

Contacts

Vous êtes invités à reprendre cette feuille à la maison. Elle pourra nourrir votre méditation ou votre prière. Elle vous sera aussi disponible sur le site www.collegiale.be

Une super technique pour supporter les défauts de son conjoint

Au fil des années, il arrive que les défauts de son conjoint soient de plus en plus pesants et source de tensions dans le couple. Et si ses défauts allaient de pair avec les qualités qui le caractérisent ? Alors, au lieu de se concentrer sur ses défauts, réjouissons-nous plutôt de ses qualités.

Le chrétien est bien sûr invité à pardonner.

Saint Paul dit : « Puisque vous avez été choisis par Dieu (...) revêtez-vous (...) de patience. Supportez-vous les uns les autres, et pardonnez-vous mutuellement si vous avez des reproches à vous faire » (Col 3, 12). L'humilité, la patience et le pardon sont essentiels à toute relation entre deux personnes qui s'aiment.

Les « petits pardons » sont ces pardons donnés au quotidien « pour tous les petits tracas, les ennuis les plus ordinaires, ces choses qui dérangent un peu chez l'autre mais que l'on ne peut probablement pas changer ». Reste néanmoins à pardonner.

Voir les qualités de ses défauts

Outre le pardon, une bonne technique pour supporter les petits défauts de son conjoint est de changer de point de vue. Concentrons-nous donc sur les qualités liées aux défauts de son conjoint, celles-là mêmes pour lesquelles nous l'avons épousé.

L'exercice consiste à observer un défaut et à trouver la qualité qui va avec.

Il s'agit ici de « petits » défauts, qui agacent mais ne remettent pas en question le respect mutuel essentiel dans un couple.

Voici une liste non exhaustive des qualités de certains défauts, en les tournant de manière positive. « Il » ou « elle » sont employés à titre d'exemple, et sont interchangeables.

Loin de nous l'idée de généraliser !

Son défaut => sa qualité

Il est radin => Il met de côté pour assurer notre avenir !

Elle balance l'argent par les fenêtres => Elle est généreuse.

Elle n'est jamais prête à temps => Elle sait faire 10.000 choses en même temps !

Il est anxieux => Il a tellement envie de bien faire et que tout soit parfait !

Elle est très désorganisée => Elle savoure le moment présent, et c'est précieux.

C'est un taiseux => Il est capable d'écouter.

Elle est tellement bavarde => Avec elle au moins, la vie est animée !

Il est un peu austère => Il est fiable, c'est rassurant.

Elle est frivole => Elle est spontanée, elle met de la légèreté dans ma vie !

Il ne sait pas prendre de décisions => Il est très conciliant.

Elle ne pense qu'à faire la fête => Avec elle, on rigole bien.

Il est paresseux et ne fait rien dans la maison

=> Bon, c'est vrai que c'est lui qui s'occupe des papiers/du jardin/du suivi des travaux/des enfants...

Elle est tellement têtue => Elle sait ce qu'elle veut.

Il est pédant => Il est cultivé.

Elle est fatigante => Elle est énergique.

Il est défaitiste => Il est prudent.

C'est une vraie mère poule => Nos enfants ont de la chance !

C'est un père plutôt sévère => Nos enfants ont de la chance !

...