



## Motivación y tema

### Tipos de Diálogo en una Relación de Pareja

*Existen diferentes formas de dialogar en la pareja:*

#### 1. Diálogo Afectivo:

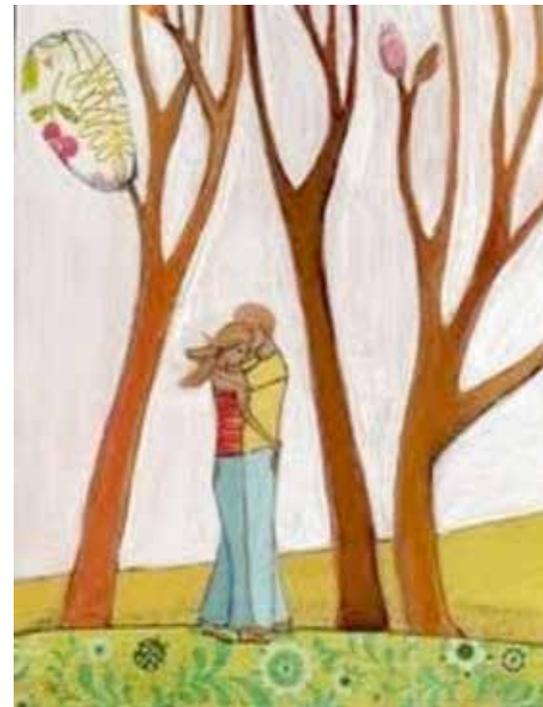
(de la personalidad, corazón, mente, voluntad):

Consiste en captar el corazón del otro y enaltecerlo, enriquecerlo y dejarse enriquecer. Comunicarse de corazón a corazón, que cada uno capte y tenga lugar en el corazón del otro.



#### 2. Diálogo físico:

El diálogo corporal deberá estar sujeto a un cuidado muy fundamental: ser siempre expresión viva del amor espiritual y sobrenatural que se da plenamente en el matrimonio. Las manifestaciones corporales, cuando no se alimentan ni se avalan por los otros tipos de diálogo y de amor, llevan a una insatisfacción y a una poca autenticidad. (en la reuniones sobre sexualidad, profundizaremos en el tema)





# Nuestro lenguaje

## 3. Diálogo Sobrenatural:

El diálogo afectivo y físico deberán hallar en el encuentro sobrenatural su fundamento firme: es Dios quién ha unido a un hombre y a una mujer, quien los pensó juntos, y es Dios quien es la fuente auténtica de todo amor humano. Somos hechos a su imagen y semejanza, por lo que al amar auténticamente, nos asemejamos más y más a la esencia del Dios que es amor. La pareja debe encontrar su ritmo de oración, evitando la rutina y el abuso de formas tradicionales, despertando las iniciativas para que no se marchite la frescura del dialogo sobrenatural. “Si dos o tres se ponen de acuerdo en la tierra para pedir alguna cosa, mi Padre Celestial se los concederá. Pues si dos o tres se reúnen en mi nombre, ahí estoy yo en medio de ellos” Mt 18,20

*“Si dos o tres se ponen de acuerdo en la tierra para pedir alguna cosa, mi Padre Celestial se los concederá. Pues si dos o tres se reúnen en mi nombre, ahí estoy yo en medio de ellos”*

La calidad de nuestra comunicación como

personas y pololos depende en gran parte del modo en que conversamos, del lenguaje que usamos. La forma en que hablamos no es

indiferente. “De lo que habla la boca está lleno el corazón”, dice el Señor (Lc 6,45). Lo que sale de mi boca viene de lo que hay en mi corazón. El Señor dio criterios muy claros en ese sentido: “Vuestro lenguaje sea sí, sí, no, no” (Mt 5,37). “El que es de la tierra es de la tierra y habla de la tierra” (Jn 3,31). El Apóstol Santiago dice que tenemos que ser pronto para escuchar, y tardos para hablar. Y San Pablo: “No salgan de vuestra boca malas palabras” (Ef 4,29).

Queremos que en nuestro ambiente se hable un lenguaje digno del cristiano. Es decir un lenguaje puro, digno y dignificante. Debe reinar un lenguaje veraz que exprese nuestro espíritu. La persona es esclava de lo que dice y dueña de lo que calla.

*La forma en que hablamos, no es indiferente. La calidad de nuestra comunicación, depende en gran parte del modo en que conversamos.*

Supongamos que aunque rezo constantemente trato a mis empleados a garabatos. Aquí hay algo que no calza. Pero esto suele suceder, sin tener conciencia de que

estamos haciendo algo que no corresponde. Cuando de conversa entre jóvenes, amigos, parece natural que constantemente se traten de “tal por cual”. No existe conciencia de que es un lenguaje impuro. Nos hemos mimetizado y adoptamos inconscientemente una manera vulgar de hablar. Pero resulta que si hablamos en forma vulgar terminaremos siendo espiritualmente vulgares sin darnos cuenta.

“Si alguno no cae hablando, es un hombre perfecto, capaz de poner freno a todo su cuerpo. Si ponemos a los caballos frenos en la boca para que nos obedezcan, dirigimos así todo el cuerpo. Mirad también a las naves; aunque sean grandes y vientos impetuosos las empujen, son dirigidas por un pequeño timón adonde la voluntad del piloto quiere. Así también la lengua es

un miembro pequeño y puede gloriarse de grandes cosas. Mirad, ¡qué pequeño fuego abraza un bosque tan grande! Toda clase de fieras, aves, reptiles, animal marinos, pueden ser domados y de hecho han sido por el hombre. En cambio ningún hombre ha podido domar la lengua. Es un mal turbulento lleno de veneno mortífero. Con ella bendecimos al Señor y Padre y con ella maldecimos a los hombres hechos a imagen de Dios. De una misma boca proceden la bendición y la maldición. Esto, hermanos, no puede ser así (St 2, 3-10)".

De nuestra boca salen copuchas, comentarios, pequeñas mentiras, entonces quiere decir que todavía el cristianismo no ha impregnado íntegramente su ser. Lo más grave, como todas las cosas, no es caer. Lo grave es no dar importancia a un lenguaje vulgar, no darse cuenta que con ese modelo de hablar traicionamos nuestro espíritu mariano y que lo tomamos como algo natural; que lo consideramos compatible con nuestra calidad y dignidad de hijos de Dios. Caídas las tendremos muchas veces, porque somos débiles. Lo grave es acostumbrarse y rebajarse a un nivel que no nos corresponde.

No solo usamos palabras inconvenientes en nuestro lenguaje, también gritamos. No podemos tener ese tipo de comunicación que no es tal, no merecemos tratar ni ser tratados a gritos, pues todos tienen su dignidad.

También es importante que nuestro lenguaje sea veraz, que nuestra palabra valga. Si digo que haré tal

*Para gestar una nueva cultura cristiana debemos empezar en nuestros hogares, con nuestros amigos y polola/o, por la forma en que hablamos y nos expresamos, por cómo nos tratamos mutuamente y cómo tratamos a las personas que están en nuestro alrededor.*

cosa, si me comprometo pero en realidad esa palabra interiormente quiere decir quizás, veré, según esté de ánimo, no es el espíritu del evangelio. Queremos aprender a guardar la palabra tanto en lo grande como en lo pequeño.

Para gestar una nueva cultura cristiana debemos empezar en nuestros hogares, con nuestros amigos y polola/o, por la forma en que hablamos y nos expresamos, por cómo nos tratamos mutuamente y cómo tratamos a las personas que están en nuestro alrededor.

*"Dime como le hablas, y te diré cómo lo estás amando"*



## 1. Ver y comentar video youtube

<http://www.youtube.com/watch?v=dJ1o6t1Iva0>  
( Video se llama "Quiero Leche" papá con un niño)

# Dinámica

*2. La postura, la ubicación en el espacio, los gestos, la expresión facial y las caricias son parte del diálogo físico. A continuación lo comprobaremos a través del siguiente ejercicio:*

- **Se ubican con sus parejas de espalda sin mirarse ni tocarse.**
- Se les entrega a uno de los dos un dibujo simple y al contrincante un lápiz y un papel.
- El que tiene el dibujo debe describirle verbalmente a su pareja el dibujo recibido en la forma más detallada posible. Así, el que dibuja ejecuta lo que oye sin hablar ni emitir ningún sonido.
- Una vez terminado el dibujo se expone para compararlo con el original.
- **Cada pareja lo hace en frente del grupo, por turnos.**
- Vuelven a repetir el ejercicio con otros dibujos, ésta vez mirándose de frente y con la posibilidad de que el que dibuja pueda hacer todas las preguntas que quiera.
- Se exponen nuevamente los dibujos y concluyen sobre la importancia de una comunicación de a dos acompañada de lenguaje corporal.

**3. Se conversa sobre el diálogo físico bien y mal llevado.**

**4. Contestan un cuestionario con un sí o un no, para evaluar si se está teniendo problemas de comunicación con el/ la pololo/a.**

### PREGUNTAS:

- a) ¿Te parece que no tienes nada valioso que decir?
  - b) ¿Tienes temor de comenzar una pelea?
  - c) ¿Te preocupa que lo que dirás parecerá algo tonto?
  - d) ¿No sabes cómo expresar pensamientos y sentimientos en la forma adecuada?
  - e) ¿Sientes que tu pololo/a no te escucha de verdad?
  - f) ¿Piensas que están demasiado ocupados para hablar?
  - g) ¿Crees que hablar te meterá en problemas?
- Se intercambian las respuestas entre pololo y polola

Se concluye que la comunicación es esencial en cualquier relación de pareja, porque es a través de ella cómo podemos conocernos y comprendernos, y por lo tanto amarnos.

**5. Se juntan en parejas en diferentes rincones, y trabajan por separado el diálogo afectivo, preguntándose el uno al otro las siguientes preguntas:**

(15 minutos)

- a) ¿Qué me preocupa de mí?
- b) ¿Qué me preocupa de tí?
- c) ¿Qué me hace sentir bien y echo de menos?
- d) ¿Cuáles son los gestos o actitudes tuyas que me alegran?
- e) ¿Cuáles son los gestos o actitudes tuyas que me hacen sentir mal?