



എന്തുകൊണ്ട് വിവാഹ ഒരുക്ക ധ്യാനം Why to Prepare for Marriage?

ദാമ്പത്യ ജീവിതത്തിൽ പൊതുവായ നിരവധി വെല്ലുവിളികളും പ്രശ്നങ്ങളുമുണ്ട്. ഈ വെല്ലുവിളികളെ അതിജീവിച്ച് ദാമ്പത്യത്തിൽ സന്തോഷം കണ്ടെത്തുക എന്നത് നിങ്ങളുടെ ഉത്തരവാദിത്വമാണ്. വെല്ലുവിളികളെക്കുറിച്ച് മുൻകൂട്ടിയുള്ള അറിവ് ദാമ്പത്യ സന്തോഷത്തിൽ വളരാനു നിങ്ങളെ സഹായിക്കും.

ഡിജിറ്റൽ മാധ്യമങ്ങളുടെ അതിപ്രസരം, ലൈംഗികതയുടെ വാണിജ്യവൽക്കരണം, നഗരവൽക്കരണം, മദ്യത്തിന്റെയും മയക്കുമരുന്നിന്റെയും വർദ്ധിച്ച ഉപഭോഗം, വ്യക്തി കേന്ദ്രീകൃത സാമ്പത്തിക വളർച്ച, മനുഷ്യജീവിതത്തിന്റെ ഭൗതികവൽക്കരണം, ലിംഗസമത്വം, ജീവിത ശൈലിയിലെ മാറ്റങ്ങൾ, നല്ല അവസരങ്ങൾക്കു വേണ്ടിയുള്ള കൂടിയേറ്റം തുടങ്ങിയ സമൂഹത്തിലെ മാറ്റങ്ങളെ അംഗീകരിക്കാനുള്ള വിമുഖത, മെച്ചപ്പെട്ട അവസരങ്ങൾ മുതലായവ സമകാലിക ദാമ്പത്യ ജീവിതത്തിന് വെല്ലുവിളികൾ ഉയർത്തുന്നുണ്ട്.

Getting married and being happy in your marriage is your responsibility. There are many common problems in married life, and many of them can be avoided, fixed, or resolved using different methods and techniques. Advance knowledge of these difficulties and challenges can help you immensely.

The explosion of modern socialmedia, commercialization of sex, urbanization, increased consumption of alcohol and drugs, person-centred economic growth, materialization of human life, reluctance to accept the changes in society like gender equality, changes in lifestyle, migration in view of better opportunities, etc. pose the following challenges to contemporary marital life.

1. ലൈംഗിക ജീവിതത്തിൽ അസംതൃപ്തി. Dissatisfaction in sexual life.
2. ഞാൻ കേന്ദ്രീകൃത പെരുമാറ്റം. Self - centered behaviour.
3. പരസ്പരം ക്ഷമിക്കാനും പൊരുത്തപ്പെടാനും ബുദ്ധിമുട്ട്.
Difficulty to forgive and cope up with each other.
4. ദമ്പതികളുടെ ജീവിതത്തിൽ മറ്റുള്ളവരുടെ അനാവശ്യ ഇടപെടൽ.
Undue involvement of others in the life of the couple.
5. കുട്ടികളുടെ എണ്ണത്തിൽ കുറവ്. Decrease in the number of children.
6. യഥാർത്ഥ ആത്മീയതയുടെ അഭാവം. Lack of genuine spirituality.
7. ഗാർഹിക പീഡനം. Domestic violence.
8. വിവാഹേതര ബന്ധങ്ങൾ. Extra-marital relationships.

9. സാമ്പത്തിക അച്ചടക്കമില്ലായ്മ. Lack of financial discipline.

10. ദമ്പതികളുടെ പരസ്പരമുള്ള ലഭ്യതക്കുറവ്. Non-availability of couples.

മേൽപ്പറഞ്ഞ വെല്ലുവിളികളെ അതിജീവിച്ച് ആരോഗ്യകരമായ ദാമ്പത്യ ജീവിതം നയിക്കാൻ ചില പ്രതിവിധികൾ നിർദ്ദേശിക്കുക.

Kindly propose some solutions to lead a healthy married life by overcoming the above challenges.

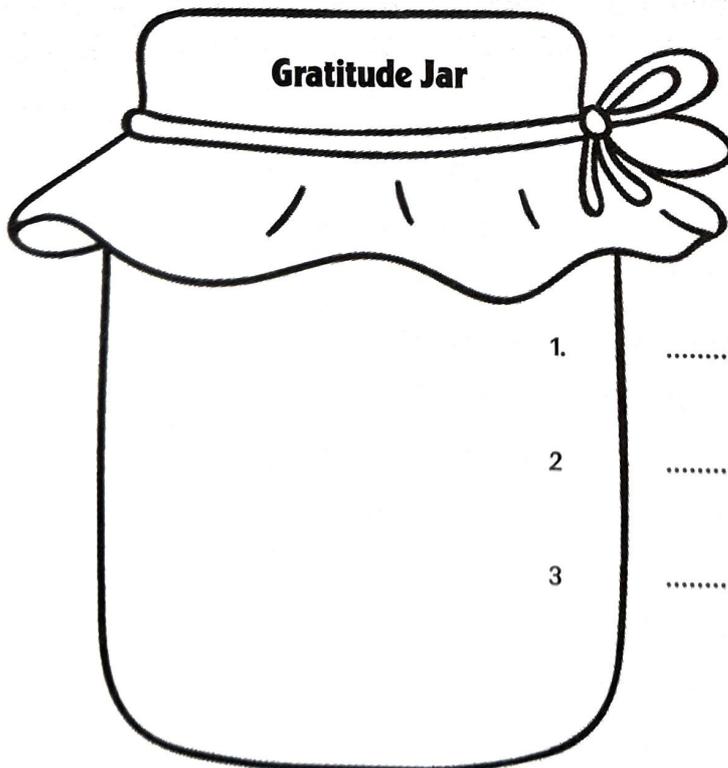
1.

2.

3.

4.

Activity 1



ജീവിതപങ്കാളിയുടെ
മുൻ നന്മകൾ എഴുതുക

.....

.....

.....