

QUAN EXIGIM A LA NOSTRA PARELLA

Tots tendim a exigir (a vegades), sense parar-nos a pensar que hem d'aprendre a demanar el què volem i no donar per fet que l'altre ens ha de respondre, encara que en el fons ho vulguem.

La comunicació dels sentiments és important (expressats en claredat), però tot i així pensem que l'altre no ens entén en una qüestió determinada. El cert és que la nostra parella comprèn des del seu propi paradigma, des de la seva vivència, o sigui, des de la seva realitat transcorreguda fins ara. Per tant, el "entendre", a vegades, no és tant important, sinó la postura de generositat de saber cedir, de saber parar la disputa, de canviar de ritme per obrir una altra vegada els cors des d'una altra visió, un estat diferent que apropi la comprensió d'ambdós.

Comparteixo que és necessari tenir un silenci interior, parar-se i pensar el què ha succeït sincerament amb un mateix, i compartir després amb la parella els sentiments mutus, el què li ha passat a cadascú. I ara que tenim més coneixement del ser estimat: *sabem que no ens ho pot donar, o no en sap, o sí ens ho pot donar*. En tot cas, vist des d'aquesta perspectiva diferent, no hi te cabuda l'exigència vers l'altre sinó que aleshores sorgeix una única voluntat: la certesa d'anar descobrint que moltes vegades exigim a l'altre per les pròpies mancances, i per tant s'obre el camí de saber demanar.

Karina Miret

Psicòloga Col. 8209
Centre Mèdic Calafell
c/ Vilamar, 46
T: **977 69 58 99**