

Tekst pochodzi z książki Reginy Brett Kochaj. 50 lekcji, jak pokochać siebie, swoje życie i ludzi wokół w przekładzie Olgi Siary, wyd. Insignis Media 2017.

Lekcja 16

Życie toczy się dalej, nawet gdy miłość wrzuca wsteczny bieg

Wszystko wydawało się jasne i proste. Dwa wspólne lata przekonały nas, że jesteśmy dobraną parą.

Bruce namawiał mnie, żebym się do niego wprowadziła. Mnie, samotnej matce z własnym domem, wydawało się to wykluczone. Nie zamierzałam rezygnować ze swoich czterech kątów bez prawdziwego zobowiązania z jego strony. Poza tym przeprowadzka do mężczyzny, który nie czuł się gotowy na małżeństwo, byłaby nie fair wobec mojej córki, licealistki uwielbiającej swoją szkołę, miasto i miejscowych przyjaciół.

Postanowiliśmy poczekać ze ślubem dwa lata, dopóki Gabrielle nie skończy liceum. Rozmawialiśmy o tym, dokąd się razem wybierzemy i jaki kupimy dom dla naszej nowej rodziny. Cieszyliśmy się na wspólne wieczory i poranki.

Ale pewnego dnia okazało się, że te dwa lata to wciąż za mało. Bruce stracił ochotę na rozmowy o małżeństwie. Ogarnęły go wątpliwości. Twierdził, że problemem nie byłam ja, tylko sam ślub. Moim zdaniem jedno wiązało się z drugim.

Bruce zastanawiał się, czy nie jest po prostu typowym facetem, który boi się zobowiązań. Ale jego obawy mogły maskować różne głębsze lęki, na przykład lęk przed porażką, lęk przed zmianą czy lęk przed bliskością. Łatwiej udawać macho i zasłaniać się potrzebą wolności niż przyznać, że zwyczajnie boisz się poślubić kobietę, którą kochasz, żeby budować z nią swoje wymarzone życie.

Nie prosiłam, żeby się ze mną ożenił, ale chciałam wiedzieć, czy ślub wciąż wchodzi w grę, więc postanowiłam go wy badać. Powiedziałam, że chciałabym dobudować do swojego domu taras, ale nie zrobię tego, jeśli pobierzemy się w ciągu roku czy dwóch.

„Dobuduj taras” – poradził mi.

Auć!

Skoro nasze plany na przyszłość zostały bezterminowo zawieszono, zaczęłam kwestionować także naszą teraźniejszość.

Bruce zapewniał, że nic się między nami nie zmieniło. Ja wiedziałam, że to nieprawda. Tam, gdzie do tej pory stała kropka, teraz pojawił się znak zapytania.

Zanim go poznałam, stworzyłam dla siebie wspaniałe życie. Miałam cudowną córkę, przytulny dom i świetną pracę. Czułam się spełniona, a Bruce był miłym dodatkiem do mojego świata. Gdy pojawił się temat małżeństwa, zaczęłam odkładać różne decyzje na potem. Stopniowo wyprowadzałam się z własnego życia – wolałam nie dobudowywać tarasu, przerwać urządzenie ogrodu, nie malować łazienki. Chociaż nie była to świadoma decyzja, wstrzymałam realizację swoich planów z myślą o przyszłości, która mogła mnie z nim czekać.

Zdaniem Bruce'a wszystko wciąż było jak dawniej. To znaczy wszystko oprócz spraw związanych ze ślubem. „Po prostu zrobiłem jeden krok wstecz” – tłumaczył.

Ale jak mogliśmy być razem, skoro on się cofnął, a ja nie? Zamiast czuć, że idziemy ramię w ramię,

miałam dziwne wrażenie, że teraz nie dość, że stoję w miejscu, to jeszcze jestem całkiem sama i już niedługo ruszę naprzód w pojedynkę.

Na początku zastanawiałam się, czym wzbudziłam w nim taki niepokój.

Czyżbym powiedziała mu o sobie za dużo? Albo za mało? Może byłam zbyt emocjonalna? Albo zbyt wycofana? Czy powinnam wymyślić nową, ulepszoną wersję siebie i sprawdzić, jak mu się spodoba? Czy lepiej przywołać Reginę w klasycznym wydaniu, bo taką mnie poznał?

W głębi duszy byłam przekonana, że z kobietą, która nie wychodzi za mąż, coś jest nie w porządku – jakby jako jedyna siedziała na ławce rezerwowych podczas meczu, który będzie trwał do końca życia. „Dlaczego nikt nie chce mnie wybrać?” – pytałam samą siebie po każdym mężczyźnie, po każdym rozstaniu, po każdym związku zakończonym złamanym sercem.

Może powinnam czuć ulgę, że wątpliwości ogarnęły Bruce’a teraz, a nie przed ołtarzem w kościele albo pięć lat po złożeniu przysięgi. Wielu z moich przyjaciół zdążyło się już rozwieść i zawrzeć kolejne małżeństwa. Niektórzy wiedzieli, że pierwszy ślub to błąd, jeszcze zanim powiedzieli sakramentalne „tak”.

Niedługo po rozmowie z Bruce’em o tarasie wpadłam na mojego byłego chłopaka. Kiedyś niewiele brakowało, żebym wyszła za niego za mąż. David był wysoki, opalony, uśmiechnięty – wyglądał, jakby wcale nie zmienił się przez tych dziesięć lat. Zawsze sprawiał świetne wrażenie.

Z nim doszłam najbliżej ślubnego kobierca. Nasze narzeczeństwo trwało całe dwa miesiące. Myślałam, że czeka mnie szczęście równie wielkie co mój pierścionek. Ale w pewnym momencie David zobojętniał. Zaczął mnie unikać i wymijająco mówił o swoich uczuciach. On nie zrobił kroku w tył, tylko uciekł – w ramiona innej kobiety. A właściwie innych kobiet, bo było ich kilka, o czym dowiedziałam się znacznie później.

Któregoś dnia zadzwonił, żeby powspominać te dwa lata, które spędziliśmy razem. Mówił o wszystkim, co podobało mu się w naszym związku, a potem zapytał, co ja najbardziej z niego zapamiętałam. „Ból” – odpowiedziałam.

To zabawne, ale po poprzednich związkach w mojej pamięci zostało głównie cierpienie.

Czy tak miała się skończyć relacja z Bruce’em? Czy czekało mnie kolejne bolesne rozstanie? Chwilami wydawało mi się, że powinnam postawić mu ultimatum: „Ożeń się ze mną albo to koniec”.

A potem zadałam sobie słynne pytanie Ann Landers, autorki rubryki z poradami w dzienniku „Chicago Sun-Times”: „Czy lepiej ci będzie z nim, czy bez niego?”.

Po rozmowach z przyjaciółmi, modlitwie i głębokim zastanowieniu doszłam do wniosku, że – przynajmniej na razie – lepiej mi będzie z nim.

Uznałam też, że nie muszę stawiać sprawy na ostrzu noża. To nie był dylemat z rodzaju: wszystko albo nic. Rozwiązanie mogło leżeć gdzieś pośrodku. Wybór nie zawsze ogranicza się do opcji A i opcji B. Czasami możliwa jest też odpowiedź C, D, E i F.

Nie zerwałam z Bruce’em, za to wprowadziłam się z powrotem do swojego życia. Mocniej zaangażowałam się w budowanie własnego świata.

Zadzwoniłam do firmy budowlanej i zleciłam budowę tarasu. Pomalowałam łazienkę i zajęłam się urządzaniem ogrodu. Mój partner cofnął się o krok, ale ja nie musiałam tkwić w miejscu. Dawniej starałabym się wszystko naprawić i chodziłabym wokół niego na palcach, dopóki nie nabawiłabym się odcisków. Ale nie tym razem. Jeśli miałam go stracić za to, że jestem sobą, to trudno.

Postanowiłam niczego nie udawać, choćby to oznaczało, że będę sobą w samotności.

Pogodziłam się z tym, że wrzucił wsteczny bieg. Przestałam brać to osobiście. Nie chodziło o mnie, tylko o Bruce'a i jego obawy. Musiał przyjrzeć się własnym lękom i wątpliwościom, żeby samodzielnie podjąć decyzję o swojej przyszłości.

To mógł być początek końca albo kolejny zakręt na wspólnej drodze. Chciałam, żeby wybrał to, co dla niego najlepsze, nawet jeśli uzna, że nie jestem to ja. Ale myślałam też o tym, co będzie najlepsze dla mnie i dla mojej córki. Mogło się okazać, że dalej pójdę sama, lecz nie zamierzałam już odkładać niczego na później.

Taras był piękny. Zorganizowałam tam niejedno przyjęcie i pizama party. Nocami siedziałyśmy na nim z córką pod rozgwieżdżonym niebem, a ja pozwalałam sobie snuć marzenia o przyszłości – z Bruce'em lub bez niego. Wiedziałam, że tak czy inaczej najlepsze jeszcze przede mną.

Napisałam o tym tarasie felieton; wyjaśniłam w nim, dlaczego zdecydowałam się na budowę, nie kończąc związku. Przed publikacją dałam go przeczytać Bruce'owi. Przełknął ślinę z zaskoczenia, ale zgodził się, żebym podzieliła się tą historią. Kiedy tekst się ukazał, dziesiątki czytelników i czytelniczek namawiały mnie: „Rzuć tego faceta!”.

Cieszę się, że tego nie zrobiłam. Ostatecznie odniosłam zwycięstwo na całej linii. Zdobyłam i wymarzony taras, i wymarzonego mężczyznę. Jesteśmy małżeństwem od 1996 roku i często żartujemy z tego tarasu. Korzystałam z niego przez dwa lata, dopóki nie wyszłam za Bruce'a i nie kupiliśmy nowego domu.

Ten taras nauczył mnie, że nawet gdy miłość wrzuca wsteczny bieg, życie może dalej biec swoim torem.

Lekcja 27

Jeśli chcesz być wolny, wypuść swoich zakładników

Pewnego dnia moja córka wpadła na świetny pomysł, jak aktywnie odpocząć. Zafundowała sobie czterdziestodniowy warsztat jogi.

Postanowiłam do niej dołączyć.

Bez pytania.

Okazało się, że zamiast odpoczywać ze mną, wolą odpocząć ode mnie.

Ależ to zabolowało.

Daleko mi do idealnej matki. Zwłaszcza w chwilach, gdy myślę opiekuńczość z nadopiekuńczością.

Odkąd dowiedziałam się o istnieniu Gabrielle, uważałam ją za część siebie. Kiedy byłam w ciąży, miałam wrażenie, że wypełnia czarną dziurę w moim wnętrzu. Czułam się potrzebna. Czułam się kochana. Czułam się uleczona.

Trudno mi było się z nią rozstać i wydać ją na świat. Gdy nadeszła data porodu, martwiłam się, że już nigdy nie będziemy tak blisko. Dotąd nie znała innego miejsca niż moje łono ani innej kotysanki niż bicie mojego serca. Upłynęło wiele lat, zanim wypłatałam się z pępowiny, która powinna była zostać przecięta zaraz po jej urodzeniu.

Niektórzy nazywają to uzależnieniem od miłości. Inni – uwikłaniem.

Według mnie chodzi o nadopiekuńczość. Absolutne przeciwieństwo opiekuńczości.

Wydawało mi się, że próbuję dać córce to, czego sama nie dostałam od rodziców. W rzeczywistości usiłowałam zaspokoić własny głód, karmiąc się swoją miłością do niej.

Rzadko stawiałam granice. Przyjaźniłam się z przyjaciółmi córki. Żyłam jej życiem. Przypominałyśmy matkę i córkę z serialu Kochane kłopoty. Kumplowałyśmy się. Nie narzucałam jej zbyt wielu zasad ani ograniczeń. Zamiast wstać do szkoły, wolisz zostać w domu, żeby się wyspać? Nie ma sprawy. Planujesz obrzucić ze znajomymi domy w okolicy papierem toaletowym? Będę czekała w samochodzie, żeby nikt was nie przyłapał.

Świetnie się razem bawiłyśmy, ale nie umiałam zapewnić Gabrielle wszystkiego, czego potrzebowała. Zdrowych posiłków. Stałej godziny gaszenia światła. Poczucia, że stanowi odrębną istotę.

Nawet gdy starasz się być najlepszą matką na świecie, czasem ponosisz porażkę na całej linii. Przekonałam się o tym, kiedy zapłaciłam trzysta dolarów za czterdziestodniowy warsztat jogi i radośnie zakomunikowałam Gabrielle, że ja też wezmę w nim udział. Sądziłam, że będzie zachwycona.

Poprosiła, żebyśmy spotkały się kilka dni później. Przyszła blada jak ściana. Musiała zrobić jedną z najtrudniejszych rzeczy w życiu – powiedzieć mi: „Nie, nie chcę, żebyś robiła to razem ze mną. To jest moje. Wolę to mieć tylko dla siebie”. Po tych słowach ogarnęła ją ulga. Poczucia się wolna.

Za to ja byłam zdruzgotana.

Rozłożyła mnie na łopatki.

Zgniotła jak robaka.

Ból był olbrzymi. Wypraszała mnie nie tylko z warsztatu jogu, lecz także ze swojego życia. Potrzebowała więcej przestrzeni.

Co było dalej? Wpadłam do swojej czarnej dziury. Tej, którą zawsze wypełniała Gabrielle. Zrzuciłam jej na barki ogromny ciężar. Żadne dziecko nie powinno go nieść.

Mówi się, że małe dzieci to mały problem, duże dzieci – duży problem. Okazało się, że w tej relacji to ja byłam dzieckiem – i problemem. A teraz przyszła pora, żeby dorosnąć.

Pewna mądra kobieta powiedziała mi kiedyś: „Sprawdź, czyim jesteś zakładnikiem. Wtedy będziesz mogła zdecydować, jak bardzo chcesz się uwolnić”.

Wszyscy przetrzymujemy zakładników. Byłych mężów, byłe żony, dzieci, którym nie pozwalamy dorosnąć, rodziców albo teściów, na których patrzymy tylko przez pryzmat krzywd, jakie nam wyrządzili.

Musiałam przestać trzymać się tak kurczowo mojej córki, żeby uwolnić nas obie. Ona miała własną podróż, która wiodła gdzie indziej niż moja. Gabrielle chciała się wznieść wyżej. Ja też tego pragnęłam. Tymczasem wciąż tkwiłyśmy na ziemi, bo owinęłam sobie sznurek jej latawca wokół dłoni i serca.

W końcu w akcie miłości wyswobodziłam i ją, i siebie.

Jej odrzucenie okazało się wspaniałym darem. Zmusiła mnie, żebym przyjęła do wiadomości, że nie mogę już szukać pocieszenia w jej głosie i jej miłości, napełniając nimi swoje dziurawe serce.

Pokazała mi, że zaniedbałam relację z samą sobą. Musiałam zająć się własnym sercem.

Większość z nas nie lubi się poddawać, zwłaszcza kiedy to oznacza pożegnanie z ludźmi, których kochamy najbardziej – nawet jeśli nagrodą jest rozwój wewnętrzny.

Dwa lata po tamtej jogowej katastrofie odkryłam książkę Michaela Singera pod tytułem *The Surrender Experiment: My Journey into Life's Perfection*, czyli „Eksperyment kapitulacja. Moja podróż do idealnego życia”. Życie autora zaczęło toczyć się w magiczny sposób, kiedy przestał nim sterować i poddał się jego rytmowi.

Gdy potrzebował nowych umiejętności, zawsze spotykał na swojej drodze nauczyciela. Gdy potrzebował pieniędzy, fundusze pojawiały się same.

Jego przepis na sukces brzmi: wkładaj całe serce i całą duszę w każde zadanie, jakie masz przed sobą, nie oglądając się na osobiste korzyści. Odkąd poddał się życiu, ono przyniosło mu żonę, córkę, bestsellerową książkę i rosnącą społeczność osób o podobnym nastawieniu.

Za każdym razem właściwi ludzie pojawiali się we właściwym momencie.

Kiedy spojrzemy na swoje życie w lusterku wstecznym, okaże się, że większość z nas mogłaby powiedzieć to samo. Najwspanialsze dary dostałam od życia wtedy, gdy pozwoliłam mu biec własnym torem. Córkę urodziłam jako dwudziestojednoletnia singielka. Ta kryzysowa ciąża okazała się najcudowniejszym doświadczeniem, jakie mnie spotkało.

Męża poznałam dopiero wtedy, kiedy skończyłam z poszukiwaniami księcia z bajki. Postanowiłam stworzyć dla siebie wspaniałe życie i dać mu się ponieść. Potem przyjaciółka zaprosiła mnie na przyjęcie, bo chciała mi przedstawić jakiegoś Bruce'a. W ostatniej chwili zdecydowałam się przyjść.

Jesteśmy małżeństwem od dwudziestu lat.

Czy życie naprawdę może być takie proste?

Singer napisał, że gdy uwolnimy się od swoich pragnień, możemy poddać się biegowi wydarzeń i żyć w miejscu, w którym „nie krępują nas już osobiste lęki i marzenia”.

A co, jeśli nie dostaniemy tego, czego chcemy?

Wtedy życie ześle nam coś jeszcze lepszego.

Skończyłam czytać książkę Singera na plaży i poczułam, że znów chcę dać się unieść życiu. Postanowiłam rozpocząć swój eksperyment: kapitulacja w jakiejś wyjątkowo uroczej chwili. Jednak nim zdążyłam ją wybrać, zrobił to za mnie los. I wcale nie była urocza, tylko bolesna i skomplikowana.

Spędzałam wakacje nad morzem z rodziną. W pewnym momencie wyczułam, że drażnię czymś moją córkę. W końcu siostra wzięła mnie na bok i poradziła, żebym przestała się wtrącać w to, jak Gabrielle wychowuje dzieci – bo to ona jest ich matką. Nie poczuwałam się do winy. Ja przecież dawałam córce odpocząć od ciągłego zajmowania się maluchami.

W pierwszej chwili poczułam złość. Uraziło mnie, że moja życzliwość została źle odebrana. Ale kiedy poruszyłam ten temat z Gabrielle, przyznała rację mojej siostrze. „Rzeczywiście, za bardzo się rządysz” – stwierdziła.

Jej krytyka ubodła mnie, bo była prawdziwa. Zamiast się bronić albo z nią dyskutować, wsłuchałam się w szept własnego serca: „Teraz masz szansę: poddaj się temu”.

Auć.

Bolało, ale zrobiłam to. Stałam przed Gabrielle i przyjmowałam jej uwagi z otwartym sercem i umysłem. Instynktownie pragnęłam odciąć się od tych raniących słów, ale zwalczyłam ten odruch i otworzyłam serce jeszcze szerzej.

Kiedy moja córka umilkła, zapytałam: „Czy chcesz mi powiedzieć coś jeszcze?”. Owszem, chciała. Miała do mnie znacznie więcej uwag. Więc słuchałam dalej.

Te komentarze uruchomiły moje dziecinne lęki. Czułam się w środku jak flipper, w którym rozpędzonymi kulkami są ból, smutek, złość i strach. Pozwoliłam im odbijać się rykoszetem, dopóki nie straciły impetu. Przez cały czas nie zamykałam serca. Moja dusza chciała, żebym była coraz silniejsza, zamiast kulić się z przerażenia, uciekać albo odgradzać się murem od uczuć.

Później wybrałam się na długi, samotny spacer plażą. Znosiłam się płaczem. Nagle zaczęło lać. Strugi deszczu i morskie fale przemoczyły mnie do suchej nitki. Szlochałam, wylewając z siebie łzy, które trzymałam w środku kilkadziesiąt lat.

A potem parsknęłam śmiechem. Wreszcie byłam wolna.

Kiedy żołnierze poddają się na polu bitwy, osuwają się na kolana, żeby pokazać, że przestali walczyć. Gdy moje kolana dotknęły ziemi, poczułam się, jakbym wróciła do domu.

Ja też przestałam walczyć.

I wreszcie mogłam zacząć żyć.

Lekcja 41

Zawsze radzimy sobie najlepiej, jak umiemy

Kosmici.

To było jedyne wyjaśnienie tej sytuacji.

Ciało Reginy Brett przejęli kosmici.

Zdarzyło ci się kiedyś zachować tak, że później nie mogłeś w to uwierzyć?

I to, co gorsza, w miejscu publicznym?

Każdy słyszał o furii drogowej, ale czy spotkałeś się kiedyś z określeniem „furia parkingowa”? Ona ogarnia kierowcę przy szukaniu wolnego miejsca.

Wszystko zaczęło się od tego, że umówiłam się z moją przyjaciółką Susan na lunch w dobrej restauracji w śródmieściu Cleveland. Świetne jedzenie, kiepski parking. Za mało miejsc dla zbyt licznych klientów.

Przyjechałam wcześniej, żeby zdążyć zaparkować. Nic z tego. Białe linie na parkingu zniknęły pod warstwą śniegu i lodu, więc samochody stały krzywo – zwłaszcza wielki SUV, który zajmował dwa stanowiska. Gdy w końcu udało mi się znaleźć miejsce przy następnej przecznicy, do samochodu podeszła kobieta, która wyciągnęła rękę ze słowami: „Dwa dolce”.

W każdym innym mieście byłaby to okazja. Trudno uznać dwa dolary za majątek.

Ale ja miałam fatalny nastrój. Na pewno wiesz, o czym mówię. W takim humorze człowiek myśli: „Dlaczego mam w ogóle płacić za parking tylko po to, żeby zjeść tu lunch?”.

Zignorowałam anioła na ramieniu, który szeptał mi do ucha: „To tylko dwa dolary”.

„Chodzi o zasadę, cokolwiek to znaczy” – powtarzałam sobie, odjeżdżając stamtąd, żeby poszukać darmowego miejsca. Nagle rozbłyły przede mną światła stopu. Hurra! Zobaczyłam czerwone lampy, lśniące niczym oczy demona. A może to moje odbicie wpatrywało się we mnie z lusterka wstecznego?

Kierowca nie spieszył się z wyjazdem. Czekałam i czekałam, zmuszając inne samochody, żeby mnie omijały. Nie zamierzałam się poddać. W końcu miejsce się zwolniło i nagle – zium! Błyskawicznie zajęła je furgonetka bez kierunkowskazu, która pojawiła się znikąd.

„Kurczę” – zakląłam. A prawdę mówiąc, użyłam innego słowa. Okna były zamknięte, więc i tak nikt mnie nie usłyszał. Nie zdążyłam nawet zatrąbić ani zrobić awantury. Poza tym zauważyłam, że z lewej strony wyjeżdża inny samochód, więc miałam gdzie stanąć. Tak mi się przynajmniej wydawało.

Wcisnęłam gaz i gwałtownie skręciłam. Samochód ujechał najwyżej metr, gdy zajęłam jego miejsce swoim małym autkiem.

I wtedy usłyszałam klakson.

Kobieta z drugiej strony czekała, żeby tam zaparkować. Pewnie miała włączony kierunkowskaz, którego nie zauważyłam.

To w tym momencie pojawili się kosmici. Złodzieje ciał wślizgnęli się pod moją skórę i zamienili mnie w potwora. Nie przeparkowałam samochodu. Nie zamierzałam ustąpić. Usprawiedliwiałam się tym, że i mnie ktoś tak potraktował, więc należy mi się rekompensata.

Kobieta zaczęła wydierać się na całe gardło.

„Przykro mi – odpowiedziałam spokojnie. – Ktoś zajął moje miejsce, więc musiałam tu wjechać. Takie są prawa asfaltowej dżungli”.

O rany, to było zupełnie nie w moim stylu. Co mnie opętało, żeby być tak nieuprzejmą? Kosmici. Przysięgam.

Moja rywalka wysiadła z samochodu. Kobieta za nią zrobiła to samo. Obie na mnie krzyczały. Pyskówka z obcą osobą na parkingu też pewnie nie była w ich stylu. Kosmici dopadli nas wszystkie.

Próbowałam im wyjaśnić, że krążyłam wokół restauracji od kwadransa, czyli dłużej niż one, dlatego należało mi się to miejsce. Nie rozumiały mojej przedszkolnej logiki, więc wzruszyłam ramionami i weszłam do restauracji.

Jedna z oburzonych kobiet ruszyła za mną. W środku nakrzyczała na mnie jeszcze raz i wybiegła. Czułam na sobie spojrzenia wszystkich gości. A później zrobiło się jeszcze dziwniej.

Kobieta wróciła, podeszła do mnie i zaczęła robić mi zdjęcia przy lunchu. Możliwe, że nakręciła nawet film. Wątpię, żeby mój wizerunek miał trafić do jej albumu rodzinnego. Raczej na tarczę do rzutek – albo na Facebooka.

Zachowałam spokój i uśmiechałam się do niej. Raz nawet pomachałam, żeby wydać się sympatyczna. Kiedy wyszła, wbiłam wzrok w talerz. Trudno mi było cokolwiek przełknąć. Zastanawiałam się, czy po wyjściu zastanę samochód tam, gdzie go zostawiłam; czy nie będzie miał pociętych opon i stłuczonych lusterek. Kto wie, może rozwścieczona kobieta postanowi rozbić mi tylną szybę nad zderzakiem ozdobionym naklejką z napisem „Niech Bóg błogostawi całemu światu, bez żadnych wyjątków”.

Czyżbym miała być dziś jej wyjątkiem, tak jak ona została moim?

Zanim lunch dobiegł końca, kosmici zdążyli opuścić moje ciało. Gdzieś między sałatką a rachunkiem dotarło do mnie, że mogłam zachować się z większą klasą. Pewnie powinnam była zaparkować na miejscu za dwa dolary.

Kobieta nie czekała na mnie na zewnątrz, więc nie miałam okazji jej przeprosić – i to za kilka rzeczy. Zapomniałam o podstawowym prawie dżungli: Cokolwiek by się działo, zachowaj spokój i dziel się bananami.

Nie ze strachu, że ludzie będą się ciebie czepiać w mediach społecznościowych. Po prostu tak nakazuje przyzwoitość.

Obiecałam sobie, że następnym razem bez względu na wszystko zapłacę za parking. I co więcej, zafunduję też miejsce komuś innemu – byle tylko utrzymać kosmitów w bezpiecznej odległości.

Ale gdy przyszedł następny raz, całkiem wyleciała mi z głowy ta obietnica. Teraz chodziło o dwadzieścia pięć centów. Poważnie. Usiłowałam zaparkować z wnukami w samochodzie, gdy jakiś facet zajął mi „moje miejsce” i prawie w nas wjechał.

„Ty idioto!” – wrzasnęłam bez zastanowienia.

„Co to jest idiota?” – zapytał cienki głosik z siedzenia za mną. Ups!

Idiota to na przykład babcia, która traci nad sobą panowanie z powodu miejsca parkingowego.

Wysiadłam z samochodu i zapukałam w szybę winowajcy.

„Mało brakowało, a byłaby stłuczka!” – krzyknęłam. Mężczyzna uchylił okno. „Och, rozmawiałem przez telefon – wyjaśnił spokojnie. – Po prostu szukałem miejsca z parkometrem, w którym coś jeszcze zostało. Nie mam dwudziestopięciocentówki”.

Jak tylko wspomniał o dwudziestopięciocentówce, parsknęłam śmiechem. Wszechświat dawał mi drugą szansę na uprzejmość. W dodatku chodziło o jeszcze mniejszą kwotę. Skorzystałam z tej okazji.

Wrzuciłam monetę do parkometru tamtego kierowcy i życzyłam mu miłego dnia.

Dlaczego?

Bo czułam na sobie wzrok wnuków i rozumiałam, jaki powinnam dać im przykład. Chciałam, żeby zobaczyły we mnie osobę, którą pragnę się stać. Gdyby ten kierowca był moim bratem, z chęcią oddałabym mu i miejsce parkingowe, i dwudziestopięciocentówkę.

A przecież on naprawdę był moim bratem. Na tej planecie wszyscy należymy do jednej rodziny. Nie zobaczyłam w nim wroga, tylko towarzysza podróży.

Chwila po chwili, dzień po dniu każdy z nas radzi sobie najlepiej, jak umie. Dobrze ujął to wielki przewodnik duchowy Ram Dass: „Wszyscy po prostu odprowadzamy się nawzajem do domu”.

Warto o tym pamiętać, kiedy ze śmiechem oglądasz na Facebooku furję, porażkę albo upokorzenie kogoś nieznanego. Takie nagrania mają miliony widzów. Wyobraź sobie, co przeżywa człowiek, który na chwilę stracił rozum albo panowanie nad sobą i stał się gwiazdą internetu. Boże, zlituj się nad nami wszystkimi.

Nikogo nie należy oceniać na podstawie jego najgorszego momentu, zwłaszcza uwiecznionego na filmie.

Lekcja 43

Szczęście to wybór, którego nikt nie może ci odebrać

Wystarczy kilka tygodni, a czasem nawet dni, żeby złamać większość postanowień noworocznych.

Ludzie zazwyczaj składają pierwszego stycznia obietnice, których nie zdołają dotrzymać do trzydziestego pierwszego grudnia – chcą rzucić palenie, przestać pić albo zrezygnować z czekolady.

Ja już nie spisuję postanowień na kolejny rok. Odkryłam coś lepszego.

Intencje.

Intencja to zamierzenie, prosty do osiągnięcia cel, postawa, którą chcesz zachować.

Jakie są twoje intencje na ten rok? A jeśli pierwszy stycznia już dawno minął, to jaki cel wyznaczysz sobie na ten miesiąc, tydzień albo dzień?

Ja zamierzam być szczęśliwa niezależnie od okoliczności.

Niezależnie od tego, kto jest prezydentem mojego kraju; niezależnie od tego, jakie wyniki osiągają nasze drużyny sportowe; niezależnie od tego, jak długo kierowca przede mną nie wyłącza lewego kierunkowskazu; niezależnie od tego, jak głośno mówi nieznamy w kinie – i tak zamierzam być szczęśliwa.

Pierwszego roku, kiedy postanowiłam być szczęśliwa w każdej sytuacji, rzeczywiście mi się to udało. Mimo że mój samochód został dwa razy uszkodzony, a naprawa trwała wiele miesięcy. Mimo że rak odebrał mi ulubioną kuzynkę, która miała dopiero sześćdziesiąt lat. Mimo że zmarła moja mama, która od trzech lat nie była już sobą, bo cierpiała na alzheimera. Mimo że tamtego roku stuknęła mi sześćdziesiątka. Mimo że ludzie, których kocham, mieli problemy ze zdrowiem.

Pomógł mi w tym Słoik Szczęścia. Codziennie musiałam skupiać się na tym, co mnie cieszy, i wybrać jeden radosny moment.

Czy można być szczęśliwym dwadzieścia cztery godziny na dobę? Podejrzewam, że nie, ale na pewno można być szczęśliwym przez jedną chwilę w ciągu dwudziestu czterech godzin, nawet tych najtrudniejszych.

Szczęście zaczęło się mnożyć w moim dużym szklanym słoju, kiedy zobaczyłam na Facebooku zdjęcie z sugestią: „Przez rok każdego dnia zapisuj, co cię uszczęśliwiło, a na koniec odkręć pokrywkę i przypomnij sobie wszystkie cudowne chwile”.

Jeśli rozpoczniesz projekt pierwszego stycznia, otworzysz słoik w sylwestra. Możesz też zacząć w najbliższe urodziny i dopiero w następne zajrzeć do środka. Albo wrzucić pierwszą kartkę już dziś i zaznaczyć tę datę w kalendarzu na kolejny rok.

Kolekcjonowanie momentów szczęścia działa. W dniu śmierci mojej mamy ucieszyłam się, że wreszcie jest razem z tatą, który zmarł w 1999 roku. W dniu pogrzebu mamy ucieszyłam się, że przyszła ją pożegnać jej najlepsza przyjaciółka z liceum. W dniu gdy sprzątałismy mieszkanie mamy, ucieszyłam się, że mogę oddać jej zapas włóczki pielęgniarce, które kochały swoją podopieczną.

Kiedy mój samochód trafił do warsztatu po stłuczce nie z mojej winy, przez miesiąc mogłam jeździć nowiutkim jeepem. Czysta przyjemność!

Nigdy nie jest za późno na to, żeby zacząć napełniać swój Słoik Szczęścia. W końcu każdy miesiąc w roku nadaje się na poszukiwanie radości.

Warto sprawdzić, co przyniesie ci życie, kiedy twoje serce otworzy się na szczęście. Czy każdego dnia wrzucałam do słoika nową kartkę? Nie. Czasami zapisywałam kilka naraz. Kiedy indziej byłam zbyt zajęta przeżywaniem szczęścia i zwyczajnie zapomniałam.

Przyznaję, że moja radość irytuje ludzi. Pytają mnie: „Jak możesz się ciągle tak cieszyć?”. Odpowiadam, że to lepsze niż rozpacz. Poza tym słońce świeci dla wszystkich bez wyjątku. I nigdy nie przestaje, nawet gdy chmury, deszcz, śnieg albo grad nie pozwalają nam go poczuć, co w moim rodzinnym Cleveland w stanie Ohio zdarza się często, bo czasem wszystkie te zjawiska występują tego samego dnia!

No dobrze, a co znalazło się w moim Słoiku Szczęścia?

Sporo powodów do radości dały mi moje wnuki: obserwowanie, jak siedmioletni Asher podpisuje walentynki dla koleżanek z klasy i układa kartki w porządku alfabetycznym. Zacięta mina pięcioletniej Ainsley na treningu piłkarskim, chociaż grała w koronkowej sukience narzuconej na trykot. Trzyletnia River, która ściska mi policzki i obsypuje mnie mokrymi całusami.

Słuchanie, jak fałszują. Wspólne malowanie pisanek. Radość Ainsley, kiedy pierwszy raz udało jej się samodzielnie rozbijać na huśtawce. Rozmowa z Asherem, gdy zapytałam go: „Jaki był najprzyjemniejszy moment twojego dnia?”, a on odpowiedział, że czytanie książek dzieciom z niższej klasy.

E-maile i posty na Facebooku moich polskich przyjaciół i fanów, którzy dzielą się ze mną swoimi radościami i smutkami, śląc mi błogosławieństwa zza oceanu.

Wyszukiwanie hashtagu #reginabrett na Instagramie i podziwianie niesamowitych zdjęć ludzi z całej Polski, którzy umieszczają moje książki w kadrze z różami, kieliszkami wina, pomalowanymi paznokciami i pysznymi deserami.

Robienie aniołów śnieżnych. Jazda na sankach. Wystawianie języka, żeby poczuć na nim smak płatków śniegu. Wrzucanie polan do kominka i podziwianie, jak płomień skrzę się i powoli gasną.

Zafundowanie kawy nieznanemu tylko po to, żeby zobaczyć na jego twarzy uśmiech. Poczęstowanie ciastkiem kobiety w parku.

Spotkania z przyjaciółmi. Lunch z Beth. Spacer z Kay. Łzy ze śmiechu mojej córki. Występ mojego bratanka Luke'a w Poskromieniu złościcy Szekspira.

Łuczniństwo i trafienie w środek tarczy oddalonej o pięćdziesiąt metrów, chociaż musiałam celować dużo wyżej, żeby strzała poszybowała tak daleko. Szczęśliwy powrót mojego męża z wyjazdów służbowych do Amsterdamu i Kuala Lumpur.

Wrzask ze strachu na miniaturowej kolejce górskiej w wesołym miasteczku. Przyglądanie się brodzcom biegającym po plaży jak nakręcane zabawki. Dotyk pierwszego śniegu w roku na twarzy.

Przyjęcie zaręczynowe, które zorganizowaliśmy dla naszego syna Joego i jego narzeczonej. Widok naszego roześmianego syna Bena z dziewczyną. Decyzja, żeby spędzić z mamą cały dzień Bożego Narodzenia – ostatni w jej życiu. Słuchanie jej ulubionych kolęd. Pieczenie jej ulubionych ciastek.

Piękna muzyka operowa dobiegająca z zardzewiałej białej furgonetki jadącej ulicą. Smak ciasteczka owsianego z kawałkami czekolady. Zabawa w chowanego z moją siostrą Therese, która krzyczy jak mała dziewczynka, kiedy się ją znajdzie.

Stoisko z lemoniadą moich wnuków i kobieta, która zapłaciła dziesięć dolarów za szklankę za pięćdziesiąt centów i powiedziała: „Reszty nie trzeba”.

Moje sześćdziesiąte urodziny i częstowanie wszystkich gości watą cukrową. Słuchanie na żywo Bruce’a Springsteena w Cleveland razem z sześciorgiem rodzeństwa. Koncert Paula McCartneya. Mecz koszykówki, podczas którego nasza lokalna drużyna, Cleveland Cavaliers, zdobyła mistrzostwo NBA. Świątowanie ich zwycięstwa na paradzie razem z 1,3 miliona ludzi, z których wszyscy się świetnie dogadywali.

Wiadomość, że moja siostrzenica jest w ciąży. Wiadomość, że to dziewczynka. Wiadomość, że dziecko w magiczny sposób urodziło się całe i zdrowe zaledwie miesiąc po śmierci mojej mamy.

Czekam na jeszcze więcej szczęścia. Jestem gotowa na następny rok, miesiąc, tydzień i dzień. W nowym słoiku znalazł się już moment, gdy otworzyłam poprzedni i odkryłam, ile radości przyniósł miniony rok.