SEDM CEST K ŠŤASTNÉMU MANŽELSTVÍ

Stephen R. Covey

Sandra Merrill Covey ◆ John Covey ◆ Jane P. Covey

GRADA®

SEDM CEST K ŠŤASTNÉMU MANŽELSTVÍ

Stephen R. Covey

Sandra Merrill Covey ◆ John Covey ◆ Jane P. Covey

GRADA®

SEDM CEST

K ŠŤASTNÉMU MANŽELSTVÍ

Stephen R. Covey

Sandra Merrill Covey ◆ John Covey ◆ Jane P. Covey

Grada Publishing

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.

Sedm cest k šťastnému manželství

Stephen R. Covey

Sandra M. Covey | John Covey | Jane P. Covey

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, Praha 7
obchod@grada.cz, www.grada.cz
tel.: +420 234 264 401
jako svou 8520. publikaci.

Texty: Stephen R. Covey, Sandra M. Covey, John Covey, Jane P. Covey
Překlad: PhDr. Květa Böhmer
Sazba a grafická úprava: Vladimír Velička
Odpovědná redaktorka: Ing. Jana Minářová

Počet stran 144
První vydání, Praha 2022
VVytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod a.s.

Z původního originálu **The 7 Habits of Highly Effective Marriage**
Copyright © 2021 GABAL Verlag GmbH, Offenbach
© Grada Publishing, a.s., 2022

ISBN 978-80-271-4889-9 (pdf)
ISBN 978-80-271-3221-8 (print)

Názvy produktů, firem apod. použité v knize mohou být ochrannými známkami nebo registrovanými ochrannými známkami příslušných vlastníků.
Doporučení a postupy v této knize byly autorem ověřeny, přesto nelze za ně převzít odpovědnost. Autor ani nakladatelství neručí za jakékoliv věcné, osobní ani majetkové škody.

Obsah

Předmluva od Jane P. a Johna Covey 7
Láska vzniká činností 9
V dobrém vztahu je třeba humoru 13

Část I.
7 cest jako základ šťastných vztahů 21

1. cesta: Být pro-aktivní
Klíč k růstu a ke štěstí 23

2. cesta: Už na startu myslet i na cíl
Objevte nově svůj život a budoucnost 27

3. cesta: To nejdůležitější udělat nejdříve
Soustřeďte se na to podstatné 32

4. cesta: Win/Win = Zisk/Zisk
Umožněte všem získat to nejlepší 39

5. cesta: Nejprve pochopit, pak být pochopen
Naslouchejte druhým s pochopením 41

6. cesta: Spolupracovat = synergie
Vytvořte 3. alternativu 43

7. cesta: Nabrousit pilu
Buďte pozorní a stále obnovujte svůj vztah 45

Část II.
Uvedení 7 cest do praxe 47

1. cesta: Být pro-aktivní
Ve vztahu uveďte do pohybu pozitivní změny 53

2. cesta: Už od začátku myslet na cíl
Jak by měl v budoucnu vypadat pro-aktivní partnerský vztah? 68

3. cesta: To nejdůležitější udělat nejdříve
Jak postavit svůj vztah do středu dění 86

4. cesta: Myšlení Win/Win = Zisk/Zisk
Cesta od „JÁ“ k „MY“ 97

5. cesta: Nejdříve pochopit, pak být pochopen
Jak funguje komunikace ve vztahu 108

6. cesta: Vytvořit spolupráci – synergii
Cenit si vzájemných rozdílů a dosáhnout společně více 122

7. cesta: Nabrousit pilu
Udržet si vztah svěží, aby byl stále životaschopný 131

O AUTORECH 144

Předmluva od Jane P. a Johna Covey

Již více než 25 let jezdíme po celém světě a seznamujeme na svých cestách partnerské a manželské páry se „7 cestami k efektivitě v partnerských vztazích“. Během svých přednáškových turné jsme zažili nesčíslné množství napínavých situací a slyšeli nepřeberné množství zajímavých příběhů přímo ze života, o které bychom se nyní s vámi rádi podělili.
Nejdůležitější informaci vám však můžeme sdělit ihned:

Efektivní principy lidského soužití popsané v této knize se již mnohokrát osvědčily v nejrůznějších životních situacích a dokázaly zlepšit a někdy i zachránit nejedno manželství. Proto jistě vnesou více lásky, vzájemné pozornosti a pochopení i do vašich partnerských vztahů, nezávisle na tom, v jaké životní fázi se právě nacházíte. Kolikrát už jsme slyšeli otázku: „Ale kdy vlastně partnerský vztah probíhá šťastně a kdy nikoliv?“ Na tuto otázku nelze dát zcela jednoznačnou odpověď, avšak jedna věc je jistá: Štěstí či neštěstí ve vztahu záleží z velké části na pocitu, jaký ze společného soužití s partnerem máte, a rovněž i na umění, jak naložíte s výzvami, jež vám život postaví do společné cesty životem.

Problémy ve vztahu a v rodině nikdy nezmizí samy od sebe, naopak: Čím déle trvají, tím bývají komplikovanější. Důležité je aktivně se jim postavit, i když někdy je ještě důležitější, jak se jim postavit... Ostatně, víte, k čemu lze přirovnat partnerský vztah? K letadlu. Ano, zní to sice poněkud zvláštně, ale vystihuje to podstatu věci. I letadlo, chce-li si zachovat správný letový kurs a doletět v pořádku do cíle, potřebuje jasný cíl, letový plán a spolehlivé motory a přístroje.

Podobně je tomu v manželství a v partnerském vztahu. Přibalíte-li si do pomyslného zavazadla na cestu životem zmíněné tři základní dovednosti, můžete s partnerem/partnerkou prožít celý život ve šťastném svazku. K dobrému „letu“ potřebujete jen konkrétní cíl, „letový“ plán a správně fungující stroje.

Základních 7 cest, popsaných v této příručce, vám k letu životem vkládá do rukou vše potřebné:

Jak ke společné cestě životními výšinami, tak i k riskantnímu průletu životními fázemi plnými turbulencí – a podává pomocnou ruku dokonce i těm, jejichž vztah se již ocitl až na samém okraji propasti!

Jak již jistě tušíte, nemáte před sebou jen běžného rádce, ale především věrného přítele, jenž vám bude věrně stát po boku v časech dobrých i horších. Stephen a Sandra Coveyovi, stejně jako jeho bratr John se svou ženou Jane, doslova vtahují na následujících řádcích čtenáře do nejrozmanitějších osudů a situací, často i do vlastních životních zkušeností, a tím se jim podařilo živým a bezprostředním způsobem vylíčit, jak v životě uplatňovali a uplatňují zkušenosti 7 cest v každodenní praxi. Jako bonus zde potom naleznete nejrůznější praktická cvičení a testy. Ale nyní už předejme slovo Johnu Coveyovi a jeho ženě Jane:

Jmenuji se JOHN. Stephena znám už od doby, kdy jsem se narodil. Jak by také ne – je to můj „velký bratr". A já jsem JANE – Johnova žena, a můžu jen potvrdit, že Stephen se Sandrou prožili celý život v hlubokém a šťastném manželském vztahu a dodnes vyzařují jasné vnitřní světlo na všechny okolo. Ti dva totiž kolem sebe odjakživa šířili pohodu a ovlivnili tím nejen své děti, vnuky a dnes i pravnoučata, ale i nás, naše manželství a rodiny, vždycky v tom nejlepším slova smyslu. Jsou pro mě tudíž skvělým příkladem šťastného a naplněného manželství, které se řídilo „7 cestami", za což jsem jim velice vděčná.

Text této knihy vznikl jen několik málo měsíců před Stephenovou smrtí. Tehdy mu bylo 80 let, byl plný elánu, sršel nadšením i nápady jako autor, jako podnikatel, i jako lektor na svých přednáškových turné, a neméně skvělý byl i jako otec a manžel. Pro Stephena bylo manželství a rodina vždycky tím nejdůležitějším v životě. I my jsme s ním zažili mnoho hezkých chvil a těší nás proto, že i vy jste vzali jeho knihu do rukou! Doufáme, že vás následujících zázračných 7 cest osloví a ovlivní stejně, jako kdysi nás i mnoho dalších párů a rodin před vámi. Ale nyní vám již přejeme jen hodně hezkých zážitků a úspěchů při realizaci 7 cest, což v praxi neznamená nic menšího, než že vám přejeme mnohaleté šťastné manželství a pohodu v celém dalším životě.

Šťastnou cestu!
John a Jane P. Coveyovi

Stephen R. Covey

Láska vzniká činností

Zdravím! Jmenuji se Stephen R. Covey. Jsem rád, že se chcete dozvědět, jak lze pomocí „7 cest k efektivitě“ dosáhnout šťastného a láskyplného vztahu, jenž vás bude naplňovat a pomáhat vám v partnerských vztazích, které jsou zárodečnými buňkami každého národa a každé společnosti, a tudíž i neodmyslitelnou základnou celé lidské budoucnosti. Jsem totiž hluboce přesvědčen, že pravého nefalšovaného štěstí a životního naplnění lze dosáhnout pouze v kruhu lidí, které milujeme.

Dřívější první dáma USA, Barbara Bush, tuto situaci skvěle vystihla v jedné přednášce pro absolventky Wellesley College. Řekla jim tehdy: „Jakkoliv bude vaše práce lékařky, advokátky či podnikatelky důležitá – v první řadě nezapomeňte, že jste lidmi a že vztahy s partnerem, dětmi a přáteli jsou nejdůležitější investicí v životě. Na konci života nebudete ani tak litovat, že jste nesložily nějakou zkoušku, nevyhrály proces, či nedokončily určitý projekt, daleko více vám bude líto času, který jste nestrávily se svými dětmi, s přáteli a rodiči... Pro šťastný vývoj naší společnosti je samozřejmě důležité, co se děje v Bílém domě, ale ještě podstatnější je to, co se děje denně u každého z nás doma.“

V této souvislosti mě zaujal i citát bývalého generálního tajemníka OSN Daga Hammarskjölda: „Je větší ctností věnovat veškerou svou sílu jednomu blízkému člověku, než se snažit spasit celý svět.“ Moje žena Sandra mi zmíněný citát ráda připomíná, a má pravdu. Šťastná manželství a silné rodiny opravdu nejsou náhoda, ani nevznikají čistě náhodou, naopak, často vyžadují oboustranného velkého úsilí. Musíme se vědomě snažit vztah nejen udržet, ale nadále ho i vylepšovat a někdy mu přinášet nemalé oběti. Slovo „milovat“ je gramaticky vzato sloveso, což je slovo označující činnost. I láska vzniká činností – v dobrých i ve špatných časech, po celý život. Co tím chci říct? Na to vám nejlépe odpoví následující příběh:

Jednou, když jsem přednášel o 1.cestě o konceptu tzv. „Pro-aktivity", přišel za mnou po přednášce jeden z účastníků a řekl:
„To, o čem jste mluvil, se mi líbí, ale víte, každá situace je jiná. Moje manželství mi dělá vážné starosti. Má žena a já už k sobě necítíme to, co dřív. Myslím si, že ji už prostě nemiluji – a ona mě také ne. Dá se s tím ještě něco dělat?"
„Takže říkáte, že pocit lásky se už vytratil?", zeptal jsem se ho zkoumavě.
„Přesně tak!", souhlasil ten muž: „Ale víte, máme tři děti, a ty nám oběma velmi leží na srdci. Co byste mi poradil?"
„Milujte svou ženu!", odpověděl jsem bez váhání.
„Ale ne, já jsem vám přece řekl, že ten cit už je pryč!"
„Milujte svou ženu!", opakoval jsem tvrdošíjně.
„Ale ne, vy mi asi nerozumíte! Prostě se už z našeho vztahu vytratila láska!"
„Právě proto byste měl svou ženu milovat. Když už se vám z manželství takový silný cit vytratil, je to zatraceně dobrý důvod, začít zase svou manželku milovat."
„Ale jak se dá milovat, když už člověk nemiluje?", stále ještě nechápal ten muž.
„Láska vzniká činností. Milujte svou ženu. Podporujte ji. Naslouchejte jí. Mějte pro ni pochopení. Važte si jí. Zahrňte ji komplimenty. Jste připraven tohle všechno udělat?"

Bohužel mnozí nejsou připraveni nasadit do vztahu celé své srdce.

Nejrůznější časopisy, holywoodské filmy i ostatní média nám denně namlouvají, že láska je pocit, který je jednoduše jednoho dne tady – anebo taky ne. Vztahy jsou degradovány na obměnitelné produkty denní spotřeby – tzn.: „Po upotřebení zlikvidujte". To ale neodpovídá realitě. Naopak, mnohé páry tato mylná představa odvádí od společného životního kurzu a vhání je do neštěstí. Ukončit vztah může na první pohled sice vypadat jednodušeji, než ho zase postavit na nohy, z dlouhodobého pohledu je však ukončení vztahu většinou mnohem těžší a bolestnější, než se snažit zůstat spolu – zvlášť tehdy, jsou-li rozchodem postižené i děti. Každý, kdo prodělal rozchod nebo rozvod, vám to z vlastní zkušenosti může jen potvrdit. Mnozí ještě léta trpí dlouhodobými následky svého rozhodnutí.

Tímto rádcem vás chci především osmělit a dodat vám naděje, neboť si jsem jist, že univerzální nadčasové principy 7 cest pozitivně ovlivní i váš partnerský vztah a celou rodinu. Já už jsem například 50 let šťastně ženat se svou Sandrou, můj bratr John žije mnoho let ve šťastném manželství s Jane, a všichni se v manželství řídíme nejen osobní zkušeností, ale především zkušeností 7 cest. Společně bychom proto rádi v této knize pomohli i vám a ukázali vám způsob, jak lze 7 cest ve vztahu i v ro-

dině uvést do praxe. Ale již na samém začátku vám už můžeme dát jeden slib: Při důsledném uplatňování principů 7 cest zaznamenáte velmi brzy první kladné dopady a osvěžující změny. Na této cestě přeji vám i vašim blízkým všechno dobré a pozitivní, co si jen lze přát.

Stephen R. Covey

„POZITIVNÍ ZMĚNY V ŽIVOTĚ JSOU MOŽNÉ JEN TEHDY, POKUD TO, ČEMU JSTE SE NAUČILI, UVEDETE VZÁPĚTÍ DO PRAXE. NĚCO SE NAUČIT A NEJEDNAT PAK ODPOVÍDAJÍCÍM ZPŮSOBEM, NENÍ VE SKUTEČNOSTI VŮBEC EFEKTIVNÍ!“

Stephen R. Covey

Sandra Merill Covey

V dobrém vztahu je třeba humoru

V každém kvalitním vztahu je třeba humoru. A jedno vím jistě. Ve vztahu se Stephenem jsem se rozhodně nikdy nenudila. Pokaždé si vymyslel něco nového a napínavého! Ještě teď si vzpomínám, jak moje maminka chodívala s tatínkem každou neděli k Fernwoodovým. Tam si koupili zmrzlinu, beze spěchu se vrátili domů, sedli si na terasu a povídali si se sousedy. Určitě to byl také hezký život. Ale víte, my jsme se Stephenem nikdy takový klidný a přehledný život neměli, a přesto bych ho za nic nevyměnila.

Stále znova se ho ptám: „Co se jen stalo s dobrými starými časy, kdy jsme měli víc času a nebyli tak ve stresu?“ Ale on se jen směje a krčí rameny. Avšak nestěžuji si. Je to perfektní život. Je bezvadné, učit se jeden od druhého něčemu novému a pozorovat přitom, jak děti postupně dospívají a dorůstají, jak se mění, jak se stávají samostatnými lidmi s vlastní zkušeností a vlastním napínavým životem.

Partnerský vztah a manželství je velice dobrá věc, tím jsem si naprosto jistá. Každý však musí přispět svým dílem, aby to fungovalo. Když se mě lidé občas ptají, jak se nám to podařilo, usměji se jen a pokrčím rameny: „Nejlepší asi je být k sobě méně sobečtí a naučit se víc dávat, než brát. To je ta nejefektivnější možnost, jak se dále vyvíjet a bezpečně procházet novými cestami.“

Víte, co mi krátce po svatbě připadalo nejtěžší? Měla jsem pocit, že zrazuji svou rodinu, když dělám něco jinak, než jak jsme byli zvyklí dělat u nás doma. A trvalo mi roky, než jsem pochopila, že si každá rodina vyvíjí vlastní zvyky a rituály a že i my se Stephenem se pořád něčemu novému společně učíme a vyvíjíme se svým vlastním směrem. Teprve tehdy jsem pochopila, že jako pár nemáme jen nárok na vlastní život, ale že nám vlastně nezbývá ani nic jiného, než jít svou vlastní cestou.

Budujte novou stavbu už jako pár

Nepokoušejte se za žádnou cenu držet se zaběhaných předpisů „staré“ rodiny, v níž jste se narodili a vyrůstali, pro vás je připraven zcela jiný scénář života. Není to zrada na rodičích, je to normální vývoj. I když právě tohle rodiče často nechápou, jako třeba tehdy, když jsme ještě byli úplně mladí: Po svatbě jsme nejdříve chvíli bydleli v Bostonu, kde Stephen studoval a kde se nám narodilo první dítě. Chtěli jsme se však určitě vrátit zpátky domů a o rok později jsme se opravdu vrátili do rodného Utahu. Ještě jsme však ani nevybalili a už mi telefonovala Stephenova matka: „Sandro, to je skvělé, že jste se sem vrátili! Jen ještě úplnou maličkost... Nevím, jestli víš, že Stephen pil po celý život mléko značky Arden, to jsme mu vždycky kupovali, víš? A taky jsme četli noviny Deseret News, to jen tak, abys věděla.“

Krátce na to se zase ohlásila má matka: „Cože to čte Stephenova rodina?! To snad není možné! My jsme doma přece četli vždycky jen Winder Dairy a Tribunu! A copak budete odebírat vy?“ Pokrčila jsem rameny: „Ještě ani nevím, mami. Nějaké noviny, co nás oba budou zajímat.“ Časem si naštěstí obě naše rodiny zvykly, že už na nich nejsme závislí. Navštěvovali jsme je, ale vedli jsme si svůj vlastní život, a místo mléka značky Arden jsme naschvál kupovali značku Clover Leaf a místo novin Winder Dairy a Tribuny jsme ze zásady četli Daily Herald. Není nad to, objevovat nové cesty společně. To je něco nádherného.

Nyní už je ta krásná doba prvních let a objevování pryč, dokonce i naše děti už dospěly a založily si vlastní rodiny, ale přesto jim stále znova opakuji: „Vezměte si to nejlepší z obou rodin a hlavně jděte vlastní cestou. Zařiďte se po svém.“ Rozdíly vztah obohacují, ale musíme jim nechat prostor a snažit se je pochopit.

Rozdíly obohacují vztah

Moje původní rodina byla například otevřená a impulsivní, nebáli jsme se dát své city na odiv, dali jsme si klidně i na veřejnosti pusu, objali jsme se, reagovali jsme spontánně a nikdo neměl před nikým žádné tajemství. A když už jsme se přece jen na někoho rozčílili, otevřeně jsme mu to řekli. Stephenova rodina byla v tomhle ohledu o dost zdrženlivější. Když už se na sebe rozzlobili, nedali si to najevo a snažili se s tím vypořádat sami. Každý si držel své pocity pěkně „pod pokličkou“. Tento kontrast mezi oběma rodinami byl značný a museli jsme se s ním v manželství brzo vyrovnat.

Stephen mě zpočátku chtěl přivést k tomu, abych byla zdrženlivější, a já se naopak snažila, aby mi toho o sobě víc řekl, ale záhy už jsme všemu nechali volný průběh a nesnažili jsme se jeden druhého násilím změnit. Lidé jsou různí a musí se respektovat ve své různorodosti. Postupně jsme to pochopili. Stephen například vždycky toužil po dobrodružství, miloval jízdu na vodním skútru a na vodních lyžích a hrozně rád si uprostřed noci jen tak skočil do moře. Tak tomu bylo a je po celý život. Nu, a já? Já jsem se na něj odjakživa raději jen dívala. I něco dalšího mu dodnes zůstalo: Miluje projížďky všemi možnými i nemožnými terénními auty a jeho dobrodružná duše hledá stále další výzvy. Co jsem se jen v prvních letech po svatbě naposlouchala matčina varování: „Jestliže vstoupíš se Stephenem do toho strašného motorového člunu, utopíš se, uvidíš! A jestli polezeš za Stephenem na ten strom, však ty dobře víš, který myslím, určitě spadneš!“ Matčina varovná slova mi ulpěla v paměti dodnes. A vidíte, přežila jsem. Ale že by to mělo nějaký význam ve vztahu k manželství se Stephenem? Nemělo. Museli jsme si vytvořit vlastní zkušenost, zůstat sami sebou a fungovat jako tým. Uzavřeli jsme však důležitý pakt: Dohodli jsme se, že sice budeme jednat ve prospěch dětí, ale jinak si ve všem ostatním necháme vlastní styl a způsob jednání, nebude-li to v zásadním rozporu s vůlí toho druhého.

Odjakživa jsem milovala umění, divadlo, balet a operu a chodila jsem s nadšením na kulturní představení, zatímco Stephen měl mnohem raději basketbal, fotbal i mnoho dalších sportů a za nejlepší pokládal den, kdy jsme spolu šli na nějaký sportovní zápas. Občas jsme tak balancovali mezi obojím, ale vždycky se našel způsob, jak naše přání skloubit dohromady. Naši synové byli dlouho jako Stephen. Nejraději chodili s tátou na fotbal, zatímco na symfonické koncery jsem je doslova musela tahat. Ale pak se karta najednou obrátila: to když kluci přišli do věku, kdy začali randit s děvčaty, a ta, stejně jako já, milovala koncerty, balet a divadlo. A ejhle, i naši hoši najednou obrátili a chodili více na kulturu. Důležitá je především souhra. Někdy se stane i to, že se Stephenem chceme jít každý někam jinam, ale ani to není problém.

Jeden druhého se v tom případě zeptáme: „A teď vážně. Nakolik je ti tato akce cenná na stupnici od 1 do 10?“ Základní pravidlo totiž zní: „Švindlovat se nesmí.“ Když tedy řeknu: „Pro mě je dnešní představení na stupnici důležitosti na stupínku číslo 5.“ Stephen třeba jen pokrčí rameny a přizná: „O.K., pro mě je dnešní fotbal jen na škále důležitosti číslo 2. Tak pojďme na ten tvůj balet.“ Anebo přesně naopak. Tato jednoduchá, ale vysoce efektivní metoda komunikace se nám už mnohokrát osvědčila. Máme volbu vcítit se do druhého člověka a společně přemýšlet, co je pro nás oba nejlepší. Rozdílné názory obohacují vztah.

Mluvit spolu, mluvit a zase mluvit!

Klíčem dobrého vztahu je především komunikace. Se Stephenem jsme se už velmi brzo naučili často spolu komunikovat. Každý den mi například volá – a je úplně jedno, kde se zrovna nachází. Jednou byl v Číně, v Honkongu či v Singapuru, už si přesně nevzpomínám, kde to bylo. Najednou mi uprostřed noci na nočním stolku zazvonil telefon a Stephenův hlas na mě rozverně zahlaholil ze sluchátka: „Ahoj, co právě děláš?" Rozespale jsem se ho zeptala: „Víš ty vůbec, že jsou u nás dvě hodiny v noci?" „Nevím," zasmál se bezelstně: „A jak se tedy máš?" A já se najednou musela smát s ním. Byla jsem ráda, že si na mě ve svém plném programu vzpomněl. To bylo to nejdůležitější... Nu, a pak máme ještě jeden letitý, ale velmi důležitý rituál: máme totiž úplně malou motorku, ale není to jen tak ledajaká motorka, s naší Hondičkou totiž jezdíme denně na projížďku, jenom my dva, a nejsme pro nikoho k zastižení. Fantastické! Jezdíme si sem a tam po okolí, občas někde zastavíme a povídáme si o všem, co nás právě napadne. Je tak osvěžující trávit čas v klidu ve dvou! O všem si můžeme v klidu promluvit, o mnoho lépe, než když jsme doma v kolotoči každodenních starostí!

A je přitom úplně jedno, jaké problémy a starosti nás trápí: Když si o nich můžeme promluvit s partnerem, cítíme se vždycky hned lépe. Stephen ne nadarmo říká: „Pocity, které nevyslovíme, nezmizí. Vrátí se k nám v ošklivější podobě." To můžu jen potvrdit. Je důležité, aby se partneři naučili vyslovit své pocity, ale musí se přitom cítit v bezpečí. Mluvte spolu. Tak často, jak to jenom jde. A jste-li žena, přiveďte svého muže k tomu, aby i on s vámi o všem mluvil. Pro nás ženy je to většinou o něco lehčí. Často si ale my ženy zase naivně přejeme, aby nám muži říkali přesně to, co chceme slyšet:

Kdysi mi volala kamarádka Dita. Byla velice rozrušená a překotně mi vyprávěla: „Víš, řekla jsem včera Robertovi: „Jsi ten nejlepší mužský na světě. Jsem šťastná, že jsem si tě vzala!" Skutečně jsem si to myslela, ale čekala jsem odezvu. Nestalo se však.
Zamumlal jen něco jako: „Ale Dito, hm, no tak..." A bylo to. Dita nemohla skrýt velké zklamání. Robertovu strohou odpověď jsme s ní pak probíraly ještě asi hodinu... Potom se teprve uklidnila a pochopila, že muži jsou zkrátka jiní a že se někdy musíme spokojit i se strohou odpovědí. Slova přece existují i v jiné podobě, i tak se dá dokázat, že nás má ten druhý rád. Je jen zapotřebí umět se lépe dívat, co pro nás náš partner dělá.

Nebojme se však nikdy ukázat cit, a hlavně ho vyslovit! Pootevřme partnerovi své srdce. Třeba se pak osmělí i on...

Otevřete své srdce a ukažte svou lásku

V naší rodině máme zvláštní rituál: Když někdo přijde domů, necháme všechno ležet a běžíme ho přivítat, zeptáme se, jak se má a chvilku si s ním povídáme. Ať už je to manžel, nebo někdo z dětí. Jsme spolu doma rádi a dáváme si to najevo, a nemusí to být nic velkolepého.

Stačí klidně prohodit: „To je prima, že už jsi doma. Co bylo nového?" A když někdo odchází, vezmeme ho kolem krku, dáme mu pusu a řekneme mu: „Dávej na sebe pozor, ano? A zase brzo přijď." Každý rád cítí lásku a uznání. Jeden z mých zeťů se mi jednou přiznal: „Když jsem se k vám přiženil, bylo mi dost divné, že si pořád opakujete, jak se máte rádi. Nejdřív se mi to zdálo přehnané. Ale víte co? Čím dál víc si toho teď vážím."

Říkejme si tak často, jak to jenom jde, něco hezkého. Já vím, někdy je těžké nezapomenout. Hlavně děti bývají v tomto ohledu dost zdrženlivé, zvláště, jde-li se o ocenění matčiny námahy. Málokdy svou maminku pochválí, například: „Mami, ty jsi skvělá! Pořád uklízíš, pereš a vaříš nám hrozně dobrá jídla!" Proto si Stephen vymyslel něco bezvadného. Jednou, když dětem zase náramně chutnalo, zeptal se jich na konci večeře: „A copak řekneme mamince, když nám to dnes uvařila tak dobré?" Děti se po sobě chvilku zaraženě dívaly, ale pak vypukly v jásot. Byla to psina. A od té doby po jídle děti i se Stephenem vždycky vstanou a volají: „Super!" Anebo zvednou palec nahoru na znamení uznání, občas i zatleskají, či poklepou ukazováčkem o stůl.

A podaří-li se někomu z rodiny něco výjimečného, voláme zase: „Hip, hip, hurá!" Že je to přehnané? Možná. Ale mně se to líbí! Jsem tak šťastná! Můj muž je v mých očích nejlepší, mé děti taky, tak proč to nedat najevo? Život se Stephenem a s naší rodinou je pro mě každý den nový a fantastický! Ale nemyslete si, že nám přes modrou oblohu nepřeběhne nikdy ani obláček. Někdy se tudy přežene i celé mračno. Ale i to se musí vzít s humorem...

A najednou jsem byla na ulici

Například nikdy nezapomenu na tento den:

V Montaně v horách je jedno krásné místečko, kam jezdíme už roky v létě dovolenou. Jednou, to už bylo bez dětí, jsme si tam se Stevenem ještě v časném podzimu vyjeli. Ale protože se ten víkend citelně ochladilo, rozhodli jsme se odjet už v neděli zpátky domů. Vstali jsme brzo ráno, abychom ještě stihli jít do kostela – a byli jsme proto oblečeni trošku slavnostněji. Protože jsme však před sebou měli dlouhou cestu, nepřevlékli jsme se už, ale nastoupili hned po mši do auta. Stephen chvíli řídil, ale pak se na mě obrátil:
„Sandro, jsem nějak unavený, nesedneš si na chvíli za volant?“
„Ale to víš, že ano“, souhlasila jsem bez váhání.
Sedla jsem si tedy na místo řidiče a vydali jsme se dál na cestu k domovu. Po několika hodinách jízdy se začaly klížit oči i mně. Otočila jsem se na něho:
„Stephene, potřebuji taky pauzu. Můžeš to, prosím, zase převzít? Ráda bych vystoupila a lehla si dozadu.“
„Samozřejmě, potřebuješ ještě polštář?“ zazubil se na mě Steven.
„Ne, ty sis to na zadním sedadle určitě už pěkně upravil! Stačí si lehnout na tvé místo“, zasmála jsem se. Zastavila jsem a běžela ke kufru auta odložit si lodičky, zatímco Stephen přecházel vpředu kolem auta na místo řidiče. Stáli jsme na malém parkovišti na okraji rušné silnice, auta se kolem nás řítila sem a tam, nu, a byl tam tudíž dost velký hluk. Vyzula jsem si nepohodlné lodičky, zvedla dveře kufru a odložila je dovnitř. Dveře kufru jsem pořádně přibouchla, protože tyhle dveře musí být zavřené, jinak by se nedalo nastartovat. Stephen však jen slyšel, jak jsem zabouchla dveře kufru a pomyslel si: Aha, Sandra už je v autě. A aniž se ohlédl, šlápl na plyn, vyjel na silnici a vesele ujížděl pryč.
Stála jsem tam, vysoko v těch montanských horách v mrazivém podzimním mrholení, a vrtěla jsem jen hlavou – zůstala jsem stát na silnici bez bot, jen v punčochách, a postupem času se do mě zakousla pěkná zima. Doufala jsem však pevně, že na to Stephen brzo přijde. Marně... Bezpočet aut se mezitím přeřítilo do dálky a lidé se z okénka se zájmem dívali, jak tam stojím v tom nečase bosa. Moje přání se však nakonec přece jen vyplnilo. Někdo z kolemjedoucích nakonec asi přece zavolal na policii: „Někdo tam vyhodil svou ženu z auta. Stojí na okraji dálnice a třese se zimou.