

### **Test sur des idées fondamentales pour le bonheur du couple.**

T = Être ensemble âme et corps pour parler, faire une promenade, se caresser, jouir, faire l'amour, parler des fils ou des projets de famille. Le temps pour se rendre heureux ensemble et pour satisfaire les besoins et les désirs du partenaire.

*Faites seulement une crochette sur la réponse qui pour vous est exacte :*

1. Quand employons-nous T ?
  - quand je veux
  - quand tu veux
  - quand nous deux voulons
2. Est bien programmer T ?
  - oui
  - Non. N'importe quand, par hasard.
3. Combien de fois pendant la semaine faire T
  - deux fois
  - trois fois
  - ou plus
4. Dans les discussions qui a raison ?
  - quelque fois le mari et quelque fois la femme
  - toujours tous les deux
  - aucun des deux
5. La phrase « ils se séparent parce qu'ils ne se comprennent pas » est :
  - juste
  - ou nuisible ?
6. Avec quel des 5 sens on aime (écrire seulement un des 5)
  - la femme avec .....
  - l'homme avec .....
7. Quand on veut s'adresser au partenaire je dois commencer normalement
  - avec le mot «je, moi»
  - ou avec le mot «tu, toi»

• **Définition: Amour est l'effort de rendre heureuses une ou plusieurs personnes, chercher son bonheur. Si l'autre personne fait le même effort alors nous avons l'amour de couple.**

• Ma définition est la vraie et les autres, insuffisantes.

- Un mariage sans amour est invalidé. Mais la formule du mariage est « moi je te prends. ». Ce n'est pas un acte d'amour c'est du plaisir à prendre et pas à donner. L'amour exprimé en autres mots: « moi je m'engage à te rendre heureux en te donnant tout mon amour, tout mon corps, toute mon âme, toute mes forces, toutes mes capacités, tous mes biens pour toujours. Tu t'en sers quand tu en as besoin ». Lecture du « le Prophète » de K. Gibran.
- L'amour dans le mariage doit être réciproque. Si seulement l'un des deux aime, alors c'est l'amour du prochain, l'amour Samaritain. Ici on parle d'amour qui doit exister pour les deux partenaires.

### **A. Réponse au test**

Il faut analyser ensemble les 8 points du test un par un, et commencer en donnant les réponses pour la thérapie. Ces sont mes réponses, mais chacun doit juger librement.

1. Celui qui veut le bonheur de l'autre, fait un acte d'amour. Alors :

- « Quand je veux » je satisfais mon besoin, et je me fais plaisir moi-même.
- « Quand les deux le veulent », les deux cherchent leur plaisir et le prennent.
- “Quand tu veux” est la seule formule juste qui exprime l'amour de ma part. J'aurais autre chose à faire mais si tu désires mon temps, je suis à ta disposition. Alors l'amour devient mon plaisir de faire plaisir au partenaire.
- Une chose très triste est le chantage, l'extorsion ou l'usage de la sexualité comme signe de pouvoir. La réponse « quand je veux » est employée par beaucoup de femmes par une mauvaise information éthique et physique. Trop souvent les femmes refusent le sexe avec leur époux. Une femme qui se marie devrait savoir que l'homme peut avoir besoin de sexe chaque jour. Des prostituées peuvent avoir des rapports sexuels avec dix hommes par jour pour de l'argent, alors que beaucoup d'épouses ont envie de faire l'amour 3 fois par semaines.
- Lorsque le couple ne veut plus d'enfants je conseille qu'un des partenaires se laisse stériliser. La peur de rester enceinte est une chose

dramatique dans l'histoire des familles.

2. Il faut programmer, autrement il ne reste pas un instant pour la chose la plus belle au monde qui est « l'amour ». Tout le temps dans notre société est organisé. Tout le temps aujourd'hui est pris par des personnages gris comme on lit dans le livre « Momo » de Michael Ende. Le renard dit au Petit Prince: *“Il eût mieux valu revenir à la même heure. Si tu viens, par exemple, à quatre heures de l'après-midi, dès trois heures je commencerais d'être heureux. Plus l'heure avancera, plus je me sentirai heureux. À quatre heures déjà je m'agiterai et m'inquiéterai: je découvrirai le prix du bonheur! Mais si tu viens n'importe quand, je ne saurai jamais à quelle heure m'habiller le coeur. Il faut des rites”* (c. XXI). Elle est belle l'expression « les rites de l'amour! » Si le matin le mari sait que le soir sa femme sera sûrement libre pour lui, pendant la journée pensera souvent à l'instant heureux et le travail sera moins stressant. Et la femme sera heureuse de savoir que se soir on parlera des problèmes des enfants ou de quelque achat important pour la maison.
3. Je dis de profiter de T le plus souvent possible au moins trois fois, par exemple, dimanche, mardi et jeudi. Le renard et le Petit Prince : *« C'est le temps que j'ai perdu pour ma rose qui fait la rose si importante »* répéta le Petit Prince afin de se souvenir. La répétition du Petit Prince est émouvante et fait de lui le meilleur élève de la Méthode Coué. Dans notre Europe on a presque tout. Assez de chambre, de vêtement de nourriture... Mais ton temps c'est seulement toi qui peut me le donner.
4. La réponse exacte est « toujours tous les deux ». Méthode Gordon: vaincre, gagner ensemble. Chaque pensée doit être prise comme complémentaire à celle du partenaire. Une pensée de la femme et une pensée opposée celui de l'homme. Les idées doivent être prises comme un enrichissement : c'est-à-dire une idée plus une ça fait deux. Souvent on fait le contraire et on dit une moins une fait zéro. Pour l'argent on additionne. 50 000 € de la femme et 50 000 de l'homme ça fait 100 000, mais pour les pensées on fait la soustraction 50 000 – 50 000 ça fait zéro.
5. Non. La phrase confond l'amour avec l'intellect. Chaque personne est un mystère et de ce fait ineffable. Dieu créa l'humanité homme et femme. J'en suis seulement la moitié. Il est impossible de me connaître moi même (Socrate : *connaît toi même*) parce que je possède tant de mystères : ma personne, ma vie, mon intelligence, mon amour etc. Ma femme est aussi

pleine de mystères impossibles à être compris. Un proverbe chinois disait : l'intellect est le dragon assis devant le temple de l'amour qui attend qu'il sorte pour le dévorer. Alors il faut accueillir, embrasser ma femme, immense mystère et jouir de cette richesse pleine de dévouement et respect comme devant l'immensité d'univers. Lorsque mon frère Gildo en 1987 épousa, je fis de dans l'église le suivant souhait : *Je vous souhaite que dans une quarantaine d'année vous puissiez commencer à vous comprendre.* Ma mère dit fort : *Mais comme quand ils seront vieux ?* Et mon père répondit : *Giammario a raison ! Je te le dis chaque jour que tu ne me comprends jamais !*

6. La réponse est, je cois, de Balzac: la femme aime avec son ouïe et l'homme aime avec ses yeux. C'est pour cela que l'homme doit prononcer des belles paroles qui touchent le sentiment de son épouse. Elle ne dira jamais : c'est trop romantique. Le rappel de la première rencontre et d'autres petit souvenirs sera toujours bienvenu. Et la femme doit prendre soin d'elle, être belle et attirante ; même si quelque fois il est avare de compliments pour sa nouvelle robe ou sa coiffure.
7. La parole « je » exprime nos propres sentiments, le « tu » est tenté de juger , corriger, dicter, commander, suggérer , supposer des solutions. (Méthode Gordon)

## **B. Pratique**

Pour une thérapie il est nécessaire que les deux époux veuillent devenir un couple heureux.

- Donner aux époux des pratiques à faire bien programmées.
- Ecrire sur une fiche, et contrôler le respect.
- Le module des suggestions des 16 semaines de contrôle est très approprié.
- Tous les désaccords qu'ils ne peuvent pas résoudre tout seuls doivent les signer derrière le module pour les résoudre à la prochaine séance.
- Ils doivent venir une fois par semaine pendant 4 semaines.
- Brièvement contrôlez l'expression affective de leurs yeux.
- Voici une pratique qui donne des résultats extraordinaires. Je dis aux époux : Restez debout l'un en face l'autre. Regardez-vous dans les yeux et dites lentement (l'un après l'autre) : (Pierre) tes idées appartiennent à moi, ton amour est mon amour. (Marie) tes idées appartiennent à

moi, ton amour appartient à moi.

- Ils doivent faire l'exercice avant moi. Normalement ils s'embrassent pleins de larmes. Je leur dis, de faire le petit exercice chaque fois avant que l'un ou l'autre sorte de la maison ou y rentre. On laisse programmer leurs T (minimum 3 fois par semaine) et contrôler la réalisation effective.
- La thérapie demande plus de temps si l'un des partenaires est amoureux d'une autre personne. S'ils veulent vraiment vivre en couple alors ils doivent faire beaucoup de suggestions pendant le sommeil. Il doivent aussi accepter le réciproque contrôle de leur sorties, de leur temps libre, de leur téléphone.

### **C. Saint Paul Apôtre aux Cor. 7. 1-9**

Vous m'avez écrit : « Il est bien pour un homme de ne pas toucher (grec. aptestai) la femme ? » Je vous réponds que pour éviter la fornication (c'est-à-dire chercher une autre femme mariée ou un autre homme marié) chaque homme ait sa femme et chaque femme ait son mari. Que le mari soit à disposition de la femme pour ce dont elle a besoin (gr. ofeilen = dette, dette matrimoniale), et la femme pour son mari. La femme n'est pas la propriétaire de son corps, mais son mari le possède. Et ainsi le mari n'est pas le propriétaire de son corps, mais sa femme le possède. Ne vous privez pas l'un de l'autre (gr. apostereite = ne vous fraudez pas, ne privez vous du dû), sauf par un commun accord (symfonu = accorder) pour un temps déterminé, pour prier, mais ensuite revenez ensemble pour que satan ne vous tente en agissant sur votre faiblesse (incontinence ? gr. krates = force, ici se dit a-krates- = sans force, faiblesse). Ces choses je vous les dis avec tant de compréhension sans vous vouloir commander en rien.

### **D. « Le Petit Prince », d'Antoine de Saint Exupéry**

(Insuccès de couple qui ne se sers pas des méthodes Gordon et Coué)

Text:

« L'arbuste cessa de croître et commença à préparer une rose. Le petit prince assistait à la formation d'un bouton énorme, sentait bien qu'il en sortirait une apparition miraculeuse. Mais la rose ne cessait plus de se préparer à être belle, à l'abri de sa chambre verte. Elle choisissait avec soin ses couleurs.

Elle s'habillait lentement, et ajustait un à un ses pétales. Elle ne voulait apparaître que dans le plein rayonnement de sa beauté. Oui elle était très coquette. Sa mystérieuse toilette avait donc duré des jours et des jours. Et puis voici qu'un matin, à l'heure du lever du soleil, elle s'était montrée. Et elle, qui avait travaillé avec tant de précision, dit en bâillant : « Ah je me réveille à peine, je vous demande pardon ... Je suis encore toute décoiffée » Le petit prince alors ne put contenir son admiration. « Que vous êtes belle » ! - N'est-ce pas ? Répondit doucement la fleur. Je suis née en même temps que le soleil. Le petit prince devina bien qu'elle n'était pas trop modeste, mais elle était si émouvante !

- C'est l'heure, je crois, du petit déjeuner, avait-elle bientôt ajouté, auriez vous la bonté de penser à moi ...

Et le petit prince tout confus ayant cherché un arrosoir d'eau fraîche avait servi la fleur. Ainsi elle l'avait bien vite tourmenté avec sa vanité un peu ombrageuse. (*Les tourments continuent avec les épines, le globe, le paravent, la toux ... pour lui infliger des remords*) Ainsi le Petit Prince, malgré la bonne volonté (volonté selon Coué) de son amour, avait vite douté d'elle (suggestion « doute » = insuccès. Plus forte que la bonne volonté. Volonté contre imagination = Imagination).

Il avait pris aux sérieux (pas décodé Gordon.) des mots sans importance et était devenu très malheureux. « J'aurais dû ne pas l'écouter, il ne faut jamais écouter les fleurs. Il faut les regarder et les respirer. La mienne embaumait ma planète, mais je ne savais pas m'en réjouir. Cette histoire de griffes (décoder. besoin de protection), qui m'avait tellement agacé, aurait dû m'attendrir. Je n'ai alors rien su comprendre. J'aurais dû juger sur les actes et non sur les mots. Elle m'embaumait et m'éclairait. Je n'aurais jamais dû m'enfuir ! J'aurais dû deviner sa tendresse derrière ses pauvres ruses. Les fleurs sont si contradictoires ! Mais j'étais trop jeune pour savoir l'aimer (*Il se prépare à partir*) .

Et quand il arrosa une dernière fois la fleur, et se prépara à la mettre à l'abri sous son globe, il eut envie de pleurer (*larmes qui purifient l'âme*).

- Adieu, dit-il à la fleur,
- Mais elle ne lui répondit pas.
- Adieu –répéta-t-il.
- J'ai été sotte, lui dit-elle enfin. Je te demande pardon. Tâche d'être heureux

Il fursurpris.

- Mais oui, je t'aime, lui dit la fleur.
- Tu n'en as rien su par ma faute (*la terrible faute de ne pas savoir exprimer les grands sentiments primaires, - Méthode Gordon - et de les cacher sous des petites mensonges*). Mais tu as été aussi sot que moi (*il n'a pas « écouté activement Gordon »*). *Il aurait compris que le globe, le paravent, les épines, l'arrosoir, tout cela n'avait aucune importance*).
- Ne traîne pas comme ça, c'est agaçant. Tu as décidé de partir. Va-t'en.

Car elle ne voulait pas qu'il la vît pleurer. C'était une fleur tellement orgueilleuse!...