

Metadáta:

url: /fungujuce-manzelstvo

title: Desatoro fungujúceho manželstva | bridee.sk

description: Manželstvo nie je len o spoločnom bývaní, zakladaní rodiny či súdržnosti. Čo robiť, aby vaše manželstvo fungovalo až kým vás smrť nerozdelí?

hlavné KW: manželstvo

vedľajšie KW: svadba, sobáš, novomanželia, manželia, rodina, manželský život, spoločenstvo, spoločný život manželov

Desatoro fungujúceho manželstva

Základom každého dobrého vzťahu je v prvom rade láska. V druhom rade je to túžba nielen z fyzického hľadiska, ale aj túžba robiť toho druhého najšťastnejším človekom pod slnkom. Ak sa chcete dozvedieť, čo všetko neodmysliteľne patrí k harmonickému manželstvu, prečítajte si naše desatoro!



<https://i.pinimg.com/564x/5d/ad/27/5dad27f1c3ff79938a4fb89a66615033.jpg>

Dôvera

Bez dôvery ešte žiadny vzťah nevydržal! Dôvera teda predstavuje **základný pilier**, na základe ktorého je možné ďalej budovať [nekonečnú lásku](#), harmóniu, radosť a šťastie manželov po zvyšok celého ich života.

Verte a buďte verní! Je jednoduché veriť v skutky, ktorých podstatu poznáte, naučte sa ale veriť niečomu tajomnému - pretože na svete neexistuje ľudská bytosť, ktorá by nemala ani to najmenšie tajomstvo.

Rešpekt

Akceptujte rozdielne názory toho druhého. Aj napriek tomu, že ako manželia tvoríte jeden celok, neznamená to, že v súlade musia byť aj vaše postoje, názory a myšlienky. Obojstranný rešpekt v manželstve jednoducho musí byť.

Na druhej strane svoju polovičku **chváľte** - nie príliš, ale ceňte si maličkosti. Každodennú starostlivosť o domácnosť, deti či [finančné zabezpečenie](#) preto oceňte kyticou kvetov či obľúbenou bonboniérkou!

Dotyky

Prejavte v manželstve aj kúsok nehy a nezanedbávajte silu dotykov. Nezáleží na tom, či ste [doma](#) alebo sa práve potulujete rušným mestom, **dotýkajte sa!** "Obyčajné" objatie či držanie sa za ruky vyplavuje do mozgu množstvo hormónov šťastia, ktoré pozitívne vplývajú na vašu psychickú pohodu, náladu a pocit spokojnosti a šťastia.

Dotyk od správnej osoby zbavuje telo nadmerného stresu a funguje ako elixír mladosti. Pritom stačí tak málo!



<https://i.pinimg.com/564x/56/09/93/56099396d46fad4c984de740958037c7.jpg>

Intimita

Od dotykov sa presunieme k iným **nežnostiam**, ktoré patria predovšetkým do manželskej spálne. Nie je na tom nič zvláštne, práve naopak - milovanie nemožno vylúčiť zo zoznamu "manželských povinností".

Na milovanie neexistuje špeciálne vyhradený čas. Jednoducho si venujte nádherné chvíle **kedykoľvek** budete chcieť! Čo je však smutné je fakt, že vekom a dlhotrvajúcim manželstvom intímnosti uberajú na svojej pravidelnosti. Tu musíme podotknúť, že **vek** nie je prekážkou pre milovanie.

Priestor

Každý živý tvor potrebuje istú **dávku voľnosti**. Niekedy však môže byť problém dopriať manželovi/manželke priestor na vlastné aktivity či koníčky. Samozrejme, ideálne je, ak máte spoločné záujmy a aj voľný čas trávite spolu.

ALE! Každý občas chvíle zažívame, kedy chceme byť osamote. Vypnúť, zrelaxovať, načerpať energiu a silu na ďalšie povinnosti. Preto nezaškodí byť občas **sebeckým** a robiť to, na čo máte práve chuť.

Podpora

Pre väčšinu manželstiev je podpora v súkromí samozrejmosťou. Pre budovanie silného vzťahu medzi manželmi je potrebné sa navzájom podporovať rovnako aj **na verejnosti**. A keďže všetkého veľa škodí, nezabudnite sa zároveň vtipne podpichovať, pričom však kladte dôraz na vnímanie toho druhého tak, aby ste ho niečím neurazili!

Rozum

Rozum potrebujete na zvládnutie kritických situácií, ktoré, žiaľ, neminú žiadne z manželstiev. Či už sa stretnete s protichodnými názormi alebo rôznymi nezhodami, ktoré neskôr prepuknú v hádku, **budte rozumní!**

Aj manželia sa na seba občas hnevajú. Je to prirodzená súčasť každého, či už manželského alebo nemanželského vzťahu. Podstatné je nehnevať sa na seba príliš dlho, resp. toto obdobie skrátiť **na minimum**.

Pochopte, akceptujte a nájdite spoločné porozumenie, ktoré vás dovedie k príjemnejším možnostiam, akými sú napríklad [kompromisy](#).



<https://i.pinimg.com/564x/00/be/09/00be09e72cfc77c02cc33e9ba70cf.jpg>

Spoločnosť

V žiadnom prípade sa nesnažte svojho partnera **obmedzovať!** Práve vtedy, ak dáte tomu druhému voľnosť, s radosťou sa k vám bude vracieť. A práve o tom to je.

Život so sebou neraz prináša rôzne situácie, ktoré dvoch milujúcich sa ľudí na istý čas **odlúčia**, a ktorým je takmer nemožné vyhnúť sa. Medzi najčastejšie z nich patrí napríklad služobná cesta či nečakaná hospitalizácia jedného z manželov.

Aj napriek tomu si však nezabudnite robiť navzájom **spoločnosť**, či už prostredníctvom telefonického kontaktu alebo posielaním správ. Dialka a odlúčenie vašu lásku len **posilnia**, čo opäť prospeje vášmu fungujúcemu manželstvu.

Porozumenie

Ako ste už mohli pochopiť, na niektorých veciach sa s polovičkou nezhodnete, čo je potrebné riešiť (ideálne) **kompromisom**. Nesnažte sa preto sa každú cenu prehovoriť druhú stranu, aby sa zachovala podľa vašich predstáv a už rozhodne nie tak, aby to skončilo hádkou.

V prvom rade musíte dokázať **pochopiť**, prečo váš drahý/vaša drahá takto koná/premýšľa. Ak pochopíte podstatu veci, budete môcť ďalej riešiť zvyšok s chladnou hlavou.

Vďačnosť

Buďte vďační za všetko, čo máte! Pretože nič nie je samozrejmé. Prejavte svojej láske **vďaku**, oceňte ju a venujte jej svoj čas v podobe nežností, voľnočasových aktivít alebo malej pomoci.

Pretože niet krajšieho pocitu, ako keď sa o vás niekto zaujíma a váži si nielen vás, ale aj všetko to, čo pre neho robíte.