

Aimer, c'est prendre soin de son couple

Chaque 14 février, la Saint-Valentin célèbre l'amour. Mais au-delà des fleurs et des mots doux, cette fête peut être l'occasion, pour les couples chrétiens, de se recentrer sur l'essentiel : prendre soin l'un de l'autre.

Le mariage est un chemin qui mérite d'être nourri et accompagné. De nombreuses associations proposent des parcours, des week-ends ou des journées à des couples pour leur permettre de se retrouver, de dialoguer et de se rappeler que l'amour se cultive. Tous ces parcours abordent, selon leur charisme propre, la vie quotidienne du couple :

communication, sexualité, enfants, travail, loisirs, etc. Ils s'articulent autour d'un topo, de témoignages de couples et des moments en couple. Ils sont ouverts à des couples croyants, peu croyants, parfois de religions différentes, de jeunes couples comme ceux qui ont quarante ans de mariage.

William Galley, responsable des parcours Alpha, aime parler du parcours



AdobeStock

« Un couple ça se construit » comme sept rencontres « Saint-Valentin ». « Chaque année, mille couples se retrouvent en face-à-face pour sept soirées intimes autour d'un bon repas », explique-t-il. « Servis par des bénévoles, ils sont invités, après avoir écouté un topo et des témoignages, à faire des exercices, comme se raconter un événement commun,

une manière de se découvrir autrement, à travers le regard de l'autre », poursuit-il.

« Zoom ton couple », le parcours des Focolari est né à la suite de la pandémie du Covid. « Nous proposons cinq soirées en visio espacées de deux mois. Après un temps en commun, chaque duo est invité à un temps d'échange en tête-à-tête... »

... guidé par quelques questions. C'est souvent leur seul moment en couple de l'année », explique Michel Chilaud, animateur de ces sessions. « Parmi ceux qui suivent ces soirées, on voit de jeunes couples avec un nouveau-né, des couples géographiquement éloignés en semaine pour raisons professionnelles et ceux qui se sentent isolés, faute de pouvoir échanger avec d'autres couples

croyants dans leur entourage », complète sa femme Marie-Noëlle. Vivre à deux au quotidien, c'est jongler avec des agendas surchargés, des imprévus, des responsabilités familiales, sociales... difficile de trouver du temps en couple. Ces parcours offrent un temps privilégié pour échanger dans l'intimité. ■



Des associations pour vivre une expérience à deux

Alpha couple: espacealpha.org/parcours-couple

Amour et vérité:

emmanuel.info/france/amour-et-verite

Cana - Chemin Neuf: www.cana-couple.fr

Tandem - Équipes Notre-Dame: www.equipes-notre-dame.fr

Focolari: focolari.fr/zoomtoncouple-2025-2026

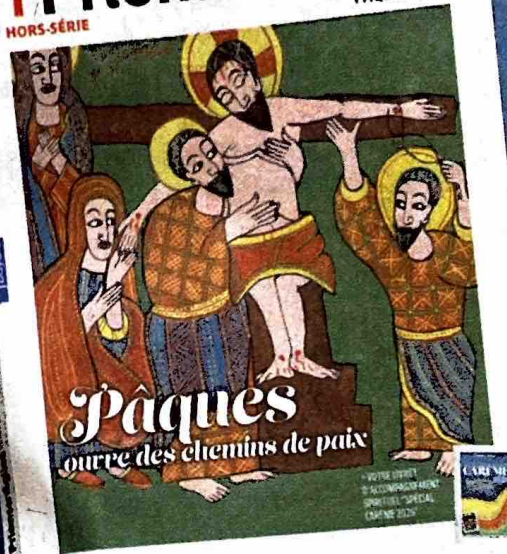
Fondacio: fondacio.fr/couples-familles

« Aimer dans la durée » (ignacien): vivre-et-aimer.org

« Pâques ouvre des chemins de paix »

Du 18 février au 5 avril, cheminez vers Pâques

Prions en Église
HORS-SÉRIE
PÂQUES 2026



Avant de mourir, Jésus dit à ses amis : « Je vous laisse la paix, je vous donne ma paix » (Jean 14,27), paroles reprises à chaque messe. Cette année sera la première fête de Pâques du pape Léon XIV, pour qui le thème de la paix est essentiel. Lors de son élection, il déclarait : « Que la paix soit avec vous ! C'est la paix du Christ ressuscité, une paix désarmée et désarmante. »

Avec son hors-série *Pâques 2026*, *Prions en Église* vous propose de vivre le Carême sous le signe de la résurrection et de la paix. Pendant six semaines, vous serez invités à ouvrir votre cœur grâce à des rencontres, des témoignages, des prières et des activités à faire seul ou en famille... pour nourrir confiance et espérance jusqu'à Pâques.

Ce magazine illustré comporte aussi un journal de bord pour accompagner votre chemin de Carême.
84 pages + 1 journal de bord de 48 pages • Format 19,5 x 23 cm • Prix : 10 € • Bon de commande au dos ►►