

Extraits de l'Exhortation apostolique post-synodale

## **AMORIS LAETITIA**

# **La Joie de l'Amour**

du pape François

## **sur l'amour dans la famille**

5. Cette Exhortation acquiert un sens spécial dans le contexte de cette Année Jubilaire de la Miséricorde. En premier lieu, parce que je la considère comme une proposition aux familles chrétiennes, qui les stimule à valoriser les dons du mariage et de la famille, et à garder un amour fort et nourri de valeurs, telles que la générosité, l'engagement, la fidélité ou la patience. En second lieu, parce qu'elle vise à encourager chacun à être un signe de miséricorde et de proximité là où la vie familiale ne se réalise pas parfaitement ou ne se déroule pas dans la paix et la joie.

### **PREMIER CHAPITRE**

#### **À LA LUMIÈRE DE LA PAROLE**

##### **Un chemin de souffrance et de sang**

19. L'idylle exprimée dans le Psaume 128 ne nie pas une réalité amère marquant toutes les Saintes Écritures. C'est la présence de la douleur, du mal, de la violence qui brise la vie de la famille et son intime communion de vie et d'amour. Ce n'est pas pour rien que l'enseignement du Christ sur le mariage (cf. Mt 19, 3-9) est inséré dans une discussion sur le divorce. La Parole de Dieu est témoin constant de cette dimension obscure qui se manifeste déjà dès les débuts lorsque, par le péché, la relation d'amour et de pureté entre l'homme et la femme se transforme en une domination : « Ta convoitise te poussera vers ton mari et lui dominera sur toi » (Gn 3, 16).

22. Dans ce bref aperçu, nous pouvons constater que la Parole de Dieu ne se révèle pas comme une séquence de thèses abstraites, mais comme une compagne de voyage, y compris pour les familles qui sont en crise ou sont confrontées à une souffrance ou à une autre, et leur montre le but du chemin, lorsque Dieu « essuiera toute larme de leurs yeux : de mort, il n'y en aura plus; de pleur, de cri et de peine » (Ap 21, 4).

### **QUATRIÈME CHAPITRE**

#### **L'AMOUR DANS LE MARIAGE**

##### **L'amour excuse tout**

113. Les époux, qui s'aiment et s'appartiennent, parlent en bien l'un de l'autre, ils essayent de montrer le bon côté du conjoint au-delà de ses faiblesses et de ses erreurs. En tout cas, ils gardent le silence pour ne pas nuire à son image. Cependant ce n'est pas seulement un geste extérieur, mais cela provient d'une attitude intérieure. Ce n'est pas non plus la naïveté de celui qui prétend ne pas voir les difficultés et les points faibles de l'autre, mais la perspicacité de celui qui replace ces faiblesses et ces erreurs dans leur contexte. Il se rappelle que ces défauts ne sont qu'une partie, non la totalité, de l'être de l'autre. Un fait désagréable dans la relation n'est pas la totalité de cette relation. Par conséquent, on peut admettre avec simplicité que nous sommes tous un mélange complexe de lumières et d'ombres. L'autre n'est pas seulement ce qui me dérange. Il est beaucoup plus que cela. Pour la même raison, je n'exige pas que son amour soit parfait pour l'apprécier. Il m'aime comme il est et comme il peut, avec ses limites, mais que son amour soit imparfait ne signifie pas qu'il est faux ou qu'il n'est pas réel. Il est réel, mais limité et terrestre. C'est pourquoi, si je lui en demande trop, il me le fera savoir d'une manière ou d'une autre, puisqu'il ne pourra accepter ni de jouer le rôle d'un être divin, ni d'être au service de toutes mes nécessités. L'amour cohabite avec l'imperfection, il l'excuse, et il sait garder le silence devant les limites de l'être aimé.

## **L'amour espère**

116. *Panta elpízei* : il ne désespère pas de l'avenir. Relié au mot qui précède, cela désigne l'espérance de celui qui sait que l'autre peut changer. Il espère toujours qu'une maturation est possible, un jaillissement surprenant de la beauté, que les potentialités les plus cachées de son être germent un jour. Cela ne signifie pas que tout va changer dans cette vie. Cela implique d'accepter que certaines choses ne se passent pas comme on le désire, mais que peut-être Dieu écrit droit avec des lignes courbes et sait tirer quelque bien des maux qu'il n'arrive pas à vaincre sur cette terre.

117. Ici, l'espérance est présente dans tout son sens, parce qu'elle inclut la certitude d'une vie au-delà de la mort. Cette personne, avec toutes ses faiblesses, est appelée à la plénitude du ciel. Là, complètement transformée par la résurrection du Christ, ses fragilités n'existeront plus, ni ses obscurités, ni ses pathologies. Là, le véritable être de cette personne brillera avec toute sa puissance de bien et de beauté. Cela nous permet aussi, au milieu des peines de cette terre, de contempler cette personne avec un regard surnaturel, à la lumière de l'espérance, et d'espérer cette plénitude qu'elle recevra un jour dans le Royaume du ciel, bien que cela ne soit pas visible maintenant.

## **L'amour supporte tout**

119. Dans la vie de famille, il faut cultiver cette force de l'amour qui permet de lutter contre le mal qui la menace. L'amour ne se laisse pas dominer par la rancœur, le mépris envers les personnes, le désir de faire du mal ou de se venger. L'idéal chrétien, et particulièrement dans la famille, est un amour en dépit de tout. J'admire parfois, par exemple, l'attitude de personnes qui ont dû se séparer de leur conjoint pour se préserver de la violence physique, et qui cependant, par charité conjugale qui sait aller au-delà des sentiments, ont été capables de leur faire du bien – même si c'est à travers d'autres personnes – en des moments de maladie, de souffrance ou de difficulté. Cela aussi est un amour en dépit de tout.

## **Grandir dans la charité conjugale**

124. Un amour faible ou défectueux, incapable d'accepter le mariage comme un défi qui exige de lutter, de renaître, de se réinventer et de recommencer de nouveau jusqu'à la mort, ne peut soutenir un haut niveau d'engagement. Il cède devant la culture du provisoire qui empêche un processus de croissance constant. Mais « promettre un amour qui soit pour toujours est possible quand on découvre un dessein plus grand que ses propres projets, qui nous soutient et nous permet de donner l'avenir tout entier à la personne aimée ». Que cet amour puisse traverser toutes les épreuves et se maintenir fidèle envers et contre tout suppose le don de la grâce qui le fortifie et l'élève. Comme disait saint Robert Bellarmin : « Le fait qu'on s'unisse à une seule personne par un lien indissoluble, en sorte qu'on ne puisse pas se séparer, quelles que soient les difficultés et même lorsqu'on a perdu l'espérance de la procréation, ne peut se concrétiser sans un grand mystère ».

## **Joie et beauté**

128. L'expérience esthétique de l'amour s'exprime dans ce regard qui contemple l'autre comme un fin en soi, même s'il est malade, vieux ou privé d'attraits perceptibles. Le regard qui valorise a une énorme importance, et le refuser fait, en général, du tort. Que ne font pas parfois les conjoints et les enfants pour être regardés et pris en compte ! Beaucoup de blessures et de crises ont pour origine le fait que nous arrêtons de nous contempler. C'est ce qu'expriment certaines plaintes ou réclamations qu'on entend dans les familles : « Mon époux ne me regarde pas, il semble que je suis invisible pour lui ». « S'il te plaît, regarde-moi quand je te parle ». « Mon épouse ne me regarde plus, elle n'a d'yeux, désormais, que pour ses enfants ». « Dans ma maison, je ne compte pour personne, ils ne me voient même pas, comme si je n'existais pas ». L'amour ouvre les yeux et permet de voir, au-delà de tout, combien vaut un être humain.

130. D'autre part, la joie se renouvelle dans la souffrance. Comme le disait saint Augustin, « plus le danger a été grand dans le combat, plus intense est la joie dans le triomphe ». Après avoir souffert et lutté unis, les conjoints peuvent expérimenter que cela en valait la peine, parce qu'ils sont parvenus à quelque chose de bon, qu'ils ont appris quelque chose ensemble, ou parce qu'ils peuvent mieux valoriser ce qu'ils ont. Peu de joies humaines sont aussi profondes et festives que lorsque deux personnes qui s'aiment ont conquis ensemble quelque chose qui leur a coûté un grand effort commun.

## **L'amour qui se manifeste et qui grandit**

135. Certaines illusions sur un amour idyllique et parfait, privé ainsi de toute stimulation pour grandir, ne font pas de bien. Un idéal céleste de l'amour terrestre oublie que le mieux c'est ce qui n'est pas encore atteint, le vin bonifié avec le temps. Comme l'ont rappelé les Évêques du Chili, « les familles parfaites que nous propose une propagande mensongère et consumériste, n'existent pas. Dans ces familles, les années ne passent pas, la maladie, la douleur et la mort n'existent pas [...]. La propagande consumériste présente une illusion qui n'a rien à voir avec la réalité que doivent affronter jour après jour les hommes et les femmes en charge d'une famille ».[137] Il est plus sain d'accepter, avec réalisme, les limites, les défis ainsi que les imperfections, et d'écouter l'appel à grandir ensemble, à faire mûrir l'amour et à cultiver la solidité de l'union quoi qu'il arrive.

### **Le dialogue**

136. Le dialogue est une manière privilégiée et indispensable de vivre, d'exprimer et de faire mûrir l'amour, dans la vie matrimoniale et familiale. Mais il suppose un apprentissage long et difficile. Hommes et femmes, adultes et jeunes, ont des manières différentes de communiquer, utilisent un langage différent, agissent selon des codes distincts. La manière de poser les questions, la manière de répondre, le ton utilisé, le moment, et beaucoup d'autres facteurs peuvent conditionner la communication. De plus, il est toujours nécessaire de cultiver certaines attitudes qui expriment l'amour et permettent un dialogue authentique.

137. Se donner du temps, du temps de qualité, qui consiste à écouter avec patience et attention, jusqu'à ce que l'autre ait exprimé tout ce qu'il a sur le cœur, demande l'ascèse de ne pas commencer à parler avant le moment opportun. Au lieu de commencer à donner des avis ou des conseils, il faut s'assurer d'avoir écouté tout ce que l'autre avait besoin d'extérioriser. Cela implique de faire le silence intérieur pour écouter sans bruit dans le cœur, ou dans l'esprit : se défaire de toute hâte, laisser de côté ses propres besoins et ses urgences, faire de la place. Souvent, l'un des conjoints n'a pas besoin d'une solution à ses problèmes, mais il a besoin d'être écouté. Il veut sentir qu'ont été pris en compte sa peine, sa désillusion, sa crainte, sa colère, son espoir, son rêve. Mais ces plaintes sont fréquentes : "Il ne m'écoute pas. Quand il semble le faire, en réalité il pense à autre chose". "Je lui parle et je sens qu'il espère que j'en finisse le plus vite possible". "Quand je lui parle, elle essaye de changer de sujet, ou elle me donne des réponses expéditives pour clore la conversation".

138. Cultiver l'habitude d'accorder une réelle importance à l'autre. Il s'agit de valoriser sa personne, de reconnaître qu'il a le droit d'exister, de penser de manière autonome et d'être heureux. Il ne faut jamais sous-estimer l'importance de ce qu'il dit ou demande, bien qu'il soit nécessaire d'exprimer son propre point de vue. La conviction que chacun a quelque chose à apporter est ici sous-jacente, parce que chacun a une expérience différente de la vie, parce que chacun regarde d'un point de vue différent, a des inquiétudes différentes et a des aptitudes ainsi que des intuitions différentes. Il est possible de reconnaître la vérité de l'autre, l'importance de ses préoccupations les plus profondes, et l'arrière-plan de ce qu'il dit, y compris au-delà des paroles agressives. Pour y parvenir, il faut essayer de se mettre à sa place et interpréter ce qu'il y a au fond de son cœur, déceler ce qui le passionne, et prendre cette passion comme point de départ pour approfondir le dialogue.

139. Il faut de l'ouverture d'esprit pour ne pas s'enfermer avec obsession dans quelques idées, et il faut de la souplesse afin de pouvoir modifier ou compléter ses propres opinions. Il est possible qu'à partir de ma pensée et de celle de l'autre, puisse surgir une nouvelle synthèse qui nous enrichit tous deux. L'unité à laquelle il faut aspirer n'est pas uniformité, mais une "unité dans la diversité" ou une "diversité réconciliée". Dans ce type enrichissant de communion fraternelle, les différences se croisent, se respectent et se valorisent, mais en conservant différentes notes et différents accents qui enrichissent le bien commun. Il faut se libérer de l'obligation d'être égaux. Il faut également du flair pour se rendre compte à temps des "interférences" qui peuvent apparaître, pour qu'elles ne détruisent pas un processus de dialogue. Par exemple, reconnaître les mauvais sentiments qui apparaissent et les relativiser pour qu'ils ne portent pas préjudice à la communication. La capacité d'exprimer ce qu'on ressent sans blesser est importante ; utiliser un langage et une manière de parler qui peuvent être plus facilement acceptés et tolérés par l'autre, bien que le contenu soit exigeant ; faire part de ses propres reproches mais sans déverser sa colère comme une forme de vengeance, et éviter un langage moralisant qui cherche seulement à agresser, ironiser, culpabiliser, blesser. Beaucoup de discussions dans le couple ne portent pas sur des questions très graves. Parfois il s'agit de petites choses, de peu d'importance, mais ce qui altère les esprits, c'est la manière de les dire ou l'attitude adoptée dans le dialogue.

140. Il faut des gestes de prévenance envers l'autre et des marques d'affection. L'amour surpasse les pires barrières. Quand nous aimons quelqu'un, ou quand nous nous sentons aimés par lui, nous arrivons à mieux comprendre ce qu'il veut exprimer et à nous faire comprendre. Il faut surmonter la fragilité qui nous porte à avoir peur de l'autre comme s'il était un "concurrent". Il est très important de fonder sa propre sécurité sur des options profondes, des convictions ou des valeurs, et non pas sur le fait de l'emporter dans la discussion ou qu'on nous donne raison.

### **Violence et manipulation**

156. Il est important d'être clair sur le rejet de toute forme de soumission sexuelle. Pour cela il faut éviter toute interprétation inappropriée du texte de la Lettre aux Éphésiens où il est demandé que « les femmes soient soumises à leurs maris » (Ep 5, 22).

Saint Paul s'exprime en catégories culturelles propres à cette époque ; toutefois nous autres, nous ne devons pas prendre à notre compte ce revêtement culturel, mais le message révélé qui subsiste dans l'ensemble de la péricope. Reprenons la judicieuse explication de saint Jean-Paul II : « L'amour exclut toute espèce de soumission, qui ferait de la femme la servante ou l'esclave du mari [...]. La communauté ou unité qu'ils doivent constituer en raison de leur mariage se réalise dans une donation réciproque qui est aussi une soumission réciproque ». C'est pourquoi on dit aussi que « les maris doivent aimer leurs femmes comme leurs propres corps » (Ep 5, 28). En réalité, le texte biblique invite à dépasser l'individualisme commode pour vivre en se référant aux autres : « Soyez soumis les uns aux autres » (Ep 5, 21). Dans le mariage cette "soumission" réciproque acquiert un sens spécial et se comprend comme une appartenance réciproque librement choisie, avec un ensemble de caractéristiques de fidélité, de respect et d'attention. La sexualité est au service de cette amitié conjugale de manière inséparable, parce qu'elle est orientée à faire en sorte que l'autre vive en plénitude.

### **La transformation de l'amour**

163. La prolongation de la vie conduit à quelque chose qui n'était pas fréquent à d'autres époques : la relation intime et l'appartenance réciproque doivent se conserver durant quatre, cinq ou six décennies, et cela se convertit en une nécessité de se choisir réciproquement sans cesse. Peut-être le conjoint n'est-il plus passionné par un désir sexuel intense qui le pousse vers l'autre personne, mais il sent le plaisir de l'appartenance mutuelle, de savoir qu'il n'est pas seul, qu'il a un "complice" qui connaît tout de sa vie et de son histoire et qui partage tout. C'est le compagnon sur le chemin de la vie avec lequel on peut affronter les difficultés et profiter des belles choses. Cela produit aussi une satisfaction qui accompagne la tendresse propre à l'amour conjugal. Nous ne pouvons pas nous promettre d'avoir les mêmes sentiments durant toute la vie. En revanche, oui, nous pouvons avoir un projet commun stable, nous engager à nous aimer et à vivre unis jusqu'à ce que la mort nous sépare, et à vivre toujours une riche intimité. L'amour que nous nous promettons dépasse toute émotion, tout sentiment et tout état d'âme, bien qu'il puisse les inclure. C'est une affection plus profonde, avec la décision du cœur qui engage toute l'existence. Ainsi, dans un conflit non résolu, et bien que beaucoup de sentiments confus s'entremêlent dans le cœur, la décision d'aimer est maintenue vivante chaque jour, de s'appartenir, de partager la vie entière et de continuer à aimer et à pardonner. Chacun des deux fait un chemin de croissance et de transformation personnelle. Sur ce chemin, l'amour célèbre chaque pas et chaque nouvelle étape.

164. Dans l'histoire d'un mariage, l'apparence physique change, mais ce n'est pas une raison pour que l'attraction amoureuse s'affaiblisse. On tombe amoureux d'une personne complète avec son identité propre, non pas seulement d'un corps, bien que ce corps, au-delà de l'usure du temps, ne cesse jamais d'exprimer de quelque manière cette identité personnelle qui a séduit le cœur. Quand les autres ne peuvent plus reconnaître la beauté de cette identité, le conjoint amoureux demeure capable de la percevoir par l'instinct de l'amour, et l'affection ne disparaît pas. Il réaffirme sa décision d'appartenir à cette personne, la choisit de nouveau, et il exprime ce choix dans une proximité fidèle et pleine de tendresse. La noblesse de son choix porté sur elle, parce qu'elle est intense et profonde, éveille une nouvelle forme d'émotion dans l'accomplissement de sa mission conjugale. En effet, « l'émotion provoquée par un autre être humain comme personne [...] ne tend pas d'elle-même à l'acte conjugal ». Elle acquiert d'autres expressions sensibles, parce que l'amour « est une réalité unique, mais avec des dimensions différentes; tour à tour, l'une ou l'autre dimension peut émerger de façon plus importante ». Le lien trouve de nouvelles modalités et exige la décision de le remodeler continuellement. Mais pas seulement pour le conserver, mais pour le développer. C'est le chemin pour se construire jour après jour. Mais rien de cela n'est possible si l'on n'invoque pas l'Esprit Saint, si l'on ne crie pas chaque jour pour demander sa grâce, si l'on ne cherche pas sa force surnaturelle, si l'on ne le lui demande pas en désirant qu'il répande son feu sur notre amour pour le consolider, l'orienter et le transformer dans chaque nouvelle situation.

## SIXIÈME CHAPITRE

### QUELQUES PERSPECTIVES PASTORALES

#### **Guider les fiancés sur le chemin de la préparation au mariage**

210. En tout cas, si les points faibles de l'autre sont reconnus clairement, il faut une confiance réaliste dans la possibilité de l'aider à développer le meilleur de sa personne pour contrebalancer le poids de ses fragilités, avec le ferme objectif de le promouvoir comme être humain. Cela implique d'accepter avec une volonté solide la possibilité d'affronter certains renoncements, des moments difficiles et des situations conflictuelles, ainsi que la décision ferme de s'y préparer.

On doit pouvoir détecter les signes de danger pouvant affecter la relation, pour trouver avant le mariage des ressources qui permettront de les affronter avec succès. Malheureusement, beaucoup arrivent au mariage sans se connaître. Ils se sont uniquement distraits ensemble, ils ont fait des expériences ensemble, mais n'ont pas affronté le défi de se révéler l'un à l'autre et d'apprendre qui est en réalité l'autre.

#### **Accompagner dans les premières années de la vie matrimoniale**

217. Nous devons reconnaître comme une grande valeur qu'on comprenne que le mariage est une question d'amour, que seuls peuvent se marier ceux qui se choisissent librement et s'aiment. Toutefois, lorsque l'amour devient une pure attraction ou un sentiment vague, les conjoints souffrent alors d'une très grande fragilité quand l'affectivité entre en crise ou que l'attraction physique décline. Étant donné que ces confusions sont fréquentes, il s'avère indispensable d'accompagner les premières années de la vie matrimoniale pour enrichir et approfondir la décision consciente et libre de s'appartenir et de s'aimer jusqu'à la fin. Bien des fois, le temps des fiançailles n'est pas suffisant, la décision de se marier est précipitée pour diverses raisons, et, de surcroît, la maturation des jeunes est tardive. Donc, les jeunes mariés doivent compléter ce processus qui aurait dû avoir été réalisé durant les fiançailles.

218. D'autre part, je voudrais insister sur le fait qu'un défi de la pastorale matrimoniale est d'aider à découvrir que le mariage ne peut se comprendre comme quelque chose d'achevé. L'union est réelle, elle est irrévocable, et elle a été confirmée et consacrée par le sacrement de mariage. Mais en s'unissant, les époux deviennent protagonistes, maîtres de leur histoire et créateurs d'un projet qu'il faut mener à bien ensemble. Le regard se dirige vers l'avenir qu'il faut construire quotidiennement, avec la grâce de Dieu, et pour cela même, on n'exige pas du conjoint qu'il soit parfait. Il faut laisser de côté les illusions et l'accepter tel qu'il est : inachevé, appelé à grandir, en évolution. Lorsque le regard sur le conjoint est constamment critique, cela signifie qu'on n'a pas assumé le mariage également comme un projet à construire ensemble, avec patience, compréhension, tolérance et générosité. Cela conduit à ce que l'amour soit peu à peu substitué par un regard inquisiteur et implacable, par le contrôle des mérites et des droits de chacun, par les réclamations, la concurrence et l'autodéfense. Ainsi, les conjoints deviennent incapables de se prendre en charge l'un l'autre pour la maturation des deux et pour la croissance de l'union. Il faut montrer cela aux jeunes couples avec une clarté réaliste dès le départ, en sorte qu'ils prennent conscience du fait qu'«ils sont en train de commencer». Le oui qu'ils ont échangé est le début d'un itinéraire, avec un objectif capable de surmonter les aléas liés aux circonstances et les obstacles qui s'interposent. La bénédiction reçue est une grâce et une impulsion pour ce parcours toujours ouvert. D'ordinaire, s'asseoir pour élaborer un projet concret dans ses objectifs, ses instruments, ses détails, les aide.

219. Je me rappelle un proverbe qui disait que l'eau stagnante se corrompt, se détériore. C'est ce qui se passe lorsque cette vie d'amour au cours des premières années de mariage stagne, cesse d'être en mouvement, cesse d'avoir cette mobilité qui la fait avancer. La danse qui fait avancer grâce à cet amour jeune, la danse avec ces yeux émerveillés vers l'espérance, ne doit pas s'arrêter. Au cours des fiançailles et des premières années de mariage, l'espérance est ce qui donne la force du levain, ce qui fait regarder au-delà des contradictions, des conflits, des conjonctures, ce qui fait toujours voir plus loin. Elle est ce qui suscite toute préoccupation pour se maintenir sur un chemin de croissance. La même espérance nous invite à vivre à plein le présent, le cœur tout à la vie familiale, car la meilleure manière de préparer et de consolider l'avenir est de bien vivre le présent.

220. Le parcours implique de passer par diverses étapes qui invitent à se donner généreusement : de l'impact des débuts caractérisé par une attraction nettement sensible, on passe au besoin de l'autre, perçu comme une partie de sa propre vie.

De là, on passe au plaisir de l'appartenance mutuelle, ensuite à la compréhension de la vie entière comme un projet à deux, à la capacité de mettre le bonheur de l'autre au-dessus de ses propres besoins, et à la joie de voir son propre couple comme un bien pour la société. La maturation de l'amour implique aussi d'apprendre à "négocier". Ce n'est pas une attitude intéressée ou un jeu de type commercial, mais en définitive un exercice de l'amour mutuel, car cette négociation est un mélange d'offrandes réciproques et de renoncements pour le bien de la famille. À chaque nouvelle étape de la vie matrimoniale, il faut s'asseoir pour renégocier les accords, de manière qu'il n'y ait ni vainqueurs ni perdants mais que les deux gagnent. Dans le foyer, les décisions ne se prennent pas unilatéralement, et les deux partagent la responsabilité de la famille, cependant chaque foyer est unique et chaque synthèse matrimoniale est différente.

221. L'une des causes qui conduisent à des ruptures matrimoniales est d'avoir des attentes trop élevées sur la vie conjugale. Lorsqu'on découvre la réalité, plus limitée et plus difficile que ce que l'on avait rêvé, la solution n'est pas de penser rapidement et de manière irresponsable à la séparation, mais d'assumer le mariage comme un chemin de maturation, où chacun des conjoints est un instrument de Dieu pour faire grandir l'autre. Le changement, la croissance, le développement des bonnes potentialités que chacun porte en lui, sont possibles. Chaque mariage est une "histoire de salut", et cela suppose qu'on part d'une fragilité qui, grâce au don de Dieu et à une réponse créative et généreuse, fait progressivement place à une réalité toujours plus solide et plus belle. Peut-être la plus grande mission d'un homme et d'une femme dans l'amour est-elle celle de se rendre l'un l'autre plus homme ou plus femme. Faire grandir, c'est aider l'autre à se mouler dans sa propre identité. Voilà pourquoi l'amour est artisanal. Lorsqu'on lit le passage de la Bible sur la création de l'homme et de la femme, on voit Dieu qui façonne d'abord l'homme (cf. Gn 2, 7), puis qui s'aperçoit qu'il manque quelque chose d'essentiel et crée la femme ; et alors il constate la surprise de l'homme : "Ah ! maintenant oui, celle-ci oui !". Et ensuite il semble écouter ce beau dialogue où l'homme et la femme se découvrent progressivement. Car même dans les moments difficiles, l'autre surprend encore et de nouvelles portes s'ouvrent pour les retrouvailles, comme si c'était la première fois ; et à chaque nouvelle étape, ils se "façonnent" de nouveau mutuellement. L'amour fait qu'on attend l'autre et qu'on exerce cette patience propre à l'artisan héritier de Dieu.

### **Quelques ressources**

223. Les Pères synodaux ont signalé que « les premières années de mariage sont une période vitale et délicate durant laquelle les couples prennent davantage conscience des défis et de la signification du mariage. D'où l'exigence d'un accompagnement pastoral qui se poursuive après la célébration du sacrement (cf. Familiaris consortio, IIIème partie). Dans cette pastorale, la présence de couples mariés ayant une certaine expérience apparaît d'une grande importance. La paroisse est considérée comme le lieu où des couples expérimentés peuvent se mettre à la disposition des couples plus jeunes, avec l'éventuel concours d'associations, de mouvements ecclésiaux et de communautés nouvelles. Il faut encourager les époux à s'ouvrir à une attitude fondamentale d'accueil du grand don que représentent les enfants. Il faut souligner l'importance de la spiritualité familiale, de la prière et de la participation à l'Eucharistie dominicale, en encourageant les couples à se réunir régulièrement pour favoriser la croissance de la vie spirituelle et la solidarité au niveau des exigences concrètes de la vie. Liturgies, pratiques dévotionnelles et Eucharisties célébrées pour les familles, surtout pour l'anniversaire du mariage ont été mentionnées comme étant vitales pour favoriser l'évangélisation à travers la famille ».

224. Ce parcours est une question de temps. L'amour a besoin de temps disponible et gratuit, qui fait passer d'autres choses au second plan. Il faut du temps pour dialoguer, pour s'embrasser sans hâte, pour partager des projets, pour s'écouter, pour se regarder, pour se valoriser, pour renforcer la relation. Parfois le problème, c'est le rythme frénétique de la société, ou les horaires qu'imposent les engagements du travail. D'autres fois le problème est que le temps passé ensemble n'est pas de qualité. Nous partageons uniquement un espace physique mais sans nous prêter attention mutuellement. Les agents pastoraux et les groupes matrimoniaux devraient aider les jeunes couples ou ceux qui sont fragiles à apprendre à se rencontrer en ces moments, à s'arrêter l'un en face de l'autre, voire à partager des moments de silence qui les obligent à expérimenter la présence du conjoint.

225. Les couples qui ont une bonne expérience dans ce domaine, peuvent faire part des moyens pratiques qui leur ont été utiles : la programmation des moments pour être ensemble gratuitement, les temps de détente avec les enfants, les diverses manières de célébrer des choses importantes, les espaces de spiritualité partagée. Mais ils peuvent également faire part des moyens qui aident à donner un contenu et un sens à ces moments, pour apprendre à mieux communiquer entre eux. Cela est d'une importance capitale lorsque la nouveauté des fiançailles s'est estompée. Car quand on ne sait que faire des moments à partager, l'un ou l'autre des conjoints finira par se réfugier dans la technologie, inventera d'autres engagements, cherchera d'autres bras ou s'échappera d'une intimité gênante.

226. Il faut aussi inciter les jeunes couples à créer leur propre routine, qui offre une saine sensation de stabilité et de protection, et qui se construit par une série de rites quotidiens partagés. C'est bon de se donner toujours un baiser le matin, se bénir toutes les nuits, attendre l'autre et le recevoir lorsqu'il arrive, faire des sorties ensemble, partager les tâches domestiques. Mais en même temps, il est bon d'interrompre la routine par la fête, de ne pas perdre la capacité de célébrer en famille, de se réjouir et de fêter les belles expériences. Ils ont besoin de se faire réciproquement des surprises par les dons de Dieu et d'alimenter ensemble la joie de vivre. Lorsqu'on sait célébrer, cette capacité renouvelle l'énergie de l'amour, le libère de la monotonie et remplit la routine quotidienne de couleurs ainsi que d'espérance.

227. Nous les Pasteurs, nous devons encourager les familles à grandir dans la foi. À cet effet, il est bon d'encourager la confession fréquente, la direction spirituelle, l'assistance à des retraites. Toutefois, il ne faut pas cesser d'inviter à créer des espaces hebdomadaires de prière familiale, car « la famille qui prie unie, demeure unie ». De même, lorsque nous visitons les familles, nous devrions convoquer tous les membres de la famille à un moment donné pour prier les uns pour les autres et pour remettre la famille dans les mains du Seigneur. En même temps, il faut encourager chacun des conjoints à avoir des moments de prière dans la solitude face à Dieu, car chacun a ses croix secrètes. Pourquoi ne pas dire à Dieu ce qui perturbe le cœur, ou lui demander la force de guérir les blessures personnelles, et implorer la lumière nécessaire pour pouvoir répondre à son propre engagement ? Les Pères synodaux ont aussi fait remarquer que « la Parole de Dieu est source de vie et de spiritualité pour la famille. Toute la pastorale familiale devra se laisser modeler intérieurement et former les membres de l'Église domestique grâce à la lecture orante et ecclésiale de l'Écriture Sainte. La Parole de Dieu n'est pas seulement une bonne nouvelle pour la vie privée des personnes, mais c'est aussi un critère de jugement et une lumière pour le discernement des différents défis auxquels sont confrontés les époux et les familles ».

228. Il est possible que l'un des deux conjoints ne soit pas baptisé, ou qu'il ne veuille pas vivre les engagements de la foi. Dans ce cas, le désir de l'autre de vivre et de grandir comme chrétien fait que l'indifférence de ce conjoint est vécue avec douleur. Cependant, il est possible de trouver certaines valeurs communes qui peuvent être partagées et être cultivées avec enthousiasme. De toute manière, aimer le conjoint incroyant, le rendre heureux, soulager ses souffrances et partager la vie avec lui est un vrai chemin de sanctification. D'autre part, l'amour est un don de Dieu, et là où il est répandu, il fait sentir sa force qui transforme, de façon parfois mystérieuse, au point où « le mari non croyant se trouve sanctifié par sa femme, et la femme non croyante se trouve sanctifiée par le mari croyant » (1 Co 7, 14).

### **Éclairer les crises, les angoisses et les difficultés**

231. Il faut un mot à l'adresse de ceux qui, dans l'amour ont déjà fait vieillir le vin nouveau des fiançailles. Lorsque le vin vieillit grâce à cette expérience du chemin parcouru, la fidélité dans les petits détails de la vie s'y manifeste, fleurit dans toute sa plénitude. C'est la fidélité de l'attente et de la patience. C'est comme si cette fidélité pleine de sacrifices et de joies fleurissait à l'âge où tout vieillit ; et les yeux deviennent brillants en contemplant les petits-enfants. Il en était ainsi dès le commencement, mais cela est déjà devenu conscient, solide, a mûri grâce à la surprise quotidienne de la redécouverte jour après jour, année après année. Comme enseignait saint Jean de la Croix, « les vieux amants » sont ceux qui sont « exercés de longue main et ayant fait leurs preuves ». Ils « n'ont plus cette ferveur sensible, cette fermentation spirituelle, ces bouillonnements extérieurs. Ils goûtent la suavité du vin d'amour parfaitement cuit jusqu'à la substance [...] fixée au plus intime de l'âme ». Cela suppose d'avoir été capables de surmonter ensemble les crises et les temps d'angoisse, sans fuir les défis ni cacher les difficultés.

### **Le défi des crises**

232. L'histoire d'une famille est jalonnée de crises en tout genre, qui font aussi partie de sa dramatique beauté. Il faut aider à découvrir qu'une crise surmontée ne conduit pas à une relation de moindre intensité mais conduit à améliorer, affermir et mûrir le vin de l'union. On ne cohabite pas pour être toujours moins heureux, mais pour apprendre à être heureux d'une nouvelle manière, à partir des possibilités qu'ouvre une nouvelle étape. Chaque crise implique un apprentissage qui permet d'accroître l'intensité de la vie partagée, ou au moins de trouver un nouveau sens à l'expérience matrimoniale. Il ne faut d'aucune manière se résigner à une courbe descendante, à une détérioration inévitable, à une médiocrité supportable. Au contraire, lorsque le mariage est assumé comme une mission, qui implique également de surmonter des obstacles, chaque crise est perçue comme l'occasion pour arriver à boire ensemble le meilleur vin. Il convient d'accompagner les conjoints pour qu'ils puissent accepter les crises qui surviennent, les affronter et leur réserver une place dans la vie familiale.

Les couples expérimentés et formés doivent être disponibles pour accompagner les autres dans cette découverte, de manière que les crises ne les effraient pas ni ne les conduisent à prendre des décisions précipitées. Chaque crise cache une bonne nouvelle qu'il faut savoir écouter en affinant l'ouïe du cœur.

233. La réaction immédiate est de se révolter face au défi d'une crise, de se mettre sur la défensive parce qu'on sent qu'elle échappe au contrôle, car elle révèle l'insuffisance du mode personnel de vie, et cela dérange. Donc, on recourt au subterfuge de nier les problèmes, de les cacher, de relativiser leur importance, de miser uniquement sur le temps qui passe. Mais cela retarde la solution et conduit à investir beaucoup d'énergie dans une occultation inutile qui compliquera encore davantage la situation. Les liens se détériorent progressivement et l'isolement se consolide, portant préjudice à l'intimité. Dans une crise non assumée, c'est la communication qui est la plus affectée. Ainsi, peu à peu, celui qui était "la personne que j'aime" devient "celui qui m'accompagne toujours dans la vie", puis seulement "le père ou la mère de mes enfants" et finalement un étranger.

234. Pour affronter une crise, il faut être présent. C'est difficile, car parfois les personnes s'isolent pour ne pas exposer ce qu'elles sentent, elles s'enferment dans un silence mesquin et trompeur. En ces moments, il est nécessaire de créer des espaces pour communiquer cœur à cœur. Le problème est qu'il devient plus difficile de communiquer de cette façon durant une crise si on n'avait jamais appris à le faire. C'est tout un art qu'on apprend dans des moments de calme, pour le mettre en pratique dans les temps durs. Il faut aider à découvrir les causes les plus cachées dans les cœurs des conjoints, et à les affronter comme un accouchement qui passera et fera naître un nouveau trésor. Mais les réponses aux consultations réalisées soulignent que dans les situations difficiles ou critiques, la majorité des gens ne recourt pas à l'accompagnement pastoral, puisqu'elle ne le sent pas compréhensif, proche, réaliste, concret. Par conséquent, essayons à présent de nous approcher des crises matrimoniales avec un regard qui n'ignore pas leur charge de douleur et d'angoisse.

235. Il y a des crises communes qui se produisent généralement dans tous les couples, comme la crise des débuts, lorsqu'il faut apprendre à rendre compatibles les différences et à se détacher des parents ; ou la crise de l'arrivée de l'enfant, avec ses nouveaux défis émotionnels ; la crise de l'allaitement, qui change les habitudes du couple ; la crise de l'adolescence de l'enfant, qui exige beaucoup d'énergie, déstabilise les parents et parfois les oppose l'un à l'autre ; la crise du "nid vide", qui oblige le couple à se regarder de nouveau lui-même ; la crise qui a son origine dans la vieillesse des parents des conjoints, qui demandent plus de présence, de soins et de décisions difficiles. Ce sont des situations exigeantes, qui provoquent des peurs, des sentiments de culpabilité, des dépressions ou des fatigues pouvant affecter gravement l'union.

236. A celles-là s'ajoutent les crises personnelles qui ont des incidences sur le couple, ayant trait aux difficultés économiques, de travail, affectives, sociales, spirituelles. Et s'y ajoutent des circonstances inattendues qui peuvent altérer la vie familiale, et qui exigent un cheminement de pardon et de réconciliation. Tandis qu'il tente de faire le pas du pardon, chacun doit se demander avec une sereine humilité s'il n'a pas créé les circonstances qui ont conduit l'autre à commettre certaines erreurs. Certaines familles succombent lorsque les conjoints s'accusent mutuellement, mais « l'expérience montre qu'avec une aide appropriée et par l'action réconciliatrice de la grâce, bon nombre de crises conjugales sont surmontées d'une manière satisfaisante. Savoir pardonner et se sentir pardonné constitue une expérience fondamentale dans la vie familiale ». « L'art difficile de la réconciliation, qui nécessite le soutien de la grâce, a besoin de la généreuse collaboration de parents et d'amis, et parfois même d'une aide externe et professionnelle ».

237. Il est devenu fréquent que, lorsque quelqu'un sent qu'il ne reçoit pas ce qu'il désire, ou que ne se réalise pas ce dont il rêvait, cela semble suffisant pour mettre fin à un mariage. À cette allure, il n'y aura pas de mariage qui dure. Parfois, pour décider que tout est terminé, il suffit d'une insatisfaction, d'une absence à un moment où on avait besoin de l'autre, d'un orgueil blessé ou d'une peur diffuse. Il y a des situations propres à l'inévitable fragilité humaine, auxquelles on accorde une charge émotionnelle trop grande. Par exemple, la sensation de ne pas recevoir complètement la pareille, les jalousies, les différences qui surgissent entre les deux, l'attraction qu'éveillent d'autres personnes, les nouveaux intérêts qui tendent à accaparer le cœur, les changements physiques du conjoint, et tant d'autres choses qui, plus que des atteintes à l'amour, sont des opportunités qui invitent à le recréer une fois de plus.

238. Dans ces circonstances, certains ont la maturité nécessaire pour élire de nouveau l'autre comme compagnon de route, au-delà des limites de la relation, et acceptent avec réalisme qu'il ne peut satisfaire tous les rêves caressés. Ils évitent de se considérer comme les seuls martyrs, ils valorisent les possibilités, petites ou limitées, que leur donne la vie en famille et cherchent à renforcer le lien dans une construction qui demandera du temps et de l'effort.



Car, au fond, ils reconnaissent que chaque crise est comme un nouveau “oui” qui permet à l’amour de renaître fortifié, transfiguré, mûri, illuminé. À partir d’une crise, on a le courage de chercher les racines profondes de ce qui se passe, de renégocier les accords de base, de trouver un nouvel équilibre et d’entamer ensemble une nouvelle étape. Avec une telle attitude d’ouverture constante, on peut affronter beaucoup de situations difficiles ! De toute façon, en reconnaissant que la réconciliation est possible, aujourd’hui nous découvrons qu’il est « particulièrement urgent de mettre en place un ministère dédié à ceux dont la relation conjugale s’est brisée ».

### **Vieilles blessures**

239. Il est compréhensible que dans les familles il y ait beaucoup de crises lorsque l’un de ses membres n’a pas mûri sa manière de nouer une relation, parce qu’il n’est pas guéri des blessures de l’une ou l’autre étape de sa vie. L’enfance ou l’adolescence mal vécues constituent un terrain de crises personnelles qui finissent par affecter le mariage. Si tous étaient des personnes qui ont mûri normalement, les crises seraient moins fréquentes ou moins douloureuses. Mais le fait est que parfois les personnes ont besoin de réaliser, à quarante ans, une maturation retardée qui devrait avoir été atteinte à la fin de l’adolescence. Parfois, on aime d’un amour égocentrique propre à l’enfant, figé à une étape où la réalité est déformée et où on se laisse aller au caprice selon lequel tout tourne autour de soi. C’est un amour insatiable, qui crie et pleure lorsqu’il n’a pas ce qu’il désire. D’autres fois, on aime d’un amour figé dans l’adolescence, caractérisé par la confrontation, la critique acerbe, l’habitude de culpabiliser les autres, la logique du sentiment et de la fantaisie, où les autres doivent remplir ses propres vides ou satisfaire ses caprices.

240. Beaucoup finissent leur enfance sans avoir jamais senti qu’ils sont aimés inconditionnellement, et cela affecte leur capacité de faire confiance et de se donner. Une relation mal vécue avec ses propres parents et frères, qui n’a jamais été guérie, réapparaît et nuit à la vie conjugale. Donc, il faut suivre un processus de libération qu’on n’a jamais affronté. Lorsque la relation entre les conjoints ne fonctionne pas bien, avant de prendre des décisions importantes, il convient de s’assurer que chacun ait effectué ce parcours de guérison de sa propre histoire. Cela exige de reconnaître le besoin de guérir, de demander avec insistance la grâce de pardonner et de se pardonner, d’accepter de l’aide, de chercher des motivations positives et de recommencer sans cesse. Chacun doit être très sincère avec lui-même pour reconnaître que sa façon de vivre l’amour est immature. Il a beau sembler évident que toute la faute est de l’autre, il n’est jamais possible de surmonter une crise en espérant qu’uniquement l’autre change. De même, il faut s’interroger sur ce par rapport à quoi on pourrait soi-même mûrir ou guérir afin de favoriser la résolution du conflit.

### **Accompagner après les ruptures et les divorces**

241. Dans certains cas, la valorisation de sa propre dignité et du bien des enfants exige de mettre des limites fermes aux prétentions excessives de l’autre, à une grande injustice, à la violence ou à un manque de respect qui est devenu chronique. Il faut reconnaître qu’« il y a des cas où la séparation est inévitable. Parfois, elle peut devenir moralement nécessaire, lorsque justement, il s’agit de soustraire le conjoint le plus faible, ou les enfants en bas âge, aux blessures les plus graves causées par l’abus et par la violence, par l’avilissement et par l’exploitation, par l’extranéité et par l’indifférence ». Mais on ne peut l’envisager que « comme un remède extrême après que l’on [a] vainement tenté tout ce qui était raisonnablement possible pour l’éviter ».

242. Les Pères ont signalé qu’« un discernement particulier est indispensable pour accompagner pastoralement les personnes séparées, divorcées ou abandonnées. La souffrance de ceux qui ont subi injustement la séparation, le divorce ou l’abandon doit être accueillie et mise en valeur, de même que la souffrance de ceux qui ont été contraints de rompre la vie en commun à cause des mauvais traitements de leur conjoint. Le pardon pour l’injustice subie n’est pas facile, mais c’est un chemin que la grâce rend possible. D’où la nécessité d’une pastorale de la réconciliation et de la médiation, notamment à travers des centres d’écoute spécialisés qu’il faut organiser dans les diocèses ». En même temps, « les personnes divorcées mais non remariées, qui sont souvent des témoins de la fidélité conjugale, doivent être encouragées à trouver dans l’Eucharistie la nourriture qui les soutienne dans leur état. La communauté locale et les Pasteurs doivent accompagner ces personnes avec sollicitude, surtout quand il y a des enfants ou qu’elles se trouvent dans de graves conditions de pauvreté ».[260] Un échec familial devient beaucoup plus traumatisant et douloureux dans la pauvreté, car il y a beaucoup moins de ressources pour réorienter l’existence. Une personne pauvre privée de l’environnement de protection que constitue la famille est doublement exposée à l’abandon et à tout genre de risques pour son intégrité.

245. Les Pères synodaux ont aussi souligné « les conséquences de la séparation ou du divorce sur les enfants qui sont, dans tous les cas, les victimes innocentes de cette situation ». Au-delà de toutes les considérations qu'on voudra avancer, ils sont la première préoccupation, qui ne doit être occultée par aucun autre intérêt ou objectif. Je supplie les parents séparés : « il ne faut jamais, jamais, jamais prendre un enfant comme otage ! Vous vous êtes séparés en raison de nombreuses difficultés et motifs, la vie vous a fait vivre cette épreuve, mais que les enfants ne soient pas ceux qui portent le poids de cette séparation, qu'ils ne soient pas utilisés comme otages contre l'autre conjoint, qu'ils grandissent en entendant leur maman dire du bien de leur papa, bien qu'ils ne soient pas ensemble, et que leur papa parle bien de leur maman ». C'est une irresponsabilité de nuire à l'image du père ou de la mère avec l'objectif d'accaparer l'affection de l'enfant, pour se venger ou pour se défendre, car cela affectera la vie intérieure de cet enfant et provoquera des blessures difficiles à guérir.

246. L'Église, même si elle comprend les situations conflictuelles que doivent traverser les couples, ne peut cesser d'être la voix des plus fragiles, qui sont les enfants qui souffrent, bien des fois en silence. Aujourd'hui, « malgré notre sensibilité en apparence évoluée, et toutes nos analyses psychologiques raffinées, je me demande si nous ne nous sommes pas aussi anesthésiés par rapport aux blessures de l'âme des enfants [...]. Sentons-nous le poids de la montagne qui écrase l'âme d'un enfant, dans les familles où l'on se traite mal et où l'on se fait du mal, jusqu'à briser le lien de la fidélité conjugale ? » Ces mauvaises expériences n'aident pas à ce que ces enfants mûrissent pour être capables d'engagements définitifs. Par conséquent, les communautés chrétiennes ne doivent pas laisser seuls, dans leur nouvelle union, les parents divorcés. Au contraire, elles doivent les inclure et les accompagner dans leur responsabilité éducative. Car « comment pourrions-nous recommander à ces parents de faire tout leur possible pour éduquer leurs enfants à la vie chrétienne, en leur donnant l'exemple d'une foi convaincue et pratiquée, si nous les tenions à distance de la vie de la communauté, comme s'ils étaient excommuniés ? Il faut faire en sorte de ne pas ajouter d'autres poids à ceux que les enfants, dans ces situations, doivent déjà porter ! » Aider à guérir les blessures des parents et les protéger spirituellement est un bien pour les enfants aussi, qui ont besoin du visage familial de l'Église qui les protège dans cette expérience traumatisante. Le divorce est un mal, et l'augmentation du nombre des divorces est très préoccupante. Voilà pourquoi, sans doute, notre tâche pastorale la plus importante envers les familles est-elle de renforcer l'amour et d'aider à guérir les blessures, en sorte que nous puissions prévenir la progression de ce drame de notre époque.

## HUITIÈME CHAPITRE

### ACCOMPAGNER, DISCERNER ET INTÉGRER LA FRAGILITÉ

#### La logique de la miséricorde pastorale

307. Afin d'éviter toute interprétation déviante, je rappelle que d'aucune manière l'Église ne doit renoncer à proposer l'idéal complet du mariage, le projet de Dieu dans toute sa grandeur : « Les jeunes baptisés doivent être encouragés à ne pas hésiter devant la richesse que le sacrement du mariage procure à leurs projets d'amour, forts du soutien qu'ils reçoivent de la grâce du Christ et de la possibilité de participer pleinement à la vie de l'Église ». La tiédeur, toute forme de relativisme, ou un respect excessif quand il s'agit de le proposer, seraient un manque de fidélité à l'Évangile et également un manque d'amour de l'Église envers ces mêmes jeunes. Comprendre les situations exceptionnelles n'implique jamais d'occulter la lumière de l'idéal dans son intégralité ni de proposer moins que ce que Jésus offre à l'être humain. Aujourd'hui, plus important qu'une pastorale des échecs est l'effort pastoral pour consolider les mariages et prévenir ainsi les ruptures.

309. Il est providentiel que ces réflexions aient lieu dans le contexte d'une Année Jubilaire consacrée à la miséricorde, car face également aux diverses situations qui affectent la famille, « l'Église a pour mission d'annoncer la miséricorde de Dieu, cœur battant de l'Évangile, qu'elle doit faire parvenir au cœur et à l'esprit de tous. L'Épouse du Christ adopte l'attitude du Fils de Dieu qui va à la rencontre de tous, sans exclure personne ». Elle sait bien que Jésus lui-même se présente comme le Pasteur de cent brebis, non pas de quatre-vingt-dix-neuf. Il les veut toutes. Si on est conscient de cela, il sera possible qu'« à tous, croyants ou loin de la foi, puisse parvenir le baume de la miséricorde comme signe du Règne de Dieu déjà présent au milieu de nous ».

## NEUVIÈME CHAPITRE

### SPIRITUALITE MATRIMONIALE ET FAMILIALE

#### Ensemble en prière à la lumière de Pâques

317. Si la famille parvient à se concentrer dans le Christ, il unifie et illumine toute la vie familiale. Les douleurs et les angoisses sont vécues en communion avec la Croix du Seigneur, et l'embrasser permet d'affronter les pires moments. Dans les jours difficiles pour la famille, il y a une union avec Jésus abandonné qui peut aider à éviter une rupture. Les familles atteignent peu à peu, « avec la grâce de l'Esprit Saint, leur sainteté à travers la vie conjugale, en participant aussi au mystère de la croix du Christ, qui transforme les difficultés et les souffrances en offrande d'amour ». D'autre part, les moments de joie, le repos ou la fête, et même la sexualité, sont vécus comme une participation à la vie pleine de sa Résurrection. Les conjoints constituent par divers gestes quotidiens ce « lieu théologique où l'on peut faire l'expérience de la présence mystique du Seigneur ressuscité ».

318. La prière en famille est un moyen privilégié pour exprimer et renforcer cette foi pascale. On peut réserver quelques minutes chaque jour afin d'être unis devant le Seigneur vivant, de lui dire les préoccupations, prier pour les besoins de la famille, prier pour quelqu'un qui traverse un moment difficile, afin de demander de l'aide pour aimer, rendre grâce pour la vie et pour les choses bonnes, pour demander à la Vierge de protéger par son manteau de mère. Par des mots simples, ce moment de prière peut faire beaucoup de bien à la famille. Les diverses expressions de la piété populaire sont un trésor de spiritualité pour de nombreuses familles. Le chemin communautaire de prière atteint son point culminant dans la participation à l'Eucharistie ensemble, surtout lors du repos dominical. Jésus frappe à la porte de la famille pour partager avec elle la cène eucharistique (cf. Ap 3, 20). Les époux peuvent toujours y sceller de nouveau l'alliance pascale qui les a unis et qui reflète l'Alliance que Dieu a scellée avec l'humanité à travers la Croix. L'Eucharistie est le sacrement de la nouvelle Alliance où est actualisée l'action rédemptrice du Christ (cf. Lc 22, 20). Ainsi, on se rend compte des liens intimes existant entre la vie matrimoniale et l'Eucharistie. La nourriture de l'Eucharistie est une force et un encouragement pour vivre chaque jour l'alliance matrimoniale comme « Église domestique ».

#### Spiritualité de l'amour exclusif et libre

319. Dans le mariage, on vit également le sens de l'appartenance complète à une seule personne. Les époux assument ce défi et le désir de vieillir et de se consumer ensemble et ainsi ils reflètent la fidélité de Dieu. Cette ferme décision, qui caractérise un style de vie, est une « une exigence intérieure du pacte d'amour conjugal », car « il est difficile que celui qui ne décide pas d'aimer pour toujours, puisse aimer vraiment pour un seul jour ». Mais cela n'aurait pas de sens spirituel s'il s'agissait uniquement d'une loi vécue avec résignation. C'est une appartenance du cœur, où Dieu seul voit (cf. Mt 5, 28). Chaque jour, en se réveillant, on renouvelle devant Dieu cette décision de fidélité, quoi qu'il arrive tout au long de la journée. Et chacun, lorsqu'il va dormir, espère se réveiller pour continuer cette aventure, en se recommandant à l'aide du Seigneur. Ainsi, chaque conjoint est pour l'autre un signe et un instrument de la proximité du Seigneur qui ne nous laisse pas seuls : « Et voici que je suis avec vous pour toujours jusqu'à la fin du monde » (Mt 28, 20).

320. Il y a un point où l'amour des conjoints atteint sa plus grande libération et devient un lieu d'autonomie saine : lorsque chacun découvre que l'autre n'est pas sien, mais qu'il a un maître beaucoup plus important, son unique Seigneur. Personne ne peut plus vouloir prendre possession de l'intimité plus personnelle et secrète de l'être aimé et seul le Seigneur peut occuper le centre de sa vie. En même temps, le principe de réalisme spirituel fait que le conjoint ne veut plus que l'autre satisfasse complètement ses besoins. Il faut que le cheminement spirituel de chacun – comme l'indiquait si bien Dietrich Bonhoeffer – l'aide à « se défaire de ses illusions » sur l'autre, à cesser d'attendre de cette personne ce qui est uniquement propre à l'amour de Dieu. Cela exige un dépouillement intérieur. L'espace exclusif que chacun des conjoints réserve à ses relations dans la solitude avec Dieu, permet non seulement de guérir des blessures de la cohabitation, mais aussi permet de trouver dans l'amour de Dieu le sens de sa propre existence. Nous avons besoin d'invoquer chaque jour l'action de l'Esprit pour que cette liberté intérieure soit possible.

## **Spiritualité de l'attention, de la consolation et de l'encouragement**

323. C'est une profonde expérience spirituelle de contempler chaque proche avec les yeux de Dieu et de reconnaître le Christ en lui. Cela demande une disponibilité gratuite qui permette de valoriser sa dignité. On peut être pleinement présent à l'autre si l'on se donne, sans justification, en oubliant tout ce qu'il y a autour de soi. Ainsi, l'être aimé mérite toute l'attention. Jésus était un modèle, car lorsqu'une personne s'approchait pour parler avec lui, il arrêta son regard, il regardait avec amour (cf. Mc 10, 21). Personne ne se sentait négligé en sa présence, puisque ses paroles et ses gestes étaient l'expression de cette question : « Que veux-tu que je fasse pour toi ? » (Mc 10, 51). Cela est vécu dans la vie quotidienne de la famille. Là, nous nous souvenons que cette personne vivant avec nous mérite tout, puisqu'elle possède une dignité infinie parce qu'elle est objet de l'amour immense du Père. Ainsi jaillit la tendresse, capable de « susciter en l'autre la joie de se sentir aimé. Elle s'exprime en particulier en se tournant avec attention et délicatesse vers l'autre dans ses limites, spécialement quand elles apparaissent de façon évidente ».

324. Sous l'impulsion de l'Esprit, le cercle familial non seulement accueille la vie en la procréant dans son propre sein, mais il s'ouvre, sort de soi pour répandre son bien sur d'autres, pour les protéger et chercher leur bonheur. Cette ouverture se révèle surtout dans l'hospitalité,[389] encouragée par la Parole de Dieu d'une manière suggestive : « N'oubliez pas l'hospitalité, car c'est grâce à elle que quelques-uns, à leur insu, hébergèrent des anges » (He 13, 2). Lorsque la famille accueille et va vers les autres, surtout vers les pauvres et les abandonnés, elle est « symbole, témoignage, participation de la maternité de l'Église ». L'amour social, reflet de la Trinité, est en réalité ce qui unifie le sens spirituel de la famille et sa mission extérieure, car elle rend présent le kérygme avec toutes ses exigences communautaires. La famille vit sa spiritualité en étant en même temps une Église domestique et une cellule vitale pour transformer le monde.

### **Prière à la Sainte Famille**

Jésus, Marie et Joseph  
en vous, nous contemplons la splendeur de l'amour vrai,  
en toute confiance nous nous adressons à vous.

Sainte Famille de Nazareth,  
fais aussi de nos familles  
un lieu de communion et un cénacle de prière,  
d'authentiques écoles de l'Évangile  
et de petites Églises domestiques.

Sainte Famille de Nazareth,  
que plus jamais il n'y ait dans les familles  
des scènes de violence, d'isolement et de division ;  
que celui qui a été blessé ou scandalisé  
soit, bientôt, consolé et guéri.

Sainte Famille de Nazareth,  
fais prendre conscience à tous  
du caractère sacré et inviolable de la famille,  
de sa beauté dans le projet de Dieu.

Jésus, Marie et Joseph,  
Écoutez, exaucez notre prière  
Amen !

Donné à Rome, près de Saint Pierre, à l'occasion du Jubilé extraordinaire de la Miséricorde, le 19 mars, Solennité de saint Joseph, de l'an 2016, le quatrième de mon Pontificat.

Franciscus