

VZTAHY, VZTAHY, VZTAHY....

TOUŽÍME BÝT MILOVÁNI A MILOVAT. NĚKDY SE NÁM TO DAŘÍ, NĚKDY NÁM VZTAHY DAJÍ POŘÁDNĚ ZABRAT. JAK NA TRVALÉ A HARMONICKÉ VZTAHY?

Diecézní centrum pro rodinu nabízí několik podnětů na podporu dlouhotrvajících a harmonických vztahů.

Pátý díl bychom věnovali manželským pozornostem.

Aby manželská láska nezevšednila, je důležité ji obnovovat. Je jako květina, která potřebuje péči zahradníka, aby byla stále svěží, krásná a přitažlivá. I manželský vztah by měl být svěží, radostný, přitažlivý a inspirující pro své okolí. Někdy jsme unavení nebo na nás doléhají pracovní povinnosti, strachy o zdraví našich nejbližších a nemáme energii, abychom na vztahu pracovali. To je v pořádku. I květina má někdy období vegetačního klidu a v tomto období by přílišná péče zahradníka mohla květině spíš ublížit. Je naprosto legitimní v takové situaci říci svému partnerovi/ce, že jsem unavený/á, mám toho moc a potřebuji si odpočinout a najít svou ztracenou rovnováhu.

V takových chvílích pomohou manželské pozornosti.

O co jde? O projevy lásky, které nevyžadují velké finanční náklady, ale spíše fantazii a tvořivost a mohou z všedního dne udělat svátek.

Jak na to? Nejprve si pozornosti rozdělme na několik „kroků“:

- Nápad – dáme si záležet na tom, abychom pozornost dobře promysleli.
- Tvořivost – snažíme se být tvořiví i když se nám zdá, že na to nemáme vlohy.
- Vlastní námaha a zručnost – partner/ka ocení naši námahu víc než dokonalý výsledek.
- Překvapení – načasujme si vhodně předání pozornosti, myslíme na laskavý humor.
- Pozornost by měla připomínat dárce – když vymýšlíme a realizujeme svou pozornost, myslíme na to, že nás má nějakým způsobem vyjadřovat a obdarovaný si nás tak bude dlouho připomínat.

Pozornosti partnerce/ manželce by měly vycházet především z přijetí svého poslání být dobrým mužem a otcem. Proto se muž má starat o svého ducha, svoji duši i o své tělo. Konkrétně to znamená, že své ženě muž dává pocit jistoty a bezpečí. Snaží se s ní dostatečně komunikovat, něžně se o ni stará, projevuje jí vděčnost. Umožní jí prožít romantické chvíle bez ohledu na věk, protože v každém věku je v ženě skrytá duše mladé dívky, která po romantických chvílích touží.

Pozornosti partnerovi/manželovi by měly vycházet především z přijetí svého poslání být dobrou ženou a matkou. Proto se žena stará o svého ducha, svoji duši i o své tělo. Konkrétně to znamená, že svému muži žena prokazuje úctu, uznání a obdiv. Má hluboký zájem o jeho osobu. Buduje s ním partnerský a kamarádský vztah. Snaží se chápat a přijímat jeho potřebu sexuálního naplnění.

Malý úkol, který by vám ve vašem vztahu mohl pomoci:

Vezměte si každý z vás papír a napište si na něj 5 konkrétních pozorností od svého partnera/ky, manžela/ky z jakéhokoliv historického období vašeho vztahu, které ve vás vyvolali pocit štěstí. Pak si napsané pozornosti vzájemně ukažte a povídejte si o nich a o vás. 😊

Přeji vám, aby váš vztah byl plný pozorností a těším se na příští pokračování 😊

Mgr. Martina Fůrstová