

# POUR UNE VIE CONJUGALE MEILLEURE

L'islam a traité le sujet de la vie conjugale, il en a posé les bases et en a donné les grandes orientations et les conseils permettant au musulman d'éviter beaucoup d'aléas désagréables et de problèmes complexes qui entravent la pérennité de la vie conjugale et l'expose à de multiples périls.

L'islam nous conseille, avant tout, de choisir une femme chaste. Le prophète(PSAL) a dit: *{ Choisissez (votre femme) pour votre semence car l'hérédité cache bien des mystères<sup>1</sup> }*

Nos propos au sujet de la vie conjugale sont des propos ayant une portée générale, car la vie commune est influencée dans son évolution vers l'échec ou la réussite par l'éducation et l'intégrité des gens. Le prophète (PSAL) dit:«*les gens sont des minerais* ». En effet, chacun a ses qualités, ses défauts et ses aspirations.

Le choix d'un conjoint répond psychologiquement à un désir profond. C'est pourquoi parmi les hommes, il y a : Celui qui cherche la femme riche, celui qui choisit une femme pour sa notoriété, celui qui est séduit par les apparences et préfère une femme non pas par amour mais par vanité et orgueil pour épater les autres. Mais il y a aussi celui qui choisit une femme pour la qualité de sa conduite et son éducation et pour sa moralité sans tenir compte du reste.

La société occidentale dite moderne a fait de la passion son dieu. L'immoralité a atteint le sommet dans la dislocation des relations familiales puisque le mariage en tant qu'acte solennel n'est rien d'autre qu'un ensemble d'articles rédigés en termes de méfiance et où chacun cherche à préserver ses propres intérêts (dès le départ il y a un manque de confiance et on prévoit les clauses de séparation). Aux états unis par exemple la signature de l'acte de mariage est souvent faite avec l'assistance et sous la surveillance des avocats. Où est donc l'amour? Où est la tendresse? Où est le serment de fidélité et de soutien mutuel? Si toutes les mesures de prévoyance visent à protéger ses intérêts, comment peut-on croire naïvement qu'elles peuvent contribuer à pérenniser l'amour. Le mariage serait-il juste une question d'intérêts?

La tradition musulmane insiste sur la pertinence dans le choix du conjoint convenable. Ainsi, l'acte de mariage est le résultat d'un travail de méditation, de recherche d'informations, de réflexion et de concertation. Un proverbe dit: « Les noces d'un jour nécessitent un an de réflexion ». Quelque soit ta démarche, mon frère, ta femme est ta compagne pour la vie, elle sera la mère de tes enfants et la pérennité de ta filiation. Ton amour pour tes enfants est étroitement lié à ton amour pour ta femme.

Que l'on médite ces paroles:

Le prophète (PSAL) a dit: « *La vie est un ensemble de capitaux et le meilleur capital est la femme chaste* ».

Il a donné cette parabole (PSAL): « *Méfiez-vous de l'herbe acide (c'est une belle herbe qui pousse sur le tas de fumier)! On lui demanda: Qu'est-ce que l'herbe acide? Il répondit: C'est une belle femme qui évolue dans un milieu malsain* ».

L'imam Malik a dit : « *On ne peut récolter d'un arbre que son propre fruit et qui ne peut pousser ailleurs que sur son arbre* ».

---

<sup>1</sup> On peut traduire également par « Choisissez vos épouses car la filiation comporte des mystères »

Othman Ibn Abi Al Aas At Thaqafi recommanda à l'un de ses enfants: « *Fils! L'époux est un planteur. Que chaque homme observe où il va planter ses plants car la mauvaise graine ne donne que très rarement. Alors choisissez bien (vos femmes)même après coup* »

## **I. Comprendre la vie conjugale:**

Certes dans le mariage il y a un engagement mais il y a aussi une sagesse qui repose sur des principes.

La sagesse est rattachée au croyant, elle le guide, l'oriente et le conseille. Le prophète la définit en disant que : « *La sagesse, c'est ce que le croyant cherche le plus, par tout où il la trouve, il se l'approprie. Tout ce qui concorde avec le coran et la sunna nous le garderons et tout ce qui les contredit nous le rejetons* »

### **1. Le mariage réussi est bâti sur l'équilibre et la complémentarité**

L'équilibre est basé sur des critères inhérents aux comportements individuels et sociaux de l'homme et de la femme. A défaut de ces critères dès le débuts de la relation le sort de cette union est largement compromis.

Il se caractérise par la qualité des échanges, du partage et des interactions entre les deux époux assurant une convergence dans les points de vue. La règle d'or réside dans la réciprocité et l'équité entre **DONNER** et **RECEVOIR**. Dieu définit cette complémentarité: « *Elles sont un vêtement pour vous et vous êtes un vêtement pour elles* »Al Baqara S2. V287. Allah nous décrit, par des termes appropriés et compréhensibles, le degré de l'équité et l'interdépendance en toute chose y compris les sentiments dans les relations entre les hommes et leurs épouses. Tout ce qui touche un homme de bien ou de mal touche en même temps sa femme.

La complémentarité, c'est ce qui fait que chacune des deux parties a besoin de l'autre (ou de son consentement) pour accomplir une action quelconque dans le cadre de la vie commune.

En effet, il n'est permis à aucun des deux de dominer. C'est ainsi l'islam.

Méditons ce verset: « *Parmi ses signes il a créé de vous, pour vous, des épouses pour que vous viviez en tranquillité avec elles et il a mis entre vous de l'affection et de bonté. Il y a en cela des preuves pour des gens qui réfléchissent* ».S30 V 21

Dans la vie quotidienne, le fait de donner et de recevoir est exprimé par une attitude de complémentarité et non pas par l'opposition, la confrontation ou l'entêtement.

Exemples de cette complémentarité: Quand l'une des deux parties pose une question ou formule une demande, elle attend de l'autre en plus de l'écoute qu'il accepte ses plaintes et réponde à ses demandes. Etc

Ce qui tue l'amour c'est le sentiment d'avoir beaucoup donné et de n'avoir que très peu reçu.

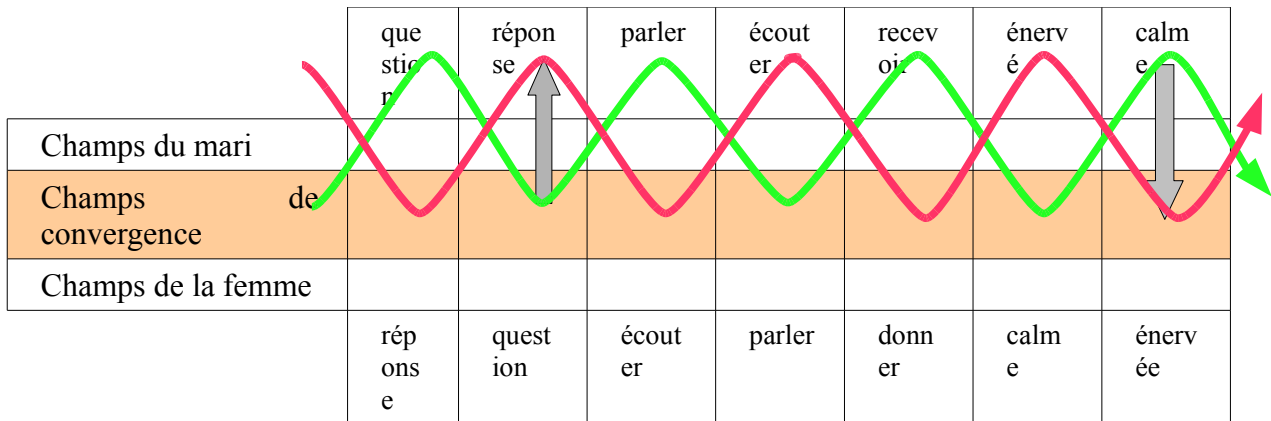
L'équilibre souhaité est un processus qui met en jeu les attentes respectives de l'homme et de sa femme et la capacité de l'un et de l'autre à apporter des réponses appropriées. *Par conséquent, l'échange ou l'interaction entre les partenaires se fait par une série de communications qui peut être considérée comme une séquence ininterrompue d'échanges*<sup>1</sup>

### **2) le champs de convergence**

Dans le schéma suivant, nous observons que les relations conjugales connaissent des fluctuations semblables à des mouvements d'une balance. En effet chaque fois qu'un plateau descend, l'autre remonte et à chaque mouvement l'aiguille passe par le point d'équilibre, La communication ( verbale ou non verbale) entre les époux fonctionne, et doit fonctionner, sur le même modèle.

---

<sup>1</sup> Benjamin le wolf(cité par bateson et jackson) parle de « ponctuation de la séquence des faits » in UNE LOGIQUE DE COMMUNICATION\_p watzlawick j beavin et don d jackson éd point



### 3) Le champs du mari et le champs de la femme.

Pour qu'il y ait équilibre, il faut que les époux possèdent des qualités de tolérance, de compassion, de retenue, de compréhension, d'espoir et de générosité.

Les facteurs qu'il faut prendre en considération pour poser les bases de l'équilibre conjugal sont:

1. **Partage des responsabilités:** Le but est la répartition des rôles afin de minimiser les désaccords tels que :

- Chacun doit prendre un temps pour parler et un autre pour écouter,
- Prendre part aux responsabilités comme l'éducation des enfants, la satisfaction des besoins du foyer, etc

2. **Soutien réciproque:** Le but est d'avoir les convergences l'emportent sur les divergences, par exemple:

- Complicité pour défendre l'image du foyer à l'extérieur et se soutenir mutuellement (il la défend et elle le défend)
- Manifester sa joie pour tout événement heureux dans la famille.
- Se serrer les coudes dans les situations difficiles

3. **La présence:** ( présence physique et morale) le but est de favoriser le sentiment de sérénité et de tranquillité et de repousser le sentiment de solitude.

- Une présence réelle comme par exemple jouer avec la femme et les enfants, porter un intérêt à tout ce qui se passe dans et hors du foyer et éviter de mêler les problèmes externes avec les affaires internes.
- Veiller à partager les joies et les tristesses de l'autre et le lui montrer

4. **La franchise:** le but est d'instaurer une atmosphère de sincérité et de confiance, comme la confiance dans l'autre, dans sa parole, dans des sentiments, dans son affection, son amour, etc

### 4) Le champs de convergences

Pour qu'il y ait convergence, il faut qu'il y ait compatibilité

En ce qui concerne les musulmans, la première chose sur laquelle l'islam insiste pour que les deux parties puissent fonder une vie commune saine.

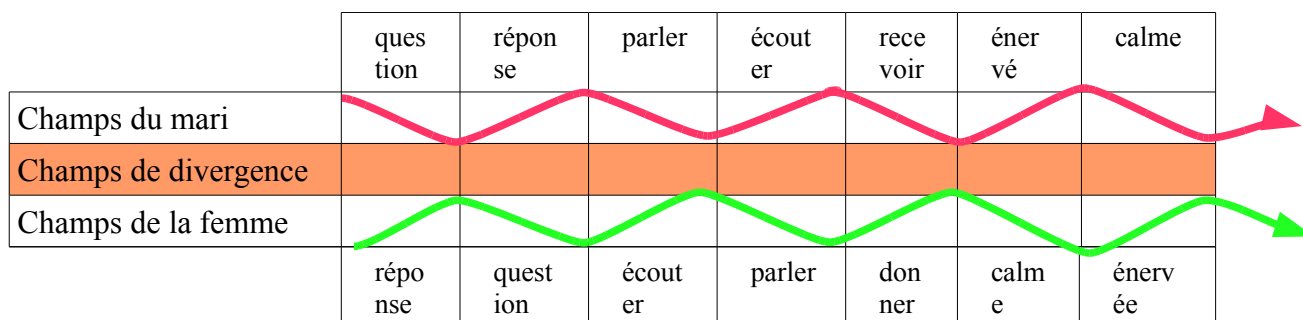
Tout homme et toute femme cherche l'âme saine (l'âme sœur) qui répond à ses attentes et désirs profonds et qui s'accorde avec les traits de sa personnalité. C'est un principe essentiel pour nouer une relation sincère, en d'autres termes: toute personne aspire à une relation basée sur la complémentarité et la compatibilité afin que dans un couple l'un comble les manques et les lacunes de l'autre.

En cas d'absence de cette complémentarité, il serait difficile à un bavard et hargneux de s'entendre avec une bavarde et hargneuse comme lui, une femme qui aime dominer ne peut s'entendre avec un homme qui lui aussi est dominateur, une femme qui veut un homme qui incarne les symboles de virilité ne peut supporter de vivre avec un homme efféminé et à l'inverse un homme qui veut une femme qui a tous les traits de la féminité comme masculine, etc.

Chacun s'entend, donc avec la personne qu'il aurait choisie pour partager sa vie en bien ou en mal pour cela méditons les versets suivants:

« *Les mauvaises "femmes" aux mauvais "hommes", et les mauvais "hommes" aux mauvaises "femmes". De même les bonnes "femmes" aux bons "hommes" les bons hommes aux bonnes femmes* » S24 V26

Ainsi, si l'on imagine un dialogue dominé par les contradictions nous nous trouvons, dès le début, dans une impasse. Comme le démontre le schéma suivant:



Dans ce cas de figure, il y a manifestement une défaillance voire une rupture dans le dialogue et on aura des questions sans réponses, la nervosité contre la nervosité la passivité face à la passivité, cela conduit inévitablement à un manque de respect, un silence lourd et persistant, une incompréhension dans les échanges et un désintérêt réciproque.

On peut imaginer une situation courante: Au début, tout le monde parle en même temps et à la fin tout le monde crie en même temps. C'est ainsi que les choses s'aggravent peu à peu.

A partir de là, il est plus facile de comprendre les étapes par ou passent certains couples: de la déception, à la mésentente, à l'opposition et l'entêtement et enfin au rejet et à la haine qui subsistent, des fois, même après la séparation et le divorce.

Le champs de convergence n'est plus un champs de partage et de complémentarité mais celui de divergence, d'affrontement et de frustrations.

La communication est réduite à un échange monotone des critiques.

Il dit: « elle est hargneuse (elle s'est fâchée) ».

En dit: « il est passif (il ne répond pas) ».

En effet, en examinant de près les explications qu'ils donnent, on remarque qu'il s'agit d'attitudes de défense qu'on peut qualifier de futiles et grossières:

par exemple

- La femme déclare: « je suis hargneuse parce qu'il est passif ».
- Le mari déclare: « je suis passif parce qu'elle est hargneuse ».

En définitive chacun voit dans l'autre ses propres défauts et déclare qu'il réagit en réponse au

comportement de l'autre sans pouvoir le déterminer. C'est ce qu'on appellerait en psychopathologie « la distorsion de la réalité » chez les deux partenaires.

*Le mari ne perçoit pas le message de sa femme et la femme ne perçoit pas le message de son mari car ils n'émettent pas sur la même longueur d'ondes.*

*Les interactions de ce genre s'accompagnent presque toujours d'accusation typiques de malignité et de folie.*

Les candidats au mariage est de fonder leur union sur la logique du partage et de complémentarité et s'accepter avec leurs qualités et leurs défauts. L'union entre une femme et un homme ne peut perdurer et surmonter les aléas de la vie que s'il a une sincérité avant. Un foyer ne peut résister aux crises et au poids des difficultés que s'il est bâti sur des fondations solides dans un terrain stable,

lorsque l'union est construite sur le mensonge, la tricherie et la tromperie, elle ne survivra pas longtemps qu'elle commence à montrer ses faiblesses et ses défaillances et voit son avenir compromis. Tout homme et toute femme ayant suivi ce mauvais chemin pour choisir celui ou celle qui va partager sa vie aura à supporter des conséquences plus graves qu'il (elle) ne l'aurait imaginé.

Mohamed AL GHAZALI<sup>1</sup> préconise que le foyer musulman doit comporter trois critères:

- la sérénité et la stabilité psychologique: la femme est pour son époux la prunelle de ses yeux. Il ne la quittera pas et désirera pas une autre. En même temps l'homme est, pour son épouse, son soutien et son idole. Elle ne pense nullement à un autre. Elle le défend et vante ses mérites en toutes circonstances.
- L'affection: c'est un sentiment d'amour partagé qui donne aux relations ce caractère d'appréciation mutuelle dans la joie,
- la compassion: à ce sujet Allah Le Miséricordieux dit: {Il (Allah) a mis entre vous de l'affection et de la bonté}s30, v21, la compassion n'est pas une forme de pitié offerte mais une source de douceur permanente, une morale exemplaire, une conduite honorable, etc.

## 5) les relations conjugales: observations et analyses.

Remarque: il est connu que la société occidentale se distingue par l'individualisme et le matérialisme. Chacun est préoccupé par ses propres problèmes et nul ne s'intéresse réellement aux problèmes des autres. D'ailleurs les gens n'admettent pas qu'on intervienne dans leurs problèmes privés et encore moins de les aider à les résoudre. Par contre, dans la société dite orientale (musulmane), on remarque qu'elle se distingue par le rapprochement et la solidarité entre les membres. Par conséquent, la majorité des problèmes trouve une solution acceptable pour les parties en conflit. Tout se passe au sein d'un cercle restreint regroupant les proches et les amis.

Par définition, le mariage est un acte par lequel un homme et une femme s'engage à vivre ensemble

sous le même toit pour la vie. Or cette union pourrait avoir des secousses et des crises qui aboutiraient à des conflits comme l'entêtement et le rejet de l'autre et parfois à une confrontation juridique.

L'une des causes principales qui détériorent les relations conjugales c'est le fait de faire des reproches à l'autre et de le rendre automatiquement responsable de ce qui arrive en bien ou en

---

1 M. Al Ghazali « les problèmes de femme entre la modernité et la tradition »

mal

Il est connu que l'homme répugne recevoir des reproches de sa femme et la femme déteste que ses

questionnements ne trouvent d'écho. Ainsi, lorsque les reproches persistent et les questionnements

se multiplient est qu'en même temps il n'y a plus d'écoute et ni de patience c'est la séparation. Ce phénomène est très courant dans les sociétés développées puisque le pourcentage des divorces est

très élevé.

Parmi les facteurs qui menacent l'union conjugale on peut citer:

#### Premier cas:

- La femme est souvent revendicative et elle aime discuter du rationnel et de l'irrationnel. Elle s'attarde sur les détails et les choses qui semblent, au mari, de moindre importance, alors que l'homme évite souvent les conversations.
- La femme discute les problèmes alors que l'homme cherche à les résoudre

#### Deuxième cas:

Les hommes présentent les solutions alors que les femmes souhaitent des explications et des développements. C'est pourquoi l'homme éprouve une satisfaction quand il résout un problème et la femme éprouve une satisfaction quand elle débat du problème.

#### Troisième cas:

Le silence de l'homme effraye sa femme qui ne sait pas que la conduite de son époux face à un problème qui survient est peut-être due à des facteurs externes négatifs. Donc, elle doit lui laisser suffisamment de temps pour vaincre ses difficultés personnelles avant de s'attaquer aux problèmes communs.

#### Quatrième cas:

Certaines femmes posent énormément de questions et insistent pour avoir des réponses. C'est une façon à elles de manifester leur attachement à leur famille, mais si le moment est mal choisi ceci irrite souvent le mari et elles obtiennent, en fin de compte, l'inverse de ce qu'elles espéraient. Par ce comportement la femme montre sa sensibilité et son désir de se rapprocher de son mari. Elle a plus besoin de compréhension, d'attention et de soutien que d'une solution quelconque au problème.

Beaucoup d'hommes cherchent à résoudre leurs problèmes par eux-mêmes. Ce besoin psychologique est l'un des facteurs qui conduisent à présenter des solutions toutes faites. C'est pourquoi quand la femme parle d'un problème, le mari qui veut faire bonne impression lui propose une solution, mais dès que le mari présente la solution sa femme continue, quand même, à parler du problème ce qui provoque chez lui de l'énervement et dans ce cas, soit il laisse éclater sa colère, soit il s'en va car il éprouve un sentiment de faiblesse et d'incapacité à satisfaire sa femme, il perd confiance en lui. A ce moment là la femme a le sentiment que son mari ne l'a pas écoutée et que sa parole ne compte plus pour lui. C'est ainsi que les choses évoluent. Quand l'homme se retire, il est frustré devant un sentiment d'échec

Son départ montre son ignorance des besoins psychologiques de sa femme

#### Cinquième cas:

D'habitude les hommes ne parlent pas avec leurs épouses de toutes les difficultés qu'ils rencontrent. S'ils le faisaient, elles seraient en position de mieux comprendre leurs difficultés et de les soutenir. Et tant que les maris ne parlent pas de leurs difficultés avec leurs femmes,

celles-ci continueront à se sentir abandonnées.

Devant le silence persistant du mari, la femme fait, souvent, les hypothèses les plus extravagantes et les plus dangereuses.

### **Sixième cas:**

Le mari répugne d'être attaqué par sa femme surtout quand elle est furieuse et qu'il ne sait pas comment s'y prendre. La femme cherche en réalité, par ce type de conduite, à établir un dialogue car elle sait au fond d'elle-même qu'il n'est en rien responsable

### **Septième cas:**

Il arrive que la femme s'oppose à son mari au sujet d'un problème, non pas parce que leurs points de vue divergent mais tout simplement parce que le moment et la manière d'en parler sont mal choisis. La femme apprécie les conseils mais pas quand elle est stressée. Elle a surtout besoin qu'on l'écoute, qu'on la comprenne et qu'on la soutienne. De même, l'homme déteste que sa femme lui fasse des reproches ou le conseille qu'ils sont victimes des femmes.

Souvent, les hommes font tout (consciemment ou non) pour faire échouer les tentatives d'aide de leurs femmes bien que le fait d'avoir besoin d'aide n'est pas forcément signe de faiblesse

### **Huitième cas:**

Dans les plaintes des hommes, on relève souvent cette réflexion: La femme cherche toujours à modifier le comportement de son mari ainsi que sa conduite et ses relations avec les autres.

Lorsqu'une femme aime un homme elle éprouve, quelque fois, le sentiment d'être responsable pour l'aider à évoluer et à changer sa façon d'agir, d'organiser son temps, de soigner ses apparences, d'élever son niveau de discussions etc. Bref il est le centre de ses préoccupations, elle analyse ses conduites et observe les occasions pour lui rappeler ce qu'il doit faire ou dire. Elle a souvent le sentiment de lui donner une nouvelle éducation (on observe ce genre de discours au moment du mariage d'une promotion professionnelle ou de changement de lieu de résidence, etc.). Il n'y a rien d'étonnant en cela, la femme n'est-elle pas la source de l'affection et de la tendresse?

## **6) conclusion:**

On ne peut pas se protéger à l'extérieur si on est pas satisfait à l'intérieur.<sup>1</sup>

A travers ces cas nous espérons que chacun situe l'origine des conflits et trouve l'issue appropriée.

- Quand la femme s'oppose à son mari, ce dernier a le sentiment que sa capacité de maîtriser les choses est remise en cause et dans ce cas il perd confiance en lui, il se dévalorise et il finit par se désintéresser des problèmes, de la femme et sa présence à la maison se fait de plus en plus rare.
- Quand le mari rejette les propositions de sa femme, celle-ci a le sentiment que son désir n'est pas respecté, sa demande n'est pas satisfaite et ses sentiments ne sont pas reconnus, elle finit par perdre confiance dans son mari. Dans ce cas les idées noires et les suspicions se multiplient et tout ceci conduit à l'éclatement de l'union et à la désagrégation de la famille.
- Il est connu que les femmes ont d'autres valeurs: Elles désirent l'amour, la franchise, la beauté et les qualités des relations humaines. Les sentiments qu'elles ont d'elles-mêmes expriment leurs désirs et leurs engagements dans leurs relations aux autres. Elles réalisent leur but par le partage et le soutien. Tout dans le monde de la femme l'affirme

---

<sup>1</sup> Tareq RAMADAN « la femme musulmane face à son devoir d'engagement » conférence à Abidja-cote d'ivoire éd tawhid

La vie est un enchaînement équilibré: pour la femme, l'amour, la présence et le soutien valent plus que tout.

- La différence entre les deux sexes représente un facteur d'attraction pour l'homme. Ce qui est extraordinaire, c'est que toutes leurs différences apparaissent comme complémentaires.
- Quand une femme aime, elle demande qu'on s'occupe d'elle, qu'on s'intéresse à elle, qu'on la protège, qu'on la soutienne, qu'on la comprenne et qu'on l'aime. C'est ce que la femme espère trouver dans l'homme qu'elle aime.
- Les hommes se sentent valorisés lorsqu'ils réalisent qu'on a besoin d'eux et les femmes se sentent valorisées lorsqu'elles se sentent protégées.
- Lorsqu'un homme a l'impression que sa femme essaie de le dominer, il se sent inutile ou quand elle donne des conseils, c'est comme s'il était incapable de faire les choses de lui-même ou quand il a le sentiment d'être exclu de l'union conjugale, alors, il devient passif et plus le temps passe et moins il a de choses à donner. Ainsi, il devient soucieux, démotivé et de moins en moins actif et ce changement se remarque dans ses activités professionnelles.
- A l'inverse quand un homme s'aperçoit que sa femme a confiance en lui, il fait tout ce qu'il peut pour subvenir aux besoins de sa femme et d'avoir des échanges avec elle. Plus la femme montre son intérêt pour cet effort et plus les échanges et la motivation pour donner davantage s'intensifient chez le mari
- Quand une femme a l'impression d'être délaissée ou abandonnée, elle éprouve un sentiment de lassitude et de dégoût car elle estime avoir tout donné mais ses efforts n'ont pas été reconnus. Inversement, quand elle se sent valorisée et ses efforts reconnus, elle éprouve un sentiment de satisfaction et elle est prête à donner davantage.

Pour conclure, quand le couple est dans une situation de conflit, il serait sage pour l'homme comme pour la femme de faire l'effort nécessaire pour trouver un terrain d'entente et dissiper leurs différences. Cela suggère que chaque partenaire doit savoir comment fonctionne l'autre: Qu'est-ce qu'il aime et qu'est-ce qu'il déteste.

Nous disons: Ce qui tue l'amour c'est quand un conjoint a le sentiment d'avoir beaucoup donné et d'avoir reçu très peu. L'équilibre souhaité est défini par l'équivalence entre le besoin de donner et le besoin de recevoir.

Parmi les comportements nobles:

- Souris à ta famille car le sourire (pour le musulman c'est geste d'amour et de bienfaisance)
- Offres à ta femme ce qui lui fait plaisir même une fleur de temps cela élève ton estime et rend agréable ta compagnie
- Soit doux et gentil et ne transforme pas ta présence à la maison en enfer pour ta femme et tes enfants

Le prophète ( PSAL) adit: « *Le meilleur d'entre vous est celui qui est bon pour sa famille et moi je suis le meilleur d'entre vous pour ma famille* ». (rapporté par in Assakir d'après Ali sujet)

## **II- Le secret des mots et la sagesse des expressions**

Les hommes et les femmes utilisent le même langage, mais les mots et les expressions ont des valeurs et des sens différents. La femme utilise des termes métaphoriques pleins de symboles et d'images pour exprimer ses sentiments et ses états psychologiques à un moment donné et en réponse à un message donné.

Pour étayer ce propos nous allons donner quelques exemples d'expressions usuelles et nous procédons à une première interprétation de leurs contenus. Même si ces interprétations semblent légères, ce qui importe c'est de permettre de comprendre des situations afin d'éviter des problèmes qui en découlent.



- Quand une femme dit à son mari: « tu n'écoutes jamais ce que je te dis »

Elle veut dire: Tu ne t'intéresses plus à ce que je dis ni à ce que je ressens. Je veux te parler de quelque chose d'important pour moi. Le mot « jamais » dans ce cas est une négation de tout ce qui a précédé, comme si le mari n'a jamais rien fait. En fait cela signifie qu'elle est à ce moment là dans une situation difficile, de détresse et qu'elle a besoin de soutien et d'écoute.

- Quand une femme dit à son mari: « Nous sommes jamais restés seuls » ou « ça fait longtemps que nous ne nous sommes pas trouvée tout seuls ».

Elle veut dire: J'ai besoin d'être rassurée que je compte toujours autant pour toi, je sens que tu m'ignores et que tu ne m'accordes plus beaucoup de temps comme avant...Elle lui lance un appel, elle veut qu'il s'approche d'elle-physiquement et moralement-elle a besoin de tendresse Elle demande aussi qu'il lui accorde du temps à elle seul (en dehors des amis et des copains et même des enfants).Le mot « jamais » accompagné de « seuls » montre un sentiment fort et un désir pressant de l'avoir rien que pour elle.

- Quand une femme dit à son mari: « Nous sommes toujours pressés dans nos courses » etc.

Il est connu que la femme aime prendre soin d'elle-même et de son entourage: Elle prend soin de son époux et de ses enfants pour ce qui des vêtements et de la nourriture. Elle prend soin de sa maison pour ce qui est de l'ameublement et de l'arrangement. Elle s'occupe de tout ce qui fait sa fierté et sa renommée de femme qui veille sur ses enfants, entretient sa maison et parfois elle se met au service de sa famille et même de ses aïeux. Elle veut montrer sa tendresse et son attachement pour les siens. C'est pourquoi on observe une finesse et une précision dans le choix des courses. Ceci prend du temps et énerve souvent les maris. A ce moment là, la femme saute sur l'occasion, pour montrer que ce qu'elle fait est important et mérite d'être reconnu.

- Quand une femme dit: « Aujourd'hui, je suis très fatiguée ».

Elle veut dire: C'est moi qui suis fatiguée et personne d'autre. C'est une demande urgente d'aide-aujourd'hui. Aide par un mot d'amour, un mot gentil, un mot d'encouragement ou un geste de soutien afin qu'elle puisse retrouver ses forces et son moral. Elle sent qu'elle a beaucoup donné et elle attend une reconnaissance en retour. Elle est entrain de dire à son mari de laisser tomber le journal ou la télévision ou l'ordinateur etc. et de faire un peu attention à elle et ses efforts.

**Beaucoup d'hommes ressentent de la gêne et peut-être de l'énervement quand ils ne comprennent pas le message de leur femme ou ils prennent les mots au pied de la lettre (au premier degré) et considèrent que tout ceci n'est qu'exagération et complication qui sont propres à la mentalité féminine.**

John GRAY<sup>1</sup> écrit: « Les femmes sont comme les eaux des fleuves et des mers, si elles sentent qu'elles sont aimées, l'estime qu'elles ont d'elles-mêmes montera et descendra comme les vagues. Lorsqu'elles se sentent bien, elles s'élèvent très haut mais soudain... leur tempérament change et leurs vagues se fondent, se cassent-cassure momentanée-et après qu'elles auront atteint le fond, soudain leur tempérament change et se sentent bien et spontanément leurs vagues montent de nouveau. Quand les vagues de la femme montent c'est qu'elle sent qu'elle possède beaucoup d'amour qu'elle peut donner, mais quand les vagues se retirent, elle a besoin de quelqu'un qui lui donne un peu d'amour. Le moment de descente est un moment de nettoyage affectueux du foyer.

Si elle réprime tout sentiment négatif et s'ignore quand la vague monte c'est pour donner plus d'amour. Ce sentiment négatif se manifeste lors de la déception et à ce moment là elle a besoin de parler des problèmes et elle a besoin que son mari l'écoute et la comprenne. Il peut y avoir plusieurs catégories de comportements sentimentaux inattendus avec un sentiment de confusion, peut-être se sent-elle désespérée, eseuulée et sans personne pour la soutenir, mais aussitôt qu'elle atteint le fond, elle reprend l'ascendant.

1 John GRAY « Men are from Mars, Women are from Venus »

Les manifestations des vagues de déception peuvent s'observer lorsque la femme est perturbée, réprimée, insécurisée, contrariée, troublée, angoissée, incertaine, harcelée, et d'autres manifestations négatives. Chaque fois qu'elle est aidée et aimée dans les moments difficiles, elle a réussi à remonter du fond à la vague. L'aide ici, exige de l'homme des aptitudes particulières, la plus importante est la tolérance, l'estime et beaucoup d'amour »

Il s'agit d'un simple point de vue sur la vie conjugale, c'est pourquoi nous n'avons pas traité d'autres sujets comme la jalousie, la danger de la personnalité pathologique pour l'autre compagnon, l'impact des secret personnels sur la vie commune, la notion d'éducation, les rôles du père et de la mère dans la construction de la personnalité des enfants, etc.