



## L'intimité spirituelle dans le mariage

Le partage de votre démarche spirituelle est un préalable pour atteindre l'intimité spirituelle.

### **3 choses décrivent la plupart des mariages chrétiens:**

- 1° La plupart des mariages chrétiens ont peu de vraie intimité spirituelle.
- 2° La plupart des couples chrétiens désirent être spirituellement proches.
- 3° Dans le couple chrétien il y a beaucoup de fausses perceptions concernant l'intimité

spirituelle.

Qu'est-ce qui vous empêche de partager des choses spirituelles avec votre conjoint ?

Qu'est-ce qui empêche votre conjoint de partager des choses spirituelles avec vous ?

Qu'est-ce que l'intimité spirituelle, de toute façon ?

L'intimité se réfère à la proximité personnelle à l'intérieur d'une relation. Le mot clef est « proximité ». Cette proximité implique des sentiments d'amour et d'affection. Mais encore plus que des sentiments, il y a aussi une connaissance approfondie sur qui est l'autre vraiment. Graduellement, les personnalités s'entrelacent jusqu'à ce qu'il y ait un sentiment de lien.

Une de mes croyances fondamentales au sujet de l'humanité, c'est que nous avons été créés pour être intimes. Il est extrêmement important de reconnaître la nature multidimensionnelle de l'intimité.

### **Un couple peut être intime dans un ou deux domaines et être distant dans les autres.**

#### **1° L'intimité émotionnelle**

Vous êtes intimes émotionnellement quand vous vous sentez près l'un de l'autre. Vous vous sentez du soutien et des soins de la part de votre conjoint. Il y a un partage de douleurs et de joies et un sentiment que chacun de vous est véritablement intéressé au bien-être de l'autre. L'attention et la compréhension semblent être les caractéristiques de cette dimension de l'intimité.

#### **2° L'intimité sociale**

Vous êtes intimes socialement quand vous avez plusieurs amis en commun au lieu de socialiser chacun de votre côté. Cela ne veut pas dire que vous n'avez pas d'amis chacun de votre côté, mais ces amis ne constituent pas tout votre côté social. Passer du temps ensemble avec des amis communs est une importante partie de vos activités communes.

#### **3° L'intimité sexuelle**

La vraie intimité sexuelle implique plus que la simple performance de l'acte sexuel. Dans un mariage vraiment intime, l'expression sexuelle est une partie essentielle de la relation. C'est un véhicule de communication, pas juste un devoir. Si votre relation est intime sexuellement, vous êtes satisfaits de votre vie sexuelle. Vous êtes à l'aise l'un avec l'autre et vous ne voyez pas votre activité de manière routinière. L'intérêt authentique, la satisfaction, l'habileté à discuter les questions sexuelles sont les caractéristiques d'une relation sexuelle intime.

#### **4° L'intimité intellectuelle**

L'intimité intellectuelle implique le partage des idées. En bref, quand vous êtes intimes intellectuellement avec votre partenaire, vous vous parlez l'un l'autre. Plus que des conversations superficielles au sujet de la température, vous cherchez de l'information de la part de votre partenaire concernant des questions d'importance. Vous estimez l'opinion de votre partenaire et voulez partager la vôtre. Il y a une attitude de respect mutuel. Le sentiment d'être abaissé, le sentiment que les conversations sont futiles, le sentiment que votre partenaire essaie simplement de toujours changer vos idées - ces sentiments sont absents dans les relations intellectuelles intimes. Plutôt, les conversations sont stimulantes et enrichissantes.

## 5° L'intimité récréationnelle

Quand vous êtes intimes dans les loisirs, vous avez du plaisir en partageant des activités communes. Vous avez plusieurs intérêts similaires. Que ce soit des activités extérieures ou intérieures, vous aimez vous amuser ensemble. Même au milieu d'horaires trépidants, vous trouvez du temps pour faire des choses amusantes, et ainsi, vous vous sentez proches l'un de l'autre.

## 6° L'intimité spirituelle

Le dessein maître pour le mariage est l'intimité spirituelle. L'intimité spirituelle c'est être capable de partager votre moi spirituel, et trouver la réciprocité dans ce domaine, et d'avoir un sentiment d'union avec votre partenaire. Basé sur cette définition, l'intimité spirituelle est quelque chose que nous faisons, quelque chose que nous ressentons et quelque chose d'interrelationnel. Le partage est quelque chose que nous faisons ; c'est un comportement. C'est un acte de divulgation personnelle, d'ouverture de soi à quelqu'un d'autre, un privilège qu'on leur accorde d'un aperçu de qui nous sommes vraiment. La variété des partages peut être énorme. Parfois cela peut être de nature cognitive : vous pouvez partager vos croyances et vos compréhensions. Ou, fouillant un peu plus creux, vous pouvez partager vos incrédulités : vos doutes et vos appréhensions. Parfois vous pouvez partager vos sentiments, les bons (joie, paix) et les mauvais (peur et douleur). Il y aura des temps de victoire et de croissance, et il y aura des temps de désarroi, quand les fardeaux, les luttes et l'échec apparent vous jetteront à terre. Tout ceci représente votre moi spirituel, et c'est ce qui est partagé dans une relation intime. Un sentiment d'union est émotionnel. C'est quelque chose que nous ressentons. C'est un sentiment d'acceptation, d'être connu pour qui nous sommes vraiment et reconnaître que c'est bien ainsi. Vous savez qu'on prend soin de vous spirituellement, qu'il y a au moins une personne qui prie pour vous. Avec ce sentiment d'union se trouve le sentiment que vous êtes spirituellement sur la même longueur d'onde en tant que couple - c'est vraiment un mariage. Finalement, c'est réciproque quand il y a un élément interactionnel. Vous ne pouvez vous tenir seul et expérimenter l'intimité. Le partage profond qui n'est pas réciproque ne conduira pas à la proximité. Il doit y avoir un effort de votre part et de la part de votre partenaire si l'intimité doit être approchée.

## Ce que l'intimité n'est pas

L'intimité spirituelle n'est pas l'unité totale. Ce serait trop près. En thérapie, je me réfère à ceci comme étant «à lui, à elle et aux deux». Il doit faire sa propre affaire, elle doit faire la sienne et ils doivent faire leur chose en commun. Un équilibre sain est nécessaire. Comme Kahlil Gibran l'a affirmé dans «Le Prophète» «qu'il y ait de l'espace dans votre unité». C'est un besoin d'avoir des temps en privé dans le mariage, et cela doit être respecté.

Il y a certains préalables qui doivent être rencontrés avant qu'un couple soit prêt à travailler sur l'intimité spirituelle. Le préalable le plus fondamental c'est un mariage stable. Les choses qui bloquent la croissance dans le mariage doivent être confrontées.

## Il y a 5 préalables

### 1° Un mariage stable

Il doit y avoir de la confiance, de l'honnêteté, de la réciprocité. Vous devez sentir que votre partenaire a un intérêt authentique pour vous et vos besoins et qu'il est prêt à se mettre de côté pour vous si c'est nécessaire.

### 2° Des croyances similaires au sujet de Dieu et de la religion.

C'est important de différencier l'essentiel du facultatif.

### 3° Vos croyances doivent être importantes pour vous.

Il se peut que vous ayez un héritage de plusieurs générations dans l'église. La religion fait partie depuis longtemps de votre style de vie, mais le rôle qu'elle joue dans vos vies est minime. Si c'est le cas, il n'y aura pas d'intimité spirituelle dans votre mariage. Où est la passion ? Est-ce pour vous approcher de Dieu ? Nous investissons dans ce qui compte pour nous, et c'est ce que nous avons besoin de partager. Des croyances similaires sans des passions similaires ne produiront pas d'intimité spirituelle.

### 4° Vous devez vouloir la même chose : On dit «Personne ne travaille pour les objectifs d'une autre personne.

### 5° Vous devez partager votre propre cheminement spirituel l'un l'autre.

Quels sont les avantages de l'intimité spirituelle ?

Cela m'aide à chercher premièrement le Royaume, à me concentrer sur mes priorités spirituelles. C'est un facteur de rappel, de redevabilité. De cette façon, nous nous gardons chacun sur la bonne voie. Aussi, l'intimité spirituelle m'aide à savoir qui je suis spirituellement. Il y a quelque chose de bénéfique dans la verbalisation de ce que je pense et ressens. Cela apporte de la clarification.