

The first Sunday, Dasha Aranya, Zenda Cycle
 Prayers, Choral Mass, Sermon, and a presentation
 in Sanskrit in pairs, a homily in Hindi.
 Friends are very welcome, please study and meditate
 on the book assigned, meet, sing, pray, listen
 to the hymns, pray, listen, and sing, possibly form a choir
 or learn something, sing, pray, listen, and sing
 Please, my dear friends, be faithful to your spiritual
 growth and service.
 Prayers, Choral Mass, Sermon, and a presentation

3

TWORZENIE I TRWAŁOŚĆ WSPÓLNOTY MAŁŻEŃSKIEJ

Katecheza 3

...Duchu Święty, Duchu Miłości, Źródło życia...

Prosimy Cię udzieli nam swoich darów potrzebnych do budowania naszej wspólnoty miłości.

Prowadź nas zwycięsko przez trudy codzienności.

W chwilach zagrożeń naszej miłości kieruj nasze myśli ku Bogu w Trójcy Jedynemu, abyśmy potrafili Jemu zaufać i Jemu powierzyć wszystkie niepokoje.

Spraw, aby naszej miłości nie zabrakło wyrozumiałości, przebaczenia i męstwa.

Prosimy Cię przez Chrystusa Pana naszego. Amen.

To miłość, której poświęcone było ostatnie nasze spotkanie, stoi u podstaw wspólnoty małżeńskiej. Można by stwierdzić z całą pewnością, że od tego, jaka jest nasza miłość, zależy będzie jakość naszej wspólnoty małżeńskiej. Dlatego dziś także dużo będzie o miłości.

Najpierw jednak odpowiedzmy sobie na pytanie czym jest wspólnota w ogóle, a wspólnota małżeńska w szczególności oraz jakie są jej cele.

1. Czym jest wspólnota małżeńska

W źródłach encyklopedycznych moglibyśmy znaleźć taką definicję wspólnoty: *jest to grupa społeczna, w której istnieje silna więź psychiczna, powstała na gruncie nie tylko związków obiektywnych, ale także wspólnoty określonych przekonań, uczuć i wartości*. Zamieszkiwanie w tym samym mieście, uczęszczanie do tej samej szkoły, nawet mówienie tym samym językiem, to jeszcze za mało, by być wspólnotą. To są związki obiektywne.

Potrzeba czegoś więcej, a może głębiej? Jakichś korzeni, podstaw, którymi są: **uczucia, przekonania i wartości**. Jak się ma do tej definicji wspólnota małżeńska, którą mamy tworzyć i umacniać?

Ja i TY – jest więc już „grupa ludzi”, a między nami ma powstać silna więź psychiczna. Fundamentem, czy też filarem, naszej wspólnoty jest miłość. Miłość pojmowana nie jako uczucie lecz działanie, w które zaangażowaliśmy nasz rozum i wolę w trosce o dobro, szczęście i rozwój kochanej osoby. Nasz świadomy wybór, stawka na całe życie; miłość, która **z naszej woli** nigdy nie ustaje... W miejscu *uczuć*, które mają przyczyniać się do powstawania silnej więzi, będzie w naszej małżeńskiej wspólnotie coś potężniejszego – miłość. A co z wartościami i przekonaniami, które mają składać się na naszą więź?

2. Cel wspólnoty i warunki jej budowania

Zapytajmy może najpierw jaki jest cel wspólnoty małżeńskiej, po co ją budować i czy w ogóle warto? Są przecież dziś ludzie, którzy mieszkają ze sobą nie decydując się na małżeństwo. Myślę, że w ich przypadku zabrakło wiary w siebie, wiary w to, że zdolni są kochać drugiego człowieka bezwarunkowo. A więc zły fundament! Miłość poddana w wątpliwość!

Jako mąż i żona – mamy dawać życie i wzrastać w naszym człowieczeństwie. Aby sprostać temu zadaniu, istotnie trzeba dołożyć starań, by nasza wspólnota zapewniła jak najlepsze warunki dla rodzącego się w niej życia ludzkiego i sprzyjała naszemu rozwojowi osobowemu.

W jakich warunkach chcemy te cele realizować, jak się do tego przygotowujemy, aby wzrastała między nami więź psychiczna. Od czego zazwyczaj zaczynamy?

Zastanawiamy się, gdzie zamieszkamy! A więc w centrum naszej uwagi jest nasz DOM. Niektórzy z nas budują dom – mury – w sensie dosłownym, inni remontują sobie jakiś pokój, ale wszyscy myślimy o naszym domu. Jaki on będzie? W nim będzie

wzrastać mały człowiek, któremu damy życie, w nim będziemy wzrastać my – jako osoby ludzkie.

Są różne domy. Niezależnie od tego, czy biedne, czy bogate, w jednych czujemy ciepło – to duchowe – z innych chcielibyśmy jak najszybciej wyjść, bo zionie w nich chłodem... Najistotniejsze nie są, jak widać, mury i sprzęty, ale atmosfera domu. Kiedyś mówiło się, że „kapłanką domowego ogniska jest kobieta”. Ona bowiem przebywała w nim najwięcej i ogrzewała go swoim uśmiechem, troskliwością, czułością, wyrozumiałością i swoim zapobiegliwym krzątaniem. Dziś kobieta często pracuje poza domem, ale jej wkład w to domowe ognisko pozostał nadal ogromny, choćby z racji jej wyjątkowych cech psychicznych, o których będziemy jeszcze mówić. Ognisko. Dom przyrównany do ogniska. Przywołuje to na myśl bardzo konkretne skojarzenia – letnia noc, gdzieś nad jeziorem, czy w innym zakątku naszego pięknego kraju i ognisko. Jak się wtedy czuliśmy? Było nam radośnie, beztrosko, bezpiecznie, czuliśmy bliskość drugiego człowieka, było ciepło, miło i przyjemnie, wszyscy czuliśmy się zaakceptowani i na swoim miejscu. Co najmniej tak ma być w naszym domu!

Abyśmy stali się wspólnotą, która potrafi stworzyć taką atmosferę w domu – musimy wiedzieć co znaczy miłość, wiedzieć jak tę miłość pielęgnować. Mieć świadomość, że całe nasze życie małżeńskie o tę miłość między nami musimy się troszczyć.

Ślub to start, a nie meta. To ważne stwierdzenie. Z wielu względów. Podobnie jak sportowiec przed startem, poświęca wiele czasu i wysiłku na odpowiednie przygotowanie się, tak i my powinniśmy to uczynić. Zebranie 10 stempelków to dopiero początek, inspiracja do dalszych poszukiwań i przygotowywania się.

Otrzymujesz w ślubnym prezencie miłość współmałżonka – wielki dar Boga – co z nim zrobisz? Wszak to wielka odpowiedzialność – ona dotyczy ciebie samego, osoby wybranej przez ciebie i wreszcie tej wspólnoty – która także dzięki tobie powstaje – małżeńska, a potem rodzinna.

Nasze życie małżeńskie to nieustanny bieg do mety. Będą w czasie tego biegu przystanki, używając kolarskiego języka – lotne finisze – na których trzeba będzie mobilizować siły, uzupełniać

naszą wiedzę, o tym jak pokonywać następne etapy. A więc, żeby przebiec naszą trasę, jesteśmy niejako skazani na ciągłą pracę nad sobą.

3. Poznajemy siebie

Zastanówmy się na początek czym dysponujemy już teraz, tuż przed startem. Proponuję zacząć od pytania, czy znam mojego przyszłego współmałżonka? Czy znam go na tyle, że jestem gotów wybrać się z nim na przykład na samotną (we dwoje) wspinaczkę wysokogórską, na biegun, czy przejść przez pustynię Gobi?

Dziwne pytanie, przecież nie byłibyśmy tutaj, gdyby były jakieś wątpliwości. Odłóżmy tę naszą pewność siebie, gdyż bywa i tak, że niektórzy nie znają nawet samych siebie. I tu znów zdziwienie?. Proszę zróbmy wobec tego taki test. Każdy wypisuje 20 rzeczy, które lubi robić, gdyż sprawiają mu radość czy przyjemność. Są trudności? A pewnie chciałbyś, żeby o tym wiedział twój przyszły współmałżonek? Po wypisaniu tej listy, wymieniamy kartki. Jakie niespodzianki! Wiele nas czeka jeszcze emocji przy wzajemnym poznawaniu.

Zróbmy więc założenie, że znamy się tylko trochę i od dzisiaj zaczynamy się lepiej poznawać. Trzeba zaznaczyć, że ilość czasu spędzonego razem przed ślubem o niczym jeszcze nie świadczy. Nawet wspólne zamieszkiwanie. Nic co małżeństwem nie jest małżeństwa nie sprawdza. Poznawanie nasze, które zaczęło się jeszcze przed ślubem, będziemy kontynuować w czasie trwania naszego małżeństwa.

Rozmowa. Poznać się, to nie tylko wiedzieć co on/ona lubi, a czego nie, ale przede wszystkim jakie ma przekonania w kwestiach ważnych, decydujących o codziennym życiu, co dla niego jest najważniejsze, jaki jest jego system wartości. Czy umiemy o tym rozmawiać? Czy umiemy w ogóle rozmawiać? Mówić, na pewno tak, ale rozmawiać? Dziś, niestety najczęściej, ludzie mówią do siebie, a nie rozmawiają ze sobą. Rozmowa jest wtedy, gdy jedna osoba mówi, druga słucha i ustosunkowuje się do tego,

co usłyszała (ogromnie ważna jest tu nasza gotowość słuchania). Wtedy dopiero, gdy usłyszemy odpowiedź zwrotną, mamy poczucie, że jesteśmy wysłuchani i właściwie zrozumiani. Wtedy jest możliwa wymiana uwag, opinii i poglądów. Najgłębsze porozumienie zaistnieje między nami, jeśli dojdzie do tego jeszcze umiejętność wyrażania naszych uczuć (czyli co w danej chwili czuję – złość, gniew, także czułość, tliwość itp.).

Różnice psychiczne. Poprzez rozmowę lepiej poznamy siebie – nasze odmienności psychiczne z racji tego, że jedno z nas jest kobietą, drugie mężczyzną. Przyjęto określać kobietę jako wrażliwą, uczuciową, o zmiennych nastrojach (cykl hormonalny), intuicyjną, opiekuńczą, ofiarną, wreszcie drobiazgową o zainteresowaniach praktycznych. Mężczyzna zaś bywa racjonalny, konkretny, nastawiony na działanie, o zainteresowaniach ogólnych, raczej technicznych, o myśleniu abstrakcyjnym, niechętnie okazujący uczucia. Nie będziemy teraz roztrząsać, co jest wynikiem układów hormonalnych, co wychowania, czy dziedziczenia. Ważne, że często z racji nieświadomości różnic psychicznych między nami robimy sobie wyrzuty i mamy do siebie pretensje. Są dwa przysłowia, które w tym miejscu chętnie cytuję. Jedno to arabskie: *Mężczyzna widzi las, kobieta widzi drzewa w lesie*. I drugie, bardziej skomplikowane, ale równie wyraźnie oddające istotę rzeczy: *Sercem mężczyzny są sprawy tego świata, światem kobiety są sprawy jej serca*. Patrzymy więc na siebie z miłością i poprzez pryzmat tych różnic między nami w postrzeganiu świata starajmy się siebie poznać i zrozumieć.

Środowisko. Obyczaje. Poglądy. Dobrze jest poznać środowisko, z którego wywodzi się nasz przyszły współmałżonek, jego rodzinę, przyjaciół, kolegów. Nigdzie lepiej nie dostrzeżemy odbicia wybranej przez nas osoby, jak w oczach i twarzach osób jej bliskich. Zobaczmy jakie obyczaje panują w naszych rodzinnych domach – pewnie niektóre chcemy przenieść do naszego, z innych trzeba będzie zrezygnować. Zacznijmy rozmawiać o tym już teraz.

Przedyskutujmy i uzgodnijmy nasze podstawowe poglądy – na sposób życia, model rodziny, sposób jej planowania, zasady

wychowania dzieci, stosunek do spraw wiary i przynależności do Kościoła. Wydaje się, że zbyt małą wagę przywiązujemy do tych ostatnich. Posłuchajmy co na ten temat powiedział św. Augustyn: *„Gdy wśród przyjaciół nie ma jednomysłności w sprawach boskich, nie może też być pełnej i prawdziwej zgody w sprawach ludzkich”*.

Hierarchia wartości. Nasze poglądy wiążą się ściśle z wartościami, które uznajemy za ważne. One to w zasadzie wytyczają nam cel i drogę życia. Z wielkim pożytkiem byłoby, gdybyśmy wykonali następny test: wypisać sprawy, które są dla mnie w życiu najważniejsze, ustalić hierarchię i znów wymienić kartki, po czym przedyskutować punkt po punkcie. Diametralna różnica w hierarchii wartości nie rokuje dobrze dla wspólnoty – lepiej więc ustalić to jeszcze teraz. Wobec dzisiejszego zagrożenia konsumpcjonizmem, który powoduje, że uprzedmiotowiamy drugiego człowieka – także współmałżonka i dzieci – dołóżmy starań, aby się temu trendowi nie poddać.

Zwróćmy zatem uwagę na dwie krańcowe postawy wobec dóbr materialnych. Pierwsza – gromadzenie bez względu na ich użyteczność, z uwagi na modę, chęć zaimponowania itp. Są one wtedy dla nas celem – to postawa MIEĆ. Druga to posiadanie dóbr ze względu na ich użyteczność – służą rozwojowi człowieka – są zatem środkiem do tego, żeby BYĆ. Jan Paweł II wielokrotnie w swych wystąpieniach zwraca uwagę, abyśmy starali się więcej BYĆ.

Niezaprzeczalną wartością będą w naszym małżeństwie dzieci. Jednak po latach one odejdą w świat, a my zostaniemy razem. Trzeba więc, oprócz spraw związanych z dziećmi i organizacją domu, odkryć lub wypracować i pielegnować jakieś wartości, które nas wtedy będą łączyły.

Będziemy stawiali sobie wiele celów w naszym codziennym życiu – i małych i dużych, krótko- i długoterminowych. Wiele nas czeka trudu, ale i radości. W powodzi tych celów nie wolno nam zapomnieć o celu ostatecznym, jakim jest spotkanie z Bogiem twarzą w twarz... kiedyś w przyszłym naszym życiu. Zmierzamy ku Niemu trzymając się mocno za ręce, mając świadomość tego,

że sobie w tym pomagamy. Współpraca i pomoc małżonków nie dotyczy przecież tylko spraw doczesnych. Pilnujmy, aby te drobne cele nie przesłoniły, ani nie utrudniły nam osiągnięcia tego najważniejszego.

4. Trwałość wspólnoty

Budowanie wspólnoty to zadanie na całe nasze wspólne życie. Chociaż największą pracę trzeba wykonać na początku. To coś tak, jak z budowaniem domu. Właściwie cały czas jest przy nim robota, nawet, gdy już w nim będziemy mieszkać wiele lat.

Co nam może pomóc w utrwalaniu naszej wspólnoty, umacnianiu więzi między nami? To, co wydaje mi się najważniejsze to: sztuka porozumiewania się, dbałość o naszą miłość i umiejętność rozwiązywania konfliktów.

Sztuka porozumiewania się. Wracamy więc do rozmowy między nami. Ćwiczmy umiejętność słuchania, ale także zwracamy uwagę na to, co sami mówimy. Na ton głosu, mimikę, na dobór słów, tak by w żaden sposób nie zranić drogiej osoby. By nie wypowiedzieć za dużo niepotrzebnych słów, których potem będzie się żałować.

Czułość. Ona ma moc utrwalania naszej wspólnoty. Czym jest czułość? Czymś innym niż pożądanie. Czułość stawia w centrum drugą osobę, podczas gdy pożądanie – mnie samego. Czułość jest jednocześnie obdarowaniem drugiego i doznaniem. Realizujemy ją w spojrzeniu, dotyku, gestach, mowie, minie. Mowa tu o takiej czułości, która może być okazywana bardzo często (a o to nam chodzi) i bez niczyjego zgorszenia w miejscach publicznych – nawet podczas przekazywania sobie znaku pokoju podczas mszy św. – a więc czułość pozbawiona zabarwienia seksualnego. Dobrze jest nam w czułym spojrzeniu, serce nasze rośnie, gdy słyszymy czułe słowa, gdy doznajemy serdecznego gestu. W tych wszystkich środkach kryje się uznanie – czujemy się wtedy bezpiecznie, możemy się coraz bardziej na siebie otwierać, coraz bardziej przed sobą odsłaniać, gdyż wzrasta nasze wzajemne zaufanie. Czułość

sprzyjać będzie lepszemu wzajemnemu poznawaniu się, a więc i pogłębianiu naszej więzi.

5. Konflikty w małżeństwie

Ludziom na ogół trudno jest przyznać się, nawet przed sobą samym, że w ich małżeństwie jest coś nie tak. Przynajmniej do jakiegoś czasu, aż przepełni się miarka i cała, nagromadzona nieraz latami, gorycz się wylewa. Jedni wtedy podejmują desperacką decyzję o rozejściu się, inni przyjmują postawę rezygnacji – tak już będzie i nie mam na to wpływu, muszę się męczyć do końca życia. Żadna z tych postaw nie świadczy o właściwym podejściu do małżeńskich nieporozumień.

Czego mogą dotyczyć konflikty, zwłaszcza w początkowym okresie małżeństwa? Najczęściej – władzy, rywalizacji, wzajemnego wychowywania się, pieniędzy. Każdy z nas nosi w sobie jakąś propozycję modelu wzajemnego układu – najczęściej to ten, jaki był u mnie w domu. Dobrze jest pamiętać o tym, że podporządkowanie sobie drugiej osoby, oznacza utrudnienie lub uniemożliwienie jej rozwoju. Jest to ze stratą dla całej naszej wspólnoty. Rywalizacja między małżonkami rodzi nielojalność. Od chwili, kiedy powiedzieliśmy sobie TAK nie ma już mnie i ciebie, ale jesteście MY. Nie ma więc mojej przegranej, czy wygranej – jest nasza przegrana, nasz smutek i nasza wygrana – nasza wspólna radość (np. z twoich zawodowych, czy intelektualnych sukcesów).

Sprawa pieniędzy, ich podziału i dysponowania nimi musi być przedmiotem uzgodnień między nami. Będzie może wymagała wprowadzania pewnych poprawek, ale powinna być przedmiotem dyskusji.

Natomiast dyskusji nie podlega kwestia wychowywania siebie nawzajem. Jesteśmy dorośli i podlegamy już samowychowaniu – każdy z nas winien więc wychowywać siebie – mężczyzna na dobrego męża i ojca, kobieta – na dobrą żonę i matkę – wzajemnie sobie w tym pomagając.

Jak więc powinniśmy postępować na małżeńskich zakrętach?

Pierwsza zasada, którą powinniśmy się kierować to założe-

nie: JA muszę tak budować relację z moim współmałżonkiem, aby nam było dobrze, gdyż mamy być razem do końca życia. (Badania Katedry Psychologii Rodziny na KUL dowiodły, że takie małżeństwa są szczęśliwsze i znacznie rzadziej się rozpadają niż te, które u samych początków robią założenie: jeśli nam będzie ze sobą źle, to się rozstaniemy.)

Następna zasada, to konflikty, nieporozumienia w małżeństwie powinny się ujawniać. One muszą być, ponieważ tak bardzo jesteśmy różni, tak odmienne są często nasze potrzeby i pragnienia, tak inne przyzwyczajenia i zachowania wynieśliśmy z naszych rodzinnych domów. Jeśli nie są przez nas uzewnętrzniane, nazywane, to znaczy, że są tłumione, spychane do podświadomości i bywają przyczyną naszej agresji, lęków, depresji, a także różnych chorób somatycznych, których przyczyn lekarze nieraz poszukują całymi latami. A więc zgoda na to, że w naszym małżeństwie mają prawo być konflikty.

Trzecia zasada mówi o tym, że umiejętne rozwiązywanie konfliktów buduje naszą wspólnotę, umacnia więzi między nami. Co to znaczy – umiejętne? Polecam Państwu do przeczytania kilka pozycji książkowych już teraz, zanim ta wiedza będzie nam pilnie potrzebna; np. książkę Elżbiety Sujak „Małżeństwo pielęgnowane” oraz Fritza Fischaleka „Uczciwa kłótnia małżeńska”. Znajdziemy tam praktyczne rady dotyczące sposobów wyjaśniania naszych nieporozumień. Wymienię teraz kilka najważniejszych wskazówek, jakich udzielają nam specjaliści.

Nie próbować rozwiązywać konfliktu w chwili jego wybuchu. Rozgrzane emocje nie sprzyjają temu. Odczekać, może kilka lub kilkanaście godzin (ale nie dni), zrewidować swoje emocje i zaproponować spokojną rozmowę na temat tego, co się wydarzyło, albo... gdy stwierdzamy, że sprawa dotyczyła drobiazgu, który z racji okoliczności urósł wtedy do wielkich rozmiarów, po prostu stwierdzamy to głośno i serdecznie przepraszamy współmałżonka. Jeśli konflikt jest poważny może nie wystarczyć nam jedno takie wyjaśniające posiedzenie. Wówczas, pilnujemy naszych emocji w trakcie rozmowy i gdy tylko temperatura naszego spotkania rośnie, przerywamy go, postanawiając do sprawy powrócić. Może to trwać wtedy nawet kilka dni.

Mówić zawsze o tym „co ja czuję, czułam...” – poczułam się bardzo dotknięta, zraniona, zrobiło mi się przykro, wstydziłam się itp. Nigdy zaś nie wyrzucać z siebie bólu mówiąc „jaki to ty jesteś” – nie przydawać partnerowi etykietek typu „jesteś złośliwy, nigdy mnie nie chcesz wysłuchać, nie liczysz się z moim zdaniem itp. To niezwykle cenna i przydatna, w każdych relacjach, umiejętność nazywania swoich uczuć. Nie przychodzi łatwo, trzeba ją wyćwiczyć – ale warto. W żadnym razie nie wolno robić wymówek współmałżonkowi – publicznie – choćby to nawet było spotkanie rodzinne. Takie nasze zachowanie budzi tylko gniew i agresję, przysparzając dodatkowych kłopotów.

Jeśli już próbowaliśmy sami różnych sposobów rozwiązania konfliktu bez rezultatu, skorzystajmy z pomocy osób fachowych w poradni małżeńskiej lub rodzinnej. Małżeńska lojalność nakazuje nie rozmawiać o tym z kolegami czy koleżankami z pracy, lecz powierzyć sprawę osobie zaufanej i kompetentnej. Z tym wiąże się zasada intymności życia małżeńskiego – nie tylko tego dotyczącego pożycia seksualnego – ale wszystkich naszych spornych kwestii, a także może często dolegliwych, czy denerwujących nas słabości drugiego człowieka.

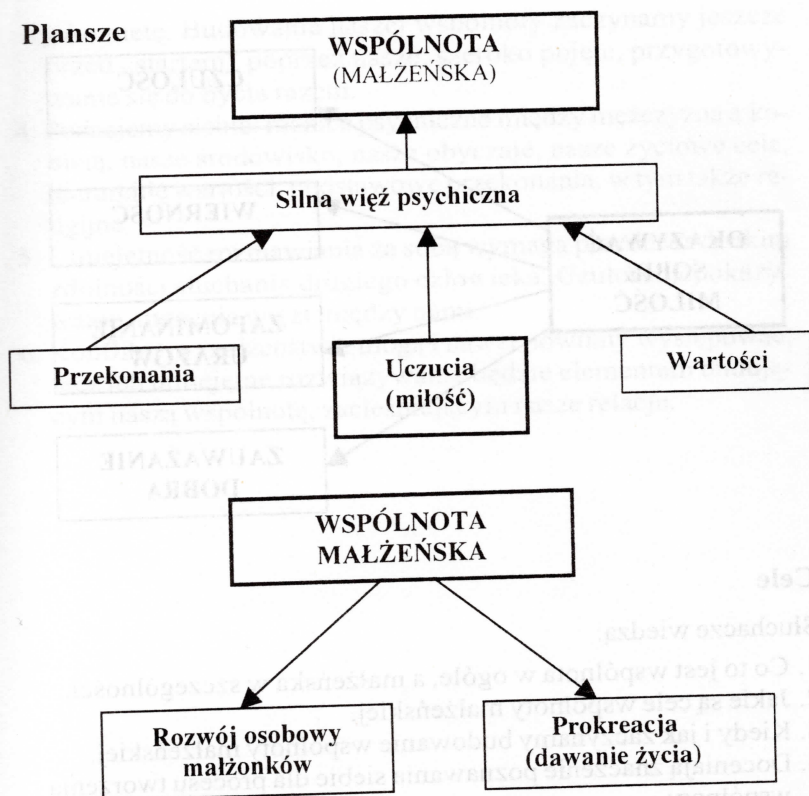
Nie bójmy się konfliktów w naszym małżeństwie, traktujmy je jako nasze nowe zadanie do wykonania – razem, wspólnie i z ogromną korzyścią dla naszej wspólnoty. Gdyż im więcej prac i zadań wykonanych razem, tym małżeństwo silniejsze. Po każdej przeżytej burzy jesteśmy zjednoczeni coraz mocniej.

Na zakończenie posłuchajmy tego, co o wspólnocie mówi Jean Vanier: „*Wspólnota jest podobna do orkiestry wykonującej symfonię. Muzyka każdego instrumentu z osobna jest piękna. Gdy jednak grają wszystkie razem i każdy we właściwym momencie przepuszcza drugiego, jest to jeszcze piękniejsze*”¹.

Życzę, abyście Państwo stworzyli taką orkiestrę.

¹ Jean Vanier, *Wspólnota miejscem radości i przebaczenia*, Editions du Dialogue, Paris, 1989, str. 205

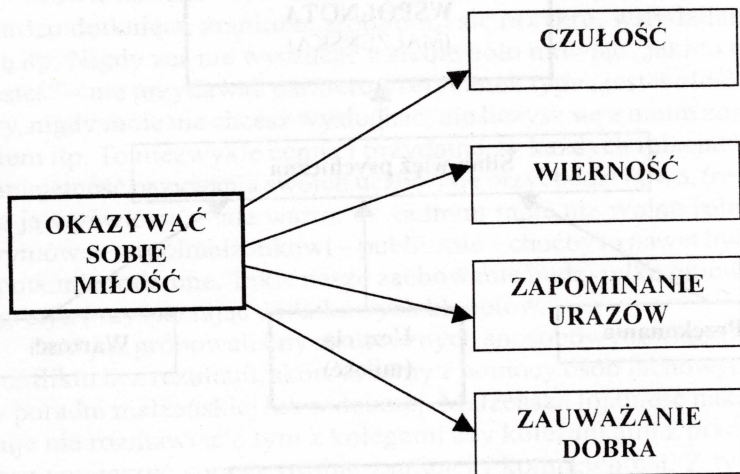
Plansze



**Rozmowa jest dla miłości tym, czym krew dla organizmu.
Bez niej miłość umiera.**

A.L. Mc Ginnis

ŚLUB = START (nie meta)



Cele

Słuchacze wiedzą:

1. Co to jest wspólnota w ogóle, a małżeńska w szczególności.
2. Jakie są cele wspólnoty małżeńskiej.
3. Kiedy i jak zaczynamy budowanie wspólnoty małżeńskiej.
4. Doceniają znaczenie poznawania siebie dla procesu tworzenia wspólnoty.
5. Na czym polega dbanie o trwałość naszej wspólnoty.
6. Jak podchodzić do konfliktów w małżeństwie i jakie są podstawowe zasady ich rozwiązywania.

Treści

1. Omówienie wspólnoty małżeńskiej w odróżnieniu od innych wspólnot.
2. Przypomnienie celów małżeństwa jako założeń istotnych dla tworzenia wspólnoty małżeńskiej.
3. Ślub traktujemy jako start wspólnego marszu przez życie, a nie

jako metę. Budowanie naszej wspólnoty zaczynamy jeszcze przed „startem” poprzez nasze, szeroko pojęte, przygotowywanie się do bycia razem.

4. Poznajemy siebie: różnice psychiczne między mężczyzną a kobietą, nasze środowisko, nasze obyczaje, nasze życiowe cele, hierarchię wartości, podstawowe przekonania, w tym także religijne.
5. Umiejętność rozmawiania ze sobą wymaga przede wszystkim zdolności słuchania drugiego człowieka. Czułość, jej okazywanie, umacnia więzi między nami.
6. Konflikty w małżeństwie mogą i nawet powinny występować, lecz ich umiejętne rozwiązywanie będzie elementem budującym naszą wspólnotę, zacieśniającym nasze relacje.