fois éveillé et se concentrera intensément sur les visages humains et les motifs aux couleurs vives.

## **Le deuxième mois**

1. D'ici ce mois-ci, votre bébé commencera à se remplir davantage et à développer son look typique de bébé. Il commencera à lever la tête pendant quelques secondes et à examiner son environnement. Vous le trouverez maintenant se tournant vers des sons intéressants. Le réflexe de sursaut disparaîtra et le bébé paraîtra plus long, maintenant que son corps est détendu et détendu.
2. Vers l'âge de six semaines, vous serez témoin du premier véritable sourire social de bébé. Ce n'est plus « juste du gaz » ; il est vraiment heureux de vous voir. Il roucoulera probablement lorsque vous lui parlerez ou essaiera d'engager une conversation avec ses jouets avec des goos et des gargouillis. Il peut également établir et maintenir un contact visuel pendant quelques secondes.
3. Au fur et à mesure que votre bébé se familiarise avec son environnement, il commencera à reconnaître des sites familiers comme vous, votre sein, ses jouets, son lit de bébé, etc. Lorsqu'il verra un repas arriver, il commencera probablement à téter vigoureusement.

## **Le troisième mois**

1. D'ici ce mois-ci, le bébé aura acquis un contrôle total de son cou. Lorsque vous mettez le bébé sur le ventre, vous le verrez se relever, garder la tête haute et regarder autour de lui pendant une minute ou deux. La vision s'est également améliorée, de sorte qu'il peut voir clairement les couleurs jusqu'à une distance d'un mètre. Bébé peut désormais s'asseoir avec un soutien et préfère le faire. Sa chaise bébé ou sa balançoire lui donnent une meilleure vue qu'en position allongée.
2. Vous trouverez votre bébé très charmant, souriant et bavardant envers tous ceux qui le tiennent. Il vous tendra les bras et lui donnera des coups de pied lorsqu'il voudra jouer. La quantité de pleurs diminuera également ; il s'amuse trop pour se plaindre.
3. Le bébé fait désormais la différence entre ses parents, ses frères et sœurs et l'aide ménagère, et émettra des bruits de conversation pour essayer d'attirer les gens. Il aura tendance à arrêter ce qu'il fait pour vous écouter parler. En fait, il peut prêter attention à vous pendant une demi-heure à la fois. Tout cela est dû au fait qu'il a appris à vous faire confiance et qu'il sait désormais que vous répondrez toujours à ses désirs et à ses besoins.

## **Le quatrième mois**

1. Au cours de ce mois, de nombreux bébés commencent à se retourner du ventre vers le dos. Offrez à bébé de nombreuses périodes de jeu sur le ventre pour l'aider à réaliser cet exploit. Vous le remarquerez probablement aussi en train d'essayer de « voler », c'est-à-dire d'étendre sa tête, ses bras, ses jambes et de se balancer d'avant en arrière sur son ventre. Maintenant que le bébé peut utiliser ses deux yeux ensemble (ce qu'on appelle la vision binoculaire), sa coordination main-œil s'est suffisamment améliorée pour qu'il puisse tenir ou agiter un jouet, ou frapper des objets qui pendent au-dessus de lui. Il peut également attraper vos bijoux, vos lunettes et vos cheveux, et le fera constamment, alors faites attention !
2. C'est le mois où bébé commence vraiment à exprimer ses sentiments, s'énervant si vous interrompez son jeu pour changer une couche par exemple. Ses « conversations » deviendront également plus complexes à mesure qu'il essaie différents sons et attend que vous répondiez après avoir dit quelque chose.

3. À ce moment-là, le bébé remarquera qu'il a un certain contrôle sur son environnement. Il comprendra bientôt que lorsqu'il secoue un jouet, celui-ci fait du bruit et que lorsqu'il laisse tomber des objets par terre, cela vous énerve. Préparez-vous – ce n'est que le début d'une longue série de tentatives pour tester votre patience !

### **Le cinquième mois**

1. Votre bébé deviendra désormais très actif, donnant des coups de jambes quand il se sent bien, se roulant sur le sol (ne le laissez jamais sans surveillance sur un canapé, une table à langer ou tout autre objet sur lequel il pourrait rouler), éclaboussant de l'eau partout. Vous le remarquerez également chercher des objets, puis les passer de main en main pendant qu'il les examine.
2. Non seulement bébé sait maintenant exactement qui vous êtes, mais il commence également à prendre conscience de lui-même, en souriant lorsqu'il se voit dans un miroir ou en se tournant lorsque vous lappelez par son nom. Il imitera probablement vos expressions faciales et sera très attentif lorsque vous lui parlerez. Travaillez sur ce développement en le gardant engagé dans la conversation et en lui indiquant les noms des choses qui l'intéressent, par exemple une balle, un chien, une voiture.
3. Autrefois, lorsque bébé faisait tomber son hochet, il l'oubliait tout simplement. Même la vue de ses mains le surprendrait si elles réapparaissaient dans son champ de vision. Maintenant, cependant, il remarque quand quelque chose disparaît – y compris vous – et va le chercher. Cette notion, appelée permanence de l'objet, est l'un des développements mentaux les plus importants de la première année.

### **Le sixième mois**

1. Le bébé a de moins en moins tendance à s'appuyer sur les oreillers derrière lui. Il peut même commencer à s'asseoir avec les bras tendus vers le sol pour garder son équilibre. Au cours du mois prochain, il progressera probablement jusqu'à s'asseoir tout seul. Vous avez peut-être également remarqué un peu de bave au cours des deux derniers mois, et sa première dent pourrait germer d'un jour à l'autre, alors fournissez-lui beaucoup de jouets de dentition à mâcher.
2. Votre bébé est désormais plus éveillé et alerte pendant la majeure partie de la journée, ce qui lui donne envie de jouer. Il aimera voir d'autres bébés et enfants et démontrera des préférences personnelles pour tout, des personnes à la nourriture pour bébé. À mesure que son désir de communiquer augmente, vous le remarquerez en train d'essayer de combiner son langage corporel avec son expression verbale, en se débattant et en donnant des coups de pied lorsqu'il ne veut pas que sa couche soit changée, par exemple.
3. La capacité d'attention de votre bébé a augmenté au point qu'il peut s'amuser avec un jouet ou deux pendant que vous vaquez à vos tâches ménagères. Vous le remarquerez mettant fréquemment des objets dans sa bouche dans le cadre de ses explorations. Il peut également essayer de comparer deux objets, ou de les regarder à l'envers ou de côté afin d'avoir une perspective différente.

## **Le septième mois**

1. Maintenant que votre bébé a compris comment s'asseoir, son prochain effort consistera à essayer d'accéder à toutes les nouvelles choses qu'il voit. Vous pensez peut-être qu'il est allongé joyeusement sur un tapis de jeu, pour ensuite vous retourner et constater qu'il s'en est complètement retiré. Il est tout simplement trop curieux pour rester assis, alors il arrive là où il veut aller en se balançant et en se déplaçant sur ses fesses ou en glissant sur son ventre. Bébé maîtrise également son geste de ramasser un objet entre son pouce et son index.
2. Votre bébé est maintenant très actif et pourrait avoir du mal à s'installer pour faire une sieste s'il sait qu'il y a de la compagnie dans la maison ou qu'il se passe autre chose d'intéressant. Il peut réagir à vos expressions d'émotion – devenir sérieux si vous vous blessez, s'accrocher si vous semblez nerveux, imiter vos expressions et vos sons pendant le jeu. Mais sa propre personnalité commencera également à se dévoiler : concentrée, avec une longue durée d'attention ; ou facilement frustré lorsqu'un jouet ne fonctionne pas comme il le souhaite ; ou calme et incertain face à de nouvelles personnes ou de nouveaux lieux.
3. À mesure qu'il développe sa compréhension des causes et des effets, bébé appréciera les jouets qui réagissent lorsqu'il les frappe (par exemple, un xylophone ou un jeu électrique qui « répond » lorsqu'on appuie sur un bouton). Il commence également à avoir l'idée que certaines choses qu'il fait vous agacent et que lorsque vous dites « non », c'est ce que vous voulez dire.

## **Le huitième mois**

1. C'est le mois où de nombreux bébés commencent à ramper. Si vous n'avez pas encore installé de serrures d'armoires et de barrières de sécurité, faites-le maintenant avant qu'une blessure ne survienne. On ne sait jamais quand bébé se dirigera pour la première fois vers l'escalier ou découvrira les merveilles d'un meuble de salle de bain. Notez qu'il y a des nourrissons qui ne rampent jamais du tout – ils se déplacent un peu puis passent directement à la croisière et à la marche. Si votre bébé en fait partie, ce n'est pas un problème.
2. Une fois que bébé est mobile, il aura peut-être beaucoup moins de patience pour s'asseoir sur vos genoux. Ne soyez pas surpris s'il essaie de s'éloigner lorsque vous le récupérez : cela n'a rien de personnel, il est juste occupé. Il se peut qu'il n'aime pas désormais son lit, sa balançoire mécanique ou tout autre objet qui le maintient enfermé et il vous le fera savoir en résistant furieusement lorsque vous tenterez de le mettre dans l'un de ces appareils.
3. Maintenant que bébé rampe et fait de plus en plus de choses de manière indépendante, il arrive à une conclusion importante : il est une personne à part entière. C'est excitant pour lui mais aussi effrayant. Même les bébés les plus sociables peuvent devenir prudents envers les autres personnes, y compris les visages familiers comme grand-mère et grand-père. Faites-lui se sentir mieux en ne l'imposant pas aux personnes auxquelles il résiste et donnez-lui suffisamment de temps pour s'habituer à de nouvelles situations.

## **Le neuvième mois**

1. Vers ce mois-ci, le bébé qui rampe apprend à se mettre debout en s'accrochant à la table basse ou à tout ce qui peut supporter son poids – et même à des choses qui ne le feront pas, vous devez donc faire attention. Bébé peut également vous irriter en cognant des objets les uns contre les autres et en ramassant les restes de nourriture ou les peluches de tapis avec sa préhension désormais maîtrisée, capable de manipuler des objets aussi petits qu'un pois.

2. L'anxiété du bébé face aux étrangers peut l'inciter à vous coller davantage. Parfois, il peut s'accrocher à vos jambes même lorsque vous êtes seuls à la maison et que vous essayez désespérément de faire avancer les choses. Pourtant, la curiosité de votre enfant l'emportera et il partira explorer seul pendant de courtes périodes jusqu'à ce qu'il redevienne anxieux et ait besoin d'une certaine assurance parentale. Mais lorsque vous êtes en vue et qu'il se sent en sécurité, il sera très expressif et sociable avec les autres.
3. Un tout nouveau monde de jeu s'ouvre à votre bébé à mesure qu'il découvre le concept d'entrée et de sortie, comme dans le cas d'un objet s'emboîtant parfaitement dans un autre. Donnez à votre bébé la possibilité de développer ce concept. Si vous ne l'avez pas déjà fait, remplissez un tiroir ou une armoire basse de cuisine avec des récipients, des casseroles et des poêles de différentes tailles, des tasses à mesurer et des ustensiles en plastique tels que des spatules et des cuillères. Vous découvrirez à quel point ce genre d'activité peut l'occuper, peut-être même assez longtemps pour que vous puissiez préparer un repas ou avoir une conversation téléphonique.

## **Le dixième mois**

1. Bébé développe un autre niveau de mobilité où désormais, non seulement il peut se tenir debout à la table basse, mais il peut également marcher en s'y tenant. Les enfants de cet âge passent beaucoup de temps à perfectionner cette activité. Tout d'abord, il avancera petit à petit tout en glissant ses pieds. Ensuite, il utilisera simplement ses mains pour garder son équilibre tout en mettant son poids sur ses pieds. Ensuite, il relèvera ses pieds et fera un pas, tout en se croisant main sur main. La dernière étape consiste à utiliser d'autres meubles comme pont afin qu'il puisse réellement se frayer un chemin dans la pièce.
2. À ce stade, le bébé développe un type de langage des signes pour vous aider à savoir ce qu'il veut. Cela prend généralement la forme de pointer et de grogner vers un objet, de repousser de la nourriture ou un jouet qui ne l'intéresse pas, ou de tendre les bras lorsqu'il veut être ramassé. Certains experts pensent qu'il est possible d'enseigner des symboles plus complexes, comme toucher ses lèvres avec ses doigts lorsqu'il veut manger, ou tapoter sa paume lorsqu'il veut plus de quelque chose. Essayez-le et voyez si votre bébé comprendra l'idée.
3. Il est maintenant temps d'être ferme avec votre « non ». Non seulement bébé comprend ce que vous dites, mais il a suffisamment de mémoire pour se rappeler que vous vous êtes mis en colère lorsqu'il a fait quelque chose auparavant. Il aura peut-être tendance à profiter de vous lorsqu'il se souviendra que la nuit dernière, alors qu'il pleurait au milieu de la nuit, vous l'avez pris dans vos bras et l'avez bercé ; ou tu l'as amené dans ton lit. Faites attention à ne pas tomber dans des habitudes qui pourraient être difficiles à rompre par la suite.

## **Le onzième mois**

1. Bébé a maintenant la capacité et l'habileté de grimper, et il a tendance à se diriger vers des choses qu'il ne pouvait pas atteindre auparavant. Vous devez le surveiller avec diligence pour qu'il ne se blesse pas pendant son exploration.
2. Nourrir le bébé à cette époque peut être difficile. C'est peut-être parce que maintenant, il peut mettre une cuillère à sa bouche tout seul et qu'il est devenu suffisamment indépendant pour vouloir le faire lui-même. Vous devrez peut-être simplement lui permettre de

se nourrir plutôt que de le laisser faire des crises de colère et refuser de manger. Cela peut être très salissant lorsqu'il retourne des bols de nourriture, les jette sur sa tête ou jette la nourriture lorsqu'il s'ennuie, mais vous n'aurez qu'à nettoyer après.

3. Votre tout-petit babbille peut-être maintenant « da-da » et « ma-ma » et connaît désormais la différence. Il sait que « ma-ma » signifie toi. Il reconnaîtra probablement aussi son propre nom et s'identifiera aux idées qui accompagnent les mots, par exemple pointer vers le ciel lorsqu'il entend un avion, par exemple. C'est le début de ce que les experts appellent des compétences linguistiques réceptives, c'est-à-dire comprendre le sens de mots spécifiques avant d'avoir réellement la capacité de les prononcer.

## Le douzième mois

1. Vers ce mois-ci, l'enfant devient un tout-petit : il commence à marcher. Il a besoin de plus de surveillance car il est désormais très glissant. Si votre enfant n'est pas encore en train de fêter son premier anniversaire, ne vous inquiétez pas. On s'attend à ce que les bébés marchent entre 9 et 18 mois, la plupart des bébés marchant en moyenne vers 13 mois. Tant que votre enfant fait une combinaison de position debout, de marche et de croisière – avec ou sans s'accrocher à quelque chose – il est sur la bonne voie.
2. Les bébés deviennent plutôt têtus durant ce mois. quelque S'il n'a pas envie de le faire, vous chose, il sera difficile de le convaincre de le faire. pourriez le trouver en train de résister l'heure du coucher, refuser les repas, s'énerver si vous le laissez trop longtemps attaché dans la poussette pendant vos courses. Il a également maintenant un réel sens de l'humour, apprécie les interactions, en particulier avec les autres enfants, et peut être très aimable lorsqu'il est d'humeur.
3. C'est le moment idéal pour jouer à des jeux avec lui. Il appréciera les jeux comme se couvrir d'une couverture et attendre que vous lui disiez : « Où est bébé ? pour qu'il puisse s'en sortir. Il devient également fasciné par les parties de son corps, c'est donc le moment de commencer à nommer « nez », « cheveux », « yeux » et de le laisser les montrer du doigt. Une autre évolution amusante sera le désir de votre enfant de vous imiter. Il essaiera de se coiffer, de placer sa couche sous lui, de parler au téléphone, etc.

### Remarques

1. Paul C. Reisser, *Guide sans peur pour les nouveaux parents*(Wheaton, Illinois : Maison Tyndale, 2001), 119 ; Arlene Eisenberg, Heidi E. Murkoff et Sandee E. Hathaway, *À quoi s'attendre lorsque vous attendez*(New York : Workman Publishing, 1991), 302.

2. Margaret F. Myles, *Manuel pour les sages-femmes*(Édimbourg : Churchill Livingstone, 1985), 771.

## *Chapitre 56*

# Immunisation de votre bébé

Selon la partie du monde dans laquelle vous vivez, vous pourriez avoir besoin de tout ou partie de ces vaccins. Ceci sera déterminé par votre médecin.

## **Polio (VPI)**

### **Ce qu'il fait**

Protège contre le virus de la polio, qui provoque des douleurs musculaires, des difficultés respiratoires et éventuellement une paralysie.

### **Lorsque recommandé**

Une dose chacune à 2 et 4 mois, une troisième dose entre 6 et 18 mois et une quatrième entre 4 et 6 ans. Il est fortement recommandé que les quatre doses soient administrées sous forme de vaccin polio inactivé IVP.

### **Effets secondaires potentiels**

Douleur possible au site d'injection ainsi que fièvre.

## **Rougeole et oreillons**

### **Ce qu'il fait**

Protège contre ces deux maladies virales :

(a) Rougeole : qui provoque une éruption cutanée et des symptômes semblables à ceux d'un rhume, mais qui, dans de rares cas, peut entraîner la cécité, la pneumonie et même la mort.

(b) Les oreillons : qui provoquent de la fièvre, un gonflement des ganglions et parfois une méningite et une surdité, et la rubéole (également connue sous le nom de rougeole germanique), qui provoque une éruption cutanée et de la fièvre.

## Lorsque recommandé

La première dose entre 12 et 15 mois et la seconde entre 4 et 6 ans.

### Effets secondaires potentiels

Les effets secondaires les plus courants sont une éruption cutanée et une légère fièvre. Les effets secondaires moins courants sont un gonflement du cou et des articulations et des douleurs dans les bras et les jambes.

## Diphthérie, tétanos, coqueluche

## Ce qu'il fait

Cette vaccination protège contre :

- (un) **Diphthérie:** ce qui provoque de la fièvre, des difficultés respiratoires et peut-être même la mort.
- (b) **Tétanos:** également connu sous le nom de tétanos, qui attaque le système nerveux central.
- (c) **Coqueluche:** qui peut provoquer une pneumonie, une toux sévère et des lésions cérébrales.

## Lorsque recommandé

Les trois premières doses sont administrées à 2, 4 et 6 mois, la quatrième entre 15 et 18 mois et la cinquième entre 4 et 6 ans.

### Effets secondaires potentiels

Dans le passé, il y avait des réactions de fièvre et de douleur, et moins fréquemment, des vomissements. Dans de rares cas, l'enfant présente une forte fièvre ou des convulsions. Le vaccin d'aujourd'hui conduit à des réactions minimisées.

## Hépatite B (HEP B)

## Ce qu'il fait

Cette vaccination protège l'enfant contre l'hépatite B, qui est une maladie virale transmise par le sang ou par contact sexuel. Il peut provoquer des lésions hépatiques sous forme de cirrhose et de cancer.

## Lorsque recommandé

Une injection entre la naissance et 2 mois, une seconde entre 1 mois et 4 mois et une troisième et dernière injection entre 6 et 18 mois

### Effets secondaires potentiels

Un très petit nombre (1 à 3 %) d'enfants présentent un gonflement et de la fièvre au point d'injection. Une personne sur 600 000 aura une réaction entraînant une baisse de la tension artérielle et des difficultés respiratoires.<sup>1</sup>

**Remarques**

1. HB Valmann,*La première année d'espoir*(Londres : British Medical Association, 1989), 81 - 84 ; David R. Harvey et Ilya X. Kovar,*Santé des enfants*(Édimbourg : Churchill Livingstone, 1991), 37. - 39 ; Malcolm Levene éd.,*Maladies de Jolly chez les enfants*. 6e éd. (Osney Mead, Oxford : ELBS et Blackwell Scientific Publications, 1990), 353-354.

**ARTICLE 14**

**PARENTAL**

## *Chapitre 57*

# **La parentalité et ce que cela implique**

### **Principes de l'éducation des enfants**

**Éduquez un enfant dans la voie qu'il doit suivre : et quand il sera vieux, il ne s'en éloignera pas.**

**Proverbes 22:6**

Les parents doivent comprendre que le devenir de leurs enfants dépend du type de formation qu'ils ont reçu. La meilleure formation que vous puissiez donner à vos enfants est de leur inculquer les principes divins et chrétiens.

La chose la plus importante pour vous (en tant que parent) est aussi la plus importante pour votre enfant. Si Dieu est le centre de votre vie, alors garantissez que Jésus-Christ et lui crucifié sont pareils pour votre enfant.<sup>1</sup> Lorsqu'il s'agit d'amener des enfants à l'église, de les laisser participer au service des enfants, de leur apprendre à faire des offrandes, etc., certains parents ne veulent pas le faire.

Les principes suivants devraient vous guider, en tant que parents, dans l'exercice de la responsabilité que Dieu vous a confiée de former vos enfants.

### **Principe n°1 – Votre priorité pour vos enfants est d'apporter Eux dans le Seigneur**

Sachez dans quoi vous investissez et faites de votre mieux. Ce que deviennent vos enfants doit vous refléter. Si vous êtes pasteur par exemple et que vous ne voulez pas que votre enfant soit pasteur, vous êtes un hypocrite. Apprenez à votre enfant à craindre le Seigneur et à le servir. <sup>2</sup>

**Et vous, pères,... élevéz-les dans l'éducation et l'exhortation du Seigneur.**

**Éphésiens 4:6**

## Principe n°2 – Votre environnement entraîne davantage vos enfants que toi

La communauté dans laquelle vivent vos enfants et l'école qu'ils fréquentent les influencent encore plus que leurs parents. Acceptez le fait que l'environnement entraîne votre enfant à votre place. Faites donc l'effort de contrôler son environnement et ne vous contentez pas de lui donner un ensemble de règles à suivre.

### 7 exemples de choses environnementales qui affectent vos enfants :

1. L'école que fréquentent vos enfants.
2. Qui sont leurs amis [il est important de restreindre les amitiés de vos enfants].
3. Télévision.
4. Église [créer l'environnement pour l'église]. Des films.
5. Internet/ordinateur.
6. Voisins.

## Principe n°3 – La formation doit être ciblée

La formation est *action répétée qui, lorsqu'elle est laissée seule, se poursuivra.*

### 6 choses que vous devriez apprendre à vos enfants à faire :

1. Entraînez votre enfant à aller régulièrement à l'église [parents, démontrez-le en devenant vous-mêmes des fidèles réguliers de l'église !]
2. Entraînez votre enfant à passer des moments calmes tous les jours. <sup>3</sup>
3. Entraînez votre enfant à prier.
4. Apprenez à votre enfant à croire en une autorité supérieure qui le corrigera.
5. Entraînez-les à travailler dur tout le temps et dans tout ce qu'ils font.
6. Entraînez-les à être conscients de Dieu à la maison. <sup>4</sup>

**Et ces paroles que je te commande aujourd'hui seront dans ton cœur : Tu les enseigneras diligemment à tes enfants, et tu en parleras quand tu seras assis dans ta maison, et quand tu marcheras en chemin, et quand tu seras assis, quand tu te couches, et quand tu te lèves. Et tu les lieras en signe sur ta main, et ils seront comme des fronteaux entre tes yeux.**

**Deut. 6:8**

**Ô Dieu, tu m'as instruit dès ma jeunesse, et jusqu'ici j'ai raconté tes merveilles. Maintenant même, quand je serai vieux et que j'aurai les cheveux gris, ô Dieu, ne m'abandonne pas ; jusqu'à ce que j'aie montré ta force à cette génération, et ta puissance à tous ceux qui sont à venir.**

**Psaume 71 : 17-18**

Un avertissement constant qui n'est jamais suivi ne fonctionne pas. Disciplinez et réprimandez vos enfants si nécessaire.

Maris, protégez vos femmes lorsque vos enfants (en particulier les beaux-enfants) leur désobéissent. Prenez soin de l'enfant de quelqu'un et Dieu prendra soin du vôtre.

### **PRINCIPE N°4 – En fin de compte, c'est Dieu qui gardera votre Enfant sur le chemin de la justice**

- Vous devez personnellement connaître Dieu.
- Vous devez constamment prier pour vos enfants.

L'unité du couple est essentielle. <sup>5</sup>Passez du temps à prier les uns pour les autres. Les principes ci-dessus devenir fructueux s'il y a la paix dans la maison. Soutenez votre mariage et les choses se passeront bien. Résolvez les problèmes sans entraîner vos enfants dans des situations susceptibles de leur apporter des malédictions. Il est important de prier pour que Dieu tourne le cœur des enfants vers vous, leurs parents. Sinon, les enfants grandiront et feront tout différemment de ce que veulent et aiment leurs parents.<sup>6</sup>C'est quelque chose de spirituel, qui se déroule dans le cœur et qui ne peut être atteint que par la prière.

**Car je suis l'Éternel, je ne change pas ; c'est pourquoi vous, fils de Jacob, ne vous consumez pas. Depuis le temps de vos pères, vous vous êtes éloignés de mes ordonnances et vous ne les avez pas observées. Revenez à moi, et je reviendrai vers vous, dit l'Éternel des armées.**

**Malachie 3:6-7**

**Et il ramènera le cœur des pères vers les enfants, et le cœur des enfants vers leurs pères, de peur que je ne vienne frapper la terre de malédiction.**

**Malachie 4:6**

### **Principe n°5 – Développer la conscience divine à la maison**

- (a) Priez avec vos enfants.<sup>7</sup>
- (b) Priez ensemble en famille.
- (c) Priez pendant les repas.
- (d) Priez avant de voyager.<sup>8</sup>

**Remarques**

1. Andrew Murray, *Comment amener les enfants au Christ*(Springdale, Pennsylvanie : Whitaker House, 1984), 23 - 24. 40 - 44. Écrit dans les années 1900, le livre de Murray reste un manuel intemporel et inestimable pour les parents.
2. Andrew Murray, *Comment amener les enfants au Christ*(Springdale, Pennsylvanie : Whitaker House, 1984), 278-82; Rolf Zettersten, *Former un enfant*(Wheaton, Illinois : Tyndale House Publishers, 1994), 17-26.
3. Béryl Au revoir, *Enseigner à nos enfants la foi chrétienne*(Chicago : Moody Press, 1966), 44-47.
4. Gary Chapman, *Les cinq signes d'une famille aimante*(Chicago : Éditions Northfield, 1997), 131-55.
5. Gwen Ellis, *S'épanouir en tant que femme qui travaille*(Wheaton, Illinois : Éditeurs Tyndale House, 1995), 66-67.
6. James Dobson, *Parlez franchement aux hommes et à leurs femmes*(Waco, Texas : Livres de mots, 1988), 49-56.
7. La Verne Tolbert, *Garder vos enfants sexuellement purs*(Grand Rapids, Michigan : Zondervan, 2002), 50-51.
8. Clyde Narramore, *Comprendre vos enfants*(Grand Rapids, Michigan : Zondervan Maison d'édition, 1976), 51-73.

## **ARTICLE 15**

### **NOUVELLES DIMENSIONS**

## *Chapitre 58*

# **Enfants par adoption**

Il existe deux manières d'avoir des enfants : la première consiste à concevoir et à accoucher naturellement ; la deuxième voie est l'adoption. L'adoption est un bel acte dans lequel vous acceptez et recevez comme le vôtre un enfant qui n'est pas votre progéniture biologique. Vous élevez ensuite cet enfant comme vous élèveriez un enfant biologique et, au fil du temps, il n'y a pratiquement aucune différence entre un enfant biologique et un enfant adopté. L'enfant adopté et l'enfant biologique sont aimés de la même manière et font véritablement partie d'une famille.<sup>1</sup>

### **Avantages de l'adoption**

#### **1. L'adoption est le processus par lequel nous sommes tous devenus partie de la famille du Christ.**

Le Seigneur nous a adoptés comme siens et nous nous sentons acceptés comme faisant partie de sa propre famille. L'adoption est donc une pratique chrétienne très profonde qui ne doit pas être considérée comme étrange ou inacceptable. Les versets suivants nous montrent comment nous avons été adoptés dans la famille du Seigneur.

**... J'étais un étranger et tu m'as accueilli :**

**Matthieu 25:35**

**Car vous n'avez pas reçu l'esprit de servitude... mais vous avez reçu l'esprit d'adoption par lequel nous crions Abba Père.**

**Romains 8:15**

**... accepté chez le bien-aimé.**

**Éphésiens 1:6**

**2. Il existe une récompense spéciale pour quiconque adopte un enfant.**

**J'étais un étranger et tu m'as accueilli...**

**Matthieu 25:35**

En effet, l'adoption consiste à accueillir un étranger dans votre vie et votre famille. Comme cela est clairement indiqué dans Matthieu 25 : 35, c'est cet acte même (d'accueillir des étrangers) que le Seigneur récompensera grandement le jour du jugement. Étonnamment, ce n'est pas la personne qui a l'enfant biologique, mais la personne qui a l'enfant adopté qui reçoit cette bénédiction supplémentaire du Seigneur.

**3. L'adoption d'enfants permet aussi au couple de marcher dans l'amour de Dieu et de manifester ce grand amour de Dieu.**

L'égoïsme de l'homme qui nous pousse à ne nous soucier que de notre propre sang est brisé lorsque l'adoption vous oblige à aimer les mal-aimés et les désespérés. Cet acte d'adoption pourrait bien être la plus grande réussite spirituelle de toute votre vie.

**Et bien que j'aie le don de prophétie et que je comprenne tous les mystères et toute connaissance ; et bien que j'aie toute la foi, de sorte que je puisse déplacer les montagnes, et que je n'aie pas la charité (l'amour), je ne suis rien.**

**1Corinthiens 13:2**

**4. L'adoption vous fait vous sentir normal dans la société.**

L'adoption réduit le stress exercé sur les couples sans enfants par la famille, les amis et la société dans son ensemble, et les couples ne semblent en aucun cas déficients ou manquants. Tandis que les parents discutent des problèmes et des joies de leurs enfants, les parents de l'enfant adopté auront des expériences similaires auxquelles se référer. Ils ne se sentiront plus exclus de toute conversation concernant les enfants et ils ne se sentiront plus exclus. Cet soulagement du stress peut parfois même augmenter la fertilité du couple et conduire à la naissance d'un enfant biologique.

**5. Les enfants adoptés apportent beaucoup de joie et de bonheur à leurs parents.**

La différence entre la vie des parents avant et après l'adoption peut être comparée à la différence entre la nuit et le jour.

**6. L'adoption d'enfants supprime la douleur et le stress causés par l'infertilité et les défis médicaux que rencontrent les couples pendant cette période.**<sup>1</sup>

**7. L'adoption vous aide à vous sentir comme un être humain normal.**

Après avoir adopté, vous commencez à sentir que vous êtes une femme/un homme normal et un parent normal parce que vous avez des enfants comme tous les autres couples.

**8. L'adoption vous épargne les ennuis liés à la grossesse et à l'accouchement, avec tous les risques, dangers et douleurs potentiels qui en découlent.**

## Les défis de l'adoption

1. Trouver un enfant à adopter est très difficile. Si vous cherchez, vous trouverez ; alors continuez à chercher et vous découvrirez finalement que Dieu vous a bénî avec un enfant.
2. Convaincre votre famille et vos amis d'accepter votre décision. Surmontez ce problème en discutant de l'adoption avec eux et en étant décisif.
3. Les gens peuvent dire à votre enfant qu'il n'est pas votre véritable enfant. Cela pourrait choquer l'enfant. Vous pouvez surmonter ce problème en le disant vous-même à l'enfant, dès son plus jeune âge. Vous pourriez dire quelque chose comme ceci : « Je n'avais personne à qui m'occuper ni à aimer, et tu n'avais personne pour prendre soin de moi. C'est pour cette raison que je t'ai accueilli et aimé, et tu es devenu mon enfant. Cette information précoce et affectueuse empêchera votre enfant de grandir et de recevoir des chocs, car c'est l'élément de surprise qui est destructeur. Au fil du temps, l'enfant peut se sentir spécial d'avoir été adopté.
4. Votre adoption peut tourner au vinaigre parce que l'enfant peut vous tourner le dos, ou sa famille peut se présenter ou des gens peuvent faire remarquer à l'enfant que vous n'êtes pas ses parents biologiques. Mais tout comme il y a des histoires malheureuses, il y a aussi des histoires de réussite.

### Comment circuler dans l'adoption

1. Découvrez où vous pourrez peut-être trouver un enfant, par exemple un orphelinat.
2. Accueillez l'enfant chez vous pour une période de placement en famille d'accueil. Au fur et à mesure que le lien se développe, allez-y et effectuez le travail juridique pour garantir que l'enfant soit légalement adopté.
3. Demandez un avis médical et choisissez une date de naissance pour l'enfant.
4. Croyez que cet enfant est la bénédiction de Dieu pour votre vie.
5. Soyez prêt à donner naissance à l'enfant de votre ventre et de votre cœur. Embrassez l'enfant de tout cœur comme Dieu nous embrasse.
6. Offrez de belles choses à l'enfant selon vos moyens. Travaillez sur
7. votre famille élargie pour accepter votre décision.
8. Suppliez-les d'accepter l'enfant et de ne pas faire référence à son héritage.
9. Comprenez que chaque étape de la vie comporte des risques.
10. Célébrez votre enfant adopté. Organisez des fêtes et autres célébrations pour l'enfant, comme vous le feriez pour n'importe quel enfant biologique.

**Sachant que tout bien qu'un homme fait, il le recevra du Seigneur...**

**Éphésiens 6:8**

#### Remarques

1. Alexander, Dan et Tremper Longman ont une discussion détaillée sur l'adoption et les attitudes positives aux enfants adoptés dans leur livre, *Alliés intimes* (Wheaton, Illinois : Tyndale House Publications 1995), 195. - 202.
2. Connie R. Sasse, *Les familles aujourd'hui* (Peoria, Illinois : Glencoe/McGraw-Hill, 1997), 573-574.

## *Chapitre 59*

# La perte d'un conjoint

## La perte d'un conjoint par décès

Le décès d'un conjoint a été considéré comme le niveau de traumatisme le plus élevé. Il est suivi en deuxième lieu par le divorce. Le chagrin qui vous saisit à la suite de la perte d'un conjoint peut vous conduire à votre propre mort si vous ne sortez pas rapidement de cet état de chagrin.<sup>1</sup>

### 8 étapes

1. **Choc**--L'inattendu s'est produit. Je n'aurais jamais imaginé que cela m'arriverait. Je suis impuissant.
2. **Le déni**--Cela ne m'arrive pas vraiment. Je suis sûr que ce n'est qu'un mauvais rêve qui va bientôt passer.
3. **Peur**--Que vais-je devenir ? Ma vie est-elle finie ? Comment vais-je m'en sortir ?
4. **Culpabilité**--C'est de ma faute. Peut-être que j'aurais pu faire quelque chose pour empêcher que cela se produise.
5. **Blessure/douleur**--J'ai mal, mon cœur saigne.
6. **Colère**--Pourquoi moi? Pourquoi ai-je dû perdre mon mari ? Comment Dieu a-t-il pu permettre que cela m'arrive ?
7. **Acceptation**--Ainsi soit-il. Ce qui est arrivé est arrivé. Je vais y faire face.

**8. Guérison**--Le Seigneur travaille sur moi. ma blessure. L'huile, son Saint-Esprit, est un blâme pour moi--faire Son amour apaise et enlève ma douleur. Il fait de moi une personne meilleure et plus forte.

### **Que faire si un conjoint décède**

#### **1. Permettez-vous de faire votre deuil.**

Pleurez sur votre perte. Vous devez exprimer votre douleur. Vous risquez de devenir amer et de sombrer dans une profonde dépression. Un chagrin inexprimé peut également conduire à diverses maladies.

**Bienheureux ceux qui pleurent : car ils seront consolés.**

**Matthieu 5:4**

#### **2. Soyez conscient qu'un chagrin accablant peut vous posséder et vous contrôler.**

Il faut vite arrêter de pleurer et d'être triste, sinon il vous sera difficile de retrouver la joie de vivre. Dans cet état de tristesse, vous ne trouverez peut-être aucun but à la vie – elle cessera d'avoir un sens pour vous et vous pourrez consciemment ou inconsciemment inviter votre propre mort. <sup>3</sup>

**... mais la tristesse du monde produit la mort.**

**2 Corinthiens 7:10**

#### **3. Ayez un esprit céleste face au départ de votre conjoint.**

La Parole de Dieu nous assure que ceux qui ont fait confiance en Jésus recevront une demeure éternelle au ciel. La mort n'est pas la fin de la vie de votre conjoint, mais le début d'une éternité avec le Seigneur dans un endroit infiniment meilleur. Que cela soit votre réconfort et votre espoir.

**Car nous savons que si notre maison terrestre de ce tabernacle était dissoute, nous avons un édifice de Dieu, une maison non faite de mains, éternelle dans les cieux.**

**2 Corinthiens 5:1**

#### **4. Surmonter la dépression.**

Apprenez à surmonter la dépression en ayant un cœur reconnaissant. Un antidote prescrit contre la dépression est un style de vie de louange. Adorez Dieu dans l'intimité de votre maison et publiquement à l'église.

**Pour assigner à ceux qui pleurent dans Sion, pour leur donner la beauté au lieu des cendres, l'huile de joie au lieu du deuil, le vêtement de louange au lieu de l'esprit de lourdeur...**

**Ésaïe 61:3**

## **5. Acceptez votre deuil et continuez.**

Même si la perte de votre conjoint peut être dévastatrice, soyez assuré que Dieu est au courant et qu'il vous réconfortera. L'assurance que Dieu se soucie de vous et prendra soin de vous devrait vous aider à accepter votre perte et à aller de l'avant dans votre vie.

**Le Seigneur est proche de ceux qui ont le cœur brisé ; et sauve ceux qui ont un esprit contrit.**

**Psaume 34:18**

## **6. Rêvez encore. Vous pouvez choisir de vous remarier.**

Abordez l'avenir avec espoir dans les promesses de Dieu de prendre soin de vous et de votre famille. La Parole de Dieu déclare qu'il est le père des orphelins et le juge des veuves. Vous devez être pleinement persuadé qu'il est un Dieu bon qui a de bons projets pour vous.

**Dieu est le père des orphelins et le juge des veuves dans sa sainte demeure.**

**Psaume 68:5**

Soyez encouragé à rêver à nouveau. Si vous souhaitez vous remarier, faites confiance au Seigneur pour trouver un partenaire approprié.<sup>4</sup>

## **Facteurs à considérer avant le remariage**

1. Si vous avez des enfants, votre nouveau conjoint va « hériter » des enfants et devenir belle-mère ou beau-père. Vous pouvez également devenir beau-parent.
2. Les relations par étapes sont généralement difficiles et pleines de tentations, d'accusations et de contre-accusations. Presque toutes ces relations deviennent amères et déformées avec le temps.
3. Vous devez évaluer votre préparation à gérer des relations par étapes lorsque vous décidez de vous remarier. Êtes-vous prêt à travailler dur pour réussir la fusion de deux familles ?
4. Même si vous penserez à votre conjoint décédé, vous devrez constamment combattre la tentation de le comparer de manière négative au nouveau conjoint.

**N.-B.:** Pour plus d'informations, reportez-vous au chapitre 23 sur « L'étape du retour ».

## **La perte d'un conjoint suite à un divorce**

Il est important qu'une personne divorcée comprenne qu'il est possible de se remettre du traumatisme d'un mariage raté. La grâce de Dieu, son aide, sa faveur sont ce dont vous avez besoin pour restaurer la plénitude de votre âme blessée. <sup>6</sup>

**Il guérit ceux qui ont le cœur brisé et panse leurs blessures.**

**Psaume 147:3**

Même si la grâce de Dieu est disponible pour votre guérison émotionnelle, vous êtes la clé de votre propre rétablissement. Que vous soyez guéri ou dans quel délai cela dépend de vous.

### **8 étapes**

1. **Choc**--L'inattendu s'est produit. Je n'aurais jamais imaginé que cela arriverait à mon mariage. Je suis impuissant.
2. **Peur**--Que vais-je devenir ? Ma vie est-elle finie ? Comment vais-je m'en sortir ?
3. **Culpabilité**--J'ai échoué. C'est de ma faute. Peut-être que j'aurais pu faire quelque chose pour empêcher que cela se produise.
4. **Blessure/douleur**--J'ai mal, mon cœur saigne. Je me sens rejeté.
5. **Colère**--Comment a-t-il pu me faire ça ? Comment a-t-il pu me traiter avec autant de mépris ?
6. **Acceptation**--Ainsi soit-il. Ce qui est arrivé est arrivé. Je vais y faire face.
7. **Le pardon**--Je choisis de lui pardonner. Je lâche prise, je libère la rancune. Je suis libéré.
8. **Guérison**--Le Seigneur travaille sur moi. Son Saint-Esprit est comme une huile, un baume pour ma blessure. Son amour apaise et enlève ma douleur. Il me change, faisant de moi une personne meilleure et plus forte. <sup>7</sup>

## **Que faire si vous divorcez**

### **1. Pardonnez à votre ex-conjoint.**

Le pardon vous mènera dans la bonne direction – vers la guérison de Dieu pour vous. Vous ne serez pas guéri si vous ne pardonnez pas sincèrement à votre conjoint. De plus, Dieu ne vous pardonnera pas si vous ne pardonnez pas. Un test du vrai pardon est d'être capable de prier sincèrement pour le bien-être de votre ex-conjoint. Vous serez libéré de l'amertume en pardonnant. Ce n'est qu'alors que vous pourrez recommencer à éprouver de la joie. Il vous est possible de pardonner ; permettez au Saint-Esprit de vous aider.

**Et quand vous êtes debout en train de prier, pardonnez, si vous avez quelque chose contre quelqu'un, afin que votre Père qui est aux cieux vous pardonne aussi vos offenses.**

**Marc 11:25**

### **2. Demandez à Dieu de vous pardonner.**

Alors que les deux époux contribuent dans une certaine mesure à l'échec d'un mariage, il arrive souvent que l'un des partenaires précipite l'effondrement. Il est bon que les deux époux demandent pardon et miséricorde à Dieu. Parfois, nous ne savons même pas que nous lui déplaçons, alors ne soyez pas pharisaïque. Des sentiments de culpabilité et de condamnation sont fréquemment ressentis. Cependant, il est réconfortant de savoir que le tempérament de Dieu est de faire preuve de miséricorde et de compassion. Pendant que vous recevez le pardon de Dieu, analysez vos fautes et travaillez à les corriger. Vos efforts à cet égard seront la preuve de votre véritable repentir. <sup>8</sup>

**Le Seigneur est miséricordieux et compatissant, lent à la colère et riche en miséricorde.**

**Psaume 103:8**

### **3. Parlez de votre douleur avec des conseillers spirituellement mûrs.**

Parlez à vos pasteurs ou à des amis pieux. Vous trouverez thérapeutique de libérer votre souffrance en la partageant avec un auditeur sympathique. Le mariage ne sera peut-être pas rétabli, mais vous recevrez le réconfort de la Parole de Dieu. Cependant, après un certain temps, vous devez consciemment cesser de parler de votre douleur, sinon vous épuiserez vos conseillers et vous ne ferez pas beaucoup de progrès dans votre guérison émotionnelle.

**Confessez vos fautes les uns aux autres et priez les uns pour les autres, afin que vous soyez guéris...**

**Jacques 5:16**

### **4. Recevez l'amour de Dieu.**

Remplacez les sentiments de rejet et de condamnation par une confiance dans la Parole de Dieu qui vous assure de son amour et de ses bons plans pour votre vie. Lisez des Écritures spécifiques qui vous encourageront, puis permettez à Dieu de vous embrasser de son amour inconditionnel. Il vous sera également très utile de lire du matériel chrétien approprié qui répond à vos besoins.

**Et nous avons connu et cru l'amour que Dieu nous porte. Dieu est amour...**

**1 Jean 4:16**

**5.** **Soyez profondément reconnaissant envers le Seigneur.**

Votre situation aurait pu être pire. Regardez les bonnes choses qui découlent d'un mariage raté, par exemple les enfants, et bénissez le Seigneur. Considérez-vous comme vraiment bénis, même si vous êtes en vie. La fin d'un mariage n'est pas la fin du monde. Un cœur reconnaissant éliminera toute tendance à l'apitoiement sur soi et à l'amertume. Un cœur reconnaissant donne également un cœur joyeux, qui « fait le bien comme un médicament... » (Proverbes 17 :22).

**En toutes choses, rendez grâces : car telle est la volonté de Dieu à votre égard en Jésus-Christ.**

**1 Thessaloniciens 5:18**

**6. Impliquez-vous activement dans l'église.**

Lorsque vous aidez les autres, vous détournez l'attention de vous-même et de vos problèmes. C'est un remède contre l'égocentrisme et l'apitoiement sur soi. Apprenez à réconforter les autres avec le réconfort que vous avez reçu. Vos actes de service envers le Seigneur et son peuple sont aussi une expression de votre foi en Dieu, qui lui plaira. En effet, vous trouverez une joie et un privilège de pouvoir servir le Seigneur avec joie malgré les stigmates d'un divorce.

**Béni soit... le Dieu de tout réconfort ; Qui nous console dans toutes nos tribulations, afin que nous puissions consoler ceux qui sont dans n'importe quelle difficulté, par la consolation avec laquelle nous sommes nous-mêmes consolés par Dieu.**

**2 Corinthiens 1:3-4**

**7. Regardez l'avenir avec espoir.**

Il est important de garder espoir. Faites confiance au Seigneur dans votre vie au quotidien. Au cours du processus de guérison, il peut arriver que vous soyiez submergé par un sentiment de découragement. Ne désespérez pas car vous ne vous améliorerez pas. Apprenez à trouver refuge auprès du Seigneur et il vous donnera la force de vous relever et d'aller de l'avant. Vous pouvez ou non vous remarier, mais vous pouvez toujours avoir une vie bonne et épanouie. Les choses iront mieux – croyez-le ! Avec un Dieu bon à vos côtés, attendez avec beaucoup d'espoir de nouvelles dimensions !

**Maintenant, le Dieu d'espérance vous remplit de toute joie et de toute paix en croyant, afin que vous puissiez abonder en espérance, par la puissance du Saint-Esprit.**

**Romains 15:13**

**Remarques**

1. Amy Ross Young, *Par la mort ou le divorce, ça fait mal de perdre*(Denver, Colorado : Accent Publications, 1976), 14-15.
2. Ibid., 23.
3. Ibid., 42.
4. Jay E. Adams, *Mariage, divorce et remariage dans la Bible*(Grand Rapids, Michigan : Maison d'édition Zondervan, 1980), 79-80.
5. F. Philip Rice, *Relations intimes, mariages et familles*(Vue sur la montagne, Californie : Mayfield Publishing Co., 1999), 17.
6. Amy Ross Young, *Par la mort ou le divorce, ça fait mal de perdre*(Denver, Colorado : Accent Publications, 1976), 42-43; Charles Cerling, *Le chrétien divorcé*(Grand Rapids, Michigan : Baker Book House, 1984), 36 - 75 ; André Bustanoby, *Mais je ne voulais pas divorcer : reconstruire sa vie*(Grand Rapids, Michigan : Zondervan Publishing House, 1978), 73-81.
7. MG McLuhan, *Mariage et divorce : l'appel de Dieu, la compassion de Dieu*(Wheaton, Illinois : Tyndale House Publishers, 1991), 149-153.
8. MG McLuhan, *Mariage et divorce : l'appel de Dieu, la compassion de Dieu*(Wheaton, Illinois : Tyndale House Publishers, 1991), 31-32, 111-136 ; Jay E. Adams, *Mariage, divorce et remariage dans la Bible*(Grand Rapids, Michigan : Zondervan Publishing House, 1980), 84 - 86 ; Charles Cerling, *Le chrétien divorcé*(Grand Rapids, Michigan : Baker Book House, 1984), 173-177 ; André Bustanoby, *Mais je ne voulais pas divorcer : reconstruire sa vie*(Grand Rapids, Michigan : Zondervan Publishing House, 1978), 133-48.

## **ARTICLE 16**

# **QUESTIONS TYPIQUES DES MARIÉS LES COUPLES ET LES RÉPONSES**

## *Chapitre 60*

# **Questions typiques des couples mariés et les réponses**

### **Introduction**

Le principe d'acceptation est la clé pour résoudre de nombreux problèmes conjugaux. N'oubliez pas que vous et votre conjoint avez deux points de vue différents qui ne sont pas nécessairement faux. Le compromis doit fonctionner dans votre mariage en faisant en sorte que chaque partie estime que l'autre est meilleur que lui-même. Un bon compromis est créé lorsque vous respectez les points de vue et les idées de votre conjoint et que vous les considérez comme meilleurs que les vôtres.

**Que rien ne se fasse par conflit ou par vain gloire ; mais, dans l'humilité d'esprit, que chacun estime les autres meilleurs qu'eux-mêmes.**

**Philippiens 2:3**

Dieu attend de vous, en tant que personne mariée, que vous vous efforcez de faire de votre mieux dans tout ce qu'on attend de vous, tout en acceptant la réalité selon laquelle vous ne pouvez pas résoudre personnellement tous les problèmes de votre mariage – seul Dieu le peut. Sachez que vous n'êtes pas appelé à être un « Saint-Esprit » personnel pour votre conjoint ; spécifiquement, convaincre de péché, de justice et de jugement (c'est l'œuvre du Saint-Esprit). Votre devoir est d'informer votre conjoint de vos inquiétudes avec amour et de laisser le reste à Dieu après de nombreuses prières. Seul Dieu peut changer une personne. Cela vous aidera également à rechercher des conseils et de l'aide pastoraux.

Le mariage signifie souvent que vous devrez peut-être vivre avec et contenir un aspect désagréable de votre mariage qui n'a pas encore changé. Cela peut être comparé au fait de vivre avec une maladie chronique comme l'asthme ou le diabète. Une personne se contente de contenir ou de gérer la maladie afin qu'elle ne détruise pas le reste de sa vie, ce qui est une bonne chose.

## Méfiance

**Q. Je crois que mon mari me cache des choses. Il dit qu'il sera de retour dans 10 minutes, mais revient dans des heures plus tard, avec diverses excuses, comme s'il était allé chercher un distributeur automatique de billets.**

A. La confiance se construit sur une période, elle ne se produit pas par hasard. Ce qui semble se produire dans cette relation, c'est que la communication est interrompue ou est en train de s'interrompre. Lorsque cela se produit, chaque personne a tendance à remettre en question les motivations et les actions de l'autre. Il se pourrait bien que les « excuses » soient réelles ; cependant, en raison du manque de communication et d'une atmosphère générale de méfiance, on ne peut pas le croire.

D'un autre côté, cela peut être le signe d'une éventuelle infidélité en développement.

Il est conseillé aux deux parties d'améliorer la communication dans le mariage. Une femme doit hardiment demander à son mari où il va, sans susciter de polémique. Il doit y avoir plus d'ouverture/transparence. En outre, la femme doit s'examiner elle-même et voir si elle fait quelque chose qui donne envie à son mari de rester dehors au lieu de rester à la maison.

(Voir le chapitre 6 p. 20 « Ouverture » ; le chapitre 9 p. 32-36 « La communication dans le mariage » ; le chapitre 10 p. 37-39, « Fidélité et infidélité dans le mariage »).

**Q. Ma femme n'a pas de bons rapports avec mes amis : surtout ceux du sexe opposé. Que dois-je faire?**

R. Je pense que c'est une question d'insécurité. Il est de la responsabilité de chaque mari de s'assurer que sa femme se sente sûre et ferme sur le siège du conducteur. Lorsque celle-ci est absente, cela se manifeste parfois dans sa réaction hostile envers les amies du mari.

Il est recommandé aux personnes mariées d'avoir autant que possible des amis communs. Si les amies d'un mari ne s'entendent pas bien avec sa femme et vice versa, ces amitiés doivent être rompues pour assurer la stabilité du mariage. Le couple devrait trouver un compromis.

Mais le remède le plus important est de veiller à ce que tout soit fait pour que la femme se sente en sécurité. La confiance dans la relation doit être entretenue. La femme devrait également travailler sur ses insécurités.

(Reportez-vous au chapitre 7, p. 22-27 « Foyer chrétien » ; au chapitre 10, p. 37-39 « Fidélité et infidélité dans le mariage »).

**Q. J'ai peur que ma femme soit un jour entre les mains d'un autre amant. Comment puis-je gérer cela ?**

R. Vous devez d'abord être capable de mettre le doigt sur exactement ce qui vous donne de telles craintes. Est-ce ce que tu as vécu dans le passé ou dans votre parcours ? Est-ce qu'elle semble plus heureuse et plus à l'aise en compagnie d'autres hommes ? Ou que vous pensez ne pas être capable de la satisfaire suffisamment ?

Quoi qu'il en soit, vous devriez essayer d'identifier la source de la peur et y faire face. Là encore, la communication, lorsqu'elle est bonne, pourra mettre au jour le problème. Le mari doit exprimer ses craintes de la manière et dans l'atmosphère appropriées.

De plus, chaque fois qu'il constate qu'il n'est pas à la hauteur, il doit redoubler d'efforts pour que sa femme soit heureuse. La suspicion indique l'absence du véritable amour (agape), car l'amour parfait bannit toute peur.

**Il n'y a pas de peur en amour ; mais l'amour parfait bannit la crainte, parce que la crainte est un tourment. Celui qui craint n'est pas rendu parfait dans l'amour.**

**1 Jean 4:18**

L'infidélité est aussi un esprit, elle doit donc être combattue spirituellement par la prière. Enfin, le mari doit faire face à son insécurité en nouant une amitié plus étroite avec sa femme.

(Reportez-vous au chapitre 8, p. 28-31 « L'amour dans le mariage - Agapè » ; Chapitre 10 p. 37-39 « Fidélité et infidélité dans le mariage »).

**Q. Il me rappelle toujours ma vie passée. Comment puis-je y faire face ?**

A. Il est conseillé à un couple marié d'être historiquement nu l'un devant l'autre. Cela signifie que autant dans la mesure du possible, chaque partie doit être suffisamment exposée au passé de l'autre. Cela a pour effet d'éviter les surprises dans le mariage. Le but n'est cependant pas d'amener les uns à mépriser les autres et à les rançonner à cause de leur passé. Même le Christ nous pardonne nos nombreuses indiscretions cachées dans notre passé.

Il est évident que le mari qui a toujours sous les yeux le passé de sa femme manque de confiance en lui et voudrait s'accrocher à ce passé pour la culpabiliser, peut-être comme antidote à sa propre insécurité. N'utilisez pas l'ouverture d'esprit de votre conjoint pour le narguer, le contrôler ou le manipuler, sinon il cessera de se confier à vous.

Il est conseillé à l'épouse d'ignorer les railleries et de s'encourager en pensant que Christ a pardonné notre passé. Par-dessus tout, elle doit prier pour la situation et continuellement récompenser le « mal » de son mari par du bien.

(Reportez-vous au chapitre 6, p. 20 « Ouverture » ; au chapitre 8, p. 28-31 « L'amour dans le mariage - Agapè »).

**Q. Il a une amie qui m'inquiète, mais il ne semble pas s'en soucier.**

R. La question est de savoir pourquoi nous nous inquiétons. Est-ce parce que vous n'avez pas confiance qu'il puisse prendre soin de lui-même ou que la relation est manifestement dangereuse ?

Quoiqu'il en soit, tout mari doit comprendre que les femmes ont instinctivement l'impression de sentir le « danger » dans l'air lorsqu'une autre femme s'approche trop près.

Là où règne un manque de confiance dû à l'absence de communication, ces peurs se développent généralement. Dans nos conseils, on dit à chaque partie que pour qu'il y ait clivage, il doit y avoir une sortie. Des exemples de personnes que nous devons quitter sont des amis proches, en particulier du sexe opposé. (Reportez-vous au chapitre 6, p. 24-26, « Le mariage de type divin »).

De plus, l'infidélité dans le mariage se produit progressivement. Cela commence par passer plus de temps avec quelqu'un d'autre que votre conjoint, même au téléphone.

L'égoïsme dans le mariage crée cette situation dont on se plaint. Le mari ne reçoit peut-être pas suffisamment d'attention de la part de sa femme et peut donc la recevoir ailleurs. Il est de la responsabilité des deux partenaires de créer un endroit qu'ils peuvent tous deux appeler leur chez-soi. Chacun doit penser davantage au bonheur de l'autre qu'au sien.

Améliorez la communication et la vie amoureuse avec votre mari et trouvez un moment approprié pour aborder le sujet de discussion de manière non conflictuelle et sans émotion. La plupart des hommes se sentent accusés d'infidélité lorsque de tels problèmes sont soulevés, vous devez donc agir avec prudence.

(Reportez-vous au chapitre 7, p. 22-27, « Foyer chrétien » ; au chapitre 10, p. 37-39, « Fidélité et infidélité dans le mariage »).

**Q. Il parle au téléphone avec des amies jusque tard dans la nuit.**

A. La confiance est très importante si votre mariage veut durer ou être harmonieux et doux. Les soupçons sont très mauvais pour la santé. « L'amour... croit tout, il espère tout... » (1 Corinthiens 13 : 7). « ...l'amour parfait chasse toutes les craintes... » (1 Jean 4 : 18).

Votre mari doit bien entendu pouvoir vous ouvrir sa conversation téléphonique à moins qu'il ne se sente menacé ou accusé. Les maris doivent également « fuir toutes les apparences du mal » et ne laisser aucune place aux questions, car « le serviteur de Dieu doit être irréprochable ».

Un besoin impérieux d'appeler ou d'engager une conversation longue et intime avec le sexe opposé jusque tard dans la nuit est discutable. Vérifiez soigneusement et sincèrement votre cœur et vos motivations. Apprenez également à considérer profondément les préoccupations de votre femme – l'amour n'insiste pas sur sa propre voie.

(Reportez-vous au chapitre 6, p. 20, « Ouverture », au chapitre 8, p. 38-31, « L'amour dans le mariage - Agapè »).

**Q. Elle continue de me soupçonner.**

R. Lorsque ce genre de suspicion existe, l'explication peut être de deux choses. La première est qu'il pourrait y avoir être une histoire de trahison ou d'infidélité. La seconde pourrait être qu'une des parties ne se sent pas en sécurité dans la relation.

Si le problème est le premier, c'est-à-dire la confiance trahie, alors le seul conseil est que le pardon total doit être accordé à la partie qui a été trahie et que le coupable doit travailler très dur pour regagner la confiance de son conjoint. Ne laissez pas le passé influencer vos actions futures. Trouvez et absorbez du matériel chrétien approprié sur l'insécurité afin d'être guéri.

(Reportez-vous au chapitre 8, p. 28-31, « L'amour dans le mariage - Agapè » ; au chapitre 21, p. 89-92, « Résolution de problèmes dans le mariage »).

**Q. Il se met en colère lorsqu'il me voit discuter avec quelqu'un.**

A. Cela signifie que le mari ne se sent pas en sécurité et jaloux. Les principes de l'amour doivent être appliqués la situation. « L'amour ne cherche pas le sien ». Si ces insécurités sont également basées sur quelque chose du passé, alors le pardon doit être appliqué et la trace effacée : « L'amour ne garde pas trace des torts subis. »

(Reportez-vous au chapitre 8, pages 28 à 31, « L'amour dans le mariage - Agapè »).

**Q. Lorsqu'il sort, il ne dit pas où il va.**

R. Il semble qu'il n'y ait pas beaucoup de communication efficace ici. De plus, le mari ne montre pas assez de respect pour sa femme. Parfois, ces choses arrivent parce qu'il sait que sa femme n'aimera pas où il va, et il ne veut pas mentir à ce sujet, alors il part.

La solution pourrait être qu'il y ait plus de transparence dans ce mariage. Les deux parties doivent encourager la conversation. L'épouse ne doit pas apparaître comme une « journaliste d'investigation » posant uniquement des questions approfondies. Cette attitude n'encourage pas la conversation.

(Reportez-vous au chapitre 6, pages 19 à 21, « Le mariage de type divin »).

## Regards

**Q. Il a un gros ventre.**

R. Il est vrai que dans le mariage, ce qui est le plus important, c'est le caractère de la personne que l'on épouse. Cependant, l'emballage est également important, car la plupart du temps, c'est l'emballage qui rend le produit attrayant ou peu attrayant. Ce n'est qu'après cela que sa douceur sera connue.

De la même manière, la manière dont les gens se comportent détermine dans une large mesure si leurs partenaires continueront à les trouver attrayants. Malheureusement, de nombreuses personnes perdent le contrôle de leur corps lorsqu'elles se marient.

Cependant, il faut également garder à l'esprit que grandir s'accompagne généralement d'une certaine prise de poids.

La question la plus importante est de savoir comment informer son conjoint de son degré de graisse ou de maigreur. Parlez pour édifier et non pour briser la confiance d'autrui. Acceptez l'apparence de votre conjoint et concentrez-vous sur les qualités intérieures plutôt que sur l'emballage. Associez-vous pour trouver une solution au problème de prise de poids.

(Reportez-vous au chapitre 9, pages 32 à 36, « Communication dans le mariage » ; au chapitre 10, pages 37 à 39, « Fidélité et infidélité dans le mariage »).

**Q. Il serre son visage.**

R. Il y a probablement quelque chose qui ne le réjouit pas. Organisez-vous pour en discuter ou demandez conseil à vos pasteurs sur la question si elle est épiqueuse. Il n'est pas facile de vivre heureux avec un mari qui présente toujours un visage pincé. Le mari doit vivre joyeusement avec sa femme tous les jours de sa vie. Laissez les problèmes mourir et soyez joyeux.

**Vivez joyeusement avec la femme que vous aimez tous les jours de la vie de votre vanité, qu'il vous a donné sous le soleil, tous les jours de votre vanité : car telle est votre part dans cette vie et dans le travail que vous prenez. sous le soleil.**

**Ecclésiaste 9:9**

(Reportez-vous au chapitre 11, page 45, « Devoirs du mari - la rendre heureuse à la maison »).

**Q. Je veux qu'elle prenne du poids.**

A. Prendre du poids ou perdre du poids sont des choses que nous ne pouvons pas permettre d'être le fondement du bonheur dans le monde. mariage. Certains prennent du poids facilement, d'autres non ; certains perdent du poids facilement tandis que d'autres peuvent lutter toute leur vie pour perdre ne serait-ce qu'un kilo. La clé du bonheur et d'une amitié durable est la clé de l'acceptation. Acceptez-vous les uns les autres et marchez dans l'amour. Votre attente peut se réaliser ou non, mais priez pour avoir la grâce d'accepter ce que vous ne pouvez pas changer.

(Reportez-vous au chapitre 25, page 109, « La clé de l'acceptation - Acceptez la structure physique ou l'apparence de votre conjoint »).

## Romance et sexe

### **Q. Ma femme n'aime pas embrasser.**

A. Les baisers sont encouragés pour promouvoir l'intimité entre un couple. Embrasser est une forme de communication et exprimer de l'affection. La femme doit progressivement s'ajuster pour accepter et suivre également cette forme de communication.

Si votre femme n'aime pas qu'on l'embrasse, ne l'imposez pas. Cela peut être dû à l'une des raisons suivantes :

(a) Elle n'est peut-être tout simplement pas à l'aise avec cela en raison de ses antécédents. Après tout, ce n'est pas tout ce que vous aussi comme.

(b) Cela peut aussi être dû à la mauvaise hygiène bucco-dentaire du mari. Essayez de vous assurer que chaque fois que vous le souhaitez embrasse-la, ton haleine est très fraîche et assez invitante. Peu de gens peuvent résister à quelque chose de frais, de mentholé et éventuellement de savoureux.

(Reportez-vous au chapitre 9, p. 36, « Communication dans le mariage – Autres moyens de communication » ; chapitre 38, p. 171, « Principes bibliques assortis 1-12 – Principe de l'importance du baiser »).

### **Q. Ma femme n'aime pas beaucoup le sexe.**

R. Il faut comprendre qu'en général, les femmes n'aiment pas le sexe autant que les hommes.

Le plus grand organe sexuel que nous possédons tous est notre esprit et il doit donc y avoir un conditionnement mental approprié pour cela.

En fait, pour les femmes, le sexe est bien plus qu'un simple acte. 1 Pierre 3 : 7 encourage les maris à demeurer avec leur femme selon la connaissance. Cela signifie que pour qu'un mariage soit fluide et paisible, les maris doivent en savoir plus sur leur femme et les frustrations seront moindres.

Les épouses doivent également comprendre que lorsqu'un homme est privé de sexe, son potentiel d'adultère est accru, elles doivent donc accomplir le devoir que Dieu leur a confié ; quelque chose qu'elles seules peuvent faire pour leur mari.

(Voir le chapitre 10, p. 38, « Fidélité et infidélité dans le mariage – Conditions susceptibles d'aggraver un potentiel d'infidélité » ; le chapitre 25, p. 106, La clé de l'acceptation – « Accepter la « masculinité » ou la « féminité ». « de votre conjoint » ).

### **Q. Mon mari ne semble pas comprendre que ma libido n'est pas toujours élevée, c'est-à-dire que je n'aime pas le sexe tout le temps.**

R. Le sexe dans le mariage ne concerne pas seulement la libido d'un partenaire. Certaines des raisons fondamentales des relations sexuelles dans le mariage peut aider la réflexion ici.

Premièrement, Dieu a conçu le sexe dans le mariage pour la procréation et que votre libido soit élevée ou non n'a pas d'importance : il n'y aura pas d'enfants sans sexe. Il est intéressant de noter que certains couples, sans issue, laissent souvent les querelles et les malentendus les empêcher de se réunir au moment où la femme est la plus fertile. Cela explique malheureusement en partie l'infécondité dont nous sommes témoins autour de nous.

Deuxièmement, il est du devoir divin de chaque époux de satisfaire l'autre sexuellement et donc indépendamment d'une libido élevée ou faible – ce devoir doit être accompli, que nous en ayons envie ou non.

Enfin, Dieu a créé les rapports sexuels dans le mariage pour le plaisir et la jouissance du mari et de la femme. Dans ce cas, une femme ne peut tirer aucun plaisir si son esprit n'est pas à l'écoute de l'idée dans son ensemble.

Les trois raisons pour lesquelles vous avez des relations sexuelles peuvent devoir être appliquées, que votre libido soit élevée ou faible à un moment donné. Vous devez remplir le but du mariage.

(Reportez-vous au chapitre 28, p. 132-133, « Introduction au bonheur sexuel – 8 raisons d'avoir des relations sexuelles » ; chapitre 31, p. 140-141, « Sexe agréable » ; Chapitre 32 p. 142-143, « Sexe respectueux » ; Chapitre 36 p. 159-160 « Sexe pour la reproduction »).

**Q. Ma femme n'est pas romantique et elle n'aime pas du tout le sexe.**

A. Tout d'abord, il faut garder à l'esprit que le sexe est la seule chose qui différencie l'institution du mariage d'une relation ordinaire entre amis ou même frères et sœurs. C'est donc une partie très vitale du mariage.

Deuxièmement, tout mari devrait savoir que les épouses sont très différentes des hommes dans leur attitude et leur réponse à la question sexuelle. Alors que de nombreux jeunes chrétiens se marient principalement pour l'expérience sexuelle, la motivation des femmes est complètement différente. (*Reportez-vous au chapitre 25, p. 105 La clé de l'acceptation --« Acceptez le "Masculinité" ou « Féminité » de votre conjoint ».*)

L'effet net de ceci est que chaque mari doit accepter le fait qu'il est l'initiateur du mariage. Le mari doit donc demeurer avec sa femme selon la connaissance. Il doit savoir quand agir, comment avancer, quand poursuivre et quand faire une pause. C'est tout un art qui vient ou s'améliore en vivant ensemble en couple.

Pour la femme, il en faut plus pour être excitée. En effet, la façon dont un mari parle avec sa femme le matin avant de partir travailler pourrait influencer le type d'accueil qu'il reçoit le soir dans la chambre. Les femmes sont plus enclines à entretenir des blessures. Ainsi, pour avoir des relations sexuelles agréables, sans entrave et sans entrave avec votre femme, chaque mari doit virtuellement courtiser sa femme. Ne vous comportez pas comme un maître qui réclame sa part de chair. Découvrez ce qui fait que votre femme se sent aimée et cela la libérera sexuellement.

(*Reportez-vous au chapitre 31, p. 140-141, « Sexe agréable ».*)

**Q. Elle pose trop de conditions concernant le sexe. Je dois trop parler avant qu'elle ne cède.**

Chaque femme doit garder à l'esprit que c'est le devoir que Dieu lui a confié de satisfaire sexuellement son mari. En fait, elle ne lui rendra aucun service en acceptant de coucher avec lui. Le fait qu'il soit chrétien ne signifie pas qu'il ne peut pas se laisser tenter par une « femme étrangère » qui lui présente le sexe sur un plateau d'argent, sans sueur.

Une femme doit considérer comme un privilège donné par Dieu le fait qu'elle soit la seule personne avec qui son mari est autorisé à avoir des relations sexuelles. Une fois que vous l'apprécierez ainsi, je crois que vous ne vous refuserez plus à votre mari.

Une épouse doit savoir que l'un de ses rôles en tant qu'épouse totale est d'être une partenaire sexuelle et qu'elle doit s'acquitter de ce rôle avec amour et enthousiasme. Elle doit également initier des relations sexuelles avec son mari. Imposer des conditions concernant le sexe n'est pas la meilleure façon d'accomplir le devoir que Dieu vous a confié.

Si une femme estime qu'elle a besoin de certaines choses de la part de son mari, elle ne doit pas utiliser le sexe comme une arme pour obtenir ses exigences. Dans l'échange de vœux, la femme s'engage à se donner « pleinement » à son mari sans aucune condition. Apprenez à discuter des problèmes à l'amiable, sans utiliser ce que vous offrez exclusivement à votre conjoint comme moyen de l'atteindre. L'amour n'est pas égoïste et n'insiste pas sur lui-même.

(*Reportez-vous au chapitre 10, p. 37-39, « Fidélité et infidélité dans le mariage » ; au chapitre 12, p. 48-52, « Devoirs de l'épouse » ; au chapitre 13, p. 53-54, « L'épouse totale ».*)

**Q. Le sexe est une denrée rare dans notre mariage.**

A. L'une des raisons bibliques fondamentales du mariage est d'éviter la fornication et de permettre à ceux qui n'ont pas le droit de se marier. Le don de la maîtrise de soi pourrait se marier et rester membre pur du corps du Christ. Nous devons mener nos mariages de manière à ce que Satan ne profite pas de nous. Lorsque le sexe devient une denrée rare – quelque chose que vous désirez mais que vous ne pouvez pas obtenir de source légitime, cela ouvre la porte à diverses tentations et péchés. Ne cédez pas la place au diable.

**Maintenant, concernant les choses dont vous m'avez écrit : Il est bon qu'un homme ne touche pas une femme.**

**Néanmoins, pour éviter la fornication, que chaque homme ait sa propre femme, et que chaque femme ait son propre mari. Que le mari rende à sa femme la bienveillance qui lui est due, et que la femme aussi rende à son mari. La femme n'a pas le pouvoir sur son propre corps, mais le mari ; et de même aussi le mari n'a pas le pouvoir sur son propre corps, mais la femme. Ne vous escroquez pas les uns les autres, si ce n'est d'un commun accord pour un temps, afin que vous puissiez vous consacrer au jeûne et à la prière ; et rassemblez-vous à nouveau, afin que Satan ne vous tente pas à cause de votre incontinence.**

**1 Corinthiens 7 : 1-5**

(*Reportez-vous au chapitre 12, page 49, « Devoirs de la femme – subvenir aux besoins sexuels de votre mari » ; au chapitre 13, page 53, « La femme totale – un partenaire sexuel »).*

**Q. Le sexe n'est plus excitant. J'ai besoin de plus de styles.**

A. Avoir des relations sexuelles excitantes dans un mariage est la responsabilité du mari et de la femme. Vous devez être tous les deux engagé à tirer le meilleur du don que Dieu a fait. Si vous avez besoin de styles plus excitants, foncez ! « Le mariage est honorable en tous, et le lit est sans souillure » (Hébreux 13 : 4). Il n'est pas nécessaire de s'en tenir à quelque chose que vous n'appréciez pas lorsque vous êtes autorisé à explorer l'acte sexuel dans différentes positions.

Il n'y a aucune loi dans les Écritures interdisant d'être sexuellement innovant, dans le contexte du mariage. Au fur et à mesure que le mariage grandit, tout s'installe dans une routine. Cela prive généralement le mariage de toute excitation. Il est donc de la responsabilité du couple d'introduire certaines choses qui sauront raviver la flamme. Essayez de nouvelles positions, c'est-à-dire des styles sexuels. Ne vous contentez pas de l'ancienne « position missionnaire ».

Lorsque les épouses introduisent certaines de ces innovations, cela a tendance à être plus excitant. Femmes, essayez de surprendre votre mari parfois avec de nouveaux styles. Cela éliminera la monotonie et la prévisibilité de votre vie sexuelle. Cependant, il faut souligner qu'être romantique dans le mariage n'est ni un devoir pour les hommes ni pour les femmes. Il est de la responsabilité des deux parties de veiller à ce que la flamme continue de brûler.

Encouragez votre conjoint à suivre l'exploration et assurez-lui que cela vous mènera à des niveaux supérieurs. Il n'est pas nécessaire de réprimander votre conjoint à propos de quelque chose auquel il n'est peut-être pas habitué. Acceptez également le fait que, comme pour la nourriture, il y aura des journées ordinaires et des journées exaltantes (excitantes). Ne tombez pas dans l'illusion qu'une autre femme sera plus excitante. Elle n'est pas encore une épouse.

(Reportez-vous au chapitre 33, pages 145 à 149, « Sexe passionnant »).

**Q. Il veut avoir des relations sexuelles chaque semaine.**

A. La vie sexuelle d'un couple est un thermomètre de leur relation et de leur amour (voir le « Sexomètre » au chapitre 28 p. 127). En tant que mari, votre rôle en tant que mari total est de satisfaire sexuellement votre femme. La condamner à une peine d'emprisonnement une fois par semaine n'est pas juste.

**Maintenant, concernant les choses dont vous m'avez écrit : Il est bon qu'un homme ne touche pas une femme. Néanmoins, pour éviter la fornication, que chaque homme ait sa propre femme, et que chaque femme ait son propre mari. Que le mari rende à sa femme la bienveillance qui lui est due, et que la femme aussi rende à son mari. La femme n'a pas le pouvoir sur son propre corps, mais le mari ; et de même aussi le mari n'a pas le pouvoir sur son propre corps, mais la femme. Ne vous escroquez pas les uns les autres, si ce n'est d'un commun accord pour un temps, afin que vous puissiez vous consacrer au jeûne et à la prière ; et rassemblez-vous à nouveau, afin que Satan ne vous tente pas à cause de votre incontinence.**

**1 Corinthiens 7 : 1-5**

Cependant, il peut y avoir d'autres raisons qui affectent la libido du mari : médicales, stress du travail, fatigue, voire infidélité.

(Reportez-vous au chapitre 11, p. 43-47, « Devoirs du mari ; au chapitre 35, p. 158, « Peurs courantes à propos du sexe – Peur de l'impuissance »).

**Q. Il préfère dormir sur le canapé plutôt que avec moi dans notre lit.**

A. Lorsque l'attitude d'un mari est de dormir séparé de sa femme, il se peut qu'il évite toute intimité avec elle ou c'est peut-être simplement une mauvaise habitude qu'il a prise de préférer le canapé à la chambre. Si c'est le cas, il est possible qu'il n'apprécie pas les relations sexuelles avec sa femme. Cela peut être dû au fait qu'il trouve satisfaction ailleurs ou que sa femme ne l'excite plus.

Parfois, les gens se comportent de cette façon lorsqu'ils s'engagent dans des relations extraconjugales et se sentent coupables. Ils évitent donc de se rapprocher de leur femme.

Le couple doit trouver un moment et une atmosphère propices et parler du problème. L'épouse peut adopter une attitude d'être avec lui dans le salon lorsqu'il est là et l'amener progressivement dans la chambre, c'est-à-dire si cette dernière raison est la cause de son sommeil sur le canapé.

Cette attitude peut aussi indiquer que le mari ne s'intéresse plus au sexe. Ce n'est pas une chose normale. L'épouse doit donc redoubler d'efforts, en plus d'en parler et d'identifier ce qui ne va pas, pour l'attirer et le retenir à nouveau. Redevenez sexy, si vous pensez l'avoir perdu.

(Reportez-vous au chapitre 8, p. 28-30, « L'amour dans le mariage – Agapè » ; au chapitre 9, p. 32-36 « La communication dans le mariage »).

**Q. Elle ne couchera pas avec moi à l'aube.**

R. Il n'y a pas d'heure particulière prévue pour avoir des relations sexuelles. Si ta femme n'aime pas l'aube, il faut faire des compromis et initiez-le au moment où la femme est favorable à l'idée. Pensez en termes de deux et non d'un. Ces problèmes sont résolus par des compromis. Les qualités de l'amour l'emporteront. La femme doit aussi penser de la même manière.

(Reportez-vous au chapitre 8, pages 28 à 30, « L'amour dans le mariage - Agapè »).

**Q. Il ne me complimente pas. Il n'est expressif que dans la chambre. Il dit "je t'aime" une fois sur deux mois.**

A. Les maris doivent comprendre que les femmes réagissent beaucoup aux choses qu'elles entendent alors qu'eux (les hommes) réagissent davantage. aux choses qu'ils voient et touchent. Cela signifie que plus vous dites des choses qu'ils aiment, à leur écoute, plus ils s'ouvrent à vous.

Faire des compliments aux épouses est un geste si important que tous les maris doivent apprendre à le faire. Lorsque cela n'est fait qu'au moment où vous souhaitez avoir des relations sexuelles, cela révèle l'intention manipulatrice du compliment. Soyez libéral en complimentant votre femme et laissez vos actions justifier vos paroles.

Les épouses doivent également comprendre qu'en raison de leur éducation, certains maris ont beaucoup de mal à faire des compliments. Connaissez votre homme et aidez-le à l'apprendre s'il est de ce type. Apprenez également à avoir confiance en ce que Dieu dit que vous êtes, même si vous n'êtes pas complimenté.

(Reportez-vous au chapitre 25, page 106, « La clé de l'acceptation - Acceptez la « masculinité » ou la « féminité » de votre conjoint. ).

**Q. Le pénis de mon mari ne devient pas assez dur et parfois ne durcit pas du tout.**

R. Il peut s'agir de signes d'impuissance temporaire ou « permanente ». Ce sont des conditions qui peuvent nécessiter de l'aide d'un médecin. Les épouses doivent cependant garder à l'esprit qu'il existe plusieurs facteurs qui peuvent également créer de tels résultats. Par exemple, trop de stress, de culpabilité et de fatigue. Il est donc de la responsabilité de l'épouse de se montrer rassurante durant ces périodes. Le pire qu'une femme puisse faire est de narguer son mari. Si cela persiste, il est temps de consulter un médecin. S'il arrive qu'il soit diagnostiquée impuissant, alors vous devez l'accepter avec amour et croire en Dieu pour un miracle ou la force de vivre joyeusement avec la situation.

(Reportez-vous au chapitre 8, p. 28-30, « L'amour dans le mariage --Agape » ; au chapitre 35, p. 158, « Peurs courantes à propos du sexe --Peur de l'impuissance »).

**Q. Le pénis de mon mari se ramollit au cours des rapports sexuels.**

R. Il a probablement beaucoup de choses en tête. L'esprit est le plus grand organe sexuel et quand l'esprit d'une personne est chargé de stress dû au travail, à la fatigue, aux pressions financières, aux querelles, etc. la capacité à obtenir une érection est affectée. La femme doit être très rassurante et non condamnante. Essayez de faire de la maison un lieu de paix et de fraîcheur. Cherchez de l'aide médicale.

(Reportez-vous au chapitre 7, page 23, « Le foyer chrétien -- L'importance du foyer pour le mari et la femme » ; au chapitre 35, page 158, « Les peurs courantes à propos du sexe -- La peur de l'impuissance »).

**Q. Elle n'aime pas parler de sexe.**

R. Pratiquement toutes les femmes n'aiment pas parler de sexe. En effet, certains hommes entrent également dans cette catégorie. Personnes n'engagera une telle conversation que dans une atmosphère d'amitié, de confiance et de sécurité totale. Si vous souhaitez que votre femme discute librement de sexe, assurez-vous qu'elle peut discuter d'autres choses plus librement avec vous. Si vous créez une atmosphère de confiance et de sécurité, il est probable qu'elle puisse se détendre suffisamment pour parler de sexe.

(Reportez-vous au chapitre 25, page 106, « La clé de l'acceptation - Acceptez la « masculinité » ou la « féminité » de votre conjoint. ).

**Q. Il refuse de prendre un bain le soir, ce que je trouve irritant et inconfortable.**

A. Des relations sexuelles agréables exigent que les deux parties soient détendues et confortables. Si une partie refuse de se rendre au un effort supplémentaire pour mettre l'autre à l'aise, ils sèmeront les graines de la discorde, ce qui les privera également du plaisir sexuel.

Le mariage consiste à faire des compromis. Si le mari n'aime pas prendre un bain, pour le bien de sa femme et du mariage, il peut également commencer à le faire le soir. Il doit penser en termes de deux et non d'un.

(Reportez-vous au chapitre 8, pages 28 à 30, « L'amour dans le mariage – Agapè »).

**Q. Elle n'a pas une bonne hygiène, donc le sexe est une épreuve.**

Le mari doit également trouver une manière agréable, non offensante et aimante, d'attirer l'attention de sa femme sur les pratiques insalubres dont il se plaint et de l'aider à les surmonter. Après tout, c'est ça le mariage : se rendre meilleurs que lorsque nous nous sommes rencontrés. Elle doit penser en termes de deux et non d'un.

(Reportez-vous au chapitre 8, pages 28 à 30, « L'amour dans le mariage – Agapè »).

## Communication

**Q. Elle se dispute toujours avec moi et menace de mettre fin au mariage par la suite.**

A. Cette épouse a violé les principes bibliques fondamentaux de la communication : « dire la vérité avec amour ». Elle Je dois savoir que dans ses relations avec son conjoint, il y a encore des choses qu'elle ne devrait pas laisser sortir de sa bouche. Laissez l'amour du Christ contraindre votre discours et vos actions. Ne menacez jamais de mettre fin au mariage ; vous ouvrez la porte à ce que Satan ait un avantage sur vous.

**Ni laisser place au diable.**

**Éphésiens 4:27**

**Qu'aucune communication corrompue ne sorte de votre bouche, mais celle qui est bonne à édifier, afin qu'elle puisse apporter la grâce à ceux qui l'écoutent.**

**Éphésiens 4:29**

(Reportez-vous au chapitre 9, page 35, « Communication dans le mariage – Quelques exemples de choses à ne pas dire »).

**Q. Elle me parle de manière irrespectueuse lorsqu'elle est en colère et me corrige avec colère.r.**

A. La femme doit apprendre les règles de l'amour agape : l'amour n'est pas grossier, indiscipliné ; ne se comporte pas de manière inconvenante, etc.). En tant qu'épouse, vous ne pourrez probablement pas changer votre mari avec vos accès de colère. Ce comportement peut amener votre mari à se retirer et à rester seul.

(Reportez-vous au chapitre 8, pages 28 à 30, « L'amour dans le mariage – Agapè »).

**Q. Elle s'offusque facilement et refuse de parler pendant des jours.**

A. Les caractéristiques de l'amour agape soulignent que l'amour n'est pas facile à provoquer et qu'il faut vivre en silence pendant des jours. ne fait qu'aggraver la tension dans la relation. Faites l'effort de vous débarrasser de votre offense en marchant dans le pardon. Dieu commande à un chrétien de pardonner.

**Soyez en colère et ne péchez pas : que le soleil ne se couche pas sur votre colère :**

**Éphésiens 4:26**

(Reportez-vous au chapitre 8, p. 28-30, « L'amour dans le mariage – Agapè », au chapitre 9, p. 32-33, « La communication dans le mariage ». -- Parler').

**Q. Parfois, la façon dont ma femme me parle est très mauvaise. Elle répond quand même et élève même la voix dans une conversation ordinaire.**

A. Cela dépeint un mari frustré par l'apparent manque de respect et de circonspection de la part de son mari. attitude de sa femme lorsqu'elle lui parle.

Il faut garder à l'esprit qu'au moins deux choses déterminent la manière dont les gens parlent : l'éducation et le tempérament. Ces deux situations devraient cependant être influencées par la Parole de Dieu une fois qu'une personne est sauvée.

## *Mariage modèle*

Le mari doit d'abord s'examiner lui-même et voir s'il traite lui-même sa femme avec respect. Cela se voit à la façon dont vous lui parlez et aussi au fait que vous l'incluez dans la prise de décisions. Les gens réagissent généralement aux personnes qui les traitent avec respect et décence, avec une ou plusieurs doses de respect égales ou plus.

D'un autre côté, quelques penseurs pervers estiment que plus une femme est dure et incontrôlable, plus elle peut amener son mari à faire des choses pour elle.

Il est enjoint aux épouses de se soumettre à leur propre mari en toutes choses. La Bible dit qu'il vaut mieux habiter au coin d'un toit que d'habiter dans la même maison avec une femme bruyante et querelleuse.

Le mari doit faire preuve de leadership dans la manière dont il parle à sa femme. Comme il le montre par cet exemple, sa femme, si spirituel, en tirera des leçons et parlera bien et avec respect.

De plus, le mari doit identifier un moment propice et soulever la question avec sa femme. conduite et Parlez du non la femme et apprenez à vous pardonner mutuellement.

(Reportez-vous au chapitre 8, p. 28-30, « L'amour dans le mariage – Agapè »; au chapitre 9, p. 32-36, « La communication dans le mariage »).

**Q. Elle me corrige avec colère et est très irrespectueuse lorsqu'elle est en colère et peut dire des choses qu'un Christian ne devrait pas le dire.**

A. Peu importe à quel point vous êtes provoqué, vous devriez : « Ne laissez aucune communication corrompue sortir de votre bouche, mais ce qui est bon à usage d'éducation, afin qu'il accorde la grâce à ceux qui écoutent » (Éphésiens 4 :29).

Il n'est pas approprié que la femme jette par la fenêtre toute l'étiquette chrétienne et se contente de suivre sa colère et son amertume en parlant avec insouciance et en se comportant de manière irrespectueuse. Si par contre votre femme est sensible sur certaines questions alors priez pour avoir la grâce de pouvoir prononcer un mot en son temps afin de ne pas générer trop de provocation. « Voyons comment nous inciter les uns les autres à l'amour et aux bonnes œuvres » (Hébreux 10 :24) plutôt que de nous exciter les uns les autres à la haine et à l'amertume.

(Reportez-vous au chapitre 8, p. 28-30, « L'amour dans le mariage – Agapè »; au chapitre 9, p. 32-36, « La communication dans le mariage »).

**Q. Ma femme aime crier après les enfants.**

A. Parfois, les épouses/mères crient après les enfants parce qu'elles en ont assez de répéter sans cesse les mêmes choses. encore. Il se peut également qu'elles se sentent frustrées de ne pas recevoir suffisamment d'aide de la part de leur mari/père. Par impatience, ils peuvent s'en prendre au pauvre enfant.

Le chapitre sur The Total Wife doit être souligné à nouveau ici. En tant que mère, une épouse doit être tendre et accommodante. Elle doit être patiente même si elle est fatiguée par plusieurs autres rôles. Elle doit résister à la tentation d'exprimer sa colère contre son mari et sa frustration face à d'autres problèmes, sur des enfants vulnérables et généralement sans défense et impressionnables.

(Reportez-vous au chapitre 13, p. 53-54, « L'épouse totale »).

**Q. Il ne respecte pas mes décisions et pense que je parle trop.**

A. Chaque mari doit comprendre en quoi sa femme est différente de lui. L'un des La différence fondamentale est que les femmes ont naturellement plus à dire sur les choses que les hommes. Ils s'intéressent également aux détails alors que les hommes aiment les gros titres.

Une fois cette différence appréciée, un mari sera capable de s'adapter aux bavardages apparemment interminables de sa femme. C'est ainsi que sont les femmes ; ils sont plus heureux quand ils savent qu'il y a quelqu'un pour les écouter. (Reportez-vous au chapitre 11, p. 43-47, « Devoirs du mari »).

Dans la mesure où les maris doivent écouter leurs femmes et solliciter leur contribution à la prise de décision, il est du devoir de la femme de veiller à ce que sa contribution soit généralement utile. (Reportez-vous au chapitre 12, p. 50-52, « Soyez une femme vertueuse »).

**Q. Il est trop occupé pour que nous parlions de nous-mêmes et de notre mariage.**

R. Il n'est normalement pas facile d'entendre une critique sur sa performance. Toute personne normale essaie d'éviter situations dans lesquelles sa performance dans une entreprise va être mise sur le tapis pour examen. Cela pourrait expliquer pourquoi votre mari ne semble pas vous laisser le temps de parler de « nous-mêmes et de notre mariage ». La femme fait peut-être probablement l'erreur d'« installer des panneaux de signalisation ». Il s'agit d'une situation dans laquelle on annonce son intention de discuter de choses sérieuses, effrayant ainsi l'autre partie qui croit que sa conduite sera sujette à discussion.

La meilleure chose à faire pourrait être de rechercher un moment opportun où vous savez que l'autre partie est assez détendue et même heureuse et, en faisant preuve de sagesse et de subtilité, d'introduire le sujet particulier dont vous souhaitez discuter sans élever de panneaux tels que : « Je pense que nous devrions parler », « nous devons parler », etc.

(Reportez-vous au chapitre 8, p. 28-30, « L'amour dans le mariage – Agapè » ; Chapitre 9 p. 32-36, « La communication dans le mariage »).

**Q. Elle se dispute avec moi à l'aube.**

R. Il n'est pas sain de se disputer à tout moment, pas seulement à l'aube. Cependant, il faut être deux pour se disputer, donc si une femme veut se disputer et un mari n'a rien à dire pour alimenter la querelle, la querelle ne peut pas durer. Rappelez-vous que c'est seulement par orgueil que nous sommes en conflit. Si seulement le mari pouvait éviter l'orgueil et écouter tout ce que sa femme a à dire, il n'y aurait pas de querelle.

(Reportez-vous au chapitre 25, page 107, « La clé de l'acceptation – Accepter la paix et décider de ne pas se quereller »).

**Q. Il ne me parle pas comme il parle avec les autres. Il veille à ce que les discussions et transactions qu'il les relations avec les autres me sont cachées.**

A. Une situation comme celle ci-dessus peut indiquer un manque de confiance dans la relation et un sentiment de familiarité, ce qui, dit-on, engendre le mépris. Est-il possible de s'évaluer de manière critique et de voir s'il y a une cause à ce manque de confiance ? Avez-vous partagé des choses qu'il partage avec vous en toute confiance avec d'autres personnes ? Ou avez-vous aussi l'habitude de lui cacher des choses ?

S'il n'y a pas de confiance dans une relation, celle-ci ne sera généralement pas durable. Si vous parvenez à localiser la raison du manque ou de la perte de confiance, essayez de réparer les dégâts. Parlez-en avec votre conjoint, au moment opportun. S'il est nécessaire de présenter des excuses, présentez-les et redoublez d'efforts pour rétablir la confiance perdue.

(Reportez-vous au chapitre 6, p. 20, « Le type divin du mariage -- Ouverture », au chapitre 8, p. 38-30, « L'amour dans le mariage -- Agape »).

**Q. Mon mari ne m'apprécie pas dans mon audition.**

R. Une autre chose sur laquelle le mariage prospère est l'honneur (1 Pierre 3 : 7). Honorer quelqu'un est quelque chose qui est fait ouvertement. Honorer quelqu'un en secret n'a pas beaucoup de sens. Les maris doivent donc honorer ouvertement leur femme. Si sa nourriture est bonne, dites-le ouvertement pour l'encourager. Ne vous contentez pas de réprimander, mais montrez ouvertement votre appréciation pour l'encourager à faire mieux.

(Reportez-vous au chapitre 9, page 33, « Communication dans le mariage – Choisissez de parler de la vie »).

**Q. Mon mari ne m'écoute pas.**

A. Les épouses se sentent heureuses lorsqu'elles sont écoutées. En fait, écouter est un signe d'amour. C'est le devoir d'un mari pour rendre sa femme heureuse. L'un des moyens d'obtenir ce résultat est de l'écouter parler. La plupart des femmes aiment parler. Femmes, votre devoir est d'informer et non de transformer. Alors faites cela et laissez le reste à Dieu dans la prière.

(Reportez-vous au chapitre 9, p. 35, « Communication dans le mariage – Évitez ces choses (e) »).

**Q. Ma femme dit que je ne communique pas.**

A. La communication est composée à la fois du verbal et du non verbal. Il y a des gens qui réussissent bien dans un domaine et pas dans l'autre. En d'autres termes, ce que nous disons est parfois nié par ce que nous faisons. Dans tout mariage, il doit y avoir autant de parole que de communication non verbale. Il doit y avoir un équilibre. Même si l'on dit que les actions sont plus éloquentes que les mots, les mots ont aussi leur place.

Il faut cependant garder à l'esprit que les hommes parlent moins que les femmes, en général. Il peut donc être du devoir d'une femme d'amener son mari à converser en le guidant et en lui posant des questions complémentaires sans passer pour un journaliste d'investigation ou un avocat contre-interrogeant un témoin.

(Reportez-vous au chapitre 9, p. 32-33, « Communication dans le mariage – Parler »).

**Q. Il aime me crier dessus.**

R. C'est généralement un signe de manque de respect si c'est la façon normale dont il parle. Par contre, si ce n'est pas son habitude façon de vous parler, alors il est probable qu'il soit rongé par quelque chose. Laissez-le un peu, puis revenez vers lui plus tard et commencez une autre conversation ou discussion. Au moment opportun, faites-lui savoir que

## *Mariage modèle*

c'est de mauvais goût qu'il vous crie dessus.

(Reportez-vous au chapitre 9, page 35, « Communication dans le mariage – Évitez ces choses (a) »).

**Q. Il me parle n'importe comment et se met en colère pour de petites choses.**

R. Éphésiens 5 : 25 enjoint aux maris d'aimer leur femme comme Christ a aimé l'Église et s'est donné lui-même pour elle. Si vous aimez votre femme comme le Christ nous a aimés et est mort pour nous, vous ferez attention à la façon dont vous parlez à votre femme. C'est la norme. Parlez-vous à votre femme comme le Christ aurait parlé à l'Église ?

(Reportez-vous au chapitre 9, p. 33, « La communication dans le mariage – Choisissez de parler de la vie »).

**Q. Il ne discute pas avec moi. Il préfère parler à des amis au téléphone. Je reçois uniquement des informations de ces conversations qu'il a avec des amis.**

R. Un couple doit faire tous les efforts possibles pour se parler (Éphésiens 4 :15). C'est un signe qu'il y a de l'amitié dans le mariage. Il est parfois difficile pour les deux hommes de converser, car ils n'ont peut-être pas appris à le faire pendant la parade nuptiale. Cela peut aussi être le signe d'une détérioration de la relation. Il n'est pas juste qu'un mari réduise sa femme à quelqu'un qui doit simplement écouter pour savoir ce qui se passe dans sa vie.

S'il y avait des paroles auparavant et qu'elles ont disparu, prenez votre temps, identifiez les causes et traitez-les. D'un autre côté, si cela n'a jamais été une caractéristique du mariage, alors c'est quelque chose que vous devez travailler dur pour obtenir dans le mariage. Au moins, il doit y avoir quelque chose qui pourrait vous intéresser tous les deux. Sinon, prenez le temps d'apprendre les choses qui intéressent votre mari et conversez intelligemment avec lui. Ne laissez pas de côté la prière. Petit à petit, les choses s'amélioreront. N'oubliez pas cependant qu'un homme a également besoin d'amis masculins avec qui parler.

(Reportez-vous au chapitre 9, page 33, « Communication dans le mariage – Choisissez de parler de la vie »).

**Q. Il ne me parle pas de ses problèmes familiaux. Ses frères et sœurs ne me laissent pas de messages importants même lorsqu'il est absent.**

R. Il est dommage que vous ne vous sentiez pas inclus. Vous devez cependant garder à l'esprit qu'en fin de compte, il est celui avec qui vous êtes marié, donc s'il ne vous laisse pas entrer dans ses affaires familiales extérieures, concentrez-vous sur ce qui concerne votre maison.

Ne vous en plaignez pas trop. Faites-vous plaisir dans votre propre maison. Le problème se pose lorsqu'il choisit sa famille avant vous ou ne vous protège pas contre les offenses de sa famille. S'il ne permet à personne de vous maltraiter ou de vous manquer de respect, mais qu'il ne vous dit rien sur sa famille, soyez content. Certaines personnes mettent plus de temps à s'ouvrir. Ce n'est probablement pas fatal à votre mariage.

(Voir le chapitre 22, pages 93 à 95, « Belle-famille »).

**Q. Elle n'est pas souvent d'accord avec moi et me comprend mal alors que d'autres ne le font pas.**

A. Ceux qui vous comprennent ne vivent pas avec vous. Ils ne verront peut-être pas tous vos défauts. Qu'est-ce que tu communiquer est composé de verbal et de non verbal. Vous êtes peut-être en train de nier votre attitude verbale avec votre attitude non verbale, d'où la difficulté qu'éprouve votre femme. Prenez votre temps, expliquez les choses et ne laissez jamais votre sincérité sur les problèmes être mise en doute.

(Reportez-vous au chapitre 9, pages 32 à 35, « Communication dans le mariage »).

**Q. Nous nous disputons lorsque nous parlons pendant seulement une heure.**

R. Il est évident que vous n'êtes pas amis tous les deux. La communication dans le mariage ne consiste pas à savoir qui peut gagner un argument pour prouver qu'il est plus intelligent. De plus, le mariage n'est pas une compétition entre un mari et une femme. Il s'agit d'une relation basée sur l'amour dans le but de s'entraider pour réaliser les rêves que Dieu leur a donnés.

Ce n'est que lorsque le mariage est considéré comme une compétition que toute conversation en son sein se réduit à une bataille de mots. Prenez votre temps et parlez-vous, juste pour profiter de la compagnie de chacun et non pour évaluer si l'autre partie parle raisonnablement ou non. Un esprit critique est le signe qu'il n'y a pas d'amour. L'amour croit tout. Prenez votre temps et développez une véritable amitié dans votre mariage.

(Reportez-vous au chapitre 25, p. 107, « La clé de l'acceptation : acceptez la paix et décidez de ne pas vous disputer »).

**Q. Il dit très peu, voire rien du tout. J'ai envie de divorcer.**

A. Apprenez à accepter que les hommes sont généralement comme ça. Essayez de résoudre le problème en l'amenant à parler. Être content s'il vous écoute parler. Il ne pourra jamais parler autant que vous. Ne laissez pas cela vous pousser au divorce. Trouvez les voies et moyens de vous rendre heureux dans le mariage. Lorsqu'il voit que vous êtes heureux sans lui, il est susceptible de s'ouvrir davantage à votre monde.

Le divorce n'a qu'un seul fondement dans les Écritures : l'adultère. Il n'y a aucune raison telle qu'un manque de communication. Travaillez dur en communication, ça marchera. Ne laissez pas la prière de côté et ne harcelez pas. N'utilisez pas le divorce comme une menace pour résoudre un problème : « Ne cédez pas non plus la place au diable ».

(Reportez-vous au chapitre 25, p. 106, « La clé de l'acceptation – Acceptez la « masculinité » ou la « féminité » de votre conjoint » ; Chapitre 24 p. 98-102, « Ce que tout chrétien devrait savoir sur le divorce »).

**Q. Il pense que je me plains trop et que je me comporte de manière grossière lorsque les gens viennent à la maison..**

R. Si cela est vrai, vous devez alors changer d'attitude. Gardez un esprit doux. C'est la seule façon dont tu peux faire vous-même attirante aux yeux de votre mari et non en faisant des crises de colère et en étant impoli. Marchez amoureux. L'amour ne se comporte pas de manière inconvenante.

(Reportez-vous au chapitre 8, pages 28 à 30, « L'amour dans le mariage – Agapè »).

**Q. Elle me remet toujours en question.**

R. C'est un signe de manque de confiance dans le mariage. Mettre tout en œuvre pour être transparent et communiquer clairement et sans ambiguïté sur les problèmes et assurez-vous que vous avez été compris. C'est le signe qu'il n'y a pas d'amour dans la relation s'il y a constamment des soupçons. L'amour croit tout.

(Reportez-vous au chapitre 6, p. 20, « Le type divin du mariage – ouverture », au chapitre 8, p. 28-30, « L'amour dans le mariage » – Agapé »).

**Q. Elle veut que je parle uniquement aux personnes qu'elle aime.**

R. Cela ressemble à un cas de contrôle et de manipulation. Il n'est jamais possible qu'un mari parle seulement aux gens que sa femme aime. Le principe cardinal pour avoir un mariage pieux et pour favoriser la fidélité dans le mariage est de quitter tous les amis, en particulier ceux du sexe opposé, et de s'attacher à son conjoint. De plus, il est conseillé aux couples d'avoir des amis communs.

Il ne s'agit certainement pas d'une injonction faite à quiconque de ne parler qu'à des personnes que l'autre approuve. Là où cette situation existe, il y a un manque évident de confiance. Examinez ce qui a engendré cette posture malsaine et traitez-la.

(Reportez-vous au chapitre 6, page 20, « Le type de mariage divin -- L'ouverture »).

**Q. Elle/Il n'aime pas parler des problèmes que nous rencontrons, mais préfère garder le silence sur les problèmes.**

R. Si vous pouvez garder le silence sur ces problèmes et laisser tomber les choses, alors ce n'est pas un problème. Mais il est largement admis que les gens sont mieux à même de gérer les problèmes une fois qu'ils sont capables d'en parler.

Lorsque vous vous taisez, vous nourrissez peut-être votre esprit d'un malentendu alors que si vous en parliez, un peu de lumière pourrait être apportée sur le problème pour qu'une solution arrive plus facilement. Faites tous les efforts possibles pour parler afin qu'il y ait un certain soulagement.

(Reportez-vous au chapitre 9, pages 32 et 33, « Communication dans le mariage – Parler »).

**Q. Elle a tendance à me dénigrer si je ne suis pas d'accord avec quelque chose.**

A. Les principes de la Parole de Dieu qui régissent l'alliance de mariage ne peuvent être bafoués en toute impunité et négligé. Les maris et les femmes doivent observer certaines règles de conduite énoncées dans la Bible. En tant qu'épouse, vous devez « ...être soumise à votre propre mari... »

**De même, vous, femmes, soyez soumises à vos propres maris ; que si quelqu'un n'obéit pas à la parole, il peut aussi, sans la parole, être gagné par la conversation des épouses ;**

**1 Pierre 3:1**

**Femmes, soumettez-vous à vos propres maris, comme au Seigneur.**

**Éphésiens 5:22**

(Reportez-vous au chapitre 12, p. 48-52, « Devoirs de la femme »).

## Finances

**Q. Il est égoïste. Il ne me donne pas assez d'argent.**

A. Les finances ou l'utilisation de l'argent sont l'un des domaines du mariage susceptibles d'être controversés. Dans certaines cultures, il incombe au mari de fournir tout l'argent nécessaire. Lorsque tel est le cas, il semble exercer le pouvoir de déterminer de manière absolue à quoi l'argent sera utilisé.

Avec nos réalités économiques actuelles, les maris et les femmes contribuent à l'entretien du foyer. Cela implique donc que même s'il est le chef du foyer, il ne se réserve pas le droit de décider unilatéralement à quoi l'argent sera utilisé dans un foyer. Les maris sont encouragés à donner à leur femme suffisamment d'argent de poche pour la maison ainsi qu'un peu d'argent pour eux-mêmes. S'il vous plaît, ne soyez pas « fort » ou avare.

(Voir le chapitre 15, pages 58 à 60, « Principes financiers du mariage »).

**Q. Il compte ses sous et parle trop d'argent.**

R. Lorsqu'il apparaît qu'il est le seul soutien de famille, il peut parfois se plaindre de l'argent et de son utilisation. Il n'est cependant pas une mauvaise chose en soi qu'un homme compte ses sous. C'est un signe de frugalité. Cependant, si cela conduit à une situation où il est avare, alors quelque chose ne va pas.

(Reportez-vous au chapitre 15, p. 58-60, « Principes financiers du mariage » ; Voir aussi le livre « Frugalité » du Dr. DC Heward-Mills).

**Q. Nous ne pouvons pas décider nous-mêmes du montant que nous allons dépenser en vêtements.s.**

R. Cela doit se faire par consensus et discussion. Cela doit être fait de manière plutôt scientifique et logique en utilisant un budget. L'argument avancé est que pour qu'il y ait la paix et la joie à la maison, l'utilisation de l'argent doit être planifiée conjointement, en gardant à l'esprit qu'en tant que gestionnaires de l'argent de Dieu, nous rendrons compte un jour.

(Voir le chapitre 15, pages 58 à 60, « Principes financiers du mariage »).

**Q. Devons-nous avoir un compte bancaire commun ?**

R. Il n'existe aucune règle selon laquelle une fois mariés, un couple doit maintenir un compte conjoint. Ce qui est important, c'est qu'ils doivent gérer leurs finances en partant du principe que ce que chacun a est pour les deux. De plus, il doit y avoir de la transparence.

Cela signifie que même si physiquement ils peuvent opérer à partir de comptes bancaires différents, ils exploiteront en substance un compte joint en raison de la transparence.

(Voir le chapitre 15, pages 58 à 60, « Principes financiers du mariage »).

**Q. Il est si prudent avec l'argent qu'il rend parfois la vie inconfortable.**

A. Être prudent avec l'argent est censé être une bonne chose. Quand nous serons capables de colmater toutes les fuites autour de notre budget, nous pouvons avoir davantage de finances, c'est donc un signe de bonne gestion.

Cependant, si cela rend la vie de la femme inconfortable, il convient alors de revoir la manière dont cela est fait. La gestion des finances à la maison doit être un effort commun commun à travers la discussion et le dialogue. Personne ne devrait se sentir exclu. Encouragez la transparence.

(Voir le chapitre 15, pages 58 à 60, « Principes financiers du mariage »).

## Attitude

### **Q. Il n'est pas utile et a une attitude « je m'en fiche ».**

R. C'est l'un des devoirs de tout mari d'aimer sa femme comme Christ a aimé l'Église et s'est donné pour elle. (Éphésiens 5:25). Si un mari aime vraiment sa femme, l'une des choses qu'il fera sera de la protéger du stress des tâches ménagères. Cela signifie qu'il aidera et soutiendra sa femme afin qu'elle ne s'écrase pas sous le poids des responsabilités qu'elle doit porter. (*Reportez-vous au chapitre 11, p. 43-47, « Devoirs du mari »*).

L'épouse doit également garder à l'esprit qu'en tant qu'épouse chrétienne, ses rôles sont nombreux et qu'elle doit donc demander gentiment de l'aide à son mari. Faites-lui sentir que vous appréciez les petites choses qu'il fait dans la maison. De plus, même si elle n'est pas d'accord avec cela, elle doit faire croire à son mari qu'elle est reconnaissante pour son aide à la maison dans les tâches domestiques.

Cette approche masse l'ego de l'homme et lui donne envie d'en faire plus. Résistez à l'envie d'aboyer des instructions sur qui doit faire quoi et qui ne doit pas faire quoi.

(*Reportez-vous au chapitre 8, pages 28 à 30, « L'amour dans le mariage – Agapè »*).

### **Q. Elle n'est pas soumise.**

R. C'est le devoir des femmes de se soumettre à leur propre mari en toutes choses (Éphésiens 5:22). Être soumis signifie respecter, céder, se conformer et être d'accord. Ce n'est généralement pas très facile à faire, mais comme il s'agit d'une exigence scripturaire, les épouses doivent s'efforcer d'y obéir.

Les maris doivent cependant garder à l'esprit que s'y soumettre devient plus facile pour les femmes lorsque les maris les aiment comme le Christ aime l'Église.

Les épouses doivent savoir que la soumission n'est pas une faiblesse, mais un signe de force. Il est généralement plus facile de vivre avec une femme soumise qu'avec une femme querelleuse et combattante.

(*Reportez-vous au chapitre 12, page 49, « Devoirs de la femme – Soumettez-vous à votre mari »*).

### **Q. Elle est colérique.**

R. En tant que dirigeant du foyer, si un mari a affaire à une femme colérique, il doit la traiter comme une femme plus faible. navire et comme quelqu'un qui a besoin d'être aidé. En tant que chef, aimez-la, accommodez-la et enseignez-la à partir de la Parole de Dieu et par votre exemple.

### **Q. Il ne montre pas d'appréciation.**

R. Encore une fois, il est du devoir de chaque mari de faire en sorte que sa femme se sente heureuse à la maison. On peut y parvenir difficilement tâche, entre autres choses, en lui permettant de se sentir acceptée ; en s'abstenant d'être dur et en restant à la maison le plus souvent possible, et en étant un compagnon.

En l'absence de ce qui précède, il est peu probable qu'un mari ait à s'occuper d'une femme heureuse. Un mari ne doit pas se comporter comme si la seule préoccupation de sa femme était de le mettre à l'aise. Par conséquent, tout ce qu'elle fait pour rendre sa vie plus confortable doit être considéré comme quelque chose digne d'éloges et d'appréciation. Plus il dit « merci », plus il est susceptible de recevoir des services.

(*Voir le chapitre 11, pages 43 à 47, « Devoirs du mari »*).

### **Q. Il ne reste pas souvent à la maison. Il rentre tard.**

A. Y a-t-il une raison de croire qu'il se rend dans des endroits où vous soupçonnez qu'il pourrait avoir une liaison ou que vous êtes juste mal à l'aise avec ses activités nocturnes ? La confiance est très importante si votre mariage veut durer ou être harmonieux et doux. La suspicion est très malsaine. « L'amour croit tout, espère tout... » et « l'amour parfait chasse toutes les peurs ».

Il doit faire preuve d'ouverture quant à ses mouvements afin d'éliminer tous les doutes. Gérer le problème d'une manière qui ne montre pas clairement que vous le suivez et que vous êtes plein de suspicion.

(*Reportez-vous au chapitre 6, p. 20, « Le type divin du mariage -- Ouverture », au chapitre 8, p. 33-35, « L'amour dans le mariage -- Agapè »*).

**Q. Elle manque d'initiative et de détermination.**

R. Ce sont les signes d'une épouse avec un tempérament particulier – probablement flegmatique. Le devoir de son mari est de complimenter les efforts de sa femme. Vous remarquerez que là où vous avez aussi quelques faiblesses, elle aura aussi des points forts. Le mariage consiste à se compléter mutuellement.

(Reportez-vous au chapitre 8, p. 28-30, « L'amour dans le mariage – Agapè » ; au chapitre 25, p. 106, La clé de l'acceptation – « Acceptez la « masculinité » ou la « féminité » de votre conjoint.»).

**Q. Elle est oublieuse.**

R. C'est le devoir d'un mari d'être tolérant envers le vaisseau le plus faible et de le protéger. Rappelez-lui des choses qu'elle est susceptible d'oublier et de l'aider à planifier sa vie. Après tout, c'est pour ça qu'elle t'a épousé.

(Reportez-vous au chapitre 8, p. 28-30, « L'amour dans le mariage – Agapè » ; au chapitre 25, p. 104-106, « La clé de l'acceptation ». – Acceptez le tempérament de votre conjoint »).

**Q. Elle se plaint trop des tâches ménagères.**

A. Si elle se plaint de son travail, il est probable qu'elle ne reçoive pas non plus beaucoup d'aide. Essayez d'aider et la rejoindre pour faire les corvées. Au fur et à mesure que vous faites des choses ensemble, vous remarquerez que ce qu'elle n'aimait pas faire deviendra un peu plus agréable.

(Reportez-vous au chapitre 11, p. 46, « Devoirs du mari – Protéger et prendre soin d'elle (a) »).

**Q. Elle est dominatrice.**

R. Elle est probablement de tempérament colérique. Comprendre les forces et les faiblesses d'une épouse colérique et que faire si vous êtes marié à un.

(Voir le chapitre 18, p. 72-74, « Forces et faiblesses d'une femme colérique » ; le chapitre 43, p. 190, « Que faire si vous êtes marié à un mari ou une femme colérique » ; le chapitre 25, p. 106, « La clé de l'acceptation – Acceptez le tempérament de votre conjoint »).

**Q. Elle insiste pour faire des choses que je lui ai demandé de ne pas faire.**

UN.(Reportez-vous au chapitre 12, p. 49, « Devoirs de la femme – Soumettez-vous à votre mari »).

**Q. Il ne prend pas le temps de découvrir ce qui ne va pas chez moi lorsque je suis troublé.**

R. Il s'agit d'une question qui fait ressortir l'un des plus grands désirs de toute femme, à savoir l'attention de son mari. Comme nous l'avons dit précédemment, il est du devoir de chaque mari de permettre à sa femme de se sentir heureuse à la maison. L'un des moyens d'y parvenir est de lui permettre de se sentir acceptée. Il n'y a aucun moyen pour un mari de laisser sa femme se sentir acceptée s'il ne passe pas de temps avec elle ou s'il ne la prend pas en compte dans les projets qu'il élabore.

(Reportez-vous au chapitre 11, page 46, « Devoirs du mari – Protéger et prendre soin d'elle (a) »).

**Q. Il me met au bas de sa liste de priorités.**

A. De plus, pour développer un bon foyer chrétien, chacun doit penser en termes de deux et non un (Philippiens 2:3). Le mari doit planifier sa vie de manière à passer du temps de qualité avec sa femme. Le problème n'est pas une question de quantité, mais de qualité. On ne peut y parvenir qu'en planifiant ensemble et en évitant l'égoïsme.

(Reportez-vous au chapitre 8, pages 28 à 30, « L'amour dans le mariage – Agapè » ; reportez-vous au chapitre 11, pages 43 à 47, « Devoirs du mari »).

**Q. Il me donne toujours des instructions. Il dit qu'il est un commandant.**

R. Dans un foyer conjugal, il n'y a pas de commandant. Ce n'est ni un champ de bataille ni un terrain de parade.

Dans le mariage, il y a des partenaires. Il y a un chef et un assistant – cela ne nécessite pas de relation commandant/subordonné.

Les maris doivent honorer et respecter leurs femmes et les traiter comme des vases plus faibles. Une fois cela fait, il n'est plus nécessaire de donner des ordres à la femme. Elle servira avec amour et contentement. Si vous devez ordonner à votre femme de sentir que vous êtes le chef, alors vous échouez lamentablement en tant que chef. Vous pouvez y parvenir en faisant preuve d'un leadership aimant et d'un exemple.

D'un autre côté, votre mari peut probablement avoir un tempérament colérique et vous devez donc comprendre les forces et les faiblesses d'un mari colérique et que faire si vous êtes mariée à un mari colérique.

(Reportez-vous au chapitre 18, p. 70-72, « Forces et faiblesses d'un mari colérique » ; au chapitre 43, p. 190, « Que faire si vous êtes marié à un mari ou une femme colérique » ; au chapitre 25, p. 106, « La clé de l'acceptation – Acceptez le tempérament de votre conjoint »).

**Q. Elle n'oublie pas facilement les problèmes.**

A. Si cela signifie qu'elle ne pardonne pas facilement, il lui sera alors difficile de résoudre les problèmes et de vivre en harmonie dans son pays. une telle maison. Quant à l'oubli, il faut oublier intentionnellement. Cela se produit sur une période, mais pardonner est une injonction divine. C'est requis par Dieu.

Dans un mariage, il y aura toujours des offenses mais le pardon doit également être présent pour faire face aux offenses qui surviennent. Le manque de pardon est une question spirituelle et Dieu ne pardonne pas à ceux qui ne pardonnent pas. Mari, aide ta femme, avec la Parole de Dieu, à apprécier cela. De plus, apprenez-lui par votre exemple comment pardonner et lâcher prise.

(Voir le chapitre 21, pages 89 à 92, « Résolution des problèmes dans le mariage » ; le chapitre 9, pages 32 à 36, « Communication dans le mariage »).

**Q. Elle est très sur la défensive lorsque je la confronte à propos de choses que je n'aime pas.**

A. L'instinct de conservation est l'un des instincts les plus puissants de tout être vivant. Quand ta femme sent l'hostilité et le fait qu'elle soit attaquée, elle riposte pour se préserver. Ce n'est pas la meilleure façon de résoudre les problèmes liés au mariage.

Vous devez apprendre à dire la vérité avec amour (Éphésiens 4:15). En d'autres termes, le moment et la manière dont vous dites ce que vous avez à dire sont importants. Laissez-vous guider par cela et vous pourrez faire accepter plus facilement à votre femme ses défauts.

(Voir le chapitre 9, p. 32 à 36, « Communication dans Mariage »).

**Q. Elle ne dit pas désolé facilement.**

A. Souvent, les conflits conjugaux ne sont pas résolus parce que personne ne veut s'excuser. Cependant, une réponse douce se transforme en dissipe la colère et celui qui confesse et abandonne ses péchés obtiendra miséricorde.

(Reportez-vous au chapitre 21, pages 89 à 92, « Résolution des problèmes dans le mariage »).

**Q. Je n'aime pas la façon dont il me parle parfois, surtout lorsque notre aide domestique et d'autres sont autour.**

R. Encore une fois, nous devons apprendre à dire la vérité avec amour. De plus, Galates 6:1 nous apprend à corriger les autres qui a peut-être commis des erreurs. Lorsque vous corrigez votre conjoint, il n'est pas approprié que vous le fassiez en présence d'autres personnes – attendez et faites-le à un moment et à un endroit plus appropriés. C'est ce qui montre que vous le faites avec amour et non avec colère ou pharisaïsme.

(Voir le chapitre 21, pages 89 à 92, « Résolution des problèmes dans le mariage »).

## Spirituel

**Q. Elle n'est pas assez spirituelle.**

R. Selon Éphésiens 5:29, c'est le devoir du mari de nourrir et de chérir sa femme avec la Parole de Dieu. Il est également le leader du foyer. Si la femme n'est pas assez spirituelle, le chef a la responsabilité de la discipliner dans l'amour, comme tout nouveau converti, jusqu'à ce qu'elle devienne suffisamment spirituelle. N'oubliez pas que c'est Dieu qui opère le changement et non le mari.

(Reportez-vous au chapitre 8, p. 28-30, « L'amour dans le mariage – Agapè » ; reportez-vous au chapitre 25, p. 105-109, « La clé de l'acceptation »).

**Q. Il ne prie plus comme il le faisait avant notre mariage. J'aurais aimé qu'il soit plus pieux, c'est-à-dire priant.**

R. Ce sont tous les cris d'une femme à propos de l'attitude non spirituelle de son mari. Dans Genèse 2:18, Dieu dit qu'Il faisait une rencontre d'aide pour l'homme. Cela signifie que la femme aide son mari. Cela signifie qu'elle doit aider de toutes les manières, y compris spirituellement.

## *Mariage modèle*

L'idéal dans le mariage est que le mari, en tant que chef, prenne la direction des affaires spirituelles. Cependant, dans les cas ci-dessus, il pourrait sembler que la femme soit plutôt celle qui est en avance spirituellement.

Si, en tant qu'épouse, vous essayez de lui faire un sermon sur l'importance de prier ou de ne pas rétrograder, vous n'obtiendrez peut-être pas grand-chose. Ce qui fonctionnera à coup sûr, c'est votre prière pour lui. Trouvez un bon moment et priez pendant qu'il est là. Essayez de l'inviter sans être trop énergique. Petit à petit, avec la prière et la sagesse, je crois que vous parviendrez à l'amener à faire ce qu'il doit faire.

**De même, vous, femmes, soyez soumises à vos propres maris ; que si quelqu'un n'obéit pas à la parole, il peut, sans la parole, être gagné par la conversation des épouses ;**

**1 Pierre 3:1**

(Reportez-vous au chapitre 8, pages 28 à 30, « L'amour dans le mariage – Agapè » ; reportez-vous au chapitre 25, pages 105 à 109, « La clé de l'acceptation »).

**Q. Il aime se déplacer avec des amis non-croyants et ne voit rien de mal à être avec eux.**

R. Cela peut être un signe que votre mari rétrograde, mais vous devez marcher avec amour envers lui. "L'amour jamais échoue". Le devoir de la femme d'un mari rétrograde est d'abord de prier pour lui. Deuxièmement, trouvez des moyens subtils de le faire rester à la maison, ou de lui donner envie d'être plus à la maison qu'avec ses amis. En dernier recours, créez une ambiance et parlez-lui.

L'objectif de tout ce dont vous lui parlez doit être le salut de son âme, et pas trop la sécurité de votre mariage. Une fois rétabli, son attitude à l'égard du mariage et de son maintien à la maison sera probablement également affectée positivement.

(Reportez-vous au chapitre 8, pages 28 à 30, « L'amour dans le mariage – Agapè ».)

**Q. Elle ne semble pas attacher beaucoup de sérieux au service dans l'église.**

R. La vérité est que vous ne pouvez pas forcer votre femme à aimer servir à l'église. Une des choses qui peuvent expliquer car cette attitude peut être due au fait qu'elle ne reçoit pas beaucoup d'aide de votre part pour s'occuper des tâches ménagères.

De plus, elle ne verra peut-être pas la différence dans votre vie, même si vous êtes très impliqués dans le travail de l'Église. Si toutefois ce n'est pas le cas, il y a de véritables raisons de s'inquiéter.

En tant que chef, il doit y avoir un moyen d'amener votre famille à vous suivre dans le service de Dieu. Discutez avec votre femme et sachez quelles sont ses véritables difficultés et aidez-la, avec patience et amour, à les surmonter. Vous devez cependant garder à l'esprit que ce n'est pas tout le monde qui fera preuve de zèle dans son service dans l'Église. Cela dépend du degré de conviction, de croissance et d'engagement de la personne. Essayez d'amener votre femme à devenir plus mature en tant que chrétienne, tout en lui montrant le bon exemple en tant que mari chrétien.

(Reportez-vous au chapitre 8, p. 28-30, « L'amour dans le mariage – Agapè » ; reportez-vous au chapitre 25, p. 105-109, « La clé de l'acceptation ».).

**Q. Je veux pouvoir prier régulièrement avec ma famille. Il ne prie pas avec moi.**

R. L'idéal est que le mari et la femme prient ensemble avec toute la famille. La réalité est qu'il se peut ça ne se passe pas ainsi. Je suggérerais d'abord que la femme soit reconnaissante d'avoir un mari qui, au moins, prie.

Il est important qu'un couple prie ensemble parfois. Cela contribue à créer des liens entre les deux, et la Bible déclare que si deux personnes s'accordent sur quelque chose dans la prière, cela a un plus grand effet. Il est donc dans l'intérêt du couple de trouver parfois du temps pour prier ensemble.

En tant que chef du foyer, il est de la responsabilité du mari d'être le prêtre du foyer. En tant que prêtre, son devoir est donc de réunir occasionnellement sa famille pour la communion fraternelle. Soyez comme Abraham et commandez votre maison après vous. Vous pouvez avoir des temps de prière séparés et vous joindre à certaines questions.

**Car je le connais, il commandera à ses enfants et à sa maison après lui, et ils garderont la voie du Seigneur, pour pratiquer la justice et le jugement ; afin que l'Éternel fasse venir sur Abraham ce qu'il a dit de lui.**

**Genèse 18:19**

Cela aide le couple à rester ensemble et à éviter certaines tendances négatives qui pourraient s'enraciner parmi les enfants.

(Voir le chapitre 7, pages 22 à 27, « Le foyer chrétien »).

**Q. Nous sommes incapables d'appliquer ou d'impliquer pratiquement les principes divins dans les situations auxquelles nous sommes confrontés..**

A. Il est regrettable que la seule chose qui puisse vous aider à résoudre les problèmes de votre mariage soit ce que vous avez. difficulté à faire. Vous ne pouvez le faire que lorsque vous décidez consciemment que Dieu sait mieux que vous et que s'Il a dit quelque chose dans Sa Parole concernant la situation, ce sera certainement une meilleure solution que la vôtre.

En d'autres termes, il faut un engagement pour décider que nous allons appliquer les principes bibliques pour résoudre les problèmes du mariage. Même si l'un des partis n'est pas disposé à le faire, l'autre peut s'en tenir à la position biblique et à ce que dit la Bible. Par votre obéissance à la Parole, vous pouvez le gagner à vos côtés.

(Reportez-vous au chapitre 7, pages 27 à 32, « Le foyer chrétien »).

## Questions de famille

### **Q. Elle écoute sa mère plus que moi.**

A. La confiance se gagne, donc personne ne peut souhaiter qu'elles existent. Le mari doit travailler dur pour gagner la confiance de sa femme. En d'autres termes, si une femme écoute quelqu'un d'autre plus que son mari, cela pourrait indiquer un manque de confiance.

D'un autre côté, une épouse doit savoir que Genèse 2 :24 recommande « le départ et le clivage » comme étant essentiels au succès de tout mariage. Elle doit quitter l'influence, la direction et le contrôle de ses parents (mère) pour s'attacher à son mari.

Elle doit apprendre que le mariage les concerne tous les deux plus que toute autre personne, c'est pourquoi le conseil du mari doit être considéré comme plus pertinent au mariage que le conseil de n'importe quel autre. Le mari devrait essayer d'améliorer l'amitié et la communication dans le mariage.

(Reportez-vous au chapitre 6, pages 19 et 20, « Le type de mariage divin - Départ et clivage »).

### **Q. Elle n'est pas en mesure de prendre le temps de s'occuper de la maison.**

A. Les épouses sont naturellement des personnes « harcelées » dans leur mariage dans cette partie du monde. Leurs rôles comprennent : le travailleur, cuisinière, partenaire sexuelle, mère, chrétienne et hôtesse. Une combinaison de tout cela peut parfois s'avérer plutôt accablante pour de nombreuses épouses.

Ce qui semble se produire dans ce cas, c'est que l'épouse résout ses problèmes en négligeant certains de ses rôles au sein du foyer. Cela crée généralement d'autres problèmes.

La façon de résoudre ce problème est que le mari la protège du stress des tâches ménagères. Elle doit aussi apprendre à demander de l'aide. De plus, elle doit garder à l'esprit que tous ses rôles sont d'égale importance. Enfin, elle doit savoir qu'elle peut tout faire par le Christ qui la fortifie.

Mari, parlez de la situation avec votre femme et élaborez ensemble une stratégie pour l'aider à mieux organiser sa vie.

(Voir le chapitre 12, p. 48-52, « Devoirs de l'épouse » ; le chapitre 13, p. 53-54, « L'épouse totale »).

### **Q. Elle néglige les enfants.**

R. La réponse à cette question ne sera pas différente de celle qui l'a précédée immédiatement. La femme peut avoir besoin un peu d'aide pour organiser les choses. Si, d'un autre côté, son handicap réside dans le fait qu'elle ne sait vraiment pas comment s'occuper des enfants, ils doivent alors demander conseil pour résoudre le problème et éviter tout problème futur.

(Voir le chapitre 12, p. 48-52, « Les devoirs de l'épouse » ; le chapitre 13, p. 53-54, « L'épouse totale »).

**Q. Il aime ses amis et sa famille plus que moi.**

R. C'est une conclusion assez sérieuse à laquelle arriver. Cependant, il est possible qu'il ait montré des signes qui donner à sa femme l'impression qu'il se soucie plus de sa famille (élargie) et de ses amis qu'elle. Il faut rappeler au mari l'injonction de Genèse 2 : 24 qui lui demande d'abandonner tout le reste et de s'attacher à sa femme pour créer une unité.

La solution à ce problème est que le mari obéisse aux Écritures. La femme doit également créer une atmosphère qui rend le mari presque obligé de vouloir être avec elle plus qu'avec ses amis et sa famille. L'une des attitudes les plus efficaces suggérées à la femme est qu'elle maintienne un esprit doux, calme et doux. Une telle attitude ne fait qu'attirer.

De plus, faites savoir à votre mari que vous êtes une femme vertueuse et sage.

(Reportez-vous au chapitre 6, p. 19-20, « Partir et clivage » ; au chapitre 12, p. 50-51, « Devoirs de l'épouse – Être une femme vertueuse »).

**Q. Il ne réprimande pas les membres de sa famille qui m'offensent.**

R. Il est du devoir de chaque mari de protéger et de prendre soin de sa femme. L'un des domaines dans lesquels il doit protéger sa femme à cause des mauvaises attitudes de ses propres parents et amis.

Un mari doit savoir que tous les siens n'apprécientront pas son choix d'épouse. Son devoir est donc de veiller à la protéger de ceux qui ne l'aiment pas particulièrement. Cette protection peut être assurée en manifestant une forte désapprobation à l'égard des manières inappropriées dont quelqu'un traite sa femme. Cela envoie le message qu'il ne permettra pas que sa femme soit maltraitée. Tout mari qui laisse sa femme harcelée par ses parents et amis manque à son devoir de protéger sa femme « le vaisseau le plus faible ».

(Voir le chapitre 11, p. 46, « Devoirs du mari – Protéger et prendre soin d'elle (a) » ; le chapitre 22, p. 93-95, « Belle-famille »).

**Q. Son fils ne me respecte pas.**

A. Lorsqu'il s'agit d'un beau-fils, il est de la responsabilité du mari/père de ramener l'enfant à l'ordre, donc comme pour renforcer la main de sa femme pour inculquer la discipline aux enfants.

(Reportez-vous au chapitre 23, p. 96-97, « L'étape du retour »).

**Q. Elle n'a pas de bons rapports avec mes proches. Elle pense que mes proches vont mal.**

A. Il est de la responsabilité de chaque partie de s'assurer qu'elle entretient de bonnes relations avec sa belle-famille. Cette relation a parfois tendance à être très problématique ; soit parce que le conjoint en question est difficile et condescendant, soit que la famille n'aime pas le choix du conjoint de leur enfant. Dans la mesure où cela est en votre pouvoir, essayez de vivre en paix avec tous les hommes, en particulier avec votre belle-famille. À long terme, cela aidera le mariage à s'épanouir.

(Voir le chapitre 22, pages 93 à 95, « Belle-famille »).

**La fin**

## BIBLIOGRAPHIE

- Adams, Jay E. *Mariage, divorce et remariage dans la Bible*. Grand Rapids, Michigan : Éditions Zondervan Maison, 1980.
- . *Le manuel du conseiller chrétien*. Grand Rapids, Michigan : Maison d'édition Zondervan, 1973. Adei, Georgina. *La joie de l'amour humain*. Accra, Ghana : African Christian Press, 1999. Adei, Stephen et Georgina. *Monogamie passionnée*. Accra, Ghana : African Christian Press, 2000. Adei, Stephen. *Le secret d'un mariage heureux : la communication*. Achimota, Accra : Africa Christian Press, 2002.
- Adjabeng, Josué. *Avant de vous marier*. Accra, Ghana : Olive, 1999.
- . *Amour et sexe dans le mariage*. Accra, Ghana : Olive, 2001.
- . *Profiter d'un mariage fructueux*. Accra, Ghana : Olive, 1995.
- Alexandre, Dan et Longman Tremper. *Alliés intimes*. Wheaton, Illinois : Tyndale House Pub., 1995.
- Ames, Dave et Joyce. *Mariage sans stress*. Eastbonne, E. Sussex : Crossway Books, 1990.
- . *Deuxième lune de miel*. Eastbourne : Kinsway Publishing, 1991.
- Anderson, C. Thomas et Maureen. *Faire du mariage une histoire d'amour*. Phoenix, Arizona : Éditions Winword, 2003.
- Anderson, Neil T. et Charles Nylander. *Le mariage centré sur le Christ*. Ontario : Glint, 1996. Andrews, Gini. *Votre moitié de la pomme : Dieu et la fille célibataire*. Grand Rapids, Michigan : Zondervan Maison d'édition, 1974.
- Arp, David et Claudia. *10 bonnes dates pour dynamiser votre mariage*. Grand Rapids, Michigan : Zondervan, 1997. Arterburn, Steve et al. *Le combat de chaque jeune homme : stratégies pour la victoire dans le monde réel de la tentation sexuelle*. Colorado Springs, Colorado : Waterbrook Press, 2004.
- Arthur, Kay. *Mariage sans regrets*. Eugene, Oregon : Harvest House Publishers, 2000. Ash, Christopher. *Le sexe du mariage au service de Dieu*. Leicester, Angleterre : InterVarsity Press, 2003. Augsburger, David. *Assez attentionné pour affronter*. Glendale, Californie : G/L Publications, 1978. Barnes, Robert G. Jr. *Parentalité monoparentale*. Wheaton, Illinois : Éditeurs Tyndale House, 1991.
- Badoe, EA et SK Owusu éd. *Santé et maladie : un guide du profane pour une bonne santé*. Accra, Ghana : Faculté de médecine de l'Université du Ghana, 2004.
- Blood Jr., Robert O. Blood. *Mariage*. New York : La Presse Libre, 1969.
- Boehi, David et coll. *Préparation au mariage*. Denise Rainey éd. Ventura, Californie : Gospel Light Publishing Maison, 1997.
- Britten, Bruce et Carol. *Réponses pour votre mariage*. Afrique du Sud, Worldwide Books, 2000.
- Burkett, Larry. *Ce que les maris souhaitent que leurs femmes sachent à propos de l'argent*. Wheaton, Illinois : Victor Books, 1977. Bustanoby, André. *Mais je ne voulais pas de divorce : reconstruire votre vie*. Grand Rapids, Michigan : Maison d'édition Zondervan, 1978.
- Au revoir, Béryl. *Enseigner à nos enfants la foi chrétienne*. Chicago : Moody Press, 1966.
- Callander, Garry, Govan et Hodge. *Obstétrique illustrée*. 3e éd. Édimbourg : Churchill Livingstone, 1980.
- Campbell, Stuart et Christoph Lees. *Obstétrique par dix enseignants*. 17e éd. Londres : Arnold, 2000. Caplan, Ronald M. éd. *Principes d'obstétrique*. Baltimore, Londres : William et Wilkins, 1982.
- Carter, Les. *Le mariage push-pull : apprendre et vivre l'art du donner et du prendre*. Grand Rapids, Michigan : Maison du livre Baker, 1985.
- Cerling, Charles. *Le chrétien divorcé*. Grand Rapids, Michigan : Baker House, 1984.
- Chamberlain, Geoffrey éd. *Obstacles de Turnbull*. 2e éd. Édimbourg, Écosse : Churchill Livingstone, 1995.
- Chamberlain, Geoffrey et John Dewhurst. *Obstétrique et Gynécologie*. 2e éd. Londres : Pitman Pub., 1984.
- Chapman, Gary et Ross Campbell. *Les cinq langages d'amour des enfants*. Chicago : Éditions Northfield, 1997.
- Chapman, Gary. *Cinq signes d'une famille aimante*. Chicago : Éditions Northfield, 1997.
- . *Vers un mariage grandissant*. Chicago : Moody Press, 1996.
- Christensen, Larry. *La famille chrétienne*. Minneapolis : Béthanie, 1970.
- Clayton, Stanley G. et coll. éd. *Obstétrique par dix enseignants*. 14e éd. Bedford Square, Londres : Edward Arnold Pub., 1986.
- Clinebell, Howard J. et Charlotte H. *Le mariage intime*. New York : Harper & Row Publishers, Inc., 1970. Clulow, Christopher éd. *Femmes, hommes et mariage*. Londres : Sheldon Press, 1995.

- Coleman, William L. *Fiancé : Quand l'amour prend son envol*. Wheaton, Illinois : Tyndale House Publishers, 1980. Collins, R. Gary. *Choc familial, garder les familles fortes au milieu d'un changement bouleversant*. Maison Tyndale Publishers, Inc., Wheaton, Illinois, 1995.
- Crabb, Jr., Lawrence J. *Le constructeur de mariage*. Grand Rapids, Michigan : Zondervan Publishing House, 1982. Cutrer, William et Sandra Glahn. *Intimité sexuelle dans le mariage*. Grand Rapids, Michigan : Kregel Publications, Dawn, J. Marva. Caractère sexuel : *Au-delà de la technique vers l'intimité*. Grand Rapids, Michigan : William B. Société d'édition Eerdman, 2001.
- Debra Evans. *Bénir votre mari dans « Le mystère du mariage de Mason »*. Éditeurs Tyndale House Inc, Wheaton Illinois 2003.
- Dillow, Linda. *Homologue créatif*. Nashville, Tennessee : Thomas Nelson Editeur, 1986.
- Dilts, PV et al. *Études de base en obstétrique et gynécologie*. 3e éd. Baltimore, Londres : Williams & Wilkins, 1981.
- Dobson, James. *Parlez franchement aux hommes et à leurs femmes*. Waco, Texas : Livres de mots, 1988.
- . *Ce que les épouses souhaitent que leurs maris sachent sur les femmes*. Wheaton, Illinois : Tyndale House Publishers, 1982. Downer, Phil et Susy et Ken Walker. *Optimisez votre mariage : avoir un impact éternel sur la famille et Amis*. Camp Hill, Pennsylvanie : Christian Publications Inc., 2003.
- Eisenberg, Arlene et al. *À quoi s'attendre lorsque vous attendez*. New York : Norkman Pub., 1991. Elliot, Elisabeth. *Quête de l'amour : histoires vraies de passion*. Manille, Philippines : OMF Literature Inc., 1996. Ellis, Gwen. *S'épanouir en tant que femme qui travaille*. Wheaton, Illinois : Éditeurs Tyndale House, 1995.
- Enkin, Marc FWC Keirse, Ian Chalmers Murray éd. *Soins efficaces pendant la grossesse et l'accouchement*. Oxford, Nouveau York : Presse universitaire d'Oxford, 1991.
- Evans, Jimmy. *Mariage sur le Rocher*. Amarillo, Texas : Majestic Media, 2004. Field, David. *Personnalités du mariage*. Eugene, Oregon : Harvest House Publishers, 1986. Finzel, Hans et Donna. *Les dix meilleures façons d'aimer votre femme*. Colorado Springs, Colorado : cuisinier Ministères de la Communication, 2001.
- Coup droit, Rex et Nicholas Long. *Être parent d'un enfant volontaire*. Chicago, Illinois : livres contemporains, 1996.
- Frederickson, HL et Wilking Haug L. *Secrets d'OB/GYN*. Philadelphie, Pennsylvanie : Hanley & Belfus Inc., 1991.
- Friesen, Delores. *Laissez l'amour être votre plus grand*. Kehl, Allemagne : Editions Trobisch, 1981. Ganong, F. William. *Revue de physiologie médicale*. New York : McGraw-Hill, 2003.
- C'est vrai, Guillaume. *Revue de physiologie médicale*. 15e éd. East Norwalk, Connecticut : Appleton et Lange, 1991.
- Gillham, Anabel. *Amis et amants*. Wheaton, Illinois : Éditeurs Tyndale House, 1982.
- Grunlan, Stephen A. *Mariage et famille : une perspective chrétienne*. Grand Rapids, Michigan : Zondervan Maison d'édition, 1999.
- Hagin, Kenneth E. *Amour : le chemin de la victoire*. Tulsa, Oklahoma : Faith Library Publications, 2001.
- Hall, L. Timothy. *Le travail de l'amour*. Grand Rapids : Kregel, 1996.
- Hardisty, Marguerite. *Pour toujours mon amour*. Irvine, Californie : Harvest House Publishers, 1975.
- Harvey, A. David R. et Ilya Z. Kovar. *Santé des enfants*. Édimbourg : Churchill Livingstone, 1991. Grossesse en bonne santé : *L'option sans douleur*. Février/mars 2005.
- Henfelt, Robert et coll. *L'amour est un choix*. Nashville, Tennessee : Thomas Nelson Inc., 1992.
- Henry, Jim et Marilyn Jeffcoat. *Les deux ne feront plus qu'un : un manuel de mariage*. Nashville, Tennessee : Éditeurs Holman, 2000.
- Envole-toi, Théda. *Dire oui était la partie la plus facile : les secrets d'un mariage dynamique et épanouissant*. Nashville, Tennessee : Broadman et Holman Publishers, 2001.
- Horner, Bob et Jan. *Résoudre les conflits dans votre mariage*. Loveland, Colorado : Group Publishing Inc., 2000.
- Horsley, Gloria. *Beaux-parents : un guide de la thérapie familiale élargie*. New York : John Wiley & Sons, Inc., 1996.
- Huang, Christopher LH et Victor G. Daniels. *Compagnon de l'obstétrique*. Lancaster, Angleterre : MTP Press Ltd., 1962.
- Ingrid, Gary. *Des mariages entiers dans un monde brisé*. Grand Rapid, Michigan : Discovery House Publishers, 1996. Jakes, TD. *Six piliers d'Éphésiens : Le mariage spirituel du croyant*. Tulsa, Oklahoma, 2000. Janss, Edward W. *Comment donner à vos enfants tout ce dont ils ont vraiment besoin*. Wheaton, Illinois : Maison Tyndale Editeurs, 1980.
- Janssen, Al. *Le chef-d'œuvre du mariage*. Wheaton, Illinois : Éditeurs Tyndale House, 2001.

- Kalmbach, Deb et Heather Kopp. *Parce que j'ai dit pour toujours : accueillir l'espoir dans un mariage pas si parfait.* Oregon : Sœurs des éditeurs Multnomah, 2001.
- Kennedy-Moore, Eileen et Joanne C. Watson. *Exprimer des émotions, des mythes, des réalités et des stratégies thérapeutiques.* New York : Guildford Press, 1999.
- Kisseadoo, VA Samuel. *Principes de base d'une parentalité réussie.* Accra, Ghana : Journal, 2004. <http://dx.doi.org/10> *Manuel de gynécologie : un guide pratique pour l'étudiant et Praticien.* Accra : Bel-Team Publications, 1999.
- Kwame-Aryee, RA. *Manuel d'obstétrique : un guide pratique pour la prise en charge des soins obstétricaux à haut risque Les patients.* Accra, Ghana : Bel-Team Publications, 1997.
- Kwaukume, EY et EE Emuveyan éd. *Obstétrique complète sous les tropiques.* Accra, Ghana : Asante et Hittscher Printing Press Limitée, 2002.
- LaHaye, Beverly. *La femme contrôlée par l'esprit.* Eugene, Oregon : Harvest House Publishers, 1995. LaHaye, Beverly et al. *La joie du mariage à la manière de Dieu.* Nashville, Tennessee : Integrity Publishers, 2003. LaHaye, Tim. *Comment être heureux même si vous êtes marié.* Wheaton, Illinois : Éditeurs Tyndale House, 1968.
- . *Je t'aime mais pourquoi sommes-nous si différents ? Tirer le meilleur parti des différences de personnalité dans votre mariage.* Eugene, Oregon : Harvest House Publishers, 1991.
- . *Les contraires s'attirent.* Eastbourne : Kingsway Publications, 2000.
- . *Tempérément contrôlé par l'esprit.* Wheaton, Illinois : Tyndale House, 1993.
- LaHaye, Tim et Beverly. *L'acte de mariage.* Grand Rapids, Michigan : Maison d'édition Zondervan, 1988.
- Laney, J. Carl. *Le mythe du divorce.* Minneapolis, Minnesota : Éditeur Bethany House, 1981.
- Laryée, A. Evans. *Rejoindre des vies : questions inspirantes et dynamique des relations prénuptiales.* Accra, Ghana : PAL International, 2002.
- Levene, Malcolm éd. *Les maladies de Jolly chez les enfants.* 6e éd. Osney Mead, Oxford : ELBS et Blackwell Scientific Publications, 1990.
- Lewis, CS. *Les Quatre Amours.* New York : Harcourt Brace et Co., 1960.
- Lewis, TLT et GVP Chamberlain éd. *Obstétrique par dix enseignants.* 15e éd. Londres : Hodder & Stoughton, 1990.
- Lewis, Robert et William Hendricks. *Basculer les rôles.* Colorado Springs : NavePress, 1991.
- Littauer, Florence. *Personnalité Plus pour les couples : se comprendre soi-même et comprendre celui que l'on aime.* Grands Rapides, Michigan : Baker Book House, 2001.
- . *Personnalité Plus : Comment comprendre les autres en se comprenant soi-même.* Grand Rapids, Michigan : Fleming H. Revell, 1992.
- Littauer, Marita et Chuck Noon. *Aimer de manière extravagante : faire fonctionner le mariage moderne.* Minneapolis, Minnesota : Bethany House, 2001.
- Llewellyn Jones, Derek. *Chaque femme. Un guide gynécologique pour la vie.* Lagos, Nigéria : Academy Press, 1994.
- . *Fondamentaux de l'obstétrique et de la gynécologie.* vol. 2, 3e éd. Londres : Faber & Faber Ltd., 1982.
- Long, Eddie L. *Je ne veux pas de Delilah, j'ai besoin de toi.* Tulsa, Oklahoma : Albury, 1998.
- McLuhan, MG. *Mariage et divorce : l'appel de Dieu, la compassion de Dieu.* Wheaton, Illinois : Maison Tyndale Éditeurs, 1991.
- Merril, doyen. *Le livre du mari.* Grand Rapids, Michigan : Maison d'édition Zondervan, 1977. Meyer, Joyce. *Aidez-moi, je suis marié !* Fenton, Missouri : Warner Books, 2000.
- Mol, Arnold. *Gagnons tous les deux.* Basingstoke, Hants, Royaume-Uni : Marshall Morgan & Scott, 1984. Mossholder, Ray. *Mariage Plus : La Bible et le mariage.* Lake Mary, Floride : Creation House, 1990. Munce, H. Ruth. *Ce qui s'est passé? Une étude dans la Genèse.* Largo, Floride : RL Munce Publishing Inc., et Munroe, Myles. *Comprendre le but et le pouvoir des hommes.* New Kensington, Pennsylvanie : Whitaker Maison, 2001.
- Murray, André. *Comment amener vos enfants au Christ.* Springdale, Pennsylvanie : Whitaker House, 1984. Myles, Margaret F. *Manuel pour les sages-femmes.* 10e éd. Édimbourg : Churchill Livingstone, 1985. Narramore, Clyde M. *Comprendre vos enfants.* Grand Rapids, Michigan : Maison d'édition Zondervan, 1976.
- Nelson, Tommy. *Le livre romanesque.* Nashville, Tennessee : Thomas Nelson Publications, 1998.
- Netter, Frank. *Atlas d'anatomie humaine.* East Hanover, New Jersey : Novartis, 1997.
- Olson, David H. et John Defrain. *Mariage et famille: diversité et forces.* Vue sur la montagne, Californie : Mayfield Publishing, 2000.
- Oyedepo, David et Faith. *Succès dans le mariage.* Lagos, Nigéria : Dominion Publishing House, 1999. Packer, Lana. *Les femmes font une différence dans le mariage.* Nashville : Mode de vie, 2003.

- Penner, Clifford et Joyce. *Le don du sexe - Un guide pour l'épanouissement sexuel*. Nashville : Mot. Pub. Groupe, 2003.
- . *52 façons de s'amuser et de faire l'amour de manière fantastique : un guide pour les couples mariés*. Nashville, Tennessee : Thomas Nelson Publishers, 1994.
- Petersen, J.Allan éd. *Pour hommes seulement*. Wheaton, Illinois : Tyndale House Publishers, 1973. Prince, Derek et Ruth. *Dieu est un entremetteur*. Grand Rapids, Michigan : Livres choisis, 2003. Quainoo, Aba. *Enrichir votre amour*. Accra, Ghana : Aba Quainoo Pub., 2004.
- Rainey, Dennis et Barbara. *Développer l'estime de soi de votre partenaire*. San Bernadino, Californie : voici Life Publishers, 1986.
- Éd. généraux. *Nous le faisons toujours : célébrer l'amour pour la vie*. Nashville, Tennessee : Thomas Nelson Inc., 2001.
- . *Bien commencer votre mariage*. Nashville, Tennessee : Thomas Nelson Inc., 2000.
- Rainey, Dennis. *Servir les familles du XXIe siècle*, Charles R. Swindoll éd. Nashville : édition Word., 2001.
- Reed, Bobbie. *Comment profiter d'une famille en bonne santé même dans les périodes de stress*. Saint-Louis, Minnesota : Concordia Maison d'édition, 1995.
- Reisser, Paul C. *Pas de peur : guide pour les nouveaux parents. Un examen plus approfondi : l'apparence physique et le comportement des Votre nouveau-né*. Wheaton, Illinois : Tyndale House Publishers Inc., 2001.
- Riz, F. Philip. *Relations intimes, mariage et familles*. 4e éd. Mountain View, Californie : Mayfield Édition, 1999.
- Richards, Jeux. *Nous nous embrassons toujours*. New Kensington, Pennsylvanie : Whitakes House, 2002.
- Rosberg, Gary et Barbara. *Améliorer la communication dans votre mariage*. Loveland, Colorado : Groupe Éditions Inc., 2000.
- Ross Young, Amy. *Par la mort ou le divorce... ça fait mal de perdre*. Denver, Colorado : Accent Books, 1976. Sande, Ken avec Tom Raabe. *Rétablissement de la paix pour les familles : un guide biblique pour gérer les conflits dans votre maison*. Wheaton : Tyndale, 2002.
- Sasse, Connie. *Les familles aujourd'hui*. Peoria, Illinois : Glencoe/McGraw-Hill, 1997.
- Scott, James R. et coll. *Obstétrique et Gynécologie*. 7e éd. Philadelphie : JB Lippincott Company, 1997. Sears, William et Martha. *RW Le livre complet de la parentalité chrétienne et de la garde d'enfants*. Nashville : Broadman & Holman Pub., 1997.
- Seaulé, David éd. *Vérité et amour dans un monde sexuellement désordonné*. Edinburgh, Écosse : Rutherford House, 1997.
- Shaw, Robert W. Patrick et Stanton Staurt L. éd. *Gynécologie*. 2e éd. New York : Churchill Livingstone, 1997. Shuler, Clarence. *Votre femme peut être votre meilleure amie : un guide pratique pour les maris*. Chicago : Moody Press, 2000.
- Petit, Dwight Hervey. *Conception pour le mariage chrétien*. Old Tappan, New Jersey : société Fleming H. Revell, 1974.
- Smalley, Gary et John Trent. *Les deux faces de l'amour*. Wheaton, Illinois : Éditeurs Tyndale House, 1992.
- . *Le langage de l'amour*. Colorado : Focus, 1991.
- Smalley, Gary. *Une Flamme*. Wheaton : Tyndale, 2002.
- . *La joie de l'amour engagé*. Grand Rapids, Michigan : Maison d'édition Zondervan, 1988.
- . *Gagner votre mari avant qu'il ne soit trop tard*. Nashville : Thomas Nelson Pub., 1999. Snyder, Chuck et Barb. *Incompatibilité : toujours un motif pour un grand mariage*. Sœur, Oregon : Multnomah Éditeurs, 1999.
- Stevens, Paul. *Spiritualité du mariage*. Downers Grove, Illinois : InterVarsity Press, 1989.
- Stroud, Marion. *Aimer Dieu mais toujours vous aimer : garder votre foi sans perdre votre mariage*. Chevreuil, Angleterre : Alpha Productions, 1995.
- Swindoll, Charles R. *Frappez le match original*. Portland, Oregon : Multnomah Press, 1980.
- . *Divorce : quand tout s'écroule*. Portland, Oregon : Multnomah Press, sd
- Tolbert, La Verne. *Garder vos enfants sexuellement purs : un guide pratique destiné aux parents, aux pasteurs, aux jeunes, aux travailleurs et aux Enseignants*. Grand Rapids, Michigan : Zondervan, 2002.
- Thatcher, Floyd et Harriet. *Mariage à long terme*. Londres : Hodder & Stoughton, 1980. Treat, Wendy. *Sexe - Parlons-en*. Tulsa, Oklahoma : Haviron House, 2003. Trobisch, Walter. *Je t'ai épousé*. Leicester, Angleterre : InterVarsity Press, 2003. Valmann, HB. *La première année de mariage*. Londres : British Medical Association, 1989. Van Pelt, Nancy L. *Mariage très efficace*. Accra, Ghana : Cedenent Press, 2000. Weiss, Douglas. *Le sexe, les hommes et Dieu*. Lake Mary, Floride : Siloam Press, 2002.

- Blé, Éd.*Comment sauver votre mariage seul*.Grand Rapids, Michigan : Zondervan Publishing House, 1983.
- Blé, Ed et Gaye.*Destiné au plaisir : technique sexuelle et épanouissement sexuel dans le mariage chrétien*. Michigan : Fleming H. Revell, 1997.
- Blé, Ed et Okes Gloria Perkins.*La vie amoureuse pour chaque couple marié*.Grand Rapids, Michigan : Zondervan Maison d'édition, 1980.
- Williams, H. Page.*Faites-vous une faveur : aimez votre femme*.Plainfield, New Jersey : Logos International, 1973.
- Williams, John.*Pour chaque cause ? Une étude biblique du divorce*.Neptune, New Jersey : Loiseaux Brothers, 1981.
- Organisation mondiale de la santé. Département de santé reproductive et de recherche en santé familiale et communautaire.
- Gérer les complications de la grossesse et de l'accouchement : un guide pour les sages-femmes et les médecins*.Genève : OMS, 2003.
- Wright, Norman H.*Communication : la clé de votre mariage*.Fritz Ridenour. éd. Glendale, Californie : G/L Publications, 1974.
- . *Commencer ensemble : une dévotion pour les rencontres ou les couples fiancés*.Ventura, Californie, États-Unis : Regal Books, 1996.
- Yager, Dexter et Ron Ball.*Compétences relationnelles dynamiques*.Société de services Internet, 1997.
- Zettersten, Rolf.*Former un enfant*.Wheaton, Illinois : Tyndale House, 1994.

Pour plus d'informations sur les livres de Dag Heward-Mills,  
les cassettes et les vidéos écrivent à ces adresses :

**En Afrique:**

Maison de parchemin  
Boîte postale 1034  
**Dansoman, Accra**  
Ghana-Afrique de l'Ouest

**Reste du monde:** Phare

Chapelle Internationale  
Boîte postale 39394  
Londres SE13 5WN  
Royaume-Uni

**Site web:**

[www.daghewardmills.org](http://www.daghewardmills.org)

*Autres livres de Dag Heward-Mills*

*Aides au leadership*  
*Tout sur la fornication*  
*Allos : un autre du même genre*  
*Anagkazo : Pouvoir convaincant*  
*Rétrogradation : Développez votre endurance*  
*Porter des fruits selon votre espèce*  
*Beauté*  
*Né de nouveau*  
*Attrapez l'onction*  
*Implantation d'églises*  
*Les démons et comment les gérer*  
*Dualité*  
*Les éléments essentiels du leadership L'excellence dans le leadership Le pardon rendu facile*  
*Comment devenir un leader Comment vaincre la stérilité dans le ministère*  
*Comment reconnaître les démons au travail*  
*Comment démarrer une Église, des laïcs et un ministère*  
*Dirigeants et fidélité*  
*Le leadership simplifié*  
*Diriger des personnes difficiles*  
*Notes de cours sur le leadership*  
*Loyauté et déloyauté*  
*Éthique ministérielle*  
*Dévotion à Horeb*  
*Dévotion à Gethsémani*  
*Dévotion aux olives*  
*Dévotion au Sinaï*  
*Mon père, mon père*  
*Mariage modèle*  
*Nomme le! Réclamer! Prends-le!*  
*Prière exaucée à 100 %*  
*Opportunités*  
*Poison*  
*Prédication, enseignement et guérison*  
*Principes de leadership*  
*Principes de réussite*  
*Proton : tout d'abord*  
*Moments de silence*  
*Sacrifice contre obéissance*  
*Les secrets du succès*  
*7 grands principes*  
*Succès et richesse*  
*Stratégies de prière*  
*Pouvoir surnaturel*  
*Prenez votre croix*  
*L'art d'entendre*  
*L'art du leadership*  
*Opportunités*  
*La méga-église*  
*Le manuel du ministre*

*Le secret  
La femme étrange  
Le leader à succès*  
*Le ministère de la tente  
Les paroles de Jésus Ils sont  
allés en enfer transforment  
votre ministère pastoral*  
*Une prospérité imbattable  
Gagnez ce qui est perdu à tout prix  
La sagesse pour les dirigeants  
Faits clés pour les nouveaux chrétiens*

# **Model Marriage**

## *A Marriage Counselling Handbook*

In this classic volume, Dag Heward-Mills provides extensive practical insight into marriage. This extraordinary book will serve as a ready resource material for both the marriage counsellor and the married couple. You will certainly discover in this piece, refreshing and exciting tips to enhance your marriage.

This book is rich in information on the basis and practicalities of human relationships in the pre-marital, marital and even post-marital periods. It contains well-researched and proven material on the anatomy and physiology of sex, human reproduction, pregnancy and the post-natal period. Dr. Dag Heward-Mills' ability to convey complex information in a simple style is a hallmark of the book. Together, these make it the most comprehensive, user-friendly manual on marriage in print today.

*David Asomani (MB ChB, MR CO G),  
Specialist Obstetrician and Gynaecologist*

Bishop Dag Heward-Mills' book on marriage counseling is unparalleled. His background as a medical doctor is amply reflected in the detailed, yet self explanatory medical insights which make this book unique.

*Edwin Morgan Ogoe (MB ChB, FWACS, FGCPS),  
Lecturer, University of Ghana Medical School*

### **About the author**

After seven years of medical training, Dag Heward-Mills qualified as a medical doctor in 1989.

Dr. Heward-Mills has over the years become a widely acknowledged Bible teacher and a much sought after conference speaker. The impact of his ministry is felt in his over 70 best-selling books, radio broadcasts and television ministry. He has travelled extensively to preach the Word of God and is well known as a seasoned and an outstanding Christian leader.

Dag Heward-Mills is also a great counsellor. He has a network of ministers who receive guidance and counselling from him in all aspects of ministry. His rich medical background is a great asset in marriage counselling as he balances biblical principles with factual medical knowledge.

He is the Bishop and Founder of the Lighthouse Chapel International, a charismatic denomination with over 400 churches in Africa, Europe, the Caribbean, Australia and the United States.

He is happily married to his wife Adelaide with whom he has four wonderful children.

ISBN: 9988-596-50-2

