

Vive le romantisme ! Comment le favoriser !



Famille je t'aime



La grande majorité des couples a décidé de se marier pour connaître ce mystère de l'unité de 2 êtres différents. Quand le mot unité est évoqué, nous pensons naturellement semble-t-il à l'unité sexuelle. C'est vrai, cet aspect fait partie de l'objectif de vie commune d'un homme et d'une femme mais n'est pas le seul.

Il existe une unité de pensée, une unité affective, une unité spirituelle, une unité intellectuelle, une unité émotionnelle et peut-être d'autres encore. Beaucoup de couples disent que des relations sexuelles satisfaisantes sont la continuité logique des différents points de rencontre que je viens d'énumérer. On pourrait parler des relations sexuelles comme de la cerise sur le gâteau. Si cela n'est pas le cas, un manque se fera sentir et aussi une grande insatisfaction dans la vie de tous les jours. D'où l'importance d'alimenter et de nourrir l'unité du couple quotidiennement. Pour cela il faut du temps, du temps et encore du temps...ensemble !

Coupé de notre occupation professionnelle, le temps de vacances est synonyme de détente, de temps ensemble, d'échange et de rapprochement. La difficulté que nous pouvons rencontrer dans un premier temps de vacances est cette brusque proximité. Elle nous surprend et montre que vivre ensemble tout au long de l'année n'est pas synonyme d'intimité et de complicité. Il faut prendre le temps de s'approcher l'un vers l'autre. C'est quelque chose qu'il faut décider à l'avance et s'y tenir. Cela ne se fait pas tout seul et nous nous laissons facilement détourner de notre objectif par des activités « faciles » comme la télévision, internet ou des hobbies personnels... et chacun reste dans son coin, seul !

Alors comment favoriser le romantisme de telle manière que nos relations conjugales ne tombent pas dans la routine et dans l'ennui ?

A en croire la quantité de personnes qui regardent les films d'amour, le besoin de romantisme est immense ! Si vous êtes en couple, pourquoi chercher dans le virtuel ce que vous pouvez vivre aujourd'hui. Je vous suggère de lire avec votre conjoint, les quelques points qui suivent. N'attendez pas que l'autre les mette en pratique, mais commencez vous-même par l'une ou l'autre chose dans la journée et vous observerez rapidement un changement dans vos relations.

1. **Posez sur votre conjoint un regard nouveau !** Répondez à la question : ce qui m'attire chez mon conjoint, c'est... (bien sûr, plusieurs réponses sont possibles !)
2. **Rappelez-vous les sentiments qui vous animaient** lorsque vous avez fait connaissance, durant vos fréquentations puis vos fiançailles. Revivez les émotions agréables que vous avez connues dans le passé.
3. **Repensez à un moment plaisant** que vous avez passé avec votre conjoint et que vous aimeriez revivre. Nourrissez-en votre imagination et vos sentiments seront ravivés. Si vous le désirez, parlez ensemble de ces délicieux souvenirs. Concentrez-vous uniquement sur les expériences positives de façon à vous donner envie de les renouveler.
4. **Abandonnez toute critique mentale au sujet de votre conjoint.** Efforcez-vous de penser seulement à ses qualités, à ses points forts, aux bonnes choses qu'il fait pour vous.

5. Ces points que vous venez énumérer, **pourquoi ne pas les écrire dans une lettre d'amour?**

6. Que faisiez- vous ensemble durant vos fréquentations ? Vous aviez probablement du mal à vous quitter ! **Repensez aux activités que vous aimiez particulièrement** et que vous avez délaissées une fois mariés à cause des responsabilités grandissantes ? Recommencez à les pratiquer en couple.

7. **Téléphonez-vous l'un à l'autre** durant la journée simplement pour dire « je t'aime », « j'ai hâte de te revoir »... « tu me manques », « j'ai envie de te prendre dans mes bras »...

8. **Offrez-lui un présent** ou des fleurs sans raison particulière.

9. **Embrassez-vous** passionnément.

10. **Faites fonctionner votre créativité** et chassez la routine ! Attention, cette dernière peut vous tuer votre couple si vous n'y prenez pas garde!

11. De façon régulière, **créez à la maison une atmosphère romantique**, propice aux échanges : dîner au chandelles, musique de fond, sans oublier de débrancher le téléphone ou de laisser le répondeur le soin de prendre vos appels.

12. **Sortez souvent** (une fois par semaine est un minimum) en amoureux : promenade au clair de lune, en forêt ou sur la plage, un pique-nique en tête à tête dans la nature. Vous aurez besoin pour cela de faire garder les enfants pour que votre soirée se déroule sans interruption.

13. **Pratiquer la minute du matin et la minute du soir !** Je m'explique : une minute n'est pas longue et je vous propose de prendre votre conjoint dans vos bras pendant une minute le matin à son réveil et une minute le soir au couché. Une étreinte comme pour lui dire que vous êtes là pour lui ou pour elle. Faites-le tous les jours et peut-être si votre conjoint et vous-même y prenez goût (je n'ai jamais rencontré quelqu'un qui s'est fatigué à cet exercice) faites-le plusieurs fois par jour. Vous me donnerez des nouvelles le mois prochain !!!

Je vous souhaite un excellent mois d'août !

visitez le site FJA : www.famillejetaime.com

Famille je t'aime

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !



43 PARTAGES

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. ©

2022 - www.topchretien.com