

## ZASADY DOBREGO DIALOGU:

1. Bardziej słuchać, niż mówić
2. Bardziej rozumieć, niż oceniać
3. Bardziej dzielić się, niż dyskutować
4. Nade wszystko sobie przebaczać



## ADHORTACJA „AMORIS LAETITIA” O MIŁOŚCI W RODZINIE

**137.** Potrzeba czasu, dobrego czasu, który polega na cierpliwym i uważnym słuchaniu, aż druga osoba wyrazi wszystko, co potrzebowała wyrazić. Wymaga to ascezy, żeby nie zaczynać mówić zanim nie nadejdzie właściwy czas. Zamiast zaczynać wydawanie opinii lub rad, trzeba się upewnić, że usłyszałem to wszystko, co druga osoba potrzebowała wypowiedzieć. Wiąże się to z ciszą wewnętrzną, aby bez hałasu usłyszeć w sercu i umyśle: ogołocić się z wszelkiego pośpiechu, odłożyć na bok swoje własne potrzeby i priorytety, stworzyć przestrzeń. Często jedno z małżonków nie potrzebuje rozwiązania swoich problemów, ale bycia wysłuchanym. Musi przekonać się, że zostało dostrzeżone jego cierpienie, jego rozczarowanie, strach, gniew, nadzieja, jego marzenia. Często są jednak takie narzekania: „Nie słucha mnie. Kiedy zdaje się, że to robi, w rzeczywistości myśli o czymś innym”. „Mówię i czuję, że tylko czeka, kiedy skończę”. „Kiedy mówię, próbuje zmienić temat lub daje mi szybkie odpowiedzi, aby zakończyć rozmowę”.

**PUNKT WYJŚCIA DIALOGU:** „Co jest dla mnie szczególnie ważne w tym punkcie i dlaczego?”

*Zachęcamy do przeczytania i poprowadzenia dialogu na podstawie punktów 136-141. Poniżej zamieszczamy tekst niektórych z nich:*

**138.** Trzeba rozwijać nawyk nadawania drugiej osobie rzeczywistej ważności. Chodzi o docenienie drugiego, o to, że ma prawo do istnienia, do samodzielnego myślenia i bycia szczęśliwym. Nigdy nie wolno bagatelizować tego, co może powiedzieć lub czego się domagać, chociaż byłoby konieczne wyrażenie swojego punktu widzenia. Tu leży u podstaw przekonanie, że wszyscy mają coś do dania, ponieważ mają inne doświadczenie życiowe, ponieważ spoglądają z innego punktu widzenia, ponieważ mają inne problemy i nabyli inne umiejętności i wiedzę. Można uznać prawdę drugiej osoby, znaczenie jej najgłębszych obaw i tło tego, co mówi, nawet, gdy posługuje się agresywnymi słowami. Dlatego trzeba starać się postawić na jej miejscu i wnikać w głębię jej serca, dostrzec to, czym się fascynuje i podjąć tę pasję jako punkt wyjścia do dalszego dialogu.

**141.** Wreszcie, uznajmy, że aby dialog był pożyteczny trzeba mieć coś do powiedzenia, a to wymaga bogactwa wewnętrznego, które karmi się lekturą, osobistą refleksją, modlitwą i otwartością wobec społeczeństwa. W przeciwnym razie rozmowy stają się nudne i bezprzedmiotowe. Gdy każdy z małżonków nie troszczy się o swoją duchowość i nie ma wielu relacji z innymi ludźmi, to życie rodzinne staje się wsobne a dialog się zubaża.