

STEPHEN R. COVEY

SANDRA M. COVEY JOHN COVEY JANE P. COVEY



NAWYKÓW SZCZĘŚLIWEGO MAŁŻEŃSTWA

ABY TWÓJ ZWIĄZEK ZAWSZE BYŁ
NA PIERWSZYM MIEJSCU

Polecamy:

Stephen R. Covey

7 NAWYKÓW SKUTECZNEGO DZIAŁANIA

7 NAWYKÓW SZCZĘŚLIWEJ RODZINY

8. NAWYK

3. ROZWIĄZANIE

ZASADY SKUTECZNEGO PRZYWÓDZTWA

MĄDROŚĆ I PASJA

WIELKOŚĆ CODZIENNA

(zebrał David K. Hatch)

WIELKOŚĆ WEWNĘTRZNA

7 NAWYKÓW SZCZĘŚLIWEGO MAŁŻEŃSTWA

7 NAWYKÓW SKUTECZNEGO DZIAŁANIA

52 karty z wyzwaniem i inspiracją na każdy tydzień roku

Stephen R. Covey, A. Roger Merrill, Rebecca R. Merrill

NAJPIERW RZECZY NAJWAŻNIEJSZE

Sean Covey

7 NAWYKÓW SKUTECZNEGO NASTOLATKA

6 NAJWAŻNIEJSZYCH DECYZJI,

KTÓRE KIEDYKOLWIEK PODEJMIESZ

Stephen M.R. Covey, Rebecca R. Merrill

SZYBKOŚĆ ZAUFANIA

Stephen M.R. Covey, Greg Link, Rebecca R. Merrill

MĄDRE ZAUFANIE

STEPHEN R. COVEY



NAWYKÓW
SZCZĘŚLIWEGO
MAŁŻEŃSTWA

PRZEŁOŻYŁ
ALEKSANDER GOMOLA

Tytuł oryginału
Die 7 Wege zu glücklichen Beziehungen

FranklinCovey and the FC logo and trademarks are trademarks of FranklinCovey Co.
and their use is by permission

Copyright © FranklinCovey Company

Copyright © 2021 GABAL Verlag GmbH, Offenbach
All rights reserved

Copyright © for the Polish edition by REBIS Publishing House Ltd.,
Poznań 2020

Redaktor
Agnieszka Horzowska

Opracowanie graficzne serii i projekt okładki
Piotr Majewski

Fotografia na okładce
Shutterstock.com

Książka, którą nabyłeś, jest dziełem twórcy i wydawcy. Prosimy, abyś przestrzegał praw, jakie im przysługują. Jej zawartość możesz udostępnić nieodpłatnie osobom bliskim lub osobiście znanym. Ale nie publikuj jej w internecie. Jeśli cytujesz jej fragmenty, nie zmieniaj ich treści i koniecznie zaznacz, czyje to dzieło. A kopiując jej część, rób to jedynie na użytek osobisty. Szanujmy cudzą własność i prawo!

Polska Izba Książki

Więcej o prawie autorskim na www.legalnakultura.pl

Wydanie I
Poznań 2021

ISBN 978-83-8188-317-7

Dom Wydawniczy REBIS Sp. z o.o.
ul. Żmigrodzka 41/49, 60-171 Poznań
tel. 61-867-47-08, 61-867-81-40
e-mail: rebis@rebis.com.pl
www.rebis.com.pl
DTP: AKAPIT, Poznań, 61-879-38-88



Spis treści

Przedmowa	7
Wstęp. Stephen R. Covey	13

Część pierwsza

Wprowadzenie w 7 nawyków szczęśliwego małżeństwa	19
Pomiędzy bodźcem a reakcją	31
Masz moc wyboru reakcji w każdych okolicznościach	37
Cztery wrodzone właściwości człowieka	45
Twoje zwycięstwo publiczne	53

Część druga

Stworzenie skutecznej kultury małżeńskiej	63
Nawyk 1. Bądź proaktywny. Wybory i odpowiedzialność w związku	71
Nawyk 2. Zaczynaj z wizją końca (celu). Cel i wizja w związku	85
Nawyk 3. Rób najpierw to, co najważniejsze. Zadbanie o wspólny czas	101
Nawyk 4. Myśl w kategoriach wygrana–wygrana	111
Nawyk 5. Staraj się najpierw zrozumieć, potem być zrozumiany	123

Nawyk 6. Synergia. Uwzględnianie mocnych stron drugiej osoby	135
Nawyk 7. Ostrzenie piły. Odnowianie ducha związku . . .	143
7 nawyków – definicje	155
O autorach	159



Przedmowa

Od dwudziestu pięciu lat odwiedzamy różne miejsca na całym świecie – w Azji, Europie i obu Amerykach – ucząc zasad i pojęć przedstawionych w książce *7 nawyków szczęśliwej rodziny*. Jak można się domyślać, wiele zadawanych nam pytań dotyczy zwłaszcza tego dynamicznego i w równym stopniu satysfakcjonującego jak frustrującego związku dwojga dorosłych ludzi nie zawsze będących formalnie małżeństwem, który nazywają rodziną. Dlatego chcielibyśmy podzielić się z wami tym, czego się nauczyliśmy. Przede wszystkim chcemy wyznaczyć, że nie umiemy zdefiniować dokładnie, czym jest rodzina lub małżeństwo. Czasami ludzie zawierają formalne małżeństwo, czasami nie, ale i w jednym, i w drugim wypadku zależy im na powodzeniu ich związku. I dlatego nie jest istotne, jakim terminem go opisujemy. Najważniejsze jest powodzenie i szczęście osób, które kochasz i które otaczają cię na co dzień. Nieistotne, jaką konkretną konfigurację tworzą wasz związek i rodzina. Najważniejsze, abyście byli zgodni – ty i druga osoba – co do tego, że jest to mariaż dwóch umysłów i dwóch serc złączonych miłością, wzajemnym oddaniem i wspólną wizją udanego życia rodzinnego.

Z naszych podróży dowiedzieliśmy się także, że w każdej kulturze rodzina to coś więcej niż grupa osób mieszkających pod jed-

nym dachem. Rodzina to coś świętego, niezależnie od jej formy i wielkości. A ponieważ rodzina to rzecz święta, jesteśmy przekonani, że jako dorośli i dojrzały partnerzy powinniśmy robić wszystko, co w naszej mocy, by nasze życie rodzinne było szczęśliwe, udane i zdrowe. Szczęśliwe relacje rodzinne to niezbędny warunek naszego osobistego dobrostanu, a także dobrostanu społeczeństwa i jego pomyślnej przyszłości.

Możemy zadać pytanie, co sprawia, że niektórzy partnerzy są bardziej, a inni mniej skuteczni, jeśli chodzi o budowę udanego związku. Czy istnieją jakieś zasady dotyczące ludzkiej skuteczności i odnoszące się do wszystkich ludzi? Oczywiście! Nawyki skutecznego działania przedstawione w tej książce sprawdzają się i będą sprawdzać we wszystkim, co robisz, niezależnie od okoliczności.

Kilka lat temu opublikowano poważną pracę naukową, wynik badań najtęższych umysłów w dziedzinie relacji międzyludzkich, zatytułowaną „Zaprogramowani biologicznie na tworzenie związków”. Wyjaśnia ona, dlaczego jesteśmy tacy, jacy jesteśmy, i czego potrzebujemy jako ludzie, by w pełni rozkwitnąć emocjonalnie. Jej podstawowe przesłanie brzmi: „Ludzie mają wrodzoną potrzebę tworzenia więzi”. To najbardziej nieodparta z naszych potrzeb, zaraz po potrzebie fizycznego przetrwania. Co więcej, dowiedziono, że ludzie wchodzący w trwałe związki żyją dłużej i są szczęśliwsi.

Problemy w związku i w rodzinie nie znikają same z siebie. Przeciwnie, im dłużej trwają, tym bardziej się komplikują. Dlatego kluczem do sukcesu nie jest radzenie sobie z problemami jako takimi, lecz to, jak ty sobie z nimi radzisz. Tu kryje się odpowiedź na pytanie, dlaczego niektóre związki są szczęśliwe, a inne nie. My, autorzy tej książki, często porównujemy związek do samolotu. Piloci zawsze dokładnie wiedzą, dokąd lecą, mają plan lotu i wszystko, czego potrzebują, by utrzymać się na kursie. Podobnie jest ze związkami między ludźmi. Jeśli spełnione są powyższe trzy warunki, twój związek na pewno będzie udany. Siedem nawyków, które tu przedstawiamy, to twój plan lotu, a jego celem jest trwałe i satysfakcjonujące małżeństwo.

Na samym początku przyglądamy się bliżej ponadczasowej zasadzie tworzenia związków międzyludzkich, a potem, już na wyższym poziomie, pokazujemy, co zrobić, żeby taki związek był szczęśliwy. Całą książkę wypełnia mądrość oddanych sobie nawzajem osób żyjących w trwałych związkach. Zasady skutecznego działania pomogą tobie i twojemu partnerowi lub partnerce rozkwitnąć jako ludziom, niezależnie od tego, gdzie mieszkacie i jakie są wasze okoliczności życiowe.

Ta wspinała książka pokazuje, jak Stephen i Sandra Covey, ich dzieci oraz inne rodziny starają się żyć siedmioma nawykami. Ja, John, znam Stephena od dziecka, bo to mój starszy brat. Ja, Jane, widziałam, jaki wpływ ma Stephen na życie mojego męża, Johna, a także jak Stephen i Sandra tworzyli szczęśliwy związek oddanych sobie nawzajem ludzi, który wpłynął na całe pokolenia. Jestem im również wdzięczna za to, jak wpłynęli na moje życie i małżeństwo. Mogę zaświadczyć, że zawsze stanowili wspaniały przykład udanego, szczęśliwego i opartego na zasadach prawdziwego partnerstwa.

Niech ta książka da wam dużo zadowolenia i radości, ponieważ została napisana dla ciebie i bliskiej ci osoby.

dr John Covey i Jane Covey

*„Jeśli zastosujesz dzisiaj
choćby jeden z 7 nawyków,
rezultaty ujrzysz natychmiast,
nie zapominaj jednak,
że to przygoda na całe życie –
i będzie to życie spełnione”.*

Stephen R. Covey





Wstęp

STEPHEN R. COVEY

Zapraszam was do lektury nowej książki pokazującej, jak stosować 7 nawyków skutecznego działania w życiu domowym, małżeństwie i rodzinie. Jestem głęboko przekonany, że zdrowe małżeństwo i rodzina stanowią najważniejszy fundament cywilizacji oraz budulec społeczeństwa i że najwięcej radości i satysfakcji możemy znaleźć w naszych domach i rodzinach. Uważam także, że najważniejsze w naszym życiu jest to, co robimy w domu.

Pięknie to ujęła pierwsza dama Barbara Bush w swoim przemówieniu do absolwentów Wellesley College:

Wszystkie wasze przyszłe zobowiązania jako lekarzy, prawników czy liderów biznesu są oczywiście ważne, ale każdy i każda z was jest przede wszystkim człowiekiem i właśnie międzyludzkie więzi ze współmałżonkiem, z dziećmi, z przyjaciółmi będą dla was najważniejszą życiową inwestycją. U kresu życia nikt z was nie będzie żałował, że nie zdał jednego egzaminu więcej, że nie wygrał jeszcze jednej sprawy w sądzie albo nie wynegocjował jeszcze jednej świetnej

umowy. Będziecie za to żałować czasu, którego nie spędziliście z mężem lub żoną, z dzieckiem, z przyjaciółką lub przyjacielem albo z rodzicami. Nasz sukces jako społeczeństwa nie zależy od tego, co się dzieje w Białym Domu, lecz od tego, co się dzieje w waszym domu.

Jestem przekonany, że jeśli jako społeczeństwo będziemy pilnie i sumiennie doglądać wszystkich dziedzin życia społecznego, zaniedbując przy tym nasze najważniejsze relacje z innymi, naszych partnerów i rodziny, będzie to tak, jakbyśmy rozkładali leżaki na pokładzie *Titanica*. Dag Hammarskjöld, sekretarz generalny ONZ, tak to wyraził: „Szlachetniej jest poświęcić się całkowicie jednemu człowiekowi, niż pracować sumiennie nad zbawieniem całych rzesz”. Moja żona lubi przypominać mi od czasu do czasu te słowa...

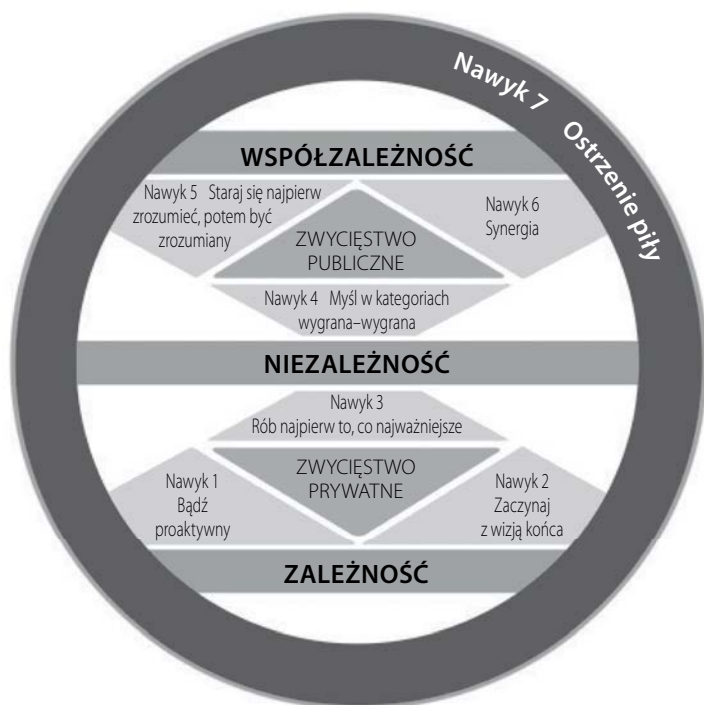
Wszyscy ludzie mają takie same potrzeby. Chcą czuć się bezpiecznie, być doceniani, kochani i słyszeć słowa otuchy. Te potrzeby najwspanialej można zaspokoić przez więzi łączące kochające się osoby – męża i żonę, dziecko i rodziców. Dlatego wielkim smutkiem napawa sytuacja, gdy członkowie rodziny ich nie zaspokajają. Istnieją też pewne podstawowe zasady rządzące wszystkimi relacjami międzyludzkimi, a trzymanie się tych zasad, czy też naturalnych praw, to niezbędny warunek domowego szczęścia. Od ponad pół wieku obserwuję, jak dramatycznie zmieniła się rzeczywistość życia rodzinnego i małżeńskiego.

Przypatrzmy się statystykom:

- liczba dzieci przychodzących na świat w niepełnych rodzinach wzrosła czterokrotnie;
- liczba niepełnych rodzin wzrosła trzykrotnie;
- ponaddwukrotnie wzrosła liczba rozwodów;
- ponadtrzykrotnie wzrosła liczba samobójstw wśród nastolatków;
- równocześnie z 66,7 do 16,9 procent zmniejszył się odsetek rodzin, w których jedno z rodziców sprawuje w ciągu dnia opiekę nad dziećmi w domu.

Gdy się pomyśli, co stało się z rodziną w ciągu ostatnich pięćdziesięciu lat, odczuwamy zgrozę i zdumienie. Wybitny historyk Arnold Toynbee powtarzał, że całą historię ludzkości można streścić jednym zdaniem: „Nic nie jest bardziej zawodne niż sukces”. Innymi słowy, kiedy nasze działanie jest adekwatne do wyzwania lub trudności, mówimy o sukcesie. Kiedy jednak wyzwanie się zmienia, wówczas gwarantujące wcześniej sukces działania już się nie sprawdzają. Zmieniło się wyzwanie stojące przed naszym społeczeństwem, dotyczące naszych rodzin i związków, dlatego musimy wypracować działania, które mu sprostają.

Dzisiaj już nie wystarczy samo pragnienie stworzenia silnej rodziny opartej na więziach partnerskich. Potrzebujemy nowego sposobu myślenia, nowego zestawu umiejętności, nowych narzędzi, by uporać się z tą zmianą. Mamy do czynienia z całkowicie nową sytuacją i jeśli mamy być skuteczni, musimy działać w równie nowatorski sposób.



7 nawyków skutecznego działania to właśnie taki nowy sposób myślenia i nowy zbiór umiejętności, wiele par i rodzin korzysta z nich, by wzrastać i nie zbaczać z kursu.

Moja wspaniała żona Sandra, z którą przeżyłem już pięćdziesiąt lat, mój brat John i jego żona Jane przedstawiają w tej książce odczucia i osobiste doświadczenia dotyczące stosowania tych sprawdzonych zasad w naszym życiu. Mamy nadzieję, że znajdziecie w niej słowa, które trafią wam do serca i pomogą wprowadzić te zasady w waszym związku i rodzinie, tak byście odnieśli z nich korzyść, podobnie jak przynoszą korzyść nam i naszym rodzinom.

*„Pamiętaj, że wiedzieć i nie działać
to nie wiedzieć.
Uczyć się i nie działać
to nie nauczyć się”.*

Stephen R. Covey





CZĘŚĆ PIERWSZA

WPROWADZENIE W 7 NAWYKÓW SZCZĘŚLIWEGO MAŁŻEŃSTWA

Sandra: Świetna sprawa, ponieważ będziemy mówić o relacji między dwojgiem ludzi, dwiema dorosłymi osobami, w obrębie rodziny. W przekonaniu wielu z nas oznacza to formalne pod względem prawnym małżeństwo, ale nie zawsze musi tak być. Możemy mieć też do czynienia z sytuacją, w której dwoje ludzi za obopólną zgodą i porozumieniem postanawia po prostu żyć razem, tworząc rodzinę, z dziećmi lub bez dzieci. Kiedy o tym pomyśleć, zdumiewa, jak często to się udaje, jeśli wziąć pod uwagę, że oboje pochodzą z zupełnie różnych rodzin i z całkowicie odmiennych środowisk, gdzie inaczej patrzyło się na świat i robiło wiele rzeczy, inaczej rozwiązywało problemy, komunikowało się z innymi, gospodarowało pieniędzmi i wychowywało dzieci. To niesamowite.

Jedno mogę powiedzieć: w moim małżeństwie ze Stephenem nigdy nie wiało i nie wieje nudą. On zawsze robi mnóstwo zabawnych i ekscytujących rzeczy. Pamiętam, jak moja mama i tato szli, trzymając się za ręce, do lodziarni, kupowali lody, wracali do domu, siadali na werandzie, jedli sobie spokojnie lody i rozmawiali

z sąsiadami. Stephen i ja nigdy nie robiliśmy czegoś takiego. Stale go pytałam: „Co się stało z naszą piękną, dawną przeszłością, kiedy miałaś więcej czasu i nie byłeś wciąż pod taką presją?”

Tak czy owak, mam cudowne życie i wspaniale jest uczyć się od siebie nawzajem i widzieć, jak dzieci dorastają, usamodzielniają się i też mają ekscytujące życie. Dlatego uważam, że małżeństwo to dobra rzecz. Sądzę też, że wszyscy musimy pracować nad powodzeniem związku, cały czas się uczymy, cały czas wyzbywamy się egoizmu i coraz więcej jest w nas miłości i gotowości dawania. To wspaniała droga postępu w małżeństwie.

RÓŻNE RODZINY, RÓŻNE STYLE

Pamiętam, że najtrudniejszą rzeczą na początku małżeństwa było to, że miałam wrażenie, jakbym była nieojalna wobec mojej dawnej rodziny, ilekroć dochodziłam do wniosku, że taki czy inny sposób postępowania wyniesiony z mojego domu niekoniecznie musi być jedyny. Potrzebowałam kilku lat, by zrozumieć, że w każdej rodzinie wiele rzeczy robi się inaczej i człowiek uczy się, dorasta i decyduje, jak robić coś wspólnie z mężem lub żoną, zamiast powtarzać coś, co robili jego rodzice.

Krótko po ślubie przeprowadziliśmy się do Bostonu. Stephen studiował, tam urodziło się nam dziecko i po roku wróciliśmy do naszego rodzinnego miasta. Nie minął tydzień, a tu telefonuje do mnie mama Stephena i mówi: „Och, Sandra, strasznie się cieszę, że wróciliście. Dzwonię, żeby ci powiedzieć, że Stephen, jak był mały, to dostawał mleko dla niemowląt firmy Arden. Aha, no i zawsze kupowaliśmy dziennik «Deseret News»”. „O, dzięki za te informacje!” – odpowiadam. A potem telefonuje moja mama i mówi: „Sandra, jak byłaś mała, dostawałaś mleko firmy Winder Dairy, no i pamiętasz chyba, że u nas w domu zawsze się czytało «The Salt Lake Tribune»”. Dlatego musieliśmy pójść na kompromis i nasze dziecko piło mleko firmy Clover Leaf i kupowaliśmy „Daily Herald”.

I to jest wspaniałe, dlatego zawsze powtarzam wszystkim moim dzieciom, które mają teraz własne rodziny: „Weźcie to, co najlepsze z waszych dawnych rodzin. Nie musicie robić tego, co wasi rodzice, róbcie wszystko tak, żeby było wam z tym dobrze”.

Moja rodzina była bardzo otwarta, wszyscy byli wylewni i okazywali sobie publicznie uczucia, całowali się i przytulali. Nikt nie miał żadnych tajemnic, wszyscy wiedzieli o sobie nawzajem wszystko. I jak ktoś był na ciebie wściekły, to wcale się z tym nie krył. Rodzina Stephena była bardziej zamknięta w sobie i człowiek nigdy nie wiedział, czy szwagier lub szwagierka ma do ciebie jakieś pretensje, i ogólnie nie afiszowali się z emocjami. Dlatego był to ciekawy kontrast. Stephen zawsze się starał, żebym mówiła mniej, a ja zawsze się starałam, żeby on mówił więcej.

WYKORZYSTAĆ SIŁĘ INNYCH

Stephen był bardzo odważny i lubił rzeczy ekstremalne. Polował, żeglował, jeździł na nartach wodnych, skakał o północy na główkę do jeziora, jeździł na quadach i motocyklach – tego rodzaju rzeczy. Przez kilka pierwszych lat małżeństwa, a nawet teraz, wciąż musiałam i muszę pokonywać w głowie głos mojej mamy, która mówi: „Jak popłyniesz tą żaglówką, to się utopisz; jak wdrapiesz się na to drzewo, to spadniesz!”. Żeby pozwolić każdemu z nas być sobą i zarazem działać jako zespół, musieliśmy dojść do porozumienia. Musicie pozwolić jedno drugiemu zadbać o to, co najlepsze dla waszych dzieci, i wspierać sposób działania męża lub żony.

Kocham sztukę, teatr, balet, operę oraz podobne rzeczy, więc to ja zawsze kupowałam bilety na przedstawienia, za to Stephen wolał mecze koszykówki albo futbolu i wybierał sporty, które uprawiały nasze dzieci. To wszystko trzeba wypracować. Pamiętam, jak nasi chłopcy weszli w wiek nastoletni; wcześniej musiałam ich ciągnąć na koncerty muzyki poważnej, ale jak już byli nastolat-

kami i zaczęli się umawiać z dziewczynami, doszli do wniosku, że mogą im zaimponować zaproszeniem do teatru lub filharmonii, a dziewczyny też czuły się wyróżnione, gdy zapraszali je na spektakl baletowy albo przedstawienie, i doszło do tego, że kłócili się o bilety, i to naprawdę było fajne.

Jak wspomniałam, każda rodzina ma własny sposób na życie. Powinniśmy sobie uświadomić, że mamy prawo wyboru. Nie musimy robić tego, co robili nasi rodzice, kiedy nas wychowywali; możemy wybrać, co chcemy, możemy się do siebie nawzajem dostosować i dowiedzieć się, co jest ważne dla drugiej osoby.

KLUCZ DO SUKCESU TO EMPATYCZNA KOMUNIKACJA

Najważniejsze to komunikować się i rozmawiać. Stephen dzwoni do mnie kilka razy dziennie, nieważne, gdzie jest. Niedawno był w Chinach, Singapurze i Hongkongu, wtedy dzwonił i pytał: „Co robisz, kochanie?”, a ja mu odpowiadałam: „Nie wiem, czy wiesz, ale u nas jest trzecia w nocy” lub coś w tym rodzaju.

Jest jedna rzecz, którą lubimy robić od lat: przejażdżki motocyklem. Mamy taką małą hondę i codziennie robimy sobie krótką przejażdżkę. Wtedy nie ma telefonów, nie ma dzieci, tylko my dwoje, mamy czas dla siebie i na rozmowę. Jeździmy sobie po okolicy. W zimie można się przesiąść na skuter śnieżny albo nie wiem... iść na spacer. Ważne, żebyście mieli czas tylko dla was dwojga, żeby móc porozmawiać.

Gdy mieszkaliśmy na Hawajach, chodziliśmy na plażę, spacerowaliśmy i rozmawialiśmy godzinami. I nieważne, jak wielkie są twoje problemy, jeśli możesz o nich porozmawiać i podzielić się swoimi troskami z ukochaną osobą, wtedy od razu czujesz się lepiej. Stephen zawsze mi przypomina, że wszystkie uczucia, które tłumimy w sobie, wcale nie znikają, tylko wracają w bardziej paskudnej postaci. To prawda, zarówno w odniesieniu do życia małżeńskiego, jak i rodzinnego. Małżonkowie muszą na-

uczyć się komunikować swoje troski oraz problemy i mieć pewność, że mogą to robić bezpiecznie.

Stephen bardzo dużo podróżuje i często nie może uczestniczyć w życiu rodzinnym, więc kiedy jest poza domem, dzwoni nawet kilka razy dziennie. Gdy dzieci były jeszcze małe, telefonował co wieczór, rozmawiał z każdym z nich i pytał: „Co robisz? Jak ci minął dzień? Powiedz, co u ciebie słychać”. Czasami dzwonił za pięć dziesiątą, wszyscy oglądaliśmy telewizję, a tu telefon. „No nie, znowu tata”, mówiliśmy, a potem ktoś dodawał: „Idź i odbierz”; „Nie, ty odbierz, ja wczoraj z nim rozmawiałem”. Ale trzeba powiedzieć, że dzięki temu była komunikacja, nie czułam się samotna, będąc sama z dziećmi, i nie miałam wrażenia, że wychowuję je bez pomocy Stephena.

Pamiętam, że gdy słynny przywódca religijny i wychowawca, David O. McKay, i jego żona mieli za sobą sześćdziesiąt lat pożycia małżeńskiego, któregoś razu dziennikarz spytał panią McKay: „Macie państwo takie cudowne małżeństwo, wciąż się kochacie i trzymacie za ręce. Naprawdę nigdy nie myśleliście o rozwodzie?”. A ona odpowiedziała: „O rozwodzie nigdy, o morderstwie często”.

Wydaje mi się, że wszystkim nam przechodzi czasami przez głowę taka myśl, gdy jesteśmy sfrustrowani, zmęczeni albo gdy szwankuje wzajemna komunikacja.

DOCENIAJ RÓŻNICE

Być mężem lub żoną kogoś całkiem innego niż ty to wspaniała sprawa, bo dzięki temu oboje dojrzewacie i uczycie się od siebie nawzajem. Mamy taki sposób, który dobrze się sprawdza, a który polega na tym, że gdy mamy odmienne pragnienia, na przykład ja chcę iść na przedstawienie baletowe, a on na mecz albo jakieś wydarzenie sportowe, wtedy mówimy sobie coś takiego: „No dobrze, ale powiedz mi tak naprawdę szczerze, w skali od jednego do dziesięciu, jak ważne jest to dla ciebie”. Umawialiśmy się przy tym, że nie będziemy kłamać, i ja na przykład mówiłam:

„Dla mnie to pięć”, a on mówił: „Dla mnie to jeden, więc możemy pójść na balet”. To taki prosty przykład wzajemnej komunikacji, który wciąż bardzo nam pomaga. No i nie wolno udawać. Mam w łazience taki napis: „Dzisiaj kocham cię bardziej niż wczoraj. Wczoraj miałam cię serdecznie dość”.

OTWÓRZ SERCE

Prawcie sobie nawzajem komplementy. Dobrze wiecie, że dzieci raczej nie słyną z wypowiedzi w rodzaju: „Jesteś wspaniałą mamą, tak doskonale sprzątasz dom i pierzesz nasze ubrania, no i gotujesz świetne obiady”. Nie usłyszymy zbyt często takich słów z ust naszych pociech. Jednak u nas w domu, ilekroć przygotowałam wyjątkowo pyszne danie lub zrobiłam coś wykraczającego choć tylko trochę poza codzienną rutynę, Stephen mówił: „No, kochani, owacja na stojąco dla mamy!” – po czym wstawał razem z dziećmi i klaskali mi, dziękując za obiad lub coś innego. Poza tym nasze dzieci, gdy ktoś w rodzinie zrobił coś ekstra, wołały na cześć tej osoby „Hip, hip, hura”. Bardzo mi się podoba ta nasza rodzinna tradycja.

Rozmawiajcie. Kobietom łatwiej przychodzi mówienie o uczuciach i wiadomo: zawsze chcemy, żeby mężowie powiedzieli dokładnie to, co chcemy usłyszeć. Mamy przyjaciół, Trumana i Ann Madsenów. Ann powiedziała mi kiedyś: „Któregoś wieczoru mówię do Trumana: «Kochanie, jesteś cudowny, jesteś najlepszym mężem na świecie. Jestem taka szczęśliwa, że jestem twoją żoną. Nie potrafię sobie wyobrazić kogoś cudowniejszego i bardziej zatroskanego o mnie niż ty». Naprawdę tak myślałam i chciałam, żeby mi powiedział to samo, a on odparł krótko: «Ja też»”. Czasami to jedyna odpowiedź, jaką usłyszymy, i dlatego musimy szukać „słów” męża wyrażonych w innej postaci.

DEMONSTRUJ SWOJE SZCZĘŚCIE I MIŁOŚĆ

Nasz inny rodzinny zwyczaj to wylewne powitania i pożegnania. Gdy któreś z nas wraca do domu, rzucamy wszystko i idziemy się przywitać. Nieważne, czy chodziło o nas, czy o któreś z dzieci, zawsze staraliśmy się zademonstrować naszą radość z przybycia tej osoby: „O, jesteś! Opowiadaj, jak minął ci dzień!”. Ważne było dla nas, żeby to robić bez udawania, żeby druga osoba wiedziała, że naprawdę cieszymy się z jej powrotu. Podobnie było, gdy ktoś wychodził z domu. Zawsze były całusy, przytulenia na pożegnanie i słowa: „Wracaj jak najprędzej”. Uważam, że takie wylewne okazywanie uczuć, gdy ktoś wraca do domu lub wychodzi, to dobra sprawa, ponieważ wtedy mąż lub żona chcą z tobą być, a każdy w rodzinie czuje się kochany i wyróżniony.

Pamiętam, że gdy byłam dzieckiem, mama przed powrotem taty z pracy przebierała się w lepszą sukienkę, czesała i robiła makijaż. Często ją pytałam: „Po co to robisz?” a ona odpowiadała: „Bo tata wraca do domu”. Wiem, że to brzmi strasznie staroświecko, a dla niektórych może nawet trąci seksizmem, ale moja mama starała się w ten sposób pokazać tacie, że cieszy się z jego powrotu, i chciała ładnie wyglądać. Widziałam wyraźnie, że tata, po całym dniu pracy, gdy ludzie niekoniecznie byli dla niego mili i kiedy może nie udało mu się niczego sprzedać, był szczęśliwy, że jest w domu, gdzie jest kochany i doceniany.

Inna rzecz, którą zawsze robimy w naszym domu, to huczne świętowanie urodzin. Gdy przychodzi ten ważny dzień dla każdego z nas, to kiedy jubilat wstaje z łóżka, już czekają na niego balony, napisy i laurki. Urodziny to zawsze szczególny dzień połączony z urodzinową kolacją. Moi zięciowie i moje synowe zawsze powtarzają: „Te urodziny u was są nie do wytrzymania! Jesteśmy po nich strasznie wymęczeni! To nie urodziny, a jubileusz!”.

Pewnego razu jeden z zięciów powiedział mi: „Wiesz, mamo, na początku trudno mi się było przyzwyczać do tego, że tak się nawzajem chwalicie i dopieszczacie, i uważałem, że jesteście wspaniali i w ogóle, ale robicie wokół tego za dużo hałasu”. Zamilkł na chwilę, po czym wyrzucił z siebie: „Ale teraz zaczyna mi się to podobać”.

Z POCZUCIEM HUMORU ZAJEDZIECIE BARDZO DALEKO

Małżeństwo to wspaniała sprawa. To więcej, niż człowiek może się spodziewać, że utarguje od życia, a zarazem coś o wiele trudniejszego, niż nam się początkowo wydaje. Jeśli chodzi o mojego Stephena, uważam, że to najwspanialszy mąż na świecie, uwielbiam z nim być i jestem szczęśliwa, że wyszłam za niego.

Mamy swoje ulubione miejsce w Montanie, dokąd jeździmy każdego lata, a w zimie na narty. Któregoś razu wybraliśmy się tam wczesną jesienią, kiedy dni były już chłodne. Powrót wypadł w niedzielę, więc wstaliśmy wcześniej rano i w odświętnych ubraniach poszliśmy do kościoła, a potem ruszyliśmy w sześciogodzinną drogę do domu.

Po jakimś czasie za kierownicą Stephen mówi do mnie: „Trochę się zmęczyłem, poprowadzisz za mnie?”. „Jasne” – odparłam. Położył się na tylnym siedzeniu, żeby się zdrzemnąć, a ja prowadziłam, ale potem też mi się oczy zaczęły kleić, obudziłam go i mówię: „Wiesz co, teraz ty znowu poprowadź, a ja położę się z tyłu, bo widzę, że zrobiłeś tam takie fajne posłanie”.

„Nie ma sprawy” – powiedział. Zjechałam na parking, wysiadłam, on też wysiadł i usiadł za kierownicą. Podeszłam do bagażnika, otworzyłam go, wrzuciłam moje eleganckie szpilki, bo nie będę przecież spać w szpilkach, i zatrzasnęłam go z powrotem.

Kiedy Stephen usłyszał odgłos zamykanego bagażnika, pomyślał, że zamknęłam tylne drzwi i jestem już w środku, więc ruszył. Zrobił mi już kiedyś dla żartu taki numer, bo myślał, że to jest śmieszne, i musiałam biec za samochodem. Uznałam więc, że teraz robi to samo, ale nie, widzę, że wyjeżdża z parkingu i próbuje włączyć się do ruchu na autostradzie. „Dobra – pomyślałam – i tak zaraz go dogonię”.

Ale patrzę, a on dodaje gazu i po chwili znika mi z oczu, a ja stoję jak sierota na poboczu w eleganckiej sukience, rajstopach, bez butów i jest mi, nie powiem, trochę zimno... I myślę sobie: „No pięknie. Ciekawe, kiedy się zorientuje i wróci?”. Czekam, czekam, czekam, a on nie wraca... Wciąż mijają mnie pędzące

samochody, w końcu któryś kierowca, widząc kobietę bez butów, zadzwonił chyba na policję i powiedział: „Właśnie jakiś facet wyrzucił z samochodu żonę, która stoi teraz boso na autostradzie”.

Pewnie tak było, bo dwadzieścia minut później zatrzymuje się przy mnie radiowóz i policjant pyta:

– Jakaś kłótnia rodzinna?

– Ależ skąd! – odpowiadam. – Mąż odjechał, bo myślał, że jestem już w samochodzie.

– No, to trochę dziwne – mówi policjant. – Nie zauważył, że nie ma pani obok niego na przednim siedzeniu?

– Nie, nie! Miałam usiąść z tyłu, bo chciałam się położyć i trochę przespać.

– Aha, rozumiem – odpowiada policjant bez przekonania, a potem dodaje: – No dobrze, proszę wsiadać, poszukamy pani męża.

Wsiadliśmy do wozu i policjant pyta:

– Czy mąż ma przy sobie komórkę? – Odpowiadam, że ma, więc na to on: – Dobrze, zadzwonię do niego. – Wybiera numer i pyta: – Czy pan Covey?

– Przy telefonie.

– Z tej strony policja autostradowa. Może pan powiedzieć, gdzie pan się teraz znajduje?

A mój Stephen na to:

– Nie wiem. Prowadziła żona, a ja spałem. Teraz ja prowadzę i nie wiem dokładnie, gdzie jestem. Może w Wyomingu, a może już w Utah. Chwileczkę, zapytam żonę, śpi z tyłu. – I słyszę w słuchawce, jak woła: „Sandra! Sandra, obudź się! Gdzie jesteście?”.

Tu odzywa się policjant:

– Halo, panie Covey! Żona pana nie usłyszy, bo siedzi obok mnie w radiowozie....

W końcu go dogoniliśmy. Widzę, jak wysiada z samochodu, i myślę sobie, że na pewno musiał się tam na parkingu odwrócić i zobaczyć, że mnie nie ma, ale on mówi, że w ogóle się nie odwrócił, bo pomyślał, że zaraz go poproszę, żeby się znowu zatrzymał przy toalecie, więc wołał jechać i być jak najszybciej w domu, bez zbędnych postojów. „I dlatego nawet się nie obejrzałem, bo zakładałem, że jesteś w samochodzie”.

Stoimy przez chwilę, policjant dalej nie może uwierzyć w całą tę historię, a Stephen mówi:

– Ale będę miał co opowiadać!

Na to policjant:

– Pan?! A co ja opowiem kolegom na komisariacie! Stephen Covey pokłócił się z żoną i zostawił ją na autostradzie.

I taki właśnie jest mój mąż, który zostawia mnie na autostradach. Z poczuciem humoru zajedziecie daleko. Zarówno w życiu, jak i w małżeństwie.