Souper en amoureux « chez soi »
à l'occasion de la Saint-Valentin

Notre couple dans le rêve de Dieu

Faites-vous le cadeau d'une belle soirée chez vous !

- Organisez un repas sympa avec apéro, entrée, plat et dessert (pourquoi ne pas se faire aider par un traiteur ?), couchez les enfants (ou mieux encore faites-les garder), soignez l'ambiance (musique, déco, lumière,...).
- Imprimez deux exemplaires de ce carnet : un pour chacun de vous.
- Pour la dernière étape de la soirée, prévoyez un peu de matériel créatif, selon vos affinités : papier, crayons, peintures, tissus, pâte à modeler,...
- Entre chaque plat, prenez le temps de vivre une des étapes de l'animation proposée ci-après.

Notre couple dans le rêve de Dieu

« Vouloir fonder une famille,
c'est se décider à faire partie du rêve de Dieu,
choisir de rêver avec Lui. »
Pape François dans Amoris Laetitia 321

Chers vous,

Nous nous réjouissons de vous accompagner le temps d'une soirée dans le monde merveilleux des rêves. Vos rêves à chacun, vos rêves ensemble, mais aussi le rêve de Dieu !
Que vous soyez chez vous ou dans une rencontre organisée par votre Église locale, soyez certains que le rêve de Dieu (et le nôtre) est d'abord que vous trouviez de la joie dans ce moment.

Alors, laissez-vous emmener…3, 2, 1, c'est parti ! Rêvez !

Animation Saint Valentin 2023 conçue par :

- Monique Touma (psychologue et conseillère conjugale)
- Monique Dorsaz et Alice Nielsen, pastorale des couples et familles de Vaud (couples-et-familles@cath-vd.ch)
- Anne-Claire Rivollet et Marie Montavont, pastorale des familles de Genève (pastorale.familiale-ge@cath-ge.ch)

Etape 1 inspirée par les carnets « Save your love date »de Soazig Castelnérac

EGLISE CATHOLIQUE ROMAINE GENÈVE
FAMILLE

ÉGLISE CATHOLIQUE VAUD
Pastorale des couples et familles

Etape 1 :
Mes rêves et tes rêves

Cochez les traits de caractère qui vous correspondent le plus et ceux qui correspondent le mieux à votre conjoint, selon vous.

Dans la vie, je suis plutôt...		**Dans la vie, tu es plutôt...**
☐	Rêveur	☐
☐	Fonceur	☐
☐	Optimiste	☐
☐	Suiveur	☐
☐	Réaliste	☐
☐	Craintif	☐
☐	Créatif	☐
☐	Force tranquille	☐
☐	Pessimiste	☐
☐	Meneur	☐
☐	Autre	☐

Cochez pour vous-même

Pour concilier ces différents traits de caractère, faut-il ?	☐ Mener nos projets chacun de notre côté ☐ Jongler tant bien que mal selon les projets ☐ Beaucoup échanger pour pouvoir s'appuyer sur les forces de l'autre
Une nouvelle passion, un nouveau projet m'anime (travail, études, foi, bénévolat, culture, ou autres)	☐ Je m'engage à fond, estimant que chacun a le droit d'évoluer ☐ Je cherche l'échange en couple et un moyen de ne pas prétériter notre relation ☐ Je tâte discrètement le terrain ; Sentant que l'autre n'est pas favorable à ce nouvel engagement, j'y renonce

Puis prenez le temps de partager / comparer vos réponses

Répondez et cochez pour vous-même avant ensuite d'échanger sur vos réponses respectives

Le dernier rêve que j'ai mené à bien, qui s'est concrétisé : .....

.....

.....

Le prochain rêve ou projet qui me tient à cœur ?.....

.....

.....

Qu'est-ce qui empêche mes rêves de se déployer ?

- ☐ Le manque de temps
- ☐ Le manque d'argent
- ☐ Le manque de confiance en moi
- ☐ Le manque d'énergie
- ☐ Le manque de soutien
- ☐ Le manque d'audace
- ☐ Autre…

Est-ce que je te partage mes rêves, mes projets ?	☐ Souvent ☐ Régulièrement ☐ Très rarement ☐ Jamais
Ai-je le sentiment que tu soutiens mes projets ?	☐ Toujours, tu es partant sur tout ☐ Le plus souvent ☐ Rarement ☐ Jamais

« Souvent, l'un des conjoints n'a pas besoin d'une solution à ses problèmes, mais il a besoin d'être écouté. Il veut sentir qu'ont été pris en compte sa peine, sa désillusion, sa crainte, sa colère, son espérance, son rêve. » Pape François dans Amoris Laetitia 137

Etape 2 :
Ceux qui inspirent, soutiennent notre couple

Prenez quelques minutes de réflexion personnelle

Quelles figures bibliques, témoins de la foi ou personnages célèbres sont importants

- pour moi et m'inspire dans ma vie ? En quoi ces figures sont-elles marquantes ?

  .....

  .....

  .....

- pour toi et t'inspirent, selon moi ?

  .....

  .....

  .....

Puis échangez sur vos réponses et comparez les figures choisies par l'un et l'autre.

« L'expérience de chacun est le trésor de tous. » Gérard de Nerval

Etape 3 :
Nos rêves de couple

« Quand la capacité de rêver se perd dans une famille, les enfants ne grandissent pas, l'amour ne grandit pas, la vie s'affaiblit et s'éteint. »
Pape François dans Amoris Laetitia 169

Choisissez librement (ou piochez au hasard) une ou plusieurs questions et échangez en couple.

En gris, cartes pour exprimer sa gratitude quant au chemin parcouru à deux.
En fuchsia, cartes pour nourrir des rêves et projets ensemble !

Depuis notre rencontre, de quelles réussites pouvons-nous nous féliciter ?

Quels rêves avions-nous et avons-nous pu réaliser ?

Si nous avions deux jours devant nous, rien que pour nous, qu'en ferions-nous ?

Qu'est-ce qui a évolué dans/grâce à notre relation, depuis notre rencontre ?

Racontons-nous un événement au cours duquel nous avons fait équipe !

Que manque-t-il à notre bonheur ?

Pour ces 3 prochaines années, quels sont nos rêves, nos projets communs ?

Dans quelles circonstances avez-vous été fier/fière de votre conjoint ?

Etape 4 :
Le rêve de Dieu !

« [Les conjoints] sont entre eux reflets de l'amour divin qui console par la parole, le regard, l'aide, la caresse, par l'étreinte. Voilà pourquoi vouloir fonder une famille, c'est se décider à faire partie du rêve de Dieu, choisir de rêver avec Lui, vouloir construire avec Lui, se joindre à Lui dans cette épopée de la construction d'un monde où personne ne se sentira seul. »

Pape François dans Amoris Laetitia 321

Et si on illustrait le rêve de Dieu pour notre couple ?

Avec le matériel à disposition (peinture, feutres, revues, ciseaux, colle, etc.), prendre le temps à deux d'illustrer la manière dont nous imaginons le rêve de Dieu pour notre couple ?

Puis donner un titre à cette composition unique !

Conclusion

Nous vous proposons de terminer cette soirée par quelques minutes de méditation en couple. Après la lecture de ce texte du Nouveau Testament, choisissez une phrase sur laquelle vous pouvez échanger quelques réflexions et/ou formuler une prière !

Que votre amour soit sans hypocrisie.
Fuyez le mal avec horreur, attachez-vous au bien.
Soyez unis les uns aux autres par l'affection fraternelle,
rivalisez de respect les uns pour les autres.
Ne ralentissez pas votre élan, restez dans la ferveur de l'Esprit,
servez le Seigneur, ayez la joie de l'espérance,
tenez bon dans l'épreuve, soyez assidus à la prière.
Partagez avec les fidèles qui sont dans le besoin,
pratiquez l'hospitalité avec empressement.
Bénissez ceux qui vous persécutent ;
souhaitez-leur du bien, et non pas du mal.
Soyez joyeux avec ceux qui sont dans la joie, pleurez avec ceux qui pleurent.
Soyez bien d'accord les uns avec les autres ; n'ayez pas le goût des
grandeurs, mais laissez-vous attirer par ce qui est humble.
Ne vous fiez pas à votre propre jugement.
Ne rendez à personne le mal pour le mal,
appliquez-vous à bien agir aux yeux de tous les hommes.
Autant que possible, pour ce qui dépend de vous,
vivez en paix avec tous les hommes.
Epître aux Romains 12, 9-18

Pour terminer, vous pouvez vous bénir l'un l'autre en imposant les mains, en traçant un signe de croix sur le front ou en vous enlaçant :

Que le Seigneur te bénisse et te garde,
qu'il fasse pour toi rayonner son visage,
Que le Seigneur te découvre sa face,
te prenne en grâce et t'apporte la paix. Amen