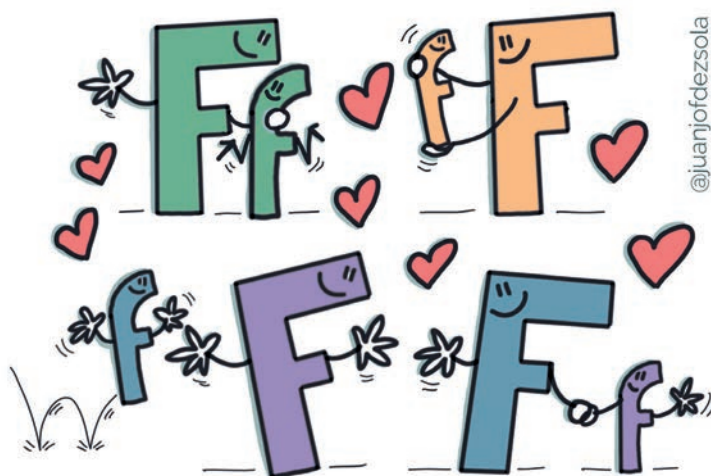


Diàleg de parella

El diàleg de parella ha de ser respectuós, senzill, acollidor, sincer, intel·ligent i oportú



SALVADOR MANICH BOU

President del Centre de Preparació al Matrimoni



La parella no és la suma de dues persones; és la complexa relació de tres forces: l'home, la dona i la mateixa parella. En evolució constant (*Fent camí amb les parelles*, ed. Claret p. 95). El diàleg és l'únic camí per construir una parella reeixida sobre l'amor dels dos, en un àmbit d'igualtat i en canvi constant (FCP p. 99).

El diàleg de parella és la forma de diàleg més difícil, perquè despulla l'interior de la persona davant de l'altre mostrant les pròpies debilitats. Ningú no ha estat ensenyat per al diàleg en parella i aquí és on rau la principal dificultat.

El diàleg se sustenta en una bona comunicació, on hom intercanvia missatges per expressar conceptes de manera que és la persona l'origen, el mitjà i el destí d'aquest. I en aquest recorregut, diverses coses poden fallar, fent la comunicació difícil i de retruc el diàleg impossible.

S'ha escrit molt sobre les tècniques de la bona comunicació, aquí us deixo quatre petits apunts que poden ajudar. 1) Ets capaç d'esperar almenys deu segons en silenci abans que la teva parella no comenci a parlar? 2) Pots escoltar amb atenció la teva parella almenys durant un minut sense interrompre-la o desviar l'atenció? 3) Ets capaç de

pensar almenys durant deu segons què vols dir abans no comencis a parlar? 4) Pots parlar durant un minut sense necessitat de repetir la mateixa idea una vegada i una altra? Fer petits exercicis per millorar aquestes tècniques ajuda a establir una millor comunicació.

Superades les dificultats de la comunicació, podem dir que el diàleg de parella ha de ser respectuós, senzill, acollidor, sincer, intel·ligent i oportú. També s'ha de fonamentar sobre unes actituds bàsiques: opció clara per la parella, amor sincer i desprendiment de les pròpies seguretats (FCP p. 99). O caldria apropar-s'hi el màxim possible. En les sessions de «Diàleg Prematrimonial» recomanem sempre posar en pràctica el diàleg 3x3. Dialogar amb la parella almenys tres minuts al dia, tres hores al mes (un sopar) i tres dies a l'any (un cap de setmana sols). Perquè la pràctica d'un diàleg fluid en parella en els bons moments el faci una eina útil per quan calgui afrontar alguna dificultat.

Com diu el papa Francesc, en el diàleg de parella cal despullar-se de tota pressa, deixar a una banda les pròpies necessitats i urgències, fer espai. Sovint, un dels cònjuges no necessita una solució als seus problemes, sinó ser escoltat (*Amoris laetitia* n. 137).