5 segredos das mulheres felizes no casamento



Josué Gonçalves

Digitalizado por: Alex Bruno

À minha esposa Rosemary, à minha filha Letícia e à minha nora Valéria, mulheres que fazem toda diferença em nossa família.

O AUTOR

Josué Gonçalves, terapeuta familiar e conferencista internacional. Desenvolve um ministério específico com famílias desde 1990, tendo ministrado no Brasil e em países como EUA, Canadá, Inglaterra, Itália, Alemanha, Portugal, Luxemburgo e Japão.

Além de pastor da Assembléia de Deus, é fundador e presidente do Projeto Família Debaixo da Graça, bem como membro da CGADB (Convenção Geral das Assembléias de Deus) e da Aliança Evangélica Brasileira. Ele mora em Bragança Paulista, com a esposa, Rosemary, e os três filhos, Letícia, Douglas e Pedro.

ÍNDICE

Introdução
A mulher bem casada
Como evitar que seu casamento se deteriore
5 segredos das mulheres felizes no casamento
1° Segredo: Saiba qual é a maior necessidade do homem no casamento
2° Segredo: Por que todo homem busca na esposa um pouco da figura materna?
3° Segredo: Por que para o homem o sexo é imprescindível?
4° Segredo: Vale a pena ser submissa?
5° Segredo: Como falar com inteligência emocional?
Conclusão: Conheça a receita do amor!

Introdução

"De alguma forma, o homem foi programado por Deus para querer agradar a mulher e fazê-la feliz."

Ser feliz no relacionamento conjugal é o sonho de todas as jovens ao se casar. Porém, diante do número de pessoas casadas e desiludidas com o casamento, há muitas perguntas que incomodam a mente de muitas meninas que sonham em se casar. Elas perguntam sempre: "É possível casar e ser feliz?"; "quanto tempo dura a felicidade conjugal?"; "por que bons casamentos tropeçam em coisas ruins?"; "por que muitos casais que começaram tão bem, hoje, vivem num "inferno conjugal"?"; "por que as pessoas que dizem amar fazem sofrer a pessoa amada?"; "é possível reconstruir o caminho da felicidade conjugal depois de tantas decepções?"...

A necessidade de responder essas perguntas despertou em mim o desejo de escrever sobre "os cinco segredos das mulheres felizes no casamento".

Há um ano e sete meses atrás, na cidade de Bragança Paulista/SP, realizei a cerimônia de casamento do meu

filho Douglas com a Valéria. Como pai, sempre sonhei para os meus filhos um futuro cheio de alegria, prazer e felicidade em Deus. Nas minhas orações, sempre pedi ao Senhor que dirigisse os passos do Douglas, da Letícia e do Pedro nas escolhas que eles fariam do futuro cônjuge. É doloroso e angustiante para os pais verem um filho vivendo dentro de um relacionamento que mais parece com o "inferno", no qual os conflitos e as agressões verbais e até muitas vezes físicas, bem como a indiferença e a guerra são intermináveis.

Qual é o sonho de Deus para cada um de seus filhos, em relação ao casamento? O sonho de Deus é que o seu e o meu casamento sejam um espaço para a manifestação de sua glória; um lugar onde se desenvolvam as virtudes do fruto do amor; que seja um lugar de vida abundante, de paz e de alegria permanentes.

Deus, o nosso eterno Pai, sempre sonha com o melhor para os seus filhos. Porém, um casamento feliz não depende só de Deus, é uma construção que envolve marido, mulher e Deus. A verdade é que, se dependesse só de Deus, não haveria divórcio e todos seriam felizes para sempre, mas não é assim.

Antes de continuar, preciso que você me responda algumas perguntas que considero chave:

1. Você está decidida a ler este livro até o final para fazer uma auto-avaliação nas áreas que precisam ser trabalhadas em sua vida?

2. Você está disposta a fazer a sua parte no processo de mudanças?

3. Você reconhece que toda mudança passa pelo ouvir, com o propósito de se deixar tratar por Deus por meio de sua Palavra?

4. Você promete para si mesma colocar em prática os conselhos com base na Palavra aqui apresentados?

A sua resposta a estas perguntas revelam o que pode acontecer no seu casamento a partir da leitura deste livro. Um dia Jesus perguntou para um cego que pedia esmola na beira do caminho na cidade de Jericó: "O que você quer que eu te faça?" (Lc 18:41).

Jesus sabia que ele era cego, porém, a pergunta nos ensina uma grande verdade: nem sempre queremos o que mais precisamos. Há mulheres que precisam mudar, mas não querem. O primeiro passo para que o milagre de transformação aconteça em nossa vida e no casamento é querer. Se você respondeu sim para as perguntas acima, é um excelente sinal. Boa leitura!

A mulher bem casada

"As mulheres felizes no casamento amam de forma inteligente. Elas cuidam do marido, sem ser castradora."

A escritora Cibele Dorsa, em seu livro Homens no bolso, traça o perfil da mulher bem casada. Ninguém melhor do que uma mulher para fazer isso. Vejamos como é a mulher bem casada segundo a autora:

* Tem um sorriso fácil;
* Enfrenta os problemas com naturalidade;
* Tem TPM mais tranqüila;
* É equilibradamente vaidosa;
* Gosta de crianças;
* É bem-humorada;
* Se sente segura;
* Ama de forma inteligente;
* É amiga das amigas;
* Diverte-se com o seu marido como se fossem solteiros;
* É cúmplice;
* Cuida do marido quando ele está doente;

* Preocupa-se com o que o marido sente;
* É bonita por dentro e transparece beleza por fora;
* Respeita o espaço do marido;
* Torna-se uma grande mãe;
* Não fala alto para ser entendida;
* É submissa, sem ser super dependente;
* Trata as pessoas de igual para igual;
* Não é fanática por limpeza e arrumação;
* Sabe que o segredo do sucesso está no equilíbrio;
* É ativa sexualmente;
* Participa da vida do marido;
* Coloca o marido para cima;
* Não trai porque ama com integridade;
* Tem vida própria e vida conjunta na medida certa;
* Não faz tempestade em copo d'água;
* Não reclama dos problemas domésticos com o marido;
* Não é chata nem pegajosa;
* É atenta às necessidades do seu marido.

"A mulher que fica pensando em cada palavra grosseira ou ação desatenciosa do marido aprendeu a planejar mágoa."

Como evitar que seu casamento se deteriore

"O casamento está acima do compromisso entre o marido e a mulher".

O casamento é como a casa, o carro ou o nosso corpo, para se manter saudável, precisa de manutenção.

Vejamos as 44 regrinhas básicas listadas pela escritora Cibele Dorsa para manter a saúde do seu casamento:

1. As visitas na casa dos sogros não devem ser uma obrigação, exceto nas datas importantes como dia dos pais, das mães, aniversários e natais.

2. Ficam permitidas saídas, uma vez por semana, com amigos do mesmo sexo, desde que em locais e horários apropriados.

3. Ele pode comprar o que gosta e ela também, desde que seja de comum acordo e com equilíbrio.

4. Os dois devem fazer um acordo para não levar mágoas para a cama. Jogando o lixo no lixo. Mágoa é lixo emocional.

5. As partes se comprometem em não mentir um para o outro, mesmo que a verdade seja difícil.

6. Deverão ser amigos acima de tudo e nunca falar mal um do outro.

7. Devem se elogiar sempre que o momento permitir.

8. Os dois devem praticar alguma modalidade esportiva, mesmo que separadamente.

9. Muita conversa sempre - silêncio em exagero leva à distância.

10. Acontecimentos favoráveis, para qualquer das partes, devem ser comemorados com um jantar a dois, mesmo que em casa.

11. As questões financeiras devem ser tratadas em horário específico, ficando banidas dos momentos de lazer.

12. Os filhos não devem dormir na cama do casal.

13. Ela não deve dizer não ao sexo, nem mesmo quando estiver com dor de cabeça: sexo relaxa e é analgésico.

14. Ele não deve negar sexo quando ela se insinua para ele, mesmo cansado. Vale usar a criatividade.

15. Ela não precisa pedir sexo com palavras.

16. Os beijos devem ser de língua, beijo técnico nem pensar.

17. Os desejos sexuais devem ser explorados sempre, mesmo que se modifiquem com o passar do tempo.

18. O sexo deve acontecer pelo menos três vezes por semana, e os dois devem usar a criatividade.

19. Um não deve ver o outro naqueles momentos no banheiro que não interessam a mais ninguém.

20. Ela não precisa gostar de futebol e nem torcer pelo time dele, mas deve ser sábia participando.

21. Os dois se comprometem a fazer o possível para viajar no mínimo duas vezes por ano, sendo que, em uma das vezes, sem os filhos.

22. Ela não deve relaxar exageradamente na forma de se vestir em casa.

23. Ele não deve se vestir de forma relaxada em casa.

24. Os dois devem brincar com os filhos juntos, sempre que possível.

25. Gritos devem ser banidos, mas caso aconteçam devem ser respondidos com sussurros ou ignorados.

26. Os dois se comprometem a manter a forma, de maneira saudável e equilibrada.

27. Jamais devem criticar um ao outro publicamente.

28. O casal deve diversificar o uso dos perfumes - pelo menos três fragrâncias diferentes cada um.

29. Não devem usar a abstinência como castigo e sim conversar sempre.

30. Ela não deve ficar muito íntima dos amigos dele e vice-versa.

31. Evite reclamar daquilo que antes você não reclamava, a menos que seja algo negativo que sempre incomodou.

32. Troque a crítica pela sugestão.

33. Não deixe a familiaridade acabar com a elegância.

34. O bom humor é óleo que lubrifica todas as engrenagens do relacionamento. Conserve o senso de humor.

35. Os programas devem ser escolhidos em comum acordo ou alternadamente.

36. As reuniões na escola dos filhos podem ser divididas.

37. Mesmo com opiniões divergentes, evitem discussões na frente de qualquer pessoa.

38. Debates de idéias são ótimos, desde que só entre vocês e educadamente, respeitando os diferentes pontos de vista.

39. Receba bem os amigos do cônjuge.

40. Quando ela estiver de TPM, fica obrigada a comunicá-lo, e ele, a ser condescendente ou manter a distância necessária.

41. Algumas tarefas podem ser divididas de acordo com a habilidade de cada um, exemplo: eu cozinho e você lava a louça.

42. Ele deve pensar nela antes de agir.

43. Ela deve pensar nele antes de agir.

44. Comprometem-se em fazer tudo o que for possível para ver o outro e a si mesmo felizes.

DORSA, Cibele. Homens no bolso. [São Paulo]: [Editora Clio], [2009].

5 segredos das mulheres felizes no casamento

"A mulher sábia constrói o seu lar, mas a que não tem juízo o destrói com as próprias mãos."

(Pv 14:1)

"Os seus filhos a respeitam e falam bem dela, e o seu marido a elogia. Ele diz: "Muitas mulheres são boas esposas, mas você é a melhor de todas..."

(Pv 31:28)

VOCÊ CONHECE O HOMEM COM QUEM SE CASOU?

Conhecer como funciona o homem, quais são as suas fraquezas e suas virtudes, é o segredo para uma caminhada conjugal prazerosa. O homem tem características inatas que a maioria das mulheres desconhece ou, se as conhece, nunca as estudaram para extrair o melhor deste "ser humano" tão extraordinário criado por Deus.

É claro que há muitas coisas que o homem tem que aceitar mudar, porém, há outras que fazem parte de sua natureza e que têm a ver com o condicionamento

biológico e social. Quando a mulher conhece as diferenças entre ela e o homem com o qual se casou, tudo é facilitado.

Quando o marido chega a dizer para a esposa "você me faz querer ser um homem melhor", significa que ela está no caminho certo na construção do seu projeto de vida conjugal. Tudo seria diferente, se a mulher entendesse o poder de influência que ela tem para tocar um homem profundamente, ao ponto de ele querer ser mais e melhor do que já é. Lembre-se de que, no fundo, os homens são programados para querer agradar a esposa e fazê-la feliz. Quando a mulher compreende o homem, ela consegue tocar-lhe o âmago e consegue dele, em troca, tudo que precisa para ser feliz no casamento. Essa mulher é aquela que a Bíblia diz:

"A mulher sábia edifica a sua casa..." (Pv 14:1)

TUDO COMEÇA A PARTIR DO CÉREBRO

Sempre que tratamos sobre o comportamento humano, é fundamental que conheçamos o que está atrás do comportamento e de cada ação do homem.

Vejamos porque homem e mulher são diferentes em muitos aspectos.

A biologia tem um papel no vácuo de comunicação que existe entre os sexos. Algumas das diferenças entre

homens e mulheres têm uma base física. É vital que você (e seu marido) entenda(m) que os homens não podem mudar sua constituição física.

Existe uma diferença genética entre o lado direito e o lado esquerdo do cérebro nos homens e nas mulheres.

Vejamos quais são essas diferenças:

HOMEM:	MULHER:
Lado direito do cérebro	Lado esquerdo do cérebro
O lado direito do cérebro masculino se desenvolve mais cedo do que o feminino e durante toda a sua vida os homens são propensos a usar esse lado do cérebro com mais aptidão na área espacial, mas não na emocional. Durante a maior parte do tempo, os homens usam o lado direito do seu cérebro com mais eficiência do que as mulheres.	Quando a criança nasce, o córtex do cérebro é mais desenvolvido nas mulheres do que nos homens. As mulheres são orientadas pelo lado esquerdo do cérebro e tendem a ter mais aptidões verbais. O lado esquerdo controla sua linguagem e aptidões de leitura. Ele colige dados e os reúne de forma passo a passo. O lado esquerdo do cérebro da mulher se desenvolve
O cérebro do homem	mais cedo do que o do

é mais especializado, ou seja, tem maior facilidade em montar um quebra-cabeça, consultar um mapa rodoviário, projetar um novo escritório.

homem, o que lhe dá uma vantagem na escrita e na leitura. A mulher usa os dois lados do cérebro simultaneamente para trabalhar um problema.

HOMEM:	MULHER:
Lado direito do cérebro	Lado esquerdo do cérebro
planejar a disposição de um aposento, solucionar um problema geométrico ou ouvir seleções musicais no sistema de som. A metade direita do cérebro não processa informação passo-a-passo como a parte esquerda. Em vez disso, ela processa padrões de informação. O homem se alterna o que está acontecendo entre os lados do seu cérebro, podendo dar atenção mais focalizada	As duas partes trabalham em cooperação. Por quê? Porque algumas das aptidões do lado esquerdo são duplicadas no lado direito do seu cérebro e vice-versa. As mulheres têm ligações maiores entre os dois lados do cérebro, mesmo quando bebês e, assim, podem integrar as informações. Elas podem se ligar com maior perícia em tudo ao seu redor. A esposa pode estar dando conta

ao que está fazendo.
Por ser orientado
mais pelo lado direito, o
homem tende a ser mais
totalmente alheio aos
vários problemas que
estão acontecendo bem
debaixo de seu nariz.
O resultado faz com
Que as mulheres sejam
Mais perceptivas a
Respeito das pessoas
Do que os homens são.

de cinco atividades ocorridas
Ao mesmo tempo enquanto
o marido lê uma revista.

A maioria das mulheres tem grande habilidade de sintonizar os sentimentos e de perceber a diferença entre o que as pessoas falam e o que elas querem realmente dizer.

Este fato deveria ajudar a mulher a ter uma expectativa mais realista com relação à capacidade masculina de percepção.

O homem não capta todos os dados sensoriais que a mulher capta.

Para você compreender melhor o que vou expor a seguir, tenha essas diferenças em sua mente.

Falando em diferenças, minha esposa sempre que recebe um email com artigo, poemas, estatísticas sobre

casamento e família ou piadas engraçadas, envia-me. Veja esse email que ela me enviou quando eu estava escrevendo este livro. É sobre as diferenças do banho da mulher e do homem:

BANHO DAS MULHERES:

1. Tira a roupa e coloca no cesto de roupa suja.
2. Vai para o banheiro de roupão.
3. Se cruza com o marido no caminho, cobre o corpo.
4. Para diante do espelho e analisa o corpo.
5. Força a barriga para fora para poder se queixar que está mais gorda do que realmente está...
6. De costas, empina a bumbum para verificar a celulite.
7. Antes de entrar no box, organiza a toalha para o rosto, a toalha para os cabelos e a toalha para o corpo.
8. Lava o cabelo com shampoo.
9. Enxágua longamente.
10. Repete o processo de lavar o cabelo com o shampoo.
11. Enxágua longamente de novo.
12. Enche o cabelo com condicionador e deixa por 15 minutos.
13. Lava o rosto com sabonete esfoliante até que o rosto fique vermelho.

14. Lava o resto do corpo com sabonete hidratante para o corpo.

15. Tira o condicionador do cabelo.

16. Este processo leva 10 minutos. Ela deve estar segura que todo o condicionador foi retirado.

17. Depilação de axilas, pernas e área do biquini.

18. Desliga a ducha. Escorre toda a água dentro da ducha.

19. Sai da ducha e se seca com uma toalha do tamanho da África Meridional.

20. Enrola uma toalha super absorvente na cabeça.

21. Revisa mais uma vez o corpo em busca de detalhes.

22. Retorna ao quarto com o roupão.

23. Se encontra o marido, se cobre mais ainda e corre para o quarto.

24. Uma hora e quarenta minutos depois, está vestida e pronta.

AGORA A MELHOR PARTE!

O BANHO DOS HOMENS:

1. Sentado na cama, vai tirando toda a roupa, arrotando, soltando gases e jogando tudo no piso em frente.

2. Cheira as meias e a cueca, para após lançá-las sobre o montinho formado.

3. Vai pelado até o banheiro.

4. Se encontra a esposa no caminho, balança o p... imitando um ventilador.

5. Para defronte ao espelho para ver o físico.

6. Encolhe a barriga.

7. Faz pose de halterofilista.

8. Checa o tamanho do p...

9. Por fim, coça o s...

10. Entra na ducha.

11. Não se preocupa com toalhas. Se não tiver por ali uma de banho, irá se secar com a de rosto mesmo ou com o roupão.

12. Lava o rosto com sabão.

13. Se mata de rir com o eco que faz dentro do box quando solta gases.

15. No banho, deixa cabelos do s... no sabão.

16. Lava o cabelo com qualquer shampoo.

17. Não usa condicionador.

18. Faz um penteado punk.

19. Sai da ducha para ver no espelho como ficou seu penteado punk.

20. Morre de rir.

21. Faz xixi dentro do box.

22. Faz toda a vizinhança ouvir quando assoa o nariz dentro do box.

23. Tira o shampoo e sai imediatamente da ducha.

24. Não se dá conta de que todo o banheiro está molhado, pois tomou banho com o box aberto.

25. Quase seco, para outra vez diante do espelho.

26. Contrai os músculos e revisa o tamanho do p...

27. Coça o s...

28. Sai do banheiro e deixa a luz acesa.

29. Deixa pegadas molhadas com espuma de sabão.

30. Volta para o quarto.

31. Se encontra a esposa no caminho, volta a balançar o p.., imitando ventilador.

32. Dá um tapa no bumbum da esposa.

33. Chuta as roupas que estão no piso do quarto para um canto.

34. Quatro minutos depois está vestido, pronto e perguntando se a esposa ainda vai demorar muito.

E diga que não é assim...

1º Segredo

Elas sabem que reconhecimento é o que os homens mais esperam

"Casais inteligentes crescem juntos".

"Certa mulher, das mulheres dos discípulos dos profetas, clamou a Eliseu, dizendo: Meu marido, teu servo, morreu; e tu sabes que ele temia ao Senhor." (2Reis 4:1)

Fiz uma pesquisa por meio de uma enquete em nosso site www.amofamilia.com.br, perguntando para os maridos: "Qual é a sua maior necessidade dentro do casamento?"

As opções para responder a enquete eram cinco:

a) Apoio doméstico 11%
b) Companheirismo no lazer 15%
c) Respeito como líder 18%
d) Mais sexo 25%
e) Reconhecimento 31%

Dos 1.513 maridos que participaram, 31% responderam que a maior necessidade deles é de RECONHECIMENTO. É da natureza do homem esperar agradecimento por executar tarefas domésticas rotineiras.

Veja o depoimento desta esposa: "Não sei porquê, mas o meu marido quando me ajuda levar a compra do carro para dentro de casa, ele traz uma pilha de sacos nos braços e os coloca sobre o balcão da cozinha dando um grunhido bem alto e depois fica ali na frente dos sacos de compras todo orgulhoso, como se tivesse na verdade ido caçar aquela comida e a tivesse matado e arrastado pela floresta até colocá-la em cima da mesa!"

Uma outra senhora disse: "Meu marido espera que eu lhe coloque uma medalha no peito cada vez que olha as crianças numa tarde de sábado".

Será que essas duas histórias não dizem muito sobre como o seu marido se comporta depois de ajudá-la?

O homem tem necessidade de que suas realizações sejam reconhecidas. Há um pensamento de um autor desconhecido que diz: "Debaixo de uma couraça tem sempre alguém precisando de reconhecimento e amor". Por que muitos maridos não são mais prontos para cooperar com suas esposas? Por falta de reconhecimento. Quando o seu marido fizer um ato de serviço, não diga "obrigada". Diga: "OBRIGADA, QUERIDO!!!" ou demonstre reconhecimento, dando-lhe um abraço

demorado. Com certeza, ele será motivado a continuar ajudando você em outros dias.

Se observarmos com cuidado, veremos que há uma relação interessante entre os treinadores de animais de estimação e a forma como a esposa "adestra o marido" como seu cooperador. Aprendemos com os treinadores de animais que "devemos premiar o comportamento que agrada e ignorar o comportamento que não agrada". Você já observou que o adestrador de cães sempre que o animal acerta uma tarefa dá a ele ração, palavras de elogio e um carinho? O adestrador reforça o acerto e não dá atenção para o erro.

Isso também serve para as esposas que desejam que os maridos sejam melhores. Muitas esposas fazem o contrário, reforçam o erro e não valorizam os acertos. É como aquela esposa que o marido nunca tinha ajudado a fazer o almoço e a lavar o quintal. O dia que ele se dispôs a ajudar, no final, ela disse: "Finalmente você acordou para me ajudar. Está pensando que fez muito, você não fez mais do que a sua obrigação; inclusive, demorou a fazer". Quando o marido acerta, a esposa não reforça positivamente; mas quando erra, ela passa o mês falando do erro.

A mulher sábia recompensa o comportamento que agrada e ignora o comportamento que não a agrada. Como você age quando o seu marido se dispõe a ajudá-la? Você reconhece o seu esforço? Um homem que sente que

seus esforços são apreciados terá muito mais probabilidade de sair do trabalho na hora para poder correr para casa e receber os sorrisos e as palavras afirmativas de sua esposa.

No livro de 2Sm 6:16,21-23, lemos sobre Mical, que não reconheceu o esforço de Davi, seu marido, para trazer a arca do Senhor de volta para Jerusalém.

Ela agiu de forma tola e precipitada, dizendo:

"Que bela figura fez hoje o rei de Israel! Parecia um sem-vergonha, mostrando o corpo para as empregadas dos seus funcionários!

Davi respondeu: - Eu estava dançando em louvor ao Senhor, que preferiu me escolher em vez de escolher o seu pai e os descendentes dele e me fez o líder de Israel, o seu povo. Pois eu continuarei a dançar em louvor ao Senhor e me humilharei ainda mais diante dele. Você pode pensar que eu não sou nada, mas aquelas moças de quem você falou vão me dar muito valor! E Mical, filha de Saul, nunca teve filhos" (2Sm 6:16,2123).

A insensatez de Mical lhe custou muito caro, ela foi impedida de ter filhos. A partir de hoje, passe a responder ao esforço do seu marido com mais reconhecimento. Com certeza, você será mais feliz em seu casamento. Pequenas mudanças podem produzir grandes resultados.

Algumas dicas que podem ajudar

Peça para o seu marido ajudar você guardando as louças que foram lavadas; ou ir à feira comprar frutas e legumes, enquanto você prepara o almoço; ou olhar as crianças por uma hora; ou jogar o lixo fora. Então, segure-se e deixe que ele faça isso do seu próprio jeito masculino - e, se por acaso ele fizer da forma errada, não diga nada a não ser "OBRIGADA!"

Esta sua atitude poderá fazer com que ele continue cooperando com você.

Pode parecer engraçado, mas se você tratar seu marido como alguém que acabou de salvar a sua vida, ele se sentirá motivado todos os dias a vir voando para ajudá-la outra vez.

2º Segredo

Elas sabem que todo homem busca na esposa um pouco da "FIGURA MATERNA".

"Amor é se colocar no lugar do outro".

"O coração do seu marido confia nela, e não haverá falta de ganho. Ela lhe faz bem e não mal, todos os dias da sua vida." (Pv 31:11,12)

Talvez isso soe nos seus ouvidos como uma infantilidade, mas não é. O homem tem a necessidade de se sentir cuidado. Quem já não ouviu uma esposa dizendo: "Ele parece um bebê quando fica doente"; "ele age como se eu fosse a mãe dele..."; "às vezes, eu acho que o meu marido é o meu terceiro filho".

Essas declarações revelam que têm momentos que o homem expressa essa dependência de uma figura materna e o desejo de ser cuidado.

Quando a mulher não responde positivamente a essa necessidade do homem, ou evita, ele provavelmente terá uma sensação de perda ou infelicidade - mesmo que

talvez não tenha consciência do motivo exato disso. Todo homem deseja saber que a sua esposa está disposta a fazer coisas que tornem sua vida mais confortável.

Sei que você pode pensar que a mulher também tem esta necessidade. Claro que sim, porém, por alguma razão, seja por causa da educação recebida ou da sua própria natureza, o homem tem essa necessidade muito mais aguçada. Na maioria das vezes, o homem é educado pela mãe que cuidou de suas necessidades domésticas. Eis a razão porque ele cresce com a expectativa de receber essa espécie de cuidado da mulher que o ama. O homem é diferente da mulher, ele não é educado para ser o "cuidador".

Também, existe o aspecto hormonal que aponta para o estrógeno. Os pesquisadores concluíram, por meio de provas, que as mulheres são programadas para serem aquelas que têm mais a dar emocionalmente.

Não é difícil perceber que, quando estão crescendo, as meninas têm cinco vezes maior probabilidade de brincar com bonecas e grande parte de sua imaginação se liga a cuidar de sua "filhinha". Se você comparar isso com os meninos, perceberá que eles brincam com os seus bonecos de ação. Não podemos discordar de que cuidar é muito mais natural para as meninas.

A verdade é que para a mulher feliz no casamento não importa se o conflito "quem cuida da casa" se deve à biologia ou à educação. O que importa é que o seu

marido tem uma forte necessidade de ser cuidado pela esposa ou não. Quando a mulher ama com integridade, ela não tem nenhum problema em relação a isso, até porque, faz parte da sua índole feminina. O importante é ser feliz no casamento.

Cinco razões porque as mulheres sábias são mais felizes no casamento:

1) Elas compreendem que o homem não a está usando intencionalmente para fazer o serviço sujo;

2) Elas sabem que as expectativas masculinas derivam de sua educação familiar, bem como de processos sociais, culturais e evolucionários;

3) Elas entendem que o homem pode aprender a ser mais cooperador, por meio do exemplo de sua esposa;

4) Elas sabem que cuidar faz parte da índole feminina;

5) Elas decidem cuidar do marido não por obrigação, mas por amor e prazer que isso lhes proporciona.

3º Segredo

Elas sabem que para o homem o sexo produz o oxigênio que mantém o casamento vivo.

O sexo não é tudo no casamento, mas quando não há diálogo sexual entre o casal, tudo no casamento pode ficar prejudicado. Vamos voltar à enquete sobre "qual é a sua maior necessidade dentro do casamento?":

a) Apoio doméstico 11%
b) Companheirismo no lazer 15%
c) Respeito como líder 18%
d) Mais sexo 25%
e) Reconhecimento 31%

Observe que dos 1.513 homens, 25% responderam que precisava de mais sexo no casamento. O desajuste sexual tem sido a causa dos conflitos intermináveis em muitos casamentos. Sempre que abordamos esse assunto, muitas perguntas são levantadas pelos homens e outras pelas mulheres.

Vejamos algumas delas:

- Mulher - Por que não tenho o mesmo ímpeto sexual que o meu marido?

- Homem - Por que minha esposa não pensa em sexo com a mesma freqüência que eu?

- Mulher - Por que meu marido quer mais sexo, mas não se preocupa em me dar mais carinho?

- Homem - Por que a mulher se preocupa tanto com a possibilidade de alguém ouvir o que eles estão fazendo?

- Mulher - Por que o homem não se preocupa com a geografia do corpo da mulher?

- Homem - Por que entre um orgasmo e um passeio no shopping a mulher fica com o shopping?

- Mulher - Por que o homem quase sempre prefere "sexo fast-food" do que "sexo como uma refeição bem elaborada"?

- Homem - Por que a minha esposa nunca toma a iniciativa para ato sexual?

- Mulher - Por que quando eu estou afim ele prefere assistir ao seu time jogar? Porém, quando ele está a fim, eu não posso escolher assistir a meu programa preferido?

A resposta para estas perguntas é a chave para um casamento feliz. Há um capítulo no livro de Provérbios que é muito rico em lições sobre "ajustamento sexual", dentro do contexto seguro do casamento. Vamos ler e refletir sobre esse texto:

"Bebe a água da tua própria cisterna e das correntes do teu poço." (Pv 15:15)

Todo o capítulo 15 é conselhos de um pai para o filho recém-casado, sobre ajustamento sexual. Observe que o texto diz: "Bebe a água da tua própria cisterna...". Quando o autor usa a figura da "água" para falar da "prática do ato sexual", entendemos que, assim como a água é vital para a vida do corpo, a prática do ato sexual é essencial para a manutenção do casamento. Quando a mulher não se preocupa com a satisfação sexual do homem, menosprezando a importância do sexo, o casamento gradativamente vai empobrecendo e a união conjugal vai se deteriorando.

Por que para o homem o sexo é uma questão de "vida ou morte" do relacionamento e nem sempre para a mulher é assim?

Uma questão hormonal. A quantidade de testosterona (hormônio que produz o desejo sexual) que o homem produz é dez vezes maior do que a quantidade desse hormônio que a mulher produz. Há uma pesquisa que diz que a mulher pensa em sexo três a quatro vezes no dia, enquanto o homem até ao meio dia já pensou trinta e três vezes. Para que você tenha uma noção de como é a cabeça do homem em relação ao sexo, vou compartilhar com você o que aconteceu com um casal.

A senhora Cláudia, assim que chegou em casa naquela noite de terça-feira, informou ao marido que a mãe do gerente Marcelo da empresa em que ela trabalhava falecera. Por isso, os dois deveriam viajar até a cidade do interior de São Paulo para participar do velório e acompanhar o enterro, já que o Marcelo era alguém para o qual eles tinham uma dívida de gratidão. No dia seguinte, Cláudia e o seu esposo John acordaram bem cedo para chegar a tempo de acompanhar o cortejo fúnebre. Ela colocou meias pretas, vestido preto, sapato preto e óculos de sol. Viajaram três horas e prestaram solidariedade ao gerente Marcelo e a toda sua família. Foram até o cemitério para acompanhar o enterro. Após o sepultamento, despediram-se do Marcelo e retornaram para São Paulo.

Ao chegarem em casa, entram no quarto e o John sentou-se na poltrona próxima da cama e Cláudia, com uma expressão facial de cansada, disse:

- Vou me trocar e dormir um pouco.

Na frente do marido, calmamente ela tirou os óculos de sol, o vestido preto... John foi acompanhando aquele movimento sensual quando de repente ela percebeu no olhar dele "segundas intenções". Ele sorriu para ela e perguntou:

- Que tal uma rapidinha?

Ela, inconformada com a falta de sensibilidade dele, respondeu com certa irritação:

- John, não acredito, nós voltamos de um velório...
Ele respondeu:
- Querida, você nem conhecia a mãe do Marcelo.

Você pode achar engraçado, mas a cabeça do homem é assim quando se trata de sexo.

Para o homem o sexo é mais biológico do que emocional. O homem se excita pelo que vê e, dependendo do dia, se ele vir a esposa saindo do banheiro envolvida em uma toalha, será o suficiente para que ele se empolgue e vá atrás dela para... É claro que isso não tem nada a ver com "compulsão sexual", até mesmo porque a saúde está no equilíbrio, tudo o que é demais não é saudável. A mulher feliz no casamento sabe administrar com inteligência esta busca do marido pela satisfação sexual. Observe que o texto de Provérbios diz:

"...e alegra-te com a mulher da tua mocidade, corça de amores e gazela graciosa. Sacie-te os seus seios em todo o tempo; e embriaga-te sempre com as suas carícias. Por que, filho meu, andarias cego pela estranha e abraçarias o peito de outra?" (Pv 5:15-20)

Quando a mulher se preocupa em dar o melhor de si para suprir essa carência da alma do seu marido, com certeza, ela passa a ter um companheiro mais sensível às suas necessidades.

O sexo não foi criado por Deus para ser a causa dos conflitos no casamento, muito pelo contrário, é um presente de Deus para ser guardado, celebrado e desfrutado. O que está escrito em Eclesiastes 9:9 revela a intenção de Deus ao unir sexualmente homem e mulher por meio do casamento: "Vem ó meu amado..."

O livro de Cantares, na Bíblia Sagrada, é um manual em forma de poesia que ensina o casal a como desfrutar do sexo de forma saudável e muito prazerosa.

6 LIÇÕES QUE CÂNTICO DOS CÂNTICOS NOS ENSINA

1. A auto-estima da mulher determina a qualidade do seu relacionamento sexual com o marido. "Eu sou do meu amado, e ele tem saudades de mim" (Ct 7:10). O desempenho da mulher no diálogo sexual depende do quanto ela está segura de si. A mulher de Cantares tem auto-estima elevada. Quando você tem uma visão de si mesma distorcida, a tendência é pensar que o marido a vê do mesmo jeito. O complexo de inferioridade é uma das causas do fracasso de muitas mulheres na prática do ato conjugal. É necessário se ver como Deus a vê, uma mulher especial.

2. Erotismo. Podemos definir o "erotismo" como toda manifestação física que desperta no homem e na mulher

o desejo pelo ato sexual. Vamos ler um texto bíblico de Cantares que exemplifica bem o que estamos tratando:

"Que formosos são os teus passos dados de sandálias, ó filha do príncipe! Os meneios dos teus quadris são como colares trabalhados por mãos de artista. O teu umbigo é taça redonda a que não falta bebida; o teu ventre é monte de trigo, cercado de lírios. Os teus dois seios, como duas crias, gêmeas de uma gazela. O teu pescoço, como torre de marfim; os teus olhos são as piscinas de Hesbom, junto à porta de Bate Rabim; o teu nariz, como a torre do Líbano, que olha para Damasco. A tua cabeça é como o monte Carmelo, a tua cabeleira, como a púrpura; um rei está preso nas tuas tranças. Quão formosa e quão aprazível és, ó amor em delícias! Esse teu porte é semelhante à palmeira, e os teus seios, a seus cachos. Dizia eu: subirei à palmeira, pegarei em seus ramos. Sejam os teus seios como os cachos da vide, e o aroma da tua respiração, como o das maçãs. Os teus beijos são como o bom vinho,..." (Ct 7:19)

Esse é um texto carregado de sensualidade e, porque não dizer, muito erótico. O homem é motivado a praticar o ato sexual pelos movimentos eróticos, seja vendo sua esposa vestida sensualmente, lendo um texto como o de Cantares ou ouvindo uma bela música romântica.

A mulher feliz no casamento reconhece que a sua cama de casal pode ser um lugar seguro e excitante para

aprender tudo a respeito de como viver uma vida sexual plena, realizando e sendo realizada pelo marido.

Existem dois extremos que são prejudiciais. O primeiro é "tudo é pecado" e o segundo é "no quarto do casal vale tudo". A saúde está no equilíbrio. A mulher feliz no casamento busca o prazer sexual sem ofender a Deus e o cônjuge. Há muitas formas de praticar o ato conjugal prazerosamente usando a criatividade.

Isto tem a ver com música, dança, perfume, cremes, posições, lugar, roupas, carícias, sussurros etc.

3. Intimidade. Se o homem depende do erotismo para praticar o ato sexual, a mulher muito mais de intimidade. Podemos dizer que a intimidade é o componente espiritual que envolve um senso de vínculo emocional. Quando o casal dedica tempo para aprender a respeito do mundo interior um do outro, e por meio desta experiência compartilha uma sensação de unidade, os dois conseguem entender o que é intimidade e quais são os seus benefícios. Intimidade tem a ver com o quanto marido e mulher estão realmente próximos um do outro. Estar perto um do outro não significa estar junto no aspecto emocional. Existem casais que praticam sexo, mas não há intimidade entre eles, a alma dos dois está distante uma da outra. A mulher do livro de Cantares diz:

"Eu sou do meu amado, e o meu amado é meu."

(Ct 6:3)

A mulher feliz no casamento é consciente da importância para os dois de uma caminhada na praia ou no bosque ou em lugares românticos na cidade; das conversas francas em uma noite na praça; dos momentos em que os dois juntinhos podem conversar sobre a vida, os filhos ou sobre o futuro... Ou, ainda, da importância de assistir a um filme. Tudo isso pode contribuir para que haja o desenvolvimento da intimidade no casamento.

Muitas mulheres não sabem que o homem primeiro busca o sexo para depois pensar em intimidade.

Por quê? Uma explicação sobre o hormônio oxitocina.

Na mulher, o nível de testosterona é mais baixo do que no homem; porém, o nível de oxitocina é muito mais alto. Essa é a substância química cerebral que controla os cuidados maternais e as ligações empáticas.

Esse hormônio ativa na mulher a necessidade de estabelecer vínculo emocional antes da conexão física e a enche de vontade de incrementar a intimidade emocional, o que leva, em seguida, à excitação.

As mulheres precisam saber que os homens também têm um suprimento de oxitocina que lhes dá a ligação emocional, mas, por uma distorção bastante cruel da evolução, no homem, o nível de oxitocina atinge o pico no momento do orgasmo. Depois do ato é que os níveis mais altos de hormônios conduzem o homem ao desejo mais profundo de estabelecer laços com a mulher. Ele

sente uma intimidade maior depois de fazer amor e não antes.

Um recado importante: penso que você já percebeu que o seu marido, como todo homem, tem na mente um foco único e uma capacidade de se desligar de todas distrações de uma forma impressionante. Observe como o homem tem incapacidade de falar qualquer coisa enquanto está lendo o jornal ou assistindo a TV. É por isso que é muito fácil para o homem pular por cima dos brinquedos das crianças, empurrar os pratos sujos para o lado e pedir para a esposa "uma rapidinha" na área de serviço cheia de roupa suja. É engraçado, mas é a verdade e você sabe bem disso.

4. Tomando a iniciativa para o ato sexual. "Vem ó meu amado..." (Ct 7:11). Sabemos que o homem é o elemento que age e a mulher, o que reage. Porém, as mulheres felizes no casamento às vezes quebram essa regra e tomam a iniciativa. Perceba que a esposa de Cantares é quem convida o seu companheiro, dizendo: "Vem ó meu amado, saiamos..." Todo marido espera que a esposa um dia tome a iniciativa.

5. Saindo da rotina. "... saiamos ao campo, passemos as noites nas aldeias. Levantemo-nos cedo de manhã para ir às vinhas; vejamos se florescem as vides, se se abre a flor, se já brotam as romeiras; dar-te-ei ali o meu amor" (Ct7:11,12). A sua atitude determina a "altitude" do seu relacionamento. A esposa descrita no livro de Cantares

não apenas convida o marido para "dar lhe amor" como sugere uma saída para dar mais sabor ainda ao encontro sexual. A mulher feliz no casamento é criativa e sempre tira um tempo para pensar em como melhorar sua vida sexual com o marido. Pergunto: sexo com qualidade é determinante para a felicidade no casamento? Uma vida sexual prazerosa é a busca de todo marido e esposa? O casamento pode entrar em processo de falência quando o casal não se entende sexualmente? Se a sua resposta foi sim, então é um assunto que merece a sua atenção, dedicação e tempo para celebrar e desfrutar dos momentos de intimidade do casal.

6. Montando o cenário. "Como és formoso, amado meu, como és amável! O nosso leito é de viçosas folhas, as traves da nossa casa são de cedro, e os seus caibros, de cipreste" (Ct1:16,17 - Grifo do autor). A mulher feliz no casamento sabe o quanto é importante preparar com carinho o ambiente, o cenário, o lugar onde o amor vai ser celebrado. Vamos usar uma figura para você entender o quanto é importante "preparar o cenário". É agradável almoçar em um lugar onde a mesa não tem toalha, as louças não estão bem lavadas, os talheres estão tortos ou amassados e, para ajudar, toda a comida servida está fria e os mosquitos voam sobre a mesa. Mesmo que você esteja com fome, é muito difícil se deleitar em um "cenário" assim para almoçar. Agora vamos pensar em um ambiente devidamente decorado, uma toalha linda cobre

a mesa, os talheres de prata muito bem cuidados, as vasilhas são de porcelana e tudo foi feito pensando em decorar a mesa. Os guardanapos têm uma estampa linda envolvidos com um laço bordô que combina com a cor da toalha, a comida foi servida a pouco, o cheiro é provocante e aguça o desejo de comer. O que você prefere: este ou o outro cenário? Quando falamos sobre sexo no casamento, não é diferente. As mulheres felizes no casamento gastam tempo preparando "a mesa" para celebrar o amor com intensidade e muito prazer.

Depois de você ler tudo isso, tenho certeza de que deseja conversar com o seu marido para crescerem juntos nesta área. Então, vamos ver como deve ser a abordagem deste assunto com o marido:

Primeiro: procure ser objetiva. Se o problema é que o seu marido é muito ansioso e logo no início já busca o orgasmo e você deseja que ele seja mais hábil para lhe dar mais prazer, abre o jogo com ele e não espere que ele adivinhe o que você deseja.

Segundo: fale usando o humor. Qualquer crítica quando feita com inteligência e uma pitada de humor torna-se agradável e construtiva. Às vezes, numa brincadeira sadia, na privacidade do casal, a esposa pode ajudar o esposo a melhorar.

Terceiro: comece com o que é positivo. Qualquer pessoa gosta de ter o reconhecimento de suas virtudes, e

o seu marido não é diferente. Procure aquilo que você gosta e que ele sempre faz na hora do ato sexual: enfatize o quanto isso é bom para você. Com certeza, depois ficará fácil você dizer a ele o que precisa.

Quarto: cuidado com a franqueza exagerada. Há coisa que não é possível mudar no marido, por isso não adianta falar. Por exemplo, o tamanho do pé, a cor da pele, uma cicatriz etc. Se há no seu marido alguma coisa que não é possível mudar, não adianta falar.

Você deve aprender a conviver com isso.

10 Verdades libertadoras sobre o sexo na perspectiva do sagrado

1. Deus quer que os seus filhos vejam o sexo como uma fonte de prazer indizível (Pv 5:15).

2. Nenhuma outra "droga" é capaz de produzir a sensação de "gozo na alma" produzida por um "orgasmo" (Ec 9:9).

3. Quando homem e mulher têm uma vida sexual ajustada, o casamento é renovado a cada dia (1Co 7:25).

4. Felicidade sexual tem mais a ver com qualidade do que com quantidade. A base de tudo é o amor demonstrado em forma de respeito mútuo! (Ef 5:25)

5. Quando o casal cresce em intimidade, o sexo é praticado com qualidade (Gn 2:24).

6. Os casais que melhor se relacionam sexualmente são aqueles que conversam muito entre si sobre o assunto (Tg 1:19).

7. Se o sexo é tão importante ao ponto de ser a causa de muitas separações, então, sempre vale apena aprender sobre como melhorar nesta área.
(Pv 5:1,2).

8. A minha felicidade sexual depende do quanto eu estou disposto a investir na felicidade do meu cônjuge. É impossível ser feliz, se não buscamos a felicidade do outro (Gl 6:7).

9. Se preocupar com o ajustamento sexual no casamento, é se prevenir contra a possibilidade de ceder à tentação e pecar contra Deus e o cônjuge (1 Co 7:25).

10. O primeiro propósito do sexo é a perpetuação da raça humana e o segundo é dar ao casal a alegria do encontro do amor (Ct 7:11-13).

4º Segredo

Elas sabem que o RESPEITO à liderança traz benefícios interessantes.

"Se é feliz quando se investe na felicidade do outro".

"As mulheres sejam submissas ao seu próprio marido, como ao Senhor..." (Ef 5:22)

"Ela disse a seu marido..." (2 Reis 4:9a)

Eu sei que esse texto da Palavra de Deus incomoda boa parte das mulheres. Afinal, estamos vivendo um tempo em que as mulheres conquistaram seu espaço no mercado de trabalho e competem em pé de igualdade com os homens. Em muitas empresas, são elas quem lideram e os homens são liderados.

Isso não tem como mudar, pelo contrário, a tendência é aumentar o número de mulheres no "comando".

Porém, dentro do relacionamento de casal e família, Deus estabeleceu um princípio regulamentador para a vida do lar: o homem "é o cabeça, o líder" e a mulher a "auxiliadora idônea" (Gn 2:18).

"Quero, entretanto, que saibais ser Cristo o cabeça de todo homem, e o homem, o cabeça da mulher, e Deus, o cabeça de Cristo." (1 Co 11:3 - Grifo do autor)

Há uma mulher na Bíblia conhecida como Sunamita, ela era rica e um dia desejou construir um quarto para hospedar o profeta Eliseu e seu discípulo em sua casa, porque percebeu que a presença deste servo do Senhor abençoaria o seu lar. Apesar de ser rica e mais espiritual do que o marido, a forma como ela agiu dentro de seu relacionamento é um exemplo para as esposas que buscam ser felizes no casamento.

"Certo dia, passou Eliseu por Suném, onde se achava uma mulher rica, a qual o constrangeu a comer pão. Daí, todas as vezes que passava por lá, entrava para comer. Ela disse a seu marido: Vejo que este que passa sempre por nós é santo homem de Deus. Façamos-lhe, pois, em cima, um pequeno quarto, obra de pedreiro, e ponhamos nele uma cama, uma mesa, uma cadeira e um candeeiro; quando ele vier à nossa casa, retirar-se-á para ali." (2 Reis 4:8-10)

A chave do sucesso na vida desta mulher está na forma como ela reconhece o marido como líder:

"Ela disse a seu marido: [...] Façamos-lhe, pois..." Ela poderia ter dito para si mesma: não importa o que o meu

marido diga, eu vou fazer o que Deus coloca no meu coração para ser feito. Lembre-se, Deus não é Deus de confusão. Se ela agisse assim, com certeza, o seu testemunho não estaria registrado e eternizado no Canon Sagrado e sua casa não seria um lugar de bênção.

"Ela disse a seu marido:.." (v. 9) Há muitas mulheres que liberam a filha para namorar, os filhos para viajar, dão autorização para os filhos comprar ou vender sem informar o marido. Outras preferem mentir a submeter-se ao princípio de autoridade.

Trabalho com casais e famílias há mais de vinte anos e, durante todo esse tempo, analisei o comportamento dos homens e das mulheres no casamento.

Posso afirmar que os casais felizes no relacionamento são aqueles que procuram cumprir cada um o seu papel, respeitando os princípios estabelecidos na Palavra do Senhor. As mulheres felizes no casamento sabem a importância de exercer missão de apoio, respeitando a liderança do marido.

Quando a mulher compete pela liderança com o marido, ela não age com sabedoria e inteligência. Veja como a Bíblia descreve a atitude de uma mulher que age assim:

"A beleza na mulher sem juízo (que não reconhece a liderança do marido) é como uma jóia de ouro no focinho de um porco." (Pv 11:22 - Grifo do autor)

O QUE NÃO É SUBMISSÃO

1. Submissão não é se anular em nome da felicidade do marido. Você não deve perder a alegria de ser quem você é, de viver a vida em sua plenitude, não deve deixar de fazer aquilo que a realiza, de dizer não sempre que necessário só por causa da "chatice" do marido. Lembre-se: o tripé dos limites é liberdade com responsabilidade e amor. Ou seja, faça tudo o que você gosta sem transgredir princípios e nem ferir o cônjuge. O apóstolo Paulo disse:

"Porque vós, irmãos, fostes chamados à liberdade; porém não useis da liberdade para dar ocasião à carne; sede, antes, servos uns dos outros, pelo amor." (Gl 5:13)

2. Submissão não é se tornar uma empregada doméstica de luxo do marido. Você deve fazer o seu trabalho do lar não apenas por obrigação, mas sim por prazer de servir aquele que durante o dia trabalhou duro para trazer o sustento para casa. Por isso, sempre afirmo que a submissão da mulher deve ser devocional e nunca uma imposição. As mulheres felizes no casamento, sobre tudo, gostam de servir. A mulher excelente descrita em Provérbios 31:13 é assim:

"Busca lã e linho de bom grado trabalha com as mãos".

3. Submissão não é transgredir princípios, sujeitando-se aos desejos ilícitos do marido. Com razão disse Vladimir Maiakovsky: "Amar não é aceitar tudo. Onde tudo é aceitação presumo que há falta de amor".

Quando a Bíblia diz que a mulher deve ser submissa, não é uma submissão "burra e cega". O apóstolo foi muito claro ao escrever: "Sejam submissas ao marido que se submete ao Senhor" (Ef 5:24; 1 Co 11:3). Um homem que está sujeito a Cristo jamais vai induzir ou forçar a esposa a pecar, porque em seu coração reina o temor ao Senhor. Tudo, no relacionamento entre marido e mulher, deve estar dentro dos limites do bom senso.

O QUE É SUBMISSÃO

1. Submissão é uma resposta positiva a tudo aquilo que o marido faz, demonstrando amor pela esposa.

2. Submissão é reconhecer que o segredo para viver bem é obedecer ao que foi estabelecido pelo Senhor da família, que é Deus. Ele sabe o que é melhor para todos.

3. Submissão é reconhecer o princípio de autoridade, respeitando a liderança do marido.

4. Submissão é demonstrar amor, exercendo a missão de apoio.

NOVE BENEFÍCIOS DA SUBMISSÃO DEVOCIONAL

1. Proteção. A mulher feliz no casamento reconhece que a proteção divina e do marido dependem da prática do princípio da submissão. Não há proteção na insubmissão e nem na rebelião.

2. Respeito. Quando você demonstra, na convivência com o marido, respeito, a tendência natural é receber de volta o que está plantando. Respeito gera respeito.

3. Admiração. Muitas vezes a minha esposa me liga, perguntando: "Posso comprar ou fazer ou ir...?" Dependendo do que ela está pedindo, respondo: "Querida, você nem precisava me perguntar..." Mas percebo que ela pergunta mais para demonstrar reconhecimento à minha liderança.

Esta é uma das razões porque admiro a minha esposa e procuro protegê-la.

4. Segurança. Quando a mulher cumpre o seu papel e busca estar debaixo do princípio de autoridade, ela se sente segura tanto perto como longe do marido.

5. Confiança. A confiança é a base do relacionamento. Quando você reconhece o seu marido como líder, isso contribui para fortalecer a união conjugal.

6. Paz. Talvez esta seja a busca objetiva de todos os casais que se amam e desejam crescer juntos: a busca pela

"paz". Praticar o princípio da submissão traz paz para o seu relacionamento, tornando o casamento uma viagem extremamente prazerosa.

7. Direção. Com base nas Escrituras, "o homem governa" e a "mulher edifica". Liderar é estar na frente dando a direção para os que vêm atrás seguindo o líder. Observe que, quando não há reconhecimento e nem respeito pelo líder, falta direção e isso coloca o relacionamento em risco.

8. Resposta a suas orações. Quando você como filha de Deus procura andar segundo a sua vontade, obedecendo à Palavra, Ele tem prazer em atender a suas orações.

5º Segredo

Elas sabem falar com inteligência emocional.

"Os gritos começam onde termina a inteligência".

Lemos, no livro de Provérbios, que a mulher virtuosa: "Fala com sabedoria e delicadeza" (Pv 31:26).

Ao ler o que vem a seguir, tenha isso em mente: os homens falam para relatar, enquanto as mulheres falam para construir harmonia.

A maioria das mulheres reclama dizendo: "Meu marido não sabe me ouvir". Porém, muitos maridos reclamam: "Minha mulher fala demais".

Normalmente os homens são considerados comunicadores ruins dentro do relacionamento conjugal. Veja o que disse uma esposa: "O meu marido é um excelente vendedor. Ele tem uma forma de se comunicar no trabalho que faz dele um profissional bem sucedido. O que não entendo é porquê ele não consegue se comunicar com a mesma eficácia dentro do nosso casamento?"

Os homens são orientados pelo lado direito do cérebro e tendem a ter menos aptidões verbais, principalmente, para conectar-se emocionalmente. Eles falam muito para vender suas idéias, mas não para construir relacionamentos. As mulheres falam mais para se relacionar do que os homens, porque são orientadas pelo lado esquerdo do cérebro. Lembre-se: a comunicação verbal não é o ponto forte do homem, mas sim o de vocês mulheres.

Sabemos que as mulheres querem maridos que sintonizem com elas, que as compreendam e busquem uma interação que seja mutuamente positiva.

O que para o homem é muito difícil. Essas diferenças na área da comunicação conjugal exigem que a mulher aprenda a linguagem do homem.

Os homens tendem a ser muito objetivos nas conversas. Eles falam sobre assuntos factuais, tais como política mundial, finanças, jogos, pescaria, carros, computadores e, é claro, esportes - sempre com o propósito de estabelecer uma idéia definível, enquanto analisam oponentes, estratégias, objetivos e resultados. Se eles têm algum propósito com a conversa, falam até ter chegado a esse propósito. Pronto, está ótimo. Já disseram o que tinham a dizer. Se não têm um assunto, eles não falam.

Com as mulheres é diferente, elas tendem a ser falantes e subjetivas. É interessante notar que as

mulheres, freqüentemente, conversam sobre assuntos que têm a ver com sentimentos e dão importância aos detalhes. O engraçado é que elas falam sobre o que os homens chamam de "nada", mas esse tipo de conversa tem um propósito real para as mulheres.

Infelizmente, o que muitos homens não sabem, é que conversar acalma a alma das mulheres. A maior parte das mulheres considera frustrante a incapacidade de o homem manter uma conversa agradável sem ficar impaciente, interromper ou ignorar o que está sendo dito.

As mulheres felizes no casamento reconhecem as diferenças entre os estilos de comunicação masculina e feminina.

Nada frustra mais algumas mulheres do que um marido silencioso. Quem já não ouviu mulheres reclamando: "Meu marido não conversa comigo. É muito difícil ele me escutar, nunca me diz o que tem na cabeça, e simplesmente não vê graça em sair e conversar". Se você enfrenta esse dilema, fique calma, é um problema comum.

As mulheres precisam entender que por causa de sua programação biológica e de sua educação, a maior parte dos homens jamais se comunicará como as mulheres. Quatro atitudes do homem devem ser observadas por vocês mulheres:

1. Eles não ouvem sem interromper;

2. Eles não falam, se não tiverem algo a colocar;

3. Eles não escutam os detalhes de um problema sem se intrometer, oferecendo uma solução;

4. Eles não gostam de conversar só para passar o tempo e nunca serão capazes de passar a noite conversando com a esposa sobre o que chamam de "nada".

A pergunta que a maioria das mulheres faz é:

"O que fazer para que o meu marido fale mais comigo?"

SEIS ESTRATÉGIAS PARA FAZER O MARIDO INTERAGIR MAIS COM VOCÊ NO PROCESSO DE COMUNICAÇÃO

1. Seja mais objetiva e menos detalhista. Você sabe quanto tempo em média dura a atenção da mulher e do homem em uma conversa? A do homem dura em média cinco minutos; a da mulher, quinze minutos. Aqui está um ponto que você tem que ficar atenta. Se você demorar mais de cinco minutos para contar a história, demorando-se nos detalhes, ele terá desviado a atenção para um outro foco. Ao conversar com o seu marido, seja mais objetiva e menos detalhista. A mulher sábia entende que contar uma história longa e detalhada quando ele

acaba de chegar do trabalho pode ser penoso para os dois. Com certeza, um homem que a cabeça ainda está no trabalho será um mau ouvinte de uma longa história. Às vezes, não é má vontade do seu marido, mas sim a dificuldade que o homem tem de focalizar mais de uma coisa por vez. Portanto, se ele estiver ainda pensando no trabalho ou lendo o jornal ou colocando uma carretilha nova na sua vara de pescar, ele não estará ouvindo a sua história. Outras vezes, devido à propensão masculina a um raciocínio focado e linear, ele está escutando apenas a parte fundamental. Os homens tendem a passar direto pelos detalhes nebulosos para chegar ao miolo de uma situação. Se você quer se comunicar melhor com o seu marido, seja mais objetiva e menos detalhista.

2. Fale na hora, no lugar e da forma certa. O momento certo - Um homem cansado, depois de um dia de muito trabalho, não tem disposição para ouvir tudo o que a mulher tem a dizer. Quando seu marido chega do trabalho não é o melhor momento para falar sobre compras, problema das crianças etc. A mulher sábia sempre escolhe o momento certo para falar o que deseja ao marido. O lugar certo - Dependendo do assunto, o melhor lugar é longe dos filhos. Ouvi um conselheiro dizer que, muitas vezes, o lugar ideal para conversar certo assunto é no restaurante ou em um lugar público, assim o casal se policia e mantém o controle. A mulher inteligente evita falar sobre determinados assuntos na

sala com visitas, na mesa com a família, na casa da sogra ou de sua mãe. Escolher o lugar para conversar sobre determinados assuntos com o seu marido é fundamental. A forma certa - O tom de voz pode mudar o sentido daquilo que você está querendo dizer. Por isso, fique atenta no tom que você usa para transmitir sua mensagem. As mulheres felizes no casamento sabem falar o certo, na hora, no lugar e da forma certa.

3. Não falar em certos momentos é a melhor escolha. John Gray, autor do livro Homens são de Marte, mulheres são de Vênus, diz que todo homem tem dentro de si uma caverna psicológica. Quando o homem chega em casa, preocupado com problemas não resolvidos, a tendência é que se recolha para dentro desta caverna e coloque uma plaquinha: "não entra que morde". Porém, quase sempre, isso é temporário. A mulher age da forma contrária, quando ela está tensa e com problemas, ela tem necessidade de falar. O homem precisa entender quando a mulher tem necessidade de um ouvido amigo e a mulher precisa saber quando o seu marido precisa de silêncio. Quando há compreensão dos dois parceiros, o casamento se torna uma viagem prazerosa.

4. Lembre-se: homens se distraem com facilidade. Muitas vezes para você conseguir a atenção do seu marido em uma conversa significativa, é necessário excluir as distrações do ambiente. Busque um lugar para

conversar em que não haja televisão ligada, computador ou qualquer coisa que possa distraí-lo.

5. Abra o coração e fale de sua expectativa. As mulheres felizes no casamento não esperam o marido adivinhar o que elas pensam e querem. É preciso dizer ao marido do seu desejo de compartilhar idéias e sentimentos. Exemplo: "Eu quero esse tempo com você só para conversar..." Quando isso é dito carinhosamente e sem pressão, com certeza, o marido atende de forma positiva.

6. Sair pode ser uma boa estratégia. Casais felizes no casamento gostam de fazer coisas juntos, além de sexo, é claro. Caminhar no bosque, andar de bicicleta, fazer compras, pescar, andar de barco, fazer academia etc. São oportunidades que você pode criar para desenvolver com seu marido a arte da boa conversa.

Conclusão
Conheça a receita do amor.

"Viver de forma harmoniosa é uma arte que se aprende".

Se vocês praticarem, haverá uma mudança radical!

1. Nunca fiquem ambos zangados ao mesmo tempo;
2. Nunca lance no rosto um do outro os erros do passado;
3. Nunca se esqueçam das horas felizes de quando começaram a se amar;
4. Nunca se encontrem sem um terno bem-vindo;
5. Nunca usem indiretas, quer estejam sozinhos ou em presença de outros;
6. Jamais grite um com o outro, a não ser que a casa esteja pegando fogo;
7. Procure cada um se esforçar ao máximo para estar de acordo com os desejos do outro;
8. Seja a renúncia de si mesmo o alvo e a prática de cada dia;

9. Nunca deixem o sol se pôr sobre qualquer zanga ou ressentimento; melhor mesmo é não se zangar!

10. Jamais dêem ensejo a que um pedido razoável tenha de ser feito duas vezes;

11. Nunca façam um comentário em público que possa magoar o outro, às vezes, parece engraçado, mas fere;

12. Nunca suspirem pelo que poderia ter sido, mas tirem o melhor partido daquilo que é;

13. Não censurem, a não ser que tenham a certeza de que uma falta foi cometida e, mesmo assim, falem sempre com amor;

14. Jamais se despeçam sem palavras amáveis, nas quais pensem enquanto separados. Breves palavras proferidas na manhã preenchem um longo dia;

15. Não deixem que nenhuma falta cometida fique sem ser confessada e perdoada;

16. Não se esqueçam de que o lugar mais próximo do céu na terra é aquele em que duas almas se tornam parceiras no amor sacrificial;

17. Não fiquem satisfeitos enquanto não tiverem certos de que estão ambos trilhando o caminho estreito e reto, um ajudando o outro;

18. Jamais se esqueçam de que o casamento foi estabelecido por Deus e que só a sua benção pode torná-lo o que deve ser;

19. Não permitam que esperanças terrenas os distanciem do lar eterno;

20. Jamais deixem de regar o amor com muito carinho e afeto.

Ser feliz é possível, porém é uma busca permanente que requer muito amor, esforço e dedicação.

Outro dia eu li em algum lugar uma frase que me chamou atenção, "A felicidade é um sentimento que se multiplica na medida que você vai repartindo".

Meu conselho a você é, nunca aceite viver dentro de um casamento infeliz, você pode ser um agente de transformação para fazer do seu relacionamento uma fonte de nutrição permanente.

O casamento pode ser aquilo que você decidir que ele seja. Pratique esse princípio, entre ter razão e ser feliz, faça sempre a melhor escolha, ser feliz.

Muitas vezes gastamos dez reais em uma discussão por aquilo que não vale cinqüenta centavos. As mulheres felizes no casamento, sabem colocar inteligência nas suas emoções, elas respondem com base em princípios e não de acordo com o que estão sentindo.

Você pode fazer parte do grupo de mulheres que vivem o melhor de Deus nesta terra dentro do seu relacionamento conjugal.

Viva com intensidade, seja otimista, invista em você e no seu cônjuge, diga sempre não ao conformismo. A grandeza de uma mulher está na sua capacidade de vencer a si mesma e se tornar agente de mudança aonde quer que Deus a colocar.

Que o Senhor da qualidade de vida, Jesus, seja sempre a fonte da sua alegria de viver ao lado do seu marido!

"Que na sua mesa nunca falte o pão de trigo, no seu relacionamento, o pão do carinho e no ambiente da sua casa, o Pão Vivo que desceu do céu, Jesus, o nosso Senhor!"