

DIALOG

zasady

Bardziej **SŁUCHAĆ**
niż **MÓWIĆ**,
bardziej **ROZUMIEĆ**
niż **OCENIAĆ**,
bardziej **DZIELIĆ SIĘ** sobą
niż **DYSKUTOWAĆ**,
a nade wszystko **PRZEBACZAĆ**.



FUNDACJA
DLA RODZINY
dlarodziny.eu

DIALOG

zasady

Rozpocznijcie Dialog Matrzeński od krótkiej modlitwy. Zapalcie świecę i zaproście Ducha Świętego do Waszego spotkania.

Panie Jezu, proszę Cię o dar dialogu dla naszego małżeństwa.

Pomóż mi coraz lepiej wysłuchać mojego Męża / Żonę,
pomóż nam coraz bardziej rozumieć siebie nawzajem,
dzielić się sobą, wybaczać.

Daj nam delikatność, łagodność w naszych rozmowach i spraw,
by prowadziły do prawdziwego spotkania ze sobą i z Tobą.

Pomóż nam coraz pełniej przyjmować i akceptować siebie
nawzajem, tworzyć jedność, w której każde z nas pozostanie sobą.

Proszę Cię o uzdrowienie wszystkich trudnych spraw, które nas
dzielą i pomóż nam wszystkie decyzje podejmować z miłością,
jako owoc dialogu ze sobą i z Tobą.

Pomóż nam radować się naszym małżeństwem
i zawsze trwać w Twojej miłości.

Amen.*



FUNDACJA
DLA RODZINY
dlarodziny.eu

DIALOG

zasady

Po modlitwie spróbujcie powiedzieć sobie kilka miłych słów, pochwał, komplementów:

- Najbardziej w ostatnim czasie cenię w Tobie ...
- Chciałbym/abym Ci podziękować, za to, że ...
- Cecha, którą u Ciebie podziwiam to ... dlatego, że ...
- Zaskoczyłaś/łeś mnie pozytywnie, gdy ...

Następnie czas na przeprosiny

- Czasem pytamy się siebie nawzajem, czy jest coś, za co powinienem przeprosić?
- Czy poczułaś/-łeś się źle z powodu mojego zachowania lub braku czułości albo szacunku czy pomocy?”. Nie dorzucamy za to kąśliwych uwag typu „zapomniałaś/-łaś o tym i o tym!”*

Powiedz o swoich potrzebach

Przyjrzyjcie się sobie i poszukajcie czego Wam brakuje, jakie potrzeby macie niezaspokojone i w osiągnięciu których może pomóc Ci współmałżonek? Używaj przy tym słów: potrzebuję, pomóż mi ... Nie stawiaj żądań.

Przejdźcie do rozwinięcia dialogu.



FUNDACJA
DLA RODZINY
dlarodziny.eu

PYTANIA

do dialogu

Głębsze, wzajemne poznanie i wzajemna pomoc

- Czy staramy się wzajemnie poznać i dać się poznać takimi, jakimi jesteśmy dzisiaj?
- Jakie trudności napotykamy w wypowiedzeniu się jedno przed drugim? Wolimy milczeć, czy też stawiamy czoła trudnościom?
- Czy umiemy wyrazić sobie nawzajem serdeczność, wdzięczność, zainteresowanie? W jaki sposób?
- Jakie uczucia żywimy wobec siebie w tej chwili (serdeczność, oziębłość, lęk, nadzieję itp.)?
- W jakich dziedzinach najtrudniej nam się zgodzić i dlaczego?
- Jakie są obecne nasze pragnienia w stosunku do siebie? Czy mamy odwagę je wypowiedzieć?
- Czy pomagamy sobie wzajemnie w rozwoju naszej osobowości, uzdolnień tak ludzkich jak i duchowych? W jaki sposób?
- Czy modlimy się razem? Czy modlimy się jedno za drugie?
- Czy dzielimy się wzajemnie wezwaniami, które Pan kieruje do każdego z nas, światłem, które otrzymaliśmy w czasie modlitwy, czytania Ewangelii?
- Czy pomagamy sobie wzajemnie w coraz głębszym miłowaniu Boga i bliźnich? W jaki sposób?



PYTANIA

do dialogu

Nasze życie we dwoje

- Jaki klimat cechuje nasze wzajemne stosunki (serdeczność, szacunek, obojętność, agresywność). W jaki sposób on się uzewnętrznia?
- Czy dzielimy wspólnie nasze zajęcia domowe? W jaki sposób?
- Jak organizujemy chwile czy dni naszego odpoczynku? Czy liczymy się wówczas z upodobaniami współmałżonka?
- Co czynimy dla zachowania zdrowia, równowagi fizycznej i nerwowej?
- Czy wspólnie rozporządzamy naszym czasem, naszym mieniem?
- Jak praktycznie przedstawia się nasza hierarchia wartości?
- Jakie miejsce zajmuje akt małżeński w naszym życiu? Czym jest dla nas: uprzywilejowanym wyrazem naszej miłości, środkiem jedności, znakiem obopólnego daru, czy też jest prostym zaspokojeniem potrzeby, egoistycznym szukaniem przyjemności, każdego dla siebie? Czy jest on dla nas radością czy obowiązkiem? Czy rozmawiamy wspólnie na ten temat?
- Czy pomagamy sobie w tej dziedzinie w dostosowaniu się do drugiego, w opanowaniu się?



PYTANIA

do dialogu

Nasze życie we dwoje cd.

- Czym w obecnej chwili jest dla nas czystość małżeńska?
- Czy nasze życie seksualne wiąże się u nas z zagadnieniem płodności? Jakie są nasze kryteria dotyczące regulacji poczęć? Jakie metody stosujemy? Czy wybraliśmy je jednomyślnie, po wspólnym uzgodnieniu i zasięgnięciu rady u osób kompetentnych, które liczą się z wymaganiami Kościoła?
- Czy jesteśmy zdolni do podejmowania życia seksualnym ascezy, mając na uwadze pogłębienie naszej miłości? Asceza ta dotyczyć winna ciała, wyobraźni, uczuciowości.
- Co myślimy o naszym ostatnim zjednoczeniu małżeńskim?



PYTANIA

do dialogu

My i nasze dzieci

- Czy dzielimy wspólnie odpowiedzialność i trud w wychowaniu dzieci? W jaki sposób pomagamy sobie wzajemnie w tym tak ważnym obowiązku, który podjęliśmy?
- Czy stosujemy te same metody wychowawcze w danych okolicznościach? Jaka atmosfera panuje w naszym domu? – Radość, wolność, ufność czy też znużenie, przymus, milczenie?
- Czy umiemy zachęcać, podnosić na duchu nasze dzieci?
- Czy umiemy w tym, czego od nich żądamy odróżnić to, co istotne, od tego, co jest mało ważne?
- Czy rezerwujemy dosyć czasu dla nich (na zabawę, cierpliwie wysłuchanie, pomoc w pracy szkolnej)?
- W jaki sposób pomagamy sobie wzajemnie, gdy chodzi o postępowanie z dzieckiem trudnym?
- Jaki udział mają nasze dzieci w życiu domowym: w organizowaniu wspólnych wypoczynków, w planowaniu (dialog z dziećmi)? Jaki model życia pokazujemy im swoim postępowaniem, słowami?



PYTANIA

do dialogu

My i nasze dzieci cd.

- Co stawiamy na pierwszym miejscu: pomyślność materialną czy też miłość – dar z siebie?
- Co czynimy, by nauczyć ich otwarcia ich na drugich, przywiązania do Chrystusa? Czy modlimy się za Nie?
- Czy utrzymujemy stosunki z ich wychowawcami? Ich Przyjaciółmi? Które z nas?
- Czy przybliżamy dzieciom prawdy religijne w sposób dla nich dostępny? Czy troszczymy się o stopniowe uświadamianie ich w dziedzinie powstawania życia?
- Czy uczymy ich zachowania odpowiednich postaw wobec starszego pokolenia?



PYTANIA

do dialogu

My i inni

- Czy zastanawiamy się wspólnie nad naszymi relacjami z różnymi ludźmi? Jakie miejsce zajmują oni w naszym życiu indywidualnym czy małżeńskim?
- Czy dzielimy się wzajemnie tym, co dotyczy naszej pracy, zajęć, kontaktów? Jaki jest w tej chwili stosunek każdego z nas do pracy zawodowej współmałżonka (entuzjazm, zniechęcenie, monotonia, zdenerwowanie)?
- Czy interesujemy się pracą współmałżonka? Czy podtrzymujemy się wzajemnie w chwilach napotykanym w pracy trudności?
- Jak jest nasze nastawienie wobec rodziny, przyjaciół, sąsiadów, osób spotykanych przypadkowo (otwarcie, zainteresowanie się nimi, życzliwość, gościnność czy też obojętność i pogarda)?
- Jak jest nasze zaangażowanie w służbie bliźnich Kościoła, społeczeństwa? Czy podejmujemy je przez wspólne decyzje? Czy od czasu do czasu robimy przegląd tych zaangażowań?
- Czy nasze życie świadczy o Chrystusie i Ewangelii, czy też idzie po linii poszukiwania dobrobytu, zaspakajania pragnień materialnych.



PYTANIA

do dialogu

My i nasz Bóg

Starajcie się podzielić, o ile jest to możliwe do wyrażenia słowami, swoimi przeżyciami duchowymi: natchnieniami, odkryciami, owocami modlitwy i lektury Pisma św. Jest to moment na zauważenie, jak Bóg objawia się w Waszym życiu.

- Jego wola wobec nas,
- wspólna modlitwa,
- życie sakramentalne,
- praktyki religijne,
- lektura Pisma Św.,
- udział w życiu wspólnoty religijnej.

*Źródło:

Pytania zaczerpnięte z:

[chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgltclefindmkaj/http://formacja.webd.pl/wp/wp-content/uploads/2015/10/dialog_malzenski.pdf](http://formacja.webd.pl/wp/wp-content/uploads/2015/10/dialog_malzenski.pdf)

i wzbogacone treściami z <https://wyzwanie-malzenskie.pl/>



FUNDACJA
DLA RODZINY
dlarodziny.eu

WYDARZENIA

małżeńskie

Zapraszamy do głębszej pracy nad Waszą relacją.
W Fundacji przygotowaliśmy dla Was:

- **RANDKI MAŁŻEŃSKIE ONLINE**

Cykl 7 randek, podczas których pogłębicie tematy, o których mówiliśmy na rekolekcjach Dialogi Małżeńskie.

-> szczegóły na <https://dlarodziny.eu/randki>

- **AKCJA RELACJA**

To cykl krótkich filmów, dotyczących m.in. rozwiązywania konfliktów w związku, dbania o wspólny dobrostan, właściwego określania granic, dbania o relacje małżeńskie.

-> szczegóły na <https://dlarodziny.eu/akcja-relacja>

- **REKOLEKCJE FINANSOWE ONLINE "FINANASE PO BOŻEMU" na podstawie Edukacji Finansowej Crown**

12 tygodni pracy własnej z Pismem Świętym i materiałami, podczas których dowiecie jak budować jedność małżeńską w sferze finansów oraz tego jak gospodarować pieniędzmi zgodnie z zamysłem Pana Boga.

-> szczegóły na <https://dlarodziny.eu/crown>



FUNDACJA
DLA RODZINY
dlarodziny.eu