

# Habilidades necesarias para tener un matrimonio estable

Por: Zohre Rabbani

Colaboración: Isabel García

## Introducción

El amor es un regalo divino con el que Dios Altísimo, a través del matrimonio, obsequia a los esposos. Este joven árbol debe ser regado para convertirse en uno fuerte y poderoso. Debemos saber que si no le damos suficiente agua o luz se secará. Por lo que se debe conocer todo lo necesario a este respecto.

1. En el campo del conocimiento: Es necesario que los esposos conozcan las diferencias entre el género masculino y femenino en los aspectos fisiológico, sentimental y práctico. Así como conocer las necesidades y exigencias de cada género. EL conocer estas diferencias ayuda a que cada uno de ellos modere y elija su actuación acorde a las mismas.

En el anterior artículo nos hemos referido de forma breve a este tema.

2. En el aspecto sentimental:
  - A. Aumentar el amor entre los esposos: En el marco de un matrimonio cada uno de los esposos debe tratar de fortalecer día a día el amor hacia el otro. Para lograr este objetivo es oportuno tener en cuenta los siguientes puntos:
    - Lean muchos libros y extiendan su conocimiento al respecto.
    - Escriban los hadices de Ahlul Bait al respecto y pónganlos en lugares de la casa.
    - De vez en cuando miren con su cónyuge las fotos y filmaciones del comienzo de su casamiento o vida conyugal.
    - No se olviden del efecto del paso del tiempo para profundizar su relación sentimental con su cónyuge.

Pues, así como es necesario tiempo para conocer bien a su esposo, también se necesita tiempo para descubrir las virtudes y bondades de su esposo y así profundizar en su amor.

- B. Expresar el amor. EL Profeta Muhammad (P.B.) con un hadiz dijo: “Expresa tu afecto a quien te ama, pues así la relación sentimental se fortalece.” (Kanz Al Ummal, hadiz número 24.797)

La expresión de amor hacia su cónyuge vuelve la relación más dulce, cálida y la vivifica. Escuchar las frases amorosas es necesidad de ambos. EL matrimonio es un convenio de atención de los esposos para tener en cuenta las mutuas necesidades. Entonces, regálense unos a otros una buena atención. Por ejemplo, aprovechen cualquier oportunidad para expresar su amor uno al otro. A través de diferentes términos o frases díganle que le aman. También es bueno escribir todos sus sentimientos amorosos hacia su cónyuge en un cuaderno de recuerdos para releerlo cuando se produce un problema, discusión o diferencia, para así tranquilizarse. Llame a su cónyuge con el nombre que le guste (mi

amor, mi vida, etc). Esto tiene muy buen efecto para el incremento de amistad, cercanía e intimidad entre ambos.

El enviado de Dios para incrementar el afecto e intimidad entre los musulmanes, recomendó llamarlos con nombres bellos y respetuosos.

- En el momento de visitar a un hermano musulmán mirarlo con una cara alegre.
- Si entra en una reunión un hermano musulmán abrirle un lugar para que se siente.
- Llamarlo con el nombre que más le guste.

A veces, los esposos, por costumbre familiar, evitan utilizar palabras amorosas. Estas personas en momentos de soledad deben repetir este tipo de palabras para compensar la falta de uso y cambiar su costumbre.

- Emprendan conversaciones respecto a sus primeros días de conocimiento y las cualidades que hicieron que se enamoraran. Pero siempre tengan en cuenta que antes de tratar que su cónyuge se enamore de usted, aumentar la calidad de su persona para merecer ser amada.
- A veces traten de escribir cartas para el otro, y pongan esta carta en el bolsillo de su cónyuge, su mesa o en un lugar donde lo vea. No busquen un argumento para escribir las cartas. Es motivo adecuado la expresión de amor hacia su cónyuge o bien su agradecimiento por lo que hace por usted, también el pedido de perdón por alguna falta que cometieron o equivocación.....
- Tomen la foto de su cónyuge y llévenla en su cartera, o al lado de su espejo, o cualquier otro lugar para que él se dé cuenta que es importante para usted.
- De vez en cuando hagan algo especial para él. Por ejemplo, preparar una comida especial que le guste, comprar algo que le guste.
- Dar un regalo bajo cualquier pretexto. Aunque su regalo no tenga mucho valor material, tendrá gran efecto en su cónyuge y lo considerara precioso. Ejemplo, el día del aniversario de su matrimonio, cumpleaños, el día del casamiento del Imam Ali y Fátima Zahra, el día Nacional de la familia, el 25 de Dul Hayyah y el día de Mubahila. Entre las fiestas nacionales y religiosas, todas estas pueden ser buenas ocasiones para ofrecer un regalo a su cónyuge.

Bajo ninguna condición, ni incluso en el momento de riña o discusión, reclamen el regalo. Para su cónyuge es el recuerdo de un profundo amor y un buen medio para eliminar las distancias entre ambos.

En el momento de regalar a su cónyuge además de los gustos o necesidades del mismo, tenga también en cuenta las suyas, para que se deleiten mutuamente.

Siempre acompañe su regalo con una frase bella, ya sea escrita u oral.

No excedan en regalar.

- El enviado de Dios (P.B.) considera la característica de una buena esposa, recibir al esposo cuando llega a la casa con alegría. (Mustadra rakul wasail Tomó 14, pág. 254)

Las mujeres deben tener en cuenta recibir al esposo con un aspecto cuidado y con calidez, así como expresar alegría en el momento que entra en la casa, recibirlo con una bebida adecuada de estación. Agradecerle en todo por sus compras y elogiar las mismas.

- Una buena esposa cuando su esposo quiere salir de la casa lo acompaña hasta la puerta y le dice: “Yo te estaré esperando, ojalá que pases buen día, cuídate mucho.” Con estas frases lo atrapa en su amor.

- Los celos del hombre respecto a su esposa es la señal de su amor y algunas de sus sensibilidades muestran que su esposa es importante para él. Le tiene atención y la ama. Naturalmente, los hombres también deben tener en cuenta de no exagerar en los celos, así como un cierto nivel de celos es adecuado, beneficioso, uno indebido daña la relación entre los esposos.

- No omitan la importancia de las miradas llenas de sentimiento amoroso. Cuando estén juntos tómense de la mano y aprieten con calidez.

Todo lo mencionado se puede deducir de las palabras de Ahlul Bait (la paz sea con ellos).

- No se olviden de que, si no se brindan amor uno al otro en la casa, su cónyuge será atraído por el amor de otro. Además de amar a su cónyuge tienen que expresar ese amor, ser cariñoso, cálido, tierno. EL corazón y el alma de su cónyuge siempre necesita de su afecto y amor. Tengan una sonrisa para regalarle. Su cónyuge, en los momentos de enfermedad más que en otros, necesita de usted y su solidaridad. Deje que sienta su compañía y quede tranquilo en los momentos de dificultades.

Las esposas deben tener en cuenta de no amar a su esposo con un amor maternal, ya que esta conducta le da el mensaje de que es débil y rebaja su autoestima, además este tipo de amor disminuye su atracción como esposa. Asimismo, demasiado servilismo lo hará muy exigente y cuando no pueda ofrecerle tales servicios la considerará en falta respecto a su responsabilidad.

Los hombres que no expresen su amor a sus esposas, deberán esperar las siguientes consecuencias:

- Muy rápido se sienten dolidas.
- Gradualmente se debilitan sus sentimientos.
- Desde el punto de vista de la relación conyugal se produce en ellas inapetencia.
- Paso a paso sienten cansancio extremo, fatiga crónica y a la larga depresión y dolor de cabeza.

Para profundizar la relación sentimental de los esposos, poner en marcha las habilidades prácticas que serán explicadas en la siguiente parte es muy adecuado.

### 3. En el aspecto práctico:

A. Dedicar un tiempo a la familia: dedique un tiempo de su día y noche para su familia y estar juntos.

- Tratar de comer juntos y, si en algún momento pueden almorzar juntos al menos cenar juntos.

- Tratar de tener programas comunes: por ejemplo, mirar juntos la televisión y dialoguen respecto al programa que han visto.

- Hablen mucho con su cónyuge y así descubran sus creencias y sus sentimientos y gustos comunes. Cuando encuentren gustos comunes fortalézcanlos.

- Determinen unas ocasiones específicas para que todos los miembros de la familia estén juntos. Así se ayudará para la formación de sentimiento de identificación y dependencia mutua.

Generalmente los quehaceres de la vida y cuidado de los niños disminuyen las oportunidades para dialogar de los esposos, pero es su responsabilidad encontrar un tiempo para sí mismo.

- B. EL respeto hacia el cónyuge: No consideren suficiente la relación íntima entre ustedes. Sino que también deben respetarse mutuamente.

El respeto consiste en que usen las más bellas y hermosas palabras para hablar a su cónyuge y frente a otros, ya sea en su casa o en otros lugares protejan su posición. Esto llenará de alegría su espíritu. Deben saber que el respeto trae el respeto. Dice el enviado de Dios: “Cada musulmán que respete a otro musulmán es como si ha respetado a Dios”. (Hadiz de Wasaiulushia, Tomo 12, Pág. 266).

Debe saber que respetar a su cónyuge no disminuye su valor, al contrario, afirmara su gratitud, amor y cariño. De esta forma su cónyuge se sentirá querido y unido a la vida conyugal. EL respeto hacia su cónyuge le ofrece más fuerza en la realización de sus responsabilidades, así como también brindará más respeto hacia usted y, se incrementará la autoestima de ambos. Debe recordar siempre que es usted quien puede elevar siempre el precio de su cónyuge ante los demás o regalarlo. Y debe saber que, cuanto más incremente el valor de su cónyuge, más aumentará su propio valor.

Las siguientes prácticas son ejemplo de respeto a su cónyuge:

- Frente a otros llámelo de forma muy respetuosa; Señor, Señora....
- Siempre adelántese en saludarlo.
- En su ausencia, siempre mencionarlo con elogio y enumere sus virtudes o cualidades.
- Tenga en cuenta los esfuerzos que hace para su familia y siempre sean agradecidos.
- Realice sus trabajos personales por sí mismo y no le ordene, aunque en una familia ideal, cada uno de los esposos sirve al otro por satisfacer a Dios.
- En todos los asuntos de la vida, consulte con su cónyuge.
- Ame a sus familiares y respételos.

- C. Agradecer al cónyuge: jamás olviden las bondades de su cónyuge. Continuamente agradezca lo que hace. Imam Sadiq (P) dice: “A quien

Dios haya agraciado con mercedes deberá mostrarlas y quien no las manifieste será como que ha desmentido las mercedes Divinas”.

Para el anterior objetivo en el seno de la familia, en los diálogos familiares, recuerden las mercedes Divinas y agradezcan. Vistan sus lindas ropas dentro de la casa. Por medio de alimentos que Dios nos ha agraciado preparen ricas y decoradas comidas. Elogien cada bondad con su cónyuge o hijos, pues sus bondades son una merced de Dios para con ustedes y tienen que ser agradecidos por ello.

Derechos reservados. Se permite copiar citando la fuente  
Fundación Cultural Oriente [www.islamoreinte.com](http://www.islamoreinte.com)