Ce que j'ai apprécié en toi aujourd'hui

**Et si, une fois par jour, vous décidiez de « changer de lunettes »
et au lieu de voir tout ce qu'il (ou elle) n'a pas bien fait aujourd'hui,
ou tout ce qu'il n'a pas fait tout court…
si vous regardiez tout ce qu'il est pour vous, cet être qui a décidé
de vivre toute sa vie auprès de vous ?**

La pastorale Familiale de Nantes nous partage ce beau défi :

Il faut bien le reconnaître, on n'est pas habitué dans la vie courante à vivre 24/24 avec son conjoint… il est parfois difficile à supporter quelques heures par jour, alors toute la journée, nuit comprise !!!
Et pourtant, ce conjoint, mari, copain, amoureux…, il n'est pas là par hasard…
Un jour, nous l'avons choisi et pour cela, nous avions plein de bonnes, très bonnes raisons : il était honnête, prévenant, attentif, sérieux, plein d'humour, nous avions peut-être les mêmes « valeurs », « projet de vie » … Et si tout cela nous semble bien lointain, eh bien, c'est quand même bien réel et ça ne demande qu'à remonter à la surface, reparaître, refleurir comme le printemps !
Pour cela, il suffit d'un « petit rien », un tout petit effort … allez, on vous le dit !
Et si, une fois par jour, vous décidiez de « changer de lunettes » et au lieu de voir tout ce qu'il n'a pas bien fait aujourd'hui, ou tout ce qu'il n'a pas fait tout court (avec tout le temps qu'il a en ce moment !!!) … au lieu de cela, si vous regardiez tout ce qu'il est pour vous, cet homme, cette femme qui a décidé de vivre toute sa vie auprès de vous ?

ALORS LE VOILÀ CE DÉFI : tous les jours, en se réveillant, ou avant de s'endormir,
si nous prenions quelques minutes pour nous dire : « ce que j'ai apprécié en toi aujourd'hui, c'est… » (ton humour, ton petit plat de ce soir, ta patience avec les enfants, ta joie de vivre, ton souci d'appeler tes parents, etc. etc. Liste non exhaustive).
L'essayer, c'est l'adopter … vous allez voir comme votre vie va changer !!!
Et si jamais, vous aviez juste quelques minutes de plus, essayez donc de vous dire l'un à l'autre : « ce que j'ai vécu de plus fort aujourd'hui, c'est… » (de la joie de voir le soleil revenir, du découragement face à tel de nos enfants, de la tristesse face à nos parents seuls, de la gratitude face à nos voisins qui prennent des nouvelles…) avec juste l'ambition de rentrer davantage dans la vie de l'autre, c'est tout … et toujours du message « je », bien sûr !!!

Allez, n'hésitez pas, vous nous en direz des nouvelles !!! D'abord, vous allez vivre ce temps tout à fait différemment, peut être même que vous garderez ce petit rituel, après, « dans la vie normale »… et même pour les croyants, ne croyez vous pas que nous entrons ainsi dans le projet de Dieu pour notre vie de couple qui est tout simplement notre bonheur ???

©2025 - Diocèse d'Angoulême - 08/12/2025 -
https://charente.catholique.fr/services/familles/la-vie-de-couple/ce-que-jai-apprecie-en-toi-aujourdhui/