

*Si seulement  
elle savait !*

**Gary Smalley**

EDITIONS  
**IMPACT**

230, rue Lupien  
Trois-Rivières (Québec) G8T 6W4  
CANADA

## *Table des matières*

Introduction .....	8
<i>I. Les fondements d'un mariage solide</i>	
1. Une relation conjugale solide n'est pas le fruit du hasard .....	11
2. Comment un mari peut faire du mal à son épouse	17
3. Les raisons profondes de certains comportements masculins .....	29
4. Aidez votre mari à être plus sensible .....	39
5. Incitez votre mari à vous écouter .....	47
6. Donnez à votre mari l'envie de changer .....	59
<i>II. Construire un mariage solide</i>	
7. Eveillez chez votre mari le désir de passer du temps avec vous .....	85
8. Obtenez une parfaite attention de votre mari .....	111
9. Rendez votre mari plus sensible à vos besoins émotionnels et à vos désirs .....	119
10. Vous pouvez obtenir de votre mari du réconfort et de la compréhension, plutôt que des sermons et des critiques .....	131
11. Aidez votre mari à accepter vos critiques constructives sans qu'il soit sur la défensive .....	139
12. Gagnez l'estime et la reconnaissance de votre mari	149
13. Motivez votre mari à partager la responsabilité des enfants et du ménage .....	159
14. Motivez votre mari à répondre à vos besoins matériels .....	169
15. Que pouvez-vous faire pour que l'affection de votre mari à votre égard grandisse et s'approfondisse? ..	179
16. Devenez la meilleure amie de votre mari .....	191

## *Il s'en est fallu de peu*

*J'ai toujours pensé que j'étais un bon mari. Quand j'ai rencontré Gary pour la première fois, je n'avais aucune idée de ce dans quoi je m'engageais. En travaillant son manuscrit, je pris douloureusement conscience de ce que ma femme avait dû subir durant les dix dernières années de notre vie conjugale, et je réalisai combien j'avais échoué en tant qu'époux. Parfois il m'était impossible de continuer à travailler sur ce livre parce qu'il exposait mes manquements en tant que mari et en tant que père.*

*Je peux dire honnêtement que le contenu de ce livre a contribué à me donner un ardent désir d'honorer et d'aimer ma femme comme une personne unique et irremplaçable. J'ai la certitude qu'il vous éclairera et vous encouragera à désirer une relation plus profonde avec votre conjoint.*

*Steve Scott*

## *Introduction*

Une relation conjugale épanouie n'arrive pas comme par enchantement. Elle se construit sur des principes qui ont fait leurs preuves, et qui sont essentiels au développement de toute relation d'amour. La première partie (chapitres 1 à 6) a pour but de vous aider à mieux comprendre ces principes et à apprendre comment les appliquer dans votre vie quotidienne. Ces principes sont le fondement d'un bon mariage.

La deuxième partie (chapitres 7 à 16) vous donne les éléments dont vous avez besoin pour construire sur ce fondement. Chaque chapitre traite une ou plusieurs manières de motiver votre mari à vous aimer vraiment, de la façon dont vous désirez être aimée. Chaque chapitre est écrit indépendamment des autres, aussi pouvez-vous les lire dans l'ordre de votre choix. L'ordre que nous avons choisi est basé sur les priorités que les épouses nous ont dit être les plus importantes pour elles. Cependant, du fait de votre situation particulière, vos priorités peuvent être différentes. Pour déterminer quels sont les chapitres de plus grande importance pour vous, faites votre propre classification en les numérotant de un à dix. Vous pourrez les lire dans cet ordre.

# 1

## ***Une relation conjugale solide n'est pas le fruit du hasard***

*«Qui trouvera une femme vertueuse? Elle a bien plus de valeur que les perles.» (Proverbes 31:10)*

Jacques fixait en silence le poste de télévision tandis que Caroline se morfondait, se demandant ce qui avait à nouveau mis son mari en colère après elle. Ils étaient à peine mariés depuis un an, et Caroline constatait que leur relation commençait déjà à se détériorer. Elle ne pouvait s'empêcher de se demander s'ils étaient voués à rejoindre la foule des couples qui divorcent chaque année. Lorsque, finalement, elle rompit le silence et demanda à Jacques ce qui n'allait pas, il refusa de lui répondre. Elle répéta sa question. La réponse de Jacques la blessa si profondément qu'elle se demanda si elle était vraiment capable de devenir une bonne épouse.

Il dit: «J'en ai par-dessus la tête que tu prennes tout tellement au sérieux. Tu es trop sensible! Si j'avais su que tu étais si émotive, jamais je ne t'aurais épousée. Mais maintenant que nous sommes mariés, je pense que tu dois y mettre du tien. Cesse de réagir si violemment et d'être tellement susceptible dès que je dis ou fais quelque chose qui te chagrine. Si tu veux que notre couple marche, il faudra que tu cesses de faire l'enfant!»

Vous reconnaissez-vous dans cette situation? En prononçant des paroles aussi dures, Jacques avait – sans y prendre garde – amené leur relation sur un chemin de destruction et les choses ne pouvaient qu'empirer. Elles conduisaient le mariage vers une telle dégradation que le divorce semblait le seul remède. Le principal problème de Jacques – comme de tant d'autres maris – est qu'il n'arrivait pas à comprendre la différence fondamentale qu'il y a entre la nature de la femme et celle de l'homme. Jacques considérait comme des faiblesses deux des plus grands

atouts naturels de sa femme – sa sensibilité et sa conscience intuitive des choses de la vie. En réponse au reproche de Jacques, Caroline, comme des milliers d'autres femmes, adopta une attitude insensible et dure face à la vie en général, et à Jacques en particulier. Si seulement il avait pu se souvenir que la sensibilité de Caroline était l'une des premières qualités qui l'avait attiré vers elle! Si seulement il avait compris que la vivacité de sa femme était l'un de ses plus grands atouts et s'il avait commencé à la traiter avec tendresse, douceur et gentillesse, leur relation serait devenue plus solide et plus satisfaisante.

Les différences mentales et psychologiques entre l'homme et la femme (décrites en détail au chapitre 3) peuvent constituer d'insurmontables obstacles à l'établissement d'une relation durable et satisfaisante, si elles sont mal comprises ou tout simplement ignorées. Cependant, ces mêmes différences, une fois reconnues et appréciées, peuvent devenir le point de départ d'une relation significative et épanouissante.

Les femmes, par exemple, possèdent un avantage dans au moins deux des plus importants domaines de la vie: l'amour de Dieu et l'amour du prochain (Matt. 22: 36-40). Elles ont la capacité naturelle de nouer des relations profondes et éprouvent l'envie d'une communication intime, ce qui leur donne un certain avantage au niveau de ce que Jésus décrivait comme étant les deux plus grands commandements. Aimer Dieu et aimer les autres, c'est aussi bâtir des relations. Dieu dit qu'il n'était pas bon que l'homme soit seul et il créa pour lui une aide précieuse et un complément: la femme. Les hommes ont sans conteste besoin d'aide pour établir et entretenir des relations. Le but de ce livre est d'enseigner aux femmes à aider leur mari à écouter et à recevoir ce qu'elles veulent lui donner.

Lorsqu'une femme reconnaît ses qualités pour ce qu'elles sont, son image d'elle-même sera pratiquement indestructible, quelles que soient les humiliations que son mari lui fait subir. Quand les conjoints se comprennent, leur relation peut s'épanouir et devenir celle dont ils ont tant rêvé. Caroline peut progressivement rendre Jacques conscient de ses profonds

besoins d'amour, de confiance et de sécurité, sans se sentir égoïste en désirant qu'ils soient comblés. Malheureusement, au rythme où vont Jacques et Caroline, il ne se passera probablement que peu de temps avant qu'ils ne rejoignent les rangs de ces innombrables couples qui se séparent chaque année.

Mais ne vous désespérez pas! Il n'y a aucune raison pour que votre mariage grossisse ces terrifiantes statistiques. En prenant les dispositions appropriées, vous pouvez forger, à partir d'une relation conjugale apparemment sans espoir, une relation plus satisfaisante. Ce livre vous fournira des indications pour y parvenir, tel est mon souhait. Mais ce ne sont pas les outils qui feront le travail pour vous. Ils doivent être choisis et maniés avec habileté et à bon escient pour obtenir les résultats escomptés.

Si votre mari est disposé à mettre lui aussi la main à la pâte, la «résurrection» de votre mariage sera encore plus rapide. C'est pourquoi je suis persuadé que vous tirerez le plus grand bénéfice de ce livre si votre mari lit en même temps celui écrit à son intention: «Si seulement il savait». Quand un mari comprend les besoins de son épouse et apprend à les satisfaire, leur relation prend une toute nouvelle tournure.

Dans mon travail de conseiller, j'ai constaté que, si le mari est prêt à faire sa part en premier, la femme assumera beaucoup plus facilement ses responsabilités dans la construction de leur relation, avec davantage d'enthousiasme et d'engagement. Malheureusement, ce sont généralement les femmes qui se soucient le plus d'améliorer leur relation conjugale.

Je crois aussi que vous, l'épouse, êtes le moteur qui motivera votre mari à lire le livre. Si vous passez outre à son manque d'intérêt momentané et fournissez un effort supplémentaire, vous verrez que les idées préconisées par ce livre sont efficaces. J'ai aussi l'assurance que le désir de votre mari de créer une meilleure relation grandira au fur et à mesure des transformations qu'il constatera en vous.

Durant les quinze dernières années, j'ai parlé à des centaines de femmes mariées. Je n'en ai rencontré que très peu qui n'étaient pas désireuses de voir s'améliorer leur relation avec