

5 façons de dire " Je t'aime"



Il y a quelques jours, alors que j'attendais mon tour à la caisse d'un magasin, mes regards se sont posés sur les nombreuses cartes postales agrémentées de coeurs et de messages d'amour.

Ha mais oui !!! C'est la Saint Valentin !!!

Certains diront que c'est une fête commerciale, c'est vrai, mais en y réfléchissant elle nous rappelle combien aimer en action est important.

Jésus nous rappelle dans l'évangile de Matthieu, que les 2 commandements les plus importants sont d'aimer Dieu, et d'aimer son prochain.

Dans Jean 15.17, Jésus dit : “ [Ce que je vous commande, c'est de vous aimer les uns les autres](#)”

Nous avons chacun une façon spéciale de nous sentir aimé.

Moi, c'est le temps de qualité. C'est vraiment de cette façon que je me sens aimée.

Je pourrais être tentée de penser que les autres ont besoin de ce qui est important pour moi.

Mais voilà, Dieu nous a créés uniques et nous avons tous une façon spéciale de nous sentir aimés.

Alors, si je veux « mieux aimer », je dois m'intéresser à comment mon conjoint, mes enfants, ma famille, mes amis, se sentent aimés.

Par exemple, si mon conjoint est sensible aux paroles valorisantes, si c'est vraiment ce qui le touche, c'est important que j'en ai conscience. Car si j'ai tendance à lui faire des reproches, des critiques, cela va avoir des effets destructeurs plus importants que chez quelqu'un d'autre.

Gary Chapman, auteur et psychologue, nous décrit 5 façons d'aimer :

- **Les Temps de qualité**, l'écoute

Ce sont des moments exclusivement dédiés à la personne aimée.

- **Les paroles valorisantes** / souligner les qualités, dire du bien, ou encourager

Dans Proverbes 16.24, il est dit :

“[Les paroles agréables sont un rayon de miel : elles sont douces pour l'âme et porteuses de guérison pour le corps](#)”.

- **Les services rendus** / L'aide apportée à l'autre

Exemple : préparer le repas, sortir les poubelles, faire les courses,

- **Les cadeaux** / les petites attentions qui veulent dire je t'aime comme offrir des fleurs, ou autre
- **Le toucher physique** / les gestes affectueux, comme les caresses, bisous, massages.

Chacun d'entre nous, est plus ou moins sensible à l'un ou l'autre de ces langages.

Connaissez-vous celui de chaque membre de votre famille ?

Poser la question à vos enfants ou votre conjoint : « Comment sais-tu que je t'aime ou comment te sens-tu aimé? Qu'est-ce qui te touche particulièrement ? »

Et vous, savez-vous comment vous vous sentez aimé ?

Pour vous aider, voici un outil ludique développé par l'équipe du Top : cliquez sur le lien suivant :

<https://www.messenger.com/t/mercidexister>

Alors, à vous de jouer !!!

Christine Piauger
Famille & co

S'ABONNER

S'ABONNER

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !



481 PARTAGES