



## Une communication bénéfique : clé d'un mariage heureux

Un mariage réussi dépend de la coopération du mari et de la femme.  
Pour accéder aux joies inestimables d'un mariage heureux, une communication bénéfique est indispensable.

### Qu'est-ce qu'une communication bénéfique ?

La communication, selon le dictionnaire, c'est l'action de transmettre ou d'échanger des pensées, des opinions ou des informations par le langage, l'écriture ou des signes ».

Communiquer, c'est donc partager des sentiments et des idées. Et qui dit communication bénéfique dit idées constructives, intéressantes, vertueuses, louables et consolantes Éphésiens 4/29-32 ; Philippiens 4/8.

Les piliers d'une communication bénéfique sont la confiance et une compréhension mutuelle. Ces qualités sont présentes lorsque les conjoints considèrent leur mariage comme une union pour la vie et sont sincèrement décidés à en faire une réussite.

Un homme a écrit au sujet de ce genre de relation : « Deux êtres qui se sont choisis parmi tant d'autres avec l'intention de s'épauler et de se réjouir mutuellement s'engagent par cette action à se montrer, jusqu'à la fin de leur vie, des compagnons de bonne humeur, affables, avisés, prêts à pardonner, patients et joyeux, relativement aux points faibles et aux points forts l'un de l'autre ». Quel bonheur que cette union-là ! La vôtre aussi peut se parer de ces qualités comme de bijoux grâce à une communication bénéfique.

### Obstacles à une communication bénéfique

À l'approche du mariage, les fiancés sont en général optimistes, voire euphoriques. Mais, pour beaucoup, très vite l'euphorie retombe et l'optimisme s'évanouit. La belle assurance cède la place à une amertume faite de déception, de colère, d'hostilité ou même de forte antipathie. Vivre à deux devient alors synonyme d'endurer « jusqu'à ce que la mort nous sépare ».

Il existe donc des obstacles à surmonter pour améliorer ou entretenir la communication nécessaire à un mariage épanoui.

La crainte de la réaction de votre conjoint si vous lui annoncez telle nouvelle ou lui exprimez tel désir.

C'est dans le mariage que ce proverbe doit trouver sa plus belle expression : « Un véritable compagnon aime tout le temps et c'est un frère qui est né pour les jours de détresse » Proverbes 17/17.

La rancune est un autre obstacle à une communication bénéfique. On a dit fort justement qu'un mariage heureux est l'union de deux êtres prêts à pardonner. Si vous voulez correspondre à cette description, évertuez-vous à suivre ce conseil pratique de l'apôtre Paul : « Que le soleil ne se couche pas sur votre irritation » (Éphésiens 4/26). Pour ne pas nourrir de colère ou de rancune, il faut évidemment communiquer avec humilité.

Dans un couple solide, il n'y a pas de colère, de querelle ou de rancœur durables (Proverbes 30/33). Les conjoints s'efforcent d'imiter Dieu, qui ne garde pas de ressentiment (Jérémie 3/12). En effet, ils se pardonnent l'un à l'autre de tout leur cœur Matthieu 18/35.

### Comment favoriser une communication bénéfique

Il est extrêmement important de consacrer du temps à une communication affectueuse et bénéfique.

Toutefois, de même qu'il y a un temps opportun pour parler, de même il y a un temps pour se taire. Le sage a dit : " Pour tout il y a un temps fixé, [...] un temps pour se taire et un temps pour parler. « Et puis il faut aussi choisir ses paroles ». « Une parole en son temps, oh ! Combien elle est bonne ! » dit un proverbe (Ecclésiaste 3/1, 7 ; Proverbes 15/23). Cherchez donc le meilleur moment pour faire connaître votre point de vue ou pour exprimer votre préoccupation. Assurez-vous d'abord que votre conjoint n'est pas fatigué, mais plutôt reposé et d'humeur détendue.

Demandez-vous si le sujet dont vous souhaitez discuter risque de faire des étincelles ; essayez de vous rappeler lesquels de vos propos ont heurté votre conjoint la dernière fois que vous avez abordé la même question.

L'apôtre Paul a écrit : « Que votre parole soit toujours accompagnée de charme, assaisonnée de sel » (Colossiens 4/6). Efforcez-vous d'être gracieux tant dans le ton de la voix que dans le choix des mots, conscient que « des paroles agréables sont un rayon de miel, doux pour l'âme et guérison pour les os » Proverbes 16/24.

Certains couples trouvent propice à la communication le fait d'effectuer ensemble des tâches domestiques ou autres. Leur coopération leur donne le sentiment d'être solidaires tout en leur offrant du temps pour le dialogue. D'autres préfèrent, pour arriver à bien communiquer, être un peu tous les deux seuls et tranquilles, sans se préoccuper d'avoir quelque chose à faire.

Souvent, on apprend beaucoup en observant comment les conjoints bien assortis communiquent. Grâce à quoi sont-ils arrivés à cette entente et à cette facilité de communication ? Très probablement à force d'efforts, de patience et de tendre considération. Eux aussi ont certainement eu beaucoup à apprendre, car les bons mariages ne sont pas le fruit du hasard. Il est donc important que vous teniez compte du point de vue de votre conjoint, que vous discerniez ses besoins et que vous désamorciez, d'une parole avisée, les situations qui risquent de dégénérer (Proverbes 16/23).

Par conséquent, si vous êtes marié, efforcez-vous d'être quelqu'un d'agréable à vivre et auprès de qui on peut facilement s'excuser. Vous aurez là des atouts maîtres pour réussir votre mariage.

Dieu souhaite aux humains des mariages heureux et durables (Genèse 2/18, 21). Mais ce sont les gens mariés eux-mêmes qui en ont la clé entre les mains. Il faut être deux personnes qui s'aiment et qui coopèrent vraiment, en maîtrisant l'art d'une communication bénéfique, pour déverrouiller la porte donnant accès à un mariage réussi.

