

El diàleg en la parella

PERE REIXACH

Com gota malaia (en sentit metafòric d'eficàcia, no de tortura), la parròquia de Santa Maria de Blanes organitza, any rere any, una trobada amb les parelles que es volen casar pel ritus catòlic. És una trobada informal per tractar temes que afecten la vida en parella i el projecte de construir una llar familiar. Compta amb l'assistència d'especialistes en les diferents matèries: l'advocada Anna Sola, la ginecòloga Dra. Maria Teresa Hernández i la psicopedagoga Rosa Felip, així com dos matrimonis experimentats que es cuiden de l'organització i que de tant en tant hi fiquen la seva cullerada vivencial.

Comença la sessió amb un senzill joc. Es dóna a cada participant una llista de diferents valors: treball estable, fills, diners, responsabilitat, esport, casa pròpia, amics, confort, vacances, hobbies, diàleg, fidelitat conjugal, sexualitat, Déu, educació, ésser un mateix, relació amb els pares i germans, sogres, etc.

Cada participant, de manera individual, ha de subratllar els cinc que considera més importants per a la convivència familiar. Després els ha de posar en comú amb la seva parella i, entre els dos, han de consensuar els cinc més valuosos. Aquests cinc valors esdevindran la seva carta de navegació, la pròpia constitució domèstica. Alguns l'emmarquen i la tenen a la capçalera del seu llit, com a punts de referència i compromís permanents.

Tanmateix, el valor rei, el més consensuat entre totes les parelles, va ser el diàleg. Certament el diàleg en la parella és la rosada que alimenta dia a dia, l'amor i la convivència feliç. Per aquesta raó, va ocupar bona part del distès, amical i participatiu però apassionat i intens col·loqui sobre el què, com i quan del diàleg. Es va tractar sobre les formes, les actituds, els continguts i la periodicitat del diàleg. Heus ací les principals conclusions.

Sobre les formes i les actituds, ha de quedar clar que es un diàleg entre iguals. Que cap dels dos es superior a l'altre. El to ha d'ésser de respecte i realista. No hi ha superhomes, ni tampoc superdones. Un excés d'expectatives sobre l'altre fa perillar el diàleg. En tota persona hi ha punts forts i debils. S'han d'esperonar els punts forts. Estimular l'autoestima recíproca. El pensament de l'americana escriptora, poeta i defensora dels drets civils Maya Angelou marca la línia vermella que mai pot creuar el diàleg : "Puc oblidar el que m'has dit, també el que m'has fet, però mai oblidaré el que m'has fet sentir". Per tant, les bones maneres, el respecte, la cortesia i la tendresa són els condiments bàsics per cuinar una bona samfaina dialogal. Hem d'implantar la "mimoteràpia". Petons i abraçades. "El petó és una forma de diàleg", ens diu l'escriptora francesa George Sand. I el prosista espanyol Antonio Machado també ens diu: "Per dialogar, pregunteu primer; després... escolteu".

Sobre els continguts, va quedar palès que s'ha de centrar en els sentiments, aspiracions, anhels, estat físic, mental, sentimentals, sexuals, espiritual de l'altre. Sobre la recíproca situació professional i també sobre el projecte comú de la llar familiar, en base als valors escollits en el seu dia. No s'hi val parlar de la feina domèstica, compres, neteges i les diverses obligacions assumides. Això es deixa pel dia a dia. El diàleg que nodreix l'amor no és un diàleg funcional d'obligacions, sinó l'interès vital i veritable per l'altre. Un interès que necessita d'una bona dosi d'empatia. Sense empatia no ens podem posar en el lloc de l'altre, i l'empatia no és un do que ens regala la genètica, sinó una habilitat o virtut que es pot educar i adquirir.

La periodicitat, l'espai i el temps necessari és bàsic. És el compromís més difícil. És el compromís de dedicar-se temps, centrat en l'altre, semblant al temps que dedicàvem en els primers temps de l'enamorament. L'un al costat de l'altre. Sense interferències familiars (fills, pares, germans, etc.) ni televisions. Pot ser a l'entorn d'un dinar, un ca?fè, un aperitiu, etc. La psicopedagoga ofereix la seva recepta sobre el temps i periodicitat del diàleg. La bona salut de la parella necessita d'una hora de diàleg a la setmana, un dia al mes i una setmana a l'any. És difícil? Segurament. Cada parella ha de saber trobar el propi "tempo" per al diàleg íntim, però és imprescindible trobar-lo. Tal com molts saben trobar temps, per a la forma física, gimnàs, natació, caminar, córrer, ioga etc.

Pensem que l'any 2015, entre divorcis, separacions i nul·litats matrimonials, hi va haver 129.925 parelles afectades (Servei d'Estadística del Consell General del Poder Judicial) amb les corresponents conseqüències que tenen sobre la salut, tant física com psicològica, com ens indiquen les doctores Maria Helena Feliu i M^a Antonia Güell Roviralta (Relación de pareja). L'estrès producte del fracàs conjugal sembla ser una de les variables sociodemogràfiques associades al risc d'emmalaltir (per posar un exemple, la mortalitat per causes cardiovasculars és do?blement freqüent entre persones separades o divorciades que entre els casats).

La pedagogia sobre el diàleg en la parella hauria de ser matèria obligatòria per a totes les parelles que han decidit conviure junts. Una bona profilaxi per mantenir viu el recíproc amor i evitar possibilitats d'emmalaltir-me'n.

La coachlrene Orce, en el seu treball "Formeu equip amb la parella?" (publicat al suplement de La Vanguardia 25/05/2014) diu que els pilars d'un bon equip són: "Cap, cor, llit i compromís", i tot això amanit amb un bon diàleg -dic jo.

Font del document: http://www.diaridegirona.cat/opinio/2016/05/30/dialeg-parella/785818.html?utm_source=rss