

1. ČASŤ

ÚVOD K SIEDMIM NÁVYKOM DOBRE FUNGUJÚCICH MANŽELSTIEV

SANDRA:

Nuž, bude to zábava, lebo sa budeme rozprávať o vzťahu dvoch ľudí, dvoch dospelých partnerov v rámci rodiny. Pre mnohých ide o formálne a po právnej stránke riadne uzavreté manželstvo, ale nie je to tak vždy: Môže ísť o dohodu a dohovor dvoch dospelých, ktorí sa rozhodnú vytvoriť rodinnú jednotku, či už s deťmi, alebo bez nich. A keď sa nad tým zamyslíte, je úžasné, že toľko partnerstiev funguje aj napriek tomu, že obaja partneri pochádzajú z dvoch úplne rozdielnych rodín a zázemí, že odlišne riešia situácie, inak sa pozerajú na veci, riešia problémy, komunikujú, spravujú financie a vychovávajú deti. Je to skutočne úžasné.

Môžem povedať jednu vec: Manželstvo so Stephenom ma nikdy nezačalo nudiť. Vždy robí mnoho zábavných a vzrušujúcich vecí. Pamätám si, že moji rodičia chodievali ruka v ruku do Fernwoodovej zmrzlinárne, kúpili si tam zmrzlinu a šli naspäť, posadili sa na verandu pred domom a rozprávali sa so susedmi. My sme so Stephenom takto nežili. A ja som sa ho neustále pýtala: „Čo sa stalo so starými dobrými časmi, keď si mal čas a nebol si neustále pod takým tlakom?“

Ale je to úžasný život, je skvelé učiť sa jeden od druhého a vidieť, ako vám rastú deti, nadobúdajú vlastnú osobnosť a prežívajú vlastný vzrušujúci život. A tak si myslím, že manželstvo je dobrá vec. Myslím, že všetci musíme pracovať na tom, aby fungovalo, veľa sa učiť a snáď budeme časom menej sebeckí a naopak milujúcejší a štedrejší. A to je úžasný spôsob, ako napredovať.

Rozdielne rodiny, rozdielne štýly

Keď som sa vydala, pamätám si, že najťažšie pre mňa bolo, keď som mala pocit, že nie som lojálna voči rodine, z ktorej pochádzam, ak nepovažujem za správne, ako v nej veci fungujú. A pamätám si, že mi trvalo niekoľko rokov, kým som si uvedomila, že v každej rodine to funguje inak, a potom sa môžete učiť, rásť a zvoliť si spoločne ako pár, ako to bude fungovať u vás, a nie tak, ako to robievali vaši rodičia.

Keď sme sa zobrali, presťahovali sme sa späť do Bostonu a Stephen chodil do školy. Keď sa nám narodilo dieťa, asi po roku sme sa presťahovali domov. Pamätám si, že sme boli doma ešte len týždeň, keď mi zavolała Stephenova matka a povedala: „Och, Sandra, som taká rada, že ste späť. Chcela som ti len povedať, že Stephen vyrástol na mlieku značky Arden a to sme vždy pili aj my, a vieš, odoberáme noviny Deseret News...“ A ja som odpovedala: „Och, vďaka za informáciu.“ A potom mi zavolała moja matka a povedala: „Sandra, vieš, vyrástla si na mlieku Winder Dairy a odjakživa odoberáme Tribune...“ Takže sme museli spraviť kompromis: kupovala som mlieko značky Clover Leaf a začali sme odoberať Daily Herald.

Je to skutočne úžasná vec. Všetkým svojim zosobášeným deťom som povedala: „Vezmite to najlepšie z oboch vašich rodín a to robte. No nemusíte to robiť tak, ako sme to robili my, robte to tak, aby ste z toho mali dobrý pocit.“

Pamätám si, že moja rodina bola veľmi otvorená, priateľská, prejavovali sme city na verejnosti a všetkých sme bozkávali a objímali. A nikto nemal

žiadne tajomstvá, v rodine sme všetci vedeli všetko o všetkých. A ak sa na vás niekto hneval, vedeli ste o tom. Stephenova rodina bola oveľa uzavretejšia. Nevedeli ste, či sa na vás niekto hnevá, všetko si nechávali viac pre seba. Takže tu bol zaujímavý rozdiel. Stephen neustále chcel, aby som hovorila menej, a ja som chcela, aby hovoril viac.

Využite silné stránky ostatných

Stephen bol veľmi odvážny. Neustále poľoval, plavil sa na člne, jazdil na vodných lyžiach, skákal do jazera o polnoci, jazdil na najrôznejších terénnych autách či motorkách a podobne. Počas prvých niekoľkých rokov manželstva – vlastne ešte stále to robím – som musela prehlásiť hlas mojej matky v hlave, ktorý neustále hovoril: „Ak pôjdeš do toho člna, utopíš sa, a ak vylezieš na ten strom, spadneš!“ Aby každý z nás mohol byť jednotlivcom, no zároveň aby sme obaja fungovali ako tím, museli sme uzavrieť dohodu. Musíte mať obaja na zreteli to najlepšie pre vaše deti a zároveň podporovať štýl a zvyky svojho partnera.

Milujem umenie, divadlo, balet, operu a podobne, takže si kupujeme vstupenky na takéto podujatia. Stephen má zase rád basketbal, futbal a všetky športy, do ktorých chcel vždy všetkých zatiahnuť. A dokážeme to zladiť. Pamätám si, ako to bolo, keď naši chlapci prichádzali do puberty. Keď boli mladší, musela som ich ťahať na koncerty symfonickej hudby, ale keď prichádzali do puberty a začali chodiť na rande, povedali si, že je to skutočne rafinované. Dievčatá totiž považovali za perfektné, keď ich chlapci pozvali na balet alebo do divadla. Chlapci potom začali bojovať o lístky, čo bolo skutočne skvelé.

Ako som spomenula, rozdielne rodiny, rozdielne štýly. Musíme si uvedomiť, že sa môžeme rozhodnúť. Nemusíme robiť to isté, čo robili naši rodičia, keď nás vychovávali. Môžeme si vybrať, môžeme sa prispôbiť jeden druhému a zistiť, čo je pre každého z nás dôležité.

Empatická komunikácia je kľúčová

Naučili sme sa spolu komunikovať. Stephen mi vždy voláva niekoľkokrát za deň, nech je kdekoľvek. Keď je práve v Číne, Singapore a Hongkongu, mávam takéto telefonáty: „Ahoj, čo robíš?“ A ja mu hovorievam: „Vieš, sú tri hodiny ráno.“

Je jedna vec, ktorú robievame a ktorú skutočne milujeme: každý deň vyrazíme našou malou motorkou značky Honda na krátku jazdu. Sme preč od telefónu, od detí, jednoducho len navštevujeme ľudí a rozprávame sa. Jazdíme po susedoch. V zime takto môžete jazdiť na snežnom skútri alebo podobne. Prežiť spoločné chvíle takto je skutočne skvelé.

Keď sme žili na Havaji, chodievali sme na pláž a celé hodiny sme sa iba rozprávali. Podľa mňa je jedno, aké máte problémy – ak sa môžete o svojich problémoch, starostiach a veciach, ktoré vás trápia, porozprávať a pretlmočiť ich vášmu partnerovi, máte z toho lepší pocit. Až keď sa o niečom nerozprávate, vtedy je to ťažké. Stephen mi rád zvykne pripomínať, že nevyjadrené pocity nikdy neumierajú, iba sa vrátia v ešte horšom prevedení. A to určite platí v manželstve a v rodine. Partneri sa musia naučiť vyjadrovať svoje starosti v bezpečnom prostredí.

Ako som už povedala, Stephen veľmi veľa cestuje a prichádza o toľko vecí, že mi voláva niekoľkokrát za deň. Keď deti rástli, zvykol zavolať každý večer a rozprávať sa s každým dieťaťom: „No, čo robíš? Aký si mal/a deň? Povedz mi, čo sa deje v tvojom živote.“ A niekedy, keď bol preč, zavolať asi päť minút pred desiatou, keď sme pozerali film. Keď zazvonil telefón, deti zvykli hovoriť: „Och, nie, volá oco. Ty to zdvihni.“ „Nie, ja s ním nechcem hovoriť, volali sme spolu včera večer, ty to zdvihni.“ Ale komunikácia prebiehala a ja ako rodič, ktorý bol doma, som sa necítila sama. Nemala som pocit, že by som deti vychovávala iba ja.

Spomínam si na skvelého lídra a učiteľa Davida O. McKaya. S manželkou spolu žili asi šesťdesiat rokov a jeden novinár sa ho spýtal: „Nuž, máte skvelé manželstvo, ešte stále sa milujete a držíte sa za ruky. Rozmýšľali ste niekedy nad rozvodom?“ A on povedal: „Nad rozvodom nie, nad vraždou áno.“

Myslím, že takáto myšlienka nám všetkým občas preblyсне hlavou, keď sme frustrovaní alebo unavení a keď sa komunikácia neuskutočňuje dostatočne často alebo tak, ako by sa mala uskutočňovať.

Rozdiely v hodnotách

Je úžasné žiť v manželstve s niekým, kto je iný ako vy, pretože vtedy rastiete a učíte sa navzájom jeden od druhého. Často robievame jednu vec a funguje veľmi dobre: Keď niečo považujem za veľmi dôležité, napríklad keď chcem ísť na balet a on do kina alebo na nejaký zápas, vždy si povieme: „Dobre, musíš byť úplne úprimný/á: Kde sa nachádzaš na stupnici od 1 do 10? Ako to cítiš?“ Pravidlom je, že nemôžete klamať, takže musíte prisúdiť konkrétnej udalosti prioritu. „No, ja to mám na päťke.“ A on povedal: „Nuž, u mňa je to iba jednotka, takže predpokladám, že pôjdeme na balet.“ Toto je presne tá forma komunikácie, ktorá nám skutočne pomohla pri rozhodovaní. A tiež je dôležité byť veľmi autentickí. Napríklad v kúpeľni mám nápis: „Dnes ťa ľúbim viac ako včera. Včera si mi skutočne liezol na nervy.“

Otvorte svoje srdce

Skladajte si navzájom komplimenty. Ako isto viete, vaše deti nehovoria príliš často napríklad takéto slová: „Aká si úžasná mama! Upratuješ dom, perieš nám šaty a pripravuješ skvelé večere.“ Veď viete, také čosi od detí počujete naozaj iba zriedka. Ale kedykoľvek sme jedli niečo veľmi dobré alebo sme robili niečo čo i len trochu neobyčajné alebo špeciálne, Stephen hovorieval: „Och, zatlieskajme mame postojačky!“ A potom sa všetci postavili a zatlieskali. Alebo: „Ukážme jej víťazné gesto,“ čo je najvyššie ocenenie za skvelú večeru alebo čokoľvek. A keď niekto urobil niečo mimoriadne, naše decká vždy zakričali: „Hip, hip, hurá!“ Skutočne milujem túto našu rodinnú tradíciu.

Komunikujte spolu. Ženy sú verbálnejšie a, veď viete, chceme od našich manželov, aby hovorili presne to, čo chceme počuť. Máme dvoch skvelých priateľov, Trumana a Ann Madsenovcov. Ann mi raz rozprávala: „Jedného večera som jednoducho povedala Trumanovi: ‚Truman, si skvelý, si najlepší manžel, som veľmi šťastná, že som sa za teba vydala, neviem si predstaviť nikoho iného, kto by bol láskavejší a úžasnejší ako ty.‘ A myslela som to vážne, ale chcela som od neho počuť rovnaké potvrdenie, a on povedal iba ‚Detto.‘“ Aj to je odpoveď, ktorú niekedy dostaneme. Musíme teda hľadať „slová“ v iných formách.

Vyjadrujte lásku a šťastie

Ďalšia vec, ktorú robíme, keď niekto prichádza alebo odchádza, je, že narobíme okolo toho človeka rozruch. Keď milovaná osoba príde domov, všetko necháme tak a jednoducho sme s ňou. Či už išlo o môjho partnera, alebo o naše dieťa, chceme výrazne vyjadriť našu lásku a šťastie: „Och, si doma, porozprávaj mi, aký si mal deň.“ Chceme zdôrazniť, akí sme úprimne nadšení, keď dotyčného človeka vidíme, a chceme mu to dať najavo. A keď odchádza, robíme to isté, poriadne ho objímeme, pobožkáme a povieme: „Ponáhľaj sa naspäť.“ Myslím, že je dobré narobiť rozruch okolo príchodov a odchodov. Váš partner potom chce byť s vami. Všetci majú pocit, že sú výnimoční a milovaní.

Pamätám si, že za starých čias predtým, ako otec prišiel domov, sa moja matka prezliekala. Nosievala obyčajné šaty, no potom sa prezliekla do niečoho pekného, upravila si vlasy a nalíčila sa. A ja som sa spýtala: „Prečo to robíš?“ Ona mi odpovedala: „Nuž, tvoj otec sa vracia domov.“ Znie to zastaralo a pre niekoho možno aj sexisticky, ale moja matka sa snažila, aby bol otec šťastný, keď ju uvidí, a aby vyzerala dobre. Videla som, že po dlhom dni v práci, kde možno ľudia neboli príliš milí a slušní, alebo keď sa celý deň nedaril obchod, bol otec šťastný, že je doma, kde ho ľudia milujú a vážia si ho.

Okrem toho sme robili rozruch aj okolo narodenín a sviatkov. Ak ste mali svoj veľký deň, zobudili ste sa a všade boli balóny a nápisy. Bola

z toho výnimočná oslava a pripravili sme špeciálnu večeru. Môj zať a nevesta v tejto súvislosti zvykli vždy hovoriť: „Och, tá vaša rodina! Sme jednoducho zničení, to nie sú iba narodeniny, je to narodeninový týždeň alebo narodeninový mesiac, prepánajána!“

Jeden z mojich zaťov povedal: „Viete, keď som sa priženil do vašej rodiny, nemohol som jednoducho uveriť, ako veľmi ste sa navzájom velebili, ako ste o sebe zmyšľali len v tom najlepšom a ako ste robili okolo každého taký rozruch.“ Potom sa odmlčal, no napokon z neho vypadlo: „Ale začína sa mi to skutočne páčiť.“

Dobrý vzťah si vyžaduje zmysel pre humor

Ja si jednoducho myslím, že je skutočne vzrušujúce žiť v manželstve. Hoci je to asi na vás niekedy viac, ako ste čakali, a často je to náročnejšie, ako sa zdalo. Pokiaľ ide o môjho manžela Stephena, myslím si, že je úžasný, som nadšená, keď som s ním, a som veľmi šťastná, že som sa zaňho vydala.

Na severe v Montane máme jedno miesto, kam chodievame a trávime tam v lete veľa času. V zime si tam zase chodíme vychutnávať zimné športy. Raz sme tam boli na začiatku jesene, keď už začínalo byť pomerne chladno. V to nedeľné ráno sme vstali zavčasu a šli sme do kostola, takže sme obaja so Stephenom boli náležite oblečení. Po omši sme vyrazili na šesťhodinovú spiatočnú cestu domov do Utahu.

Stephen nejaký čas šoféroval a potom povedal: „Som už dosť unavený, mohla by si chvíľu šoférovať ty?“ A ja som odvetila: „Iste.“ Po pár hodinách, keď si Stephen pospal, som mala unavené oči zase ja a potrebovala som prestávku. Povedala som teda Stephenovi: „Potrebujem pauzu. Čo keby som šla dozadu a ľahla si? Spravil si tam peknú posteľ. Šoféruj teraz nejaký čas opäť ty.“

Súhlasil. Tak som vystúpila a šla dozadu, kým Stephen prešiel dopredu. Stáli sme na diaľnici, okolo nás svišťali autá a bolo tam trochu hlučno. Zastavila som sa, vyzula som si topánky na podpätkoch a hodila ich do zadnej časti auta. Potom som zabuchla jedny zadné dvere a chystala som sa druhými nastúpiť...

Lenže Stephen začul buchnutie dverí, ani sa neobzrel, myslel si, že som dnu, a tak vyrazil. Niekoľkokrát v minulosti mi to už vyviedol, veď viete, zo žartu, musela som potom trochu bežať za autom. Myslí si, že je to vtipné. No a tak som si aj vtedy myslela, že opäť iba žartuje, ale on sa snažil vyjsť na diaľnicu a autá sa radili zaňho. Tak som si pomyslela, že ho dobehnem.

Ale on zrazu vyrazil ako blesk a ja som tam ostala stáť na krajnici v neďelnom oblečení, v ponožkách, bez topánok a bolo dosť chladno. Pomyslela som si: „Och, páni, kedy sa vrátí? Neostáva mi iné, len čakať...“ A tak čakám a čakám a on neprichádza. Okolo mňa svištia autá a vidia na krajnici stáť ženu, ktorá sa ocitla v nezávideniahodnej situácii. Ktorýsi z vodičov v okoloidúcich autách použil svoj mobil a zavolať diaľničnú hliadku. Pravdepodobne povedal niečo takéto: „Nejaký muž práve vykopol z auta svoju ženu a ona stojí v chlade na diaľnici v ponožkách...“

O dvadsať minút teda prišla diaľničná hliadka. Policajt zastavil a spýtal sa ma: „Malý rodinný problém?“

A ja som odvetila: „Och, nie, môj manžel si myslel, že som v aute, a nevedomil si, že som nenasadla.“

A on povedal: „Nuž, to je trochu čudné, nie? Máte sedieť na sedadle spolujazdca a on si nevšímne, že tam nie ste?“

Ja som odpovedala: „Och, viete, ja som šla dozadu, chcela som si ľahnúť.“

On povedal: „Hm, hm, iste. Tak nastúpte, skúsime ho nájsť.“

A tak som nasadla a policajt sa ma spýtal, či má manžel mobil. Keď som odvetila, že má, povedal, že mu zavolá.

Vytočil teda jeho číslo: „Pán Covey?“

„Áno.“

„Tu je diaľničná hliadka. Kde sa nachádzate?“

A on odpovedal: „Och, viete, nie som si istý, šoférovala moja žena a teraz pokračujem ja. Nevieť ani, v ktorom štáte som. Myslím, že v Utahu. Nie som si tým ale istý. Počkajte chvíľku, pán policajt, opýtam sa manželky, spí vzadu.“

Stephen pokračoval: „Sandra, Sandra, kde sme?“

A policajt povedal: „Haló? Pán Covey? Nemyslím si, že vám odpovie. Sedí tu vedľa mňa v policajnom aute.“

Napokon sme sa stretli, a keď Stephen vystúpil z auta, vravím mu: „Myslela som si, že sa určite obzrieš, či tam som!“ A on na to: „Nuž, neobzrel som sa, lebo som si myslel, že budeš chcieť ísť niekde na záchod alebo podobne, takže som chcel prísť domov čo najrýchlejšie, aby sme nemuseli nikde zastavovať. Jednoducho som sa neobzrel, predpokladal som, že si v aute.“

Takže keď vystúpil z auta, stál tam policajt, ktorý ešte stále nemohol uveriť tomu, čo sa stalo. Stephen povedal: „Nuž, aspoň budem mať v taľóne ďalšiu vtipnú historku.“

A policajt odvetil: „Vy? Len počkajte, keď to poviem chlapcom na policajnej stanici. To je teda príbeh! Stephen Covey nechal svoju ženu na diaľnici po veľkej hádke alebo podobne.“

Takže taký je môj manžel, ktorý ma necháva na diaľniciach. Dobrý vzťah si skrátka vyžaduje zmysel pre humor.