

## DIALOG MAŁŻEŃSKI

**Jeśli 30% małżeństw w Polsce rozwodzi się, to jest to znakiem, jak trudny jest dialog, jak trudno nieraz wytrwać z drugą osobą.** Podaje się cztery najważniejsze powody rozwodów: niedopasowanie osób, wtrącanie się teściów, alkoholizm i niedojrzałość psychiczna. Czy te sytuacje nie świadczą o tym, że zabrakło dialogu między mężem i żoną? Że jedna ze stron zaczęła uciekać od współmałżonka we własny świat? Że przez brak dialogu mąż i żona nie poznali się i nie zaakceptowali?

**Spędziliście ze sobą mnóstwo czasu na rozmowach,** na dzieleniu się swoimi myślami, pragnieniami, zainteresowaniami. Ale czy możecie dziś powiedzieć, że naprawdę się znacie? Znacie swoją przeszłość, teraźniejszość, swoje patrzanie na świat, swoje zranienia, nadzieje, codzienne przyzwyczajenia, sposób reagowania na różne sytuacje? Czy znacie swój sposób patrzenia na Boga, na sprawy wiary? Czy rozmawiacie o tym?

Jak ważny jest dialog ukazuje sama **PRZYSIĘGA MAŁŻEŃSKA**: to czysty dialog! Mężczyzna mówi do kobiety, kobieta do mężczyzny: „**Ślubuję Ci miłość, wierność i uczciwość małżeńską oraz, że Cię nie opuszczę aż do śmierci**”. Jest to dialog, w którym oddajesz siebie drugiej osobie, bierzesz ją jako dar, który ma Tobie pomóc bardziej żyć i kochać!

Spytajcie się siebie: **CZY WIDZIAŁEŚ, WIDZIAŁAŚ RODZICÓW W DOMU, JAK DIALOGOWALI? CZY MASZ DOBRY WZÓR W SWOICH RODZICACH?**

Chyba już wiecie, jak w każdym z was jest wiele z ojca i matki. Dziedziczymy po nich sposób reagowania, zachowania, przyzwyczajenia. A może w twoim domu nie było dialogu, nie było dzielenia się tym, co każdy nosił w sercu, w atmosferze słuchania, akceptacji, wrażliwości?

**DIALOG MAŁŻEŃSKI MA OPARCIE W BIBLIJ: „Któż z was, chcąc zbudować wieżę, nie usiądzie wpraw i nie obliczy wydatków, czy ma na wykończenie?” (Łk 14, 31).**

W dialogu:

- a) konieczne jest znalezienie czasu, dużo czasu, by wspólnie zastanowić się nad wzajemną więzią i przyszłym małżeństwem,
- b) potrzebna jest lektura: studiujecie tyle rzeczy, uczycie się, a czy ktoś z was przeczytał jakąś książkę o małżeństwie?

**DIALOG JEST POTRZEBNY dlatego, że:**

- a) żyjemy w coraz większym pośpiechu i zabieganiu,
- b) grozi nam rutyna, codzienność odwraca nas od istotnych pytań: kim jesteśmy dla siebie, co jest najważniejsze w naszym małżeństwie (zdarzają się takie sytuacje, że dopiero w małżeństwie jedna ze stron dowiaduje się, że partner nie chce mieć w ogóle dzieci),
- c) codzienne małe niedomówienie, nieporozumienia, mogą urosnąć i stać się wielkim murem, który dzieli (na pewno znacie mnóstwo przykładów z własnego życia),
- d) brak dialogu w ostateczności prowadzi do zobojętnienia i rozbitcia małżeństwa (nawet, gdy się mieszka pod jednym dachem – ale co to za życie!),
- e) jedną z przyczyn rozczarowań i frustracji na początku małżeństwa jest dopasowywanie współmałżonka do modeli i stereotypów idealnej żony, czy idealnego męża,
- f) im więcej niedopowiedzeń tym więcej staje się słabsza.

## Ćwiczenie 1.

1. **Powiedz małżonkowi, jak widzisz wzajemny dialog w małżeństwie.**
2. **Powiedz małżonkowi, jakie jego cechy charakteru utrudniają Ci rozmawianie z nim.**
3. **Powiedz małżonkowi, kiedy unikasz z nim dialogu i dlaczego.**
4. **Powiedz mu, czego najbardziej było Ci brak w ostatnim czasie z jego strony.**

I. **Celem DIALOGU** jest uzdrowienie, odmłodzenie, odświeżenie wzajemnej więzi i atmosfery rodzinnej miłości. Celem jest ustawiczne spotykanie się w miłości i wspólne zrastanie.

### II. **Dialog wymaga:**

- a) szczerości: najpierw wobec siebie, a potem wobec partnera, świadomości swoich zalet i wad,
- b) pokory, by przyznać się do prawdy, która nieraz boli i budzi wstyd,
- c) odwagi, by kroczyć zawsze w kierunku jedności i znalezienia porozumienia,
- d) wytrwałości: ustalonego czasu np. 2 godzin raz w miesiącu,
- e) akceptacji, przyjęcia drugiej osoby takiej, jaka jest, by pomóc jej rozwinąć swoje dobre strony i niwelować wady,
- f) zaufania: otwieram się, bo wiem, że chcesz mojego dobra,
- g) mówienia sercem: dzielę się tym, co najgłębsze we mnie: myślami, pragnieniami, uczuciami, obawami, nadziejami, żalami, przeżyciami itp.

### **Dialog nie jest:**

przemarszem wojsk, odbijaniem piłeczki pingpongowej, rozrachunkiem z rachunkiem sumienia współmałżonka, mówieniem „ty jesteś winna”, trybunałem skazującym, zebraniem sprawozdawczym.

### **Dialog jest:**

chwilą wspólnych odkryć, czasem poszukiwania myśli Bożej względem małżeństwa i rodziny, wspólnym budowaniem jedności małżeńskiej, wspólnym zrywem ku odnowie miłości, dopasowaniem się dwóch odrębnych spojrzeń na życie i na ludzi, wspólnym dziękczynieniem.

### III. **REGUŁY DIALOGU:**

- a) **sluchanie przed mówieniem** – tak bardzo nam zależy, by być wysłuchanym do końca; im bardziej słucham, tym bardziej objawia mi się mój rozmówca i mogę go lepiej poznać,
- b) **rozumienie przed osądzaniem** – należy postawić się w sytuacji drugiej osoby, wczuć się w jego sytuację, poznać jego uczucia, okoliczności i odkryć najgłębsze intencje,
- c) **dzielenie się przed dyskutowaniem** – ujawnianie swoich myśli, pragnień, przeżyć, unikanie formułowania stanowczego: „ja mam rację, ty jej nie masz”.

#### IV. DIALOG MAŁŻEŃSKI TO:

- a) **DŁUŻSZA CHWILA CZASU...** – przynajmniej godzina, bez pośpiechu,
- b) **...SPĘDZONA W SPOKOJU...** – warto przewidzieć ten czas, zaplanować, by nikt nie przeszkadzał,
- c) **...CO MIESIĄC...** – konkretny dzień miesiąca; im dłuższy czas, tym więcej rzeczy można pozapominać...,
- d) **...RAZEM...** – razem, a nie obok siebie; szczerłość i otwartość, dążenie do wspólnego MY!
- e) **...W CELU USUNIĘCIA WSZYSTKIEGO, CO BY ZAGRAŻAŁO JEDNOŚCI MAŁŻEŃSKIEJ...** – usunięcie nieporozumień, wyznanie przykrości, zawodów, tego, co boli...,
- f) **...W CELU UMOCNIEŃ OGNISKA DOMOWEGO...** – aby budować jedność i szczęście...,
- g) **...POD OKIEM BOGA I Z BOŻĄ POMOCĄ.** – zakończenie spotkania krótką modlitwą, podziękowanie Bogu za siebie, oddanie Mu siebie, małżeństwa i rodziny.

#### V. Tematyka DIALOGU MAŁŻEŃSKIEGO:

- a) **ŻYCIE OSOBISTE** – miłość domaga się poznania; trzeba wciąż poznawać siebie i współmałżonka, uważać, by przyzwyczajenie nie stworzyło pewnych iluzji co do współmałżonka; na nowo odkrywać tajemnicę drugiej osoby oraz poznawać swoje myśli, uczucia, pragnienia, plany, nadzieje, bóle i troski,
- b) **TY I JA** – w jakim miejscu jesteśmy? Jaka jest nasza wzajemna więź? Czy jesteśmy za siebie odpowiedzialni? Czy rozmawiamy szczerze ze sobą? Czy dzielimy się codziennymi obowiązkami? Czy wspólnie rozmawiamy i rozwiązujemy problemy?
- c) **MY I NASZE DZIECI** – zatrzymać się nad każdym z dzieci; zastanowić się nad stosunkiem do niego,
- d) **MY I INNI** – co nas łączy z innymi? Jaka jest relacja z teściami? Czy jesteśmy otwarci na potrzebujących?
- e) **MY I NASZ BÓG** – czego Bóg od nas oczekuje? Czy szukamy u Niego pomocy w trudnościach? Czy modlimy się wspólnie?

#### VI. DIALOG MAŁŻEŃSKI jest chwilą działania łaski sakramentu małżeństwa. W dialogu realizuje się wasza miłość! W dialogu jest obecny Bóg, którego zaprosicie do waszej miłości. Zobaczcie: po słowach skierowanych do siebie każde z was zwraca się do Boga: **TAK MI DOPOMÓŻ PANIE BOŻE WSZECHMOGĄCY I WSZYSCY ŚWIĘCI!!!!** Warto odkryć wagę tych słów! Znaczą one: „Boże, trudno mi będzie kochać żonę, męża, wytrwać z nią, z nim, na dobre i złe, wspomagać, nie uciekać w swój własny świat, gdy będzie źle, troszczyć się o nią, unikać cichych dni, przebaczać; trudno mi będzie, więc, proszę, przyjdź i pomagaj mi być wiernym tej przysiędze!”.

W waszym dialogu jest miejsce na codzienny dialog z Bogiem. Jaki jest teraz, przed małżeństwem, taki przypuszczalnie będzie i w małżeństwie. Czy rozmawiacie z Bogiem o swoim życiu?

#### VII. DIALOG Z BOGIEM W MAŁŻEŃSTWIE TO NAJPIERW MÓJ OSOBISTY DIALOG:

- a) moja modlitwa rano i wieczorem,
- b) czytanie i rozważanie Słowa Bożego,
- c) niedzielna Msza święta,
- d) sakrament pojednania (wspaniały skarb!),
- e) różne inne modlitwy i nabożeństwa (np. różaniec).

Dialog wspólny małżonków z Bogiem: **czy potraficie razem się modlić? Czy razem chodźcie na Mszę św., czy w tym samym czasie idziecie do spowiedzi?**

## Ćwiczenie 2:

1. **Powiedz małżonkowi, jakie miejsce w twoim życiu zajmuje Bóg.**
2. **Powiedz małżonkowi, jakie miejsce widzisz dla Boga w małżeństwie.**
3. **Powiedz małżonkowi, jak widzisz jego wiarę, mocne i słabe strony tej wiary.**

## PYTANIA DO DIALOGU MAŁŻEŃSKIEGO

### I. Wzajemne poznanie i pomoc:

1. Czy staramy się wspólnie poznać?
2. Czy ukazujemy się takimi jakimi jesteśmy?
3. Jakie trudności napotykamy w wypowiedzeniu się jedno przed drugim?
4. Jak rozwiązujemy konflikty? Wolimy milczeć, czy stawiać czoło problemom?
5. Czy umiemy wyrazić sobie nawzajem serdeczność, wdzięczność, zainteresowanie? W jaki sposób?
6. Jakie uczucia żywimy do siebie w tej chwili?
7. W jakich dziedzinach najtrudniej jest się nam zgodzić i dlaczego?
8. Jakie są obecnie nasze pragnienia w stosunku do siebie? Czy mamy odwagę je wypowiedzieć?
9. Czy pomagamy sobie w rozwoju naszej osobowości, uzdolnień, tak ludzkich, jak i duchowych? W jaki sposób?
10. Czy modlimy się razem? Czy modlimy się jedno za drugie?
11. Czy pomagamy sobie wzajemnie w coraz głębszym miłowaniu Boga i bliźnich? W jaki sposób?

### II. Nasze życie we dwoje:

1. Jaki klimat cechuje nasze wzajemne stosunki? W jaki sposób się uzewnętrznia?
2. Czy dzielimy wspólnie nasze zajęcia domowe? W jaki sposób?
3. Jak organizujemy chwile czy dni naszego odpoczynku?
4. Co czynimy dla zachowania zdrowia, równowagi fizycznej i psychicznej?
5. Czy wspólnie rozporządzamy naszym mieniem?
6. Jakie miejsce ma akt małżeński w naszym życiu? Czym dla nas jest: wyrazem miłości, środkiem jedności czy zaspokojeniem potrzeby, szukaniem swojej przyjemności? Czy rozmawiamy wspólnie na ten temat?
7. Czym jest dla nas czystość małżeńska?
8. Jakie są nasze kryteria dotyczące regulacji poczęć? Czy wybraliśmy je jednomyślnie z uwzględnieniem wymagań Kościoła?
9. Co myślimy o naszym ostatnim zjednoczeniu małżeńskim?

### III. My i nasze dzieci:

1. Czy dzielimy wspólnie odpowiedzialność i trud w wychowaniu dzieci?
2. Czy stosujemy takie same zasady wychowawcze?
3. Jaka atmosfera panuje w naszym domu?
4. Czy mamy dla dzieci czas?
5. Jaki udział mają dzieci w życiu domowym?
6. Co czynimy, by uczyć dzieci otwarcia na innych, wiary w Boga?

**IV. My i inni:**

1. Czy zastanawiamy się nad naszymi relacjami z różnymi ludźmi?
2. Czy dzielimy się wspólnie tym, co dotyczy naszej pracy, zajęć, kontaktów?
3. Jaki jest stosunek do pracy zawodowej współmałżonka?
4. Jak reagujemy na rady, wskazówki teściów? Czy rozmawiamy o tym?
5. Jakie jest nasze nastawienie wobec rodziny, przyjaciół, sąsiadów?
6. Jakie jest nasze zaangażowanie w służbę bliźnim, Kościołowi, społeczeństwu?