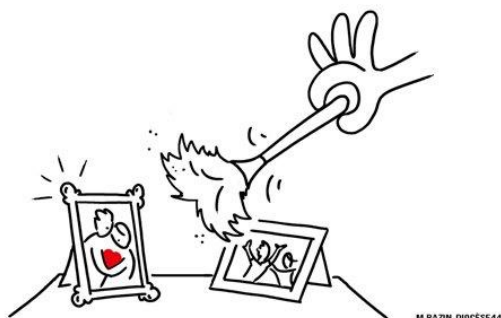



1er jour : pour commencer



 Chaque jour, il sera possible d'avoir les textes en audio :



[Ecouter](#)

Petit rappel : découvrir l'exhortation apostolique Amoris Laetitia

"Amoris Laetitia" en latin se traduit par la joie de l'amour. L'exhortation apostolique est un texte qui présente les conclusions du pape François, suite aux 2 synodes (assemblée après consultation du peuple chrétien) sur la famille.

Ce texte présente les visions de l'Eglise sur le couple et la famille. Le Pape s'adresse à tous les catholiques "aux évêques, aux prêtres, aux diacres, aux personnes consacrées, aux époux chrétiens et à tous les fidèles laïcs".

Pour commencer...

Un point de méthode

Pour faire cette retraite, l'important est que chacun porte vraiment le désir de vivre ce temps pour lui, pour son conjoint et pour le couple et donc se rende disponible.

Chaque jour vous recevrez une proposition de temps personnel et de temps en couple à répartir dans la journée.

Voici quelques points d'attention pour vous aider à entrer dans cette retraite :

LE CADRE "EXTERIEUR"

Vous avez, ou n'avez pas, l'habitude de faire une retraite et de prier. Laissez-vous guider par ce pas à pas proposé chaque jour et autorisez-vous à trouver ce qui convient le mieux à votre organisation quotidienne en termes d'horaire. Cependant il semble important de le définir à l'avance et de s'y tenir pour vivre au mieux la démarche.

Pour vous y aider, quelques indications concernant **le « cadre »**.

- **Le moment et la durée**

Pensez dès aujourd'hui au moment de votre temps personnel : le matin avant de commencer vos activités habituelles, dans la journée, ou le soir avant le partage en couple...

Le thème et l'Évangile de chaque jour sont proposés en version audio, pourquoi ne pas l'écouter sur votre trajet, sur votre pause déjeuner, etc... Dans la mesure du possible, choisissez un moment que vous pouvez tenir toute la semaine pour que ce temps soit comme un rendez-vous.

Réfléchissez ensemble et définissez le moment le plus propice où vous allez partager en couple : dans la journée ou le soir une fois que la maison est tranquille et les téléphones portables éteints. Pour ceux qui le souhaitent, définissez aussi la durée de votre partage à chacun d'apprécier selon son expérience et ce qui est possible...

- **Le lieu**

Prenez le temps de choisir le lieu où vous partagerez : un lieu calme, où vous ne risquez pas d'être dérangé. **Un lieu qui porte au dialogue et à la prière**. Soignez ce lieu (icône, bougie, Bible...) ; vous devez vous y sentir bien.

Gardez à l'esprit que cette retraite est un cadeau pour votre couple et autorisez-vous adapter et à reprendre plus tard des conversations suscitées par les questionnements...

Nous vous souhaitons un beau temps de retraite et vous portons dans notre prière.

Une prière pour commencer : *selon le Cardinal Danneels*

Seigneur, notre Dieu ,
nous te bénissons et te rendons grâce,
parce que tu nous as formés à ton image et à ta ressemblance :
homme et femme, tu nous as créés
et tu nous invites à vivre l'un pour l'autre un amour joyeux et vivifiant.

Béni sois-tu pour la confiance et le pardon dont tu nous rends capables,
pour ta présence qui illumine notre relation dans les bons comme les mauvais jours.

Dieu fidèle et généreux, nous t'en prions :
apprends-nous chaque jour à nous engager à nouveau,
rajeunis notre amour, fortifie-nous dans la fidélité,
sois avec nous à l'heure du doute, quand ce que nous portons en nous de meilleur risque de
s'affaiblir ou de s'effondrer : notre désir de vivre l'un pour l' autre et d'être féconds.

Trinité Sainte, Père, Fils et Esprit Saint,
nous te prions pour les couples en difficulté,
pour tous ceux qui ont du mal à se trouver l'un l'autre et à vivre en confiance.

A tous les couples,
accorde, Seigneur, tes dons d'unité, de fécondité et de fidélité, ta joie pour toujours.

Amen.