DID I MARRY THE RIGHT PERSON?
මා විවාහ වුණේ හරි කෙනා සමගද?

by Mort Fertel

During one of our seminars, a woman asked a common question. She said, '**How do I know if I married the right person ?** '

I noticed that there was a large man sitting next to her, so I said, ' It depends. Is that your husband ? '

In all seriousness, she answered, " How do you know ? "

Let me answer this question because the chances are good that it's weighing on your mind.

This is a very good article. Those who are still single may learn something from here...
Those who are already married may take it as a guideline to improve your marriage & relationship ...

Here's the answer:

EVERY relationship has a cycle. In the beginning, you fell in love with your spouse / partner. You anticipated their call, wanted their touch, and liked their idiosyncrasies (unconventional behaviour/habit).

Falling in love with your spouse wasn't hard. In fact, it was a completely natural and spontaneous experience.

You didn't have to DO anything. That's why it's called 'falling' in love... Because it's happening TO YOU.

People in love sometimes say, 'I was swept of my feet.' Think about the imagery of that expression. It implies that you were just standing there; doing nothing, and then something came along and happened TO YOU .

Falling in love is easy . It's a passive and spontaneous experience. But after a few years of marriage, the euphoria (excitement) of love fades. It's the natural cycle of EVERY relationship . Slowly but surely, phone calls become a bother (if they come at all), touch is not always welcome (when it happens), and your spouse's idiosyncrasies , instead of being cute, drive you nuts.

The symptoms of this stage vary with every relationship, but if you think about your marriage, you will notice a dramatic difference between the initial stage when you were in love and a much duller or even angry subsequent stage

At this point, you and/or your spouse might start asking, **'Did I marry the right person?'**

And as you and your spouse reflect on the euphoria of the love you once had, you may begin to desire that experience with someone else.

This is when marriages breakdown . People blame their spouse for their unhappiness and look outside their marriage for fulfillment. ....Extramarital fulfillment comes in all shapes and sizes. Infidelity is the most obvious. But sometimes people turn to work, a hobby, a friendship, excessive TV, or abusive substances.

But the answer to this dilemma does NOT lie outside your marriage. It lies within it. I'm not saying that you couldn't fall in love with someone else. You could.

And TEMPORARILY you'd feel better. But you'd be in the same situation a few years later. Because (listen carefully to this):

THE KEY TO SUCCEEDING IN MARRIAGE IS NOT FINDING THE RIGHT PERSON; IT'S LEARNING TO LOVE THE PERSON YOU FOUND.

SUSTAINING love is not a passive or spontaneous experience. It'll NEVER just happen to you. You can't 'find' LASTING love. You have to 'make' it day in and day out. That's why we have the expression 'the labour of love.' Because it takes time, effort, and energy . And most importantly, it takes WISDOM . You have to know WHAT TO DO to make your marriage work.

Make no mistake about it. Love is NOT a mystery. There are specific things you can do (with or without your spouse) to succeed with your marriage. Just as there are physical laws of the universe (such as gravity), there are also laws for relationships.

Just as the right diet and exercise program makes you physically stronger, certain habits in your relationship will make your marriage stronger. It's a direct cause and effect.

If you know and apply the laws, the results are predictable... you can 'make' love .

Love in marriage is indeed a 'decision'... Not just a feeling.

Mort Fertel is a world authority on the psychology of relationships and has an international reputation for saving marriages. In addition to working with couples, he teaches individuals how to single-handedly trans form their marital situation.

විවාහක බොහෝ පිරිමි සහ ගැහැණු ගෘහස්ත ප්‍රශ්න මතුවුණු විට බොහෝ අවස්ථාවල තමාගෙන්ම අසන ප්‍රශ්නයකි. *මම බැන්දෙ හරි එක්කෙනාද? මෙය කෙසේ විස්තර කළ හැකිද?* හැම ස්ත්‍රී පුරුෂ සබඳකමකමක්ම ක්‍රියාකරන්නේ චක්‍රානුකූලවය. රෝදයක් සේ රවුමටය. ඔබ මුලින්ම කෙනෙකු හා ආදරයෙන් බැඳේ. ඔවුන්ගේ ඇසුර, දැක්ම, කතාබහ, ස්පර්ශය ප්‍රිය කරයි. ආදරය සිතේ ඇතිවීම ආයාසයකින් තොරව ඉබේම සිදුවන්නකි. කෙනෙකුට හිත යන්නේ නොසිතාමය. අමාරුයයි දෙයක් නැත.

එහෙත් විවාහයෙන් වසර කීපයකට පසු අර මුල් දිනවල තිබූ ප්‍රීතිය, උනන්දුව, කලබලය, චමත්කාරය හා දීප්තිය හීන වෙයි. ආදර හැඟීම්ද කෙමෙන් අඩුවෙන්නට පටන්ගනී. මෙය සැම සබඳතාවකටම පොදු ස්වභාවික චක්‍රයකි. ඉස්සර දකින්නට තිබූ ආසාව, අත් අල්ලාගෙන සිටින්නට, රසබස් තෙපලන්නට, මුහුණ දිහා කිසිවක් නොදොඩා බලාගෙන සිටින්නට වූ වුවමනාවල් දැන් කොහි ගියාද කියාවත් නොදැනේ. කෙමෙන් එකිනෙකා නුරුස්සන ගතියක් ද ඇතිවෙයි. කතාකරන්නේ යමක් පවසන්නට ඇති විට පමණි. වචන කීපයකි.

මෙම ගති ලක්ෂණ එක් එක් අයගේ සබඳතාවන්හි වෙනස් විය හැකිය. ඔබත් ඔබගේ විවාහය ගැන සිතා බැලුවහොත් මෙම වෙනස්වීම වටහා ගන්නවා ඇත. ඔබ ආදරය කරන්නට එළඹුණු ඒ මුල් දිනවලට වඩා දැන් ගතකරන ජීවිතය ඒකාකාරී ඇල්මැරුණු ගතියකින් යුක්ත නොවේද? ඔබ දෙදෙනම අර ඉහත ප්‍රශ්නය අසන්නේ මෙන්න මේ අවස්ථාවෙ දී ය. මෙතැන්හි දීය. 'ඇත්තටම මා එදා විවාහවුණේ හරි කෙනා සමගද?'

එදා අත්විඳි අතීත ආදරයේ සුන්දරත්වය සිහිවත්ම එම අත්දැකීම යළිත් කොහෙන් හෝ ලබන්නට ඔබේ සිත විවෘත වේ. ඔබේ විවාහය බිඳ වැටීම ආරම්භ වන්නේ මෙතැන්හි දීය. බොහෝ දෙනා විවාහයේ ගැබ්වුණු අසතුටට හේතුව හා වරද තම සහකරු හෝ සහකාරිය මත පටවමින් එය පිටස්තරින් සම්පූර්ණ කරගන්නට වහා යොමුවෙති.

විවාහයෙන් පිටස්තරව සතුට සෙවීම නොයෙක් ආකාරයෙන් වර්ග කළ හැකි ය. වඩාත් ප්‍රකටව කෙරෙන ක්‍රියාව නම් පිටස්තර ලිංගික සබඳතාවක පැටලී තම සහකරුට හෝ සහකාරියට ද්‍රෝහීවීම ය. එහෙත් කරන වෙනත් දේ අතර ක්‍රීඩාවන්හි යෙදීම, යහළුවන් ඇතිකර ගැනීම, උත්සව සම්භාෂණාදියට සහභාගිවීම, අධික ලෙස ටෙලිවිෂනය නැරඹීම හෝ මත්ද්‍රව්‍ය වලට ඇබ්බැහිවීම ආදිය ද වේ.

නමුත් මෙම ප්‍රශ්නයට විසඳුම රැඳී ඇත්තේ විවාහයට පිටතින් නොවේ. එය ඇත්තේ විවාහය ඇතුළත ම ය. තවත් කෙනෙකු හා පෙමින් වෙලීමට ඔබට හැකි කමක් නැතැයි මම නොකියමි. එසේ විය හැකිය. ඒ අළුත් සබඳතාව ඔබට තාවකාලික සුවයක් ගෙනෙනවා ඇත. එහෙත් වසර කීපයකට පසු නිසැකවම ඔබ යළිත් වැටෙන්නේ මුල් සබඳතාවේ ඔබ අත්දුටු සායම ගිය, නීරස, අතෘප්තිකර තත්වයටමය.

සාර්ථක විවාහයකට හේතුවන මූලිකම දෙය හරි තැනැත්තා හෝ තැනැත්තිය සොයාගැනීම නොවේ. ඔබට හමුවුණු කෙනාට ආදරය කරන්නට ඉගෙනගැනීමයි.

ආදරයක් දිගටම පවත්වාගැනීම අනායාසයෙන් සිදුවන්නක් නොවේ. නිකම්ම කෙරෙන දෙයක් ද නොවේ. සදාකල් පවතින ආදරයක් මේ ලෝකයේ ඔබට සොයාගත නොහැකිය. එය දිනපතාම, හැම මොහොතකම ඔබ දැරිය යුතු උත්සාහයක ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ඇතිවන්නකි. එය සුළුපටු වැඩක් නොවේ. ඊට කාලයද, මහන්සියද, ශක්තියද වැයවන හෙයිනි. ඊටත් වඩා බුද්ධිය මෙහිදී වැදගත්වෙයි. ඔබේ විවාහය සාර්ථක මගක ගෙන යන්නට ඔබ බුද්ධිමත් වීම අවශ්‍යය.

ආදරය අබිරහස් දෙයක් නොවේ. ඔබේ විවාහය මනාසේ ක්‍රියාකාරීවීමට ඔබ කළ යුතු දේවල් ඇත. ඒවා ගැන සිත යොමන්න

මෙම ලෝකය හා විශ්වය ක්‍රියාකරන නියමයන් හා නීති සිද්ධාන්ත (ගුරුත්වය වැනි) ඇත. එසේම සබඳතාවන් සඳහා ද එවැනි නියමයන් ඇත. සුදුසු ආහාර සුදුසු ව්‍යාමයන් ආදියෙන් ඔබ සිරුර ශක්තිමත් වන්නේ යම්සේද විවාහක ආදරය පවතින්නට යම් යම් ක්‍රියාමාර්ග ගැන්ම අවශ්‍ය වන්නේය.

මෙය කෙලින්ම හේතුඵල වාදයයි. ගන්නා උත්සාහය අනුව නිසැකවම ප්‍රතිඵල ලැබේ. අවශ්‍ය නම් ඔබට ආදරය පැල කළ හැකි ය.

♦ මෝර්ට් ෆර්ටල් USA