

ŠEST MUŽEVA KOJE SVAKA
ŽENA TREBA DA IMA

Dr Stiven Krejg

ŠEST MUŽEVA KOJE SVAKA
ŽENA TREBA DA IMA

Parovi koji se menjaju zajedno – ostaju zajedno

Prevela sa engleskog
Tatjana Milosavljević

Mono i Manjana
2012.

Naslov originala
Dr. Steven Craig, *The Six Husbands Every Wife Should Have*
How Couples Who Change Together, Stay Together
Copyright © 2010 by Steven Craig
Prava za srpsko izdanje © Mono i Manjana, Beograd 2012.

Izdavač
Mono i Manjana

Za izdavača
Miroslav Josipović
Nenad Atanasković

Glavni i odgovorni urednik
Srđan Krstić

Prevod
Tatjana Milosavljević

Lektura
Mono i Manjana

Dizajn korica
Create Orbite

Kompjuterska priprema
Mono i Manjana

Štampa
Elvod-print, Lazarevac

E-mail: office@monoimanjana.rs
www.monoimanjana.rs

CIP - Каталогизacija y publikaciji
Народна библиотека Србије, Београд

159.922.1
316.83

КРЕЈГ, СТИВЕН

Šest muževa koje svaka žena treba da ima : parovi koji se menjaju zajedno –
ostaju zajedno / Stiven Krejg ; prevela sa engleskog Tatjana Milosavljević. -
Beograd : Mono i Manjana, 2012 (Lazarevac : Elvod-print). - 291 str. ; 21 cm

Prevod dela: *The Six Husbands Every Wife Should Have* / Steven Craig.

ISBN 978-86-7804-740-4

COBISS.SR-ID 191893516

*Nismo isti ljudi kakvi smo bili lani; nisu ni oni koje
volimo. Srećan je slučaj kada, menjajući se,
nastavljamo da volimo izmenjenu osobu.*

Nepoznati autor

SADRŽAJ

Autorova napomena.....	13
I deo: Promena: Jedina konstanta	
Uvod: Šest muževa moje žene.....	19
Prigrllite promene:	
Sazrevajte zajedno umesto da se udaljavate	26
II deo: Šest faza braka: Mapa koja vodi do uspeha	
<i>Faza 1: Početak</i>	47
<i>Faza 2: Zajedno smo u ovome –Mladi bračni parovi</i>	65
Kako ovladati fazom „mladi bračni par“	81
<i>Faza 3: Dolazak bebe</i>	105
Kako ovladati fazom „dolazak bebe“	122
<i>Faza 4: Porodične veze</i>	142
Kako ovladati fazom „porodične veze“	156
<i>Faza 5: Građenje praznog gnezda</i>	180
Kako ovladati fazom „građenje praznog gnezda“	191

<i>Faza 6: Zlatne godine</i>	203
Kako ovladati fazom „zlatne godine“	213
Neminovno kidanje spona: Neizbežno gubljenje poverenja u svim vezama i kako ga prevazići	223

III deo: Stvaranje idealnog braka

Pripremanje veze za promene: Upitnici	251
Nekoliko reči za kraj	279
Reči zahvalnosti	281
Dodatak: Radni list.....	283

Ova knjiga posvećena je Roni, mojoj ženi i najboljem prijatelju. Kroz nju sam naučio da što se više posvećujemo tome da se razvijamo i menjamo kao par, naša ljubav postaje snažnija. Njoj za ljubav, drage volje ću kod sebe promeniti šta god mogu. Smatram to čašću i volim je više nego što se rečima može opisati.

ŠEST MUŽEVA KOJE SVAKA
ŽENA TREBA DA IMA

AUTOROVA NAPOMENA

Kao klinički psiholog specijalizovan za bračnu terapiju i autor knjige o vezama, zaključio sam da ljudi često očekuju da sam – ili da bi trebalo da budem – divan muž. Dakle, moram reći: nisam. I te kako umem da budem nesavršen, sebičan i mrzovoljan kao i svaki drugi muškarac. Razume se, moje poznavanje dinamike veze, obrazovanje i profesionalno iskustvo stečeno radom obogatili su me određenim znanjima, ali i to znanje i iskustvo sežu samo donekle. Nažalost, ne mogu me nikakvom čarolijom preobraziti u nekog ko je iznad naših ljudskih nedostataka ili ih je prevazišao.

Naglašavam ovo iz dva razloga. Prvi je to što me zabrinjava kad ljudi uzdižu mene ili nekog drugog. Takvo uzdizanje nas međusobno razdvaja i nagoveštava da neko drugi zna ili ume nešto čemu nikako ne možemo dorasti. To jednostavno nije tačno. Radio sam s toliko parova da im više ni broja ne znam i video ljude iz svih branši i društvenih slojeva kako postižu zadivljujuće rezultate. Ne želim da iko pročita ovu knjigu i pretpostavi da su koncepti i vidovi ponašanja navedeni u njoj dostupni samo onima koji imaju jedinstveni sklop znanja, spoznaja ili iskustava. Ako krećete od takve osnove znači da potcenjujete sebe, a ja ne želim da to radite. Sve što opisujem u ovoj knjizi dostupno je svakome ko se reši da to postigne. *Sve.*

Drugi razlog što ovo naglašavam jeste jer želim da ljudi shvate da, kao ljudska bića, svi imamo svojih nedostataka, čak i oni koji savetuju druge. Niko nije iznad ljudskosti. Živi dokaz: iako je moj

brak najsadržajnije i najvažnije veza u mom životu, često je i veza u kojoj najviše grešim. I premda imam divnu ženu i izvanredan brak, oboje se još borimo sa sopstvenim teretom, lošim umećem prevazilaženja problema i povremenom sebičnošću. Borimo se, ali ne zato što se ne volimo nego zato što, koliko god se trudili, ponekad ne možemo da sprečimo da nam nedostaci utiču na vezu.

Međutim, to je sasvim normalno i nismo jedini koji kroz to prolaze. Niko ne može biti blizak – istinski blizak i potpuno otvoren s nekom osobom, a da ga povremeno ne povredi neki njen postupak ili da povremeno i sâm ne povredi partnera.

Sušta istina glasi da nema braka u kojem se supružnici nisu suočili s jednom od tri velike bračne boli:

1. Povremena mučna razdoblja emocionalne udaljenosti (katkad beznačajna, katkad vrlo ozbiljna)
2. Povremeno nezadovoljstvo, ozlojeđenost, kajanje, gnev ili povređenost (katkad beznačajni, katkad vrlo ozbiljni)
3. Povremene pretnje emocionalnog ili fizičkog neverstva (katkad beznačajne, katkad vrlo ozbiljne)

Bilo da se upravo nalazite pred stupanjem u brak ili da ste već godinama u njemu, važno je da shvatite da se svi brakovi u izvesnom trenutku bore s nekim od ovih problema. Dobra vest glasi da ti problemi ne moraju biti razlog propasti braka. Kad se s njima izađe na kraj na pravi način, uglavnom ojačaju vezu. U zdravim brakovima, rešavanje životnih problema, a ne njihovo odsustvo, jeste ono što zbližava dvoje ljudi.

Moja žena i ja smo morali da se, na ovaj ili onaj način, izborimo sa tri velike bračne boli i, koliko god mi je mrsko da priznam, ponekad sam baš ja uzrok problema. U nekim drugim prilikama, problemi poteknu od nje. Nažalost, uprkos tome koliko se volimo, ima trenutaka kad uzimamo jedno drugo zdravo za gotovo, ponašamo se sebično i rečima povređujemo jedno drugo. Oboje smo u izvesnom stepenu bili i pokretač i kolateralna šteta prekida

bliskosti koji su predstavljali potencijalnu (i neposrednu) pretnju našem braku.

Međutim, kao tim, naučili smo da ne svaljujemo krivicu, ne upiremo prstom i ne budemo kivni jedno na drugo, ma šta se desilo. Umesto toga, naučili smo da prihvatimo da nijedan brak nije savršen i da problemi ostaju problemi samo onda kad nismo u stanju da ih rešimo. Kao rezultat, naš brak cveta i ostaje zdrav zahvaljujući sposobnosti da neprekidno rešavamo sve nevolje i patnje izazvane našim sukobima – i da ih prevaziđemo jednom završavajući, kako više ne bi izazivali probleme.

Drugim rečima, brak nam nije uspešan zato što je lišen problema nego zbog svega onoga divnog što nam pruža naša veza i svega lepog što oboje unosimo u nju. To nam omogućava da uvidimo da na svaki težak trenutak dolazi stotinu lepih. Pozitivna iskustva uvek uspevaju da prevagnu nad povremenim nezdravim ponašanjem, što nam dozvoljava da uvek napredujemo, čak i u teškim vremenima. Shvatili smo da ćemo, pod uslovom da se usredsređujemo na to da zrelo izlazimo na kraj sa svime, i da se razvijamo i menjamo kad god je moguće, uvek biti nagrađeni snažnijom i sadržajnijom vezom.

Stoga, premda moj brak (i ja) nismo bez nedostataka, drugačije ne bih ni želeo da bude. To što sam naučio kako da uspešno izlazim na kraj s tim nedostacima omogućilo mi je da se razvijam, a te promene uvek dovedu do toga da postanem bolji partner i roditelj. Ova knjiga govori o tome kako promene utiču na to da postanemo bolji ljudi. A ja sam siguran u to, zato što sam sve to prošao; promenio sam se na sve načine prikazane u ovoj knjizi, a po svoj prilici ću se i dalje menjati.

Ako se usredsredite da se razvijate umesto da tapkate u mestu, na zrelost umesto na poricanje, i na promenu umesto na traženje mana, obećavam vam da ćete otkriti nove načine da volite, još veću dubinu osećanja i život i brak kakav niste ni zamišljali da postoje.

Imajte vere u sebe. Ja je imam.

Stiv

I DEO

PROMENA:

Jedina konstanta

UVOD

Šest muževa moje žene

Ja sam svojoj ženi treći muž. Ovim tempom, verovatno će uskoro imati novog. Štaviše, ako mi se posreći, u godinama koje dolaze promeniće još nekoliko muževa – a ako mi se *stvarno* posreći, do vremena kad zađe u šezdesete moći će da se pohvali da ih je imala najmanje šest.

Barem se nadam.

Ovakav početak knjige o braku izgleda iznenađujuće (ako ne i uznemirujuće). Ali, kad bolje razmislite, zapravo je veoma jednostavno. Razvijajući se, ljudi se neizbežno menjaju. A kako se oni menjaju, menja se i ono što im je potrebno u životu i u vezi. To znači da se se partner kakav nam je potreban u dvadeset i nekoj znatno razlikuje od partnera koji nam je potreban u tridesetim, četrdesetim, pedesetim godinama i kasnije.

Zato će, eto, i mojoj ženi uskoro biti potreban novi muž.

Pre šesnaest godina, kad smo se venčali, mojoj ženi je bila potrebna određena vrsta muža. Bio sam zabavan, bezbrižan, tvrdo glav i pun snova i potencijala. Umeo sam da je nasmejem i da joj pomognem da se oseti dobro u svojoj koži i da se raduje budućnosti. Ona je radila to isto za mene. Voleli smo se i voleli smo kako se osećamo kad smo zajedno. Zato smo se i venčali.

A onda se život promenio.

Vreme je prolazilo, a mi smo odrastali. Ono što nam je u početku bilo važno zamenili su neki sasvim drugi prioriteti. U našim tridesetim godinama, moja žena više nije želela da budem zabavan, bezbrižan i kul tip. Sada je želela čoveka spremnog da se skući i da izgradi život s njom. Tražila je da se usredsredim na stvaranje uspešne karijere i da počnem da se pripremam za porodicu. Ukratko, bilo joj je potrebno da odrastem.

A onda, kad smo dobili decu, morao sam još malo da evoluiram. Muž koji joj je bio potreban u „godinama beba“ bio je gotovo sasvim drugačiji od onog za koga se udala. Ovaj muž imao je ogromno strpljenje i bio je neverovatno smeran, dok je onaj za koga se udala bio drčan i večito u žurbi. Ovaj je drage volje menjao pelene, gledao crtaće i vodio duge razgovore o prednostima pumpica za izmuzavanje. Muž za kog se udala ne bi se dao gnjaviti time. Ovaj muž je dao sebi zadatak da što više vremena provodi kod kuće i sveo je na minimum sve aktivnosti koje nisu imale veze s bračnim životom. Momak za kog se udala je pak većinu svog slobodnog vremena provodio van kuće.

Kako su naši sinovi rasli, još više sam se promenio. Naposljetku sam postao muž koji je uživao da subotom uveče ostane kod kuće, rve se s klincima i pomaže im u rešavanju užasno neurednih i besmislenih zadataka za vrtić. Takođe, počeo sam da se radujem nedeljnim popodnevim (ranije rezervisanim za gledanje fudbalskih prenosa) provedenim u jurenju dece kroz one plastične cevi i kugle pune mikroba u gradskoj igraonici. U tim godinama, mojoj ženi je bilo potrebnije da se usredsredim na decu nego na nju, zato što je čeznula za čovekom koji ih voli isto koliko i ona, i kome su oni na prvom mestu – baš kao i njoj. Bile su to godine kad joj je bilo potrebnije da budem „tatica“ nego „dušica“. Muž kakav sam bio u toj fazi našeg braka verovao je da je porodica na prvom mestu – *bez obzira na sve*. Onaj za kog se udala na prvo mesto stavljao je sebe.

Posla je bilo mnogo, ali bio sam dorastao izazovu. Naravno, onda kad sam ovladao ovim mužem, naš život se ponovo promenio i bilo joj je potrebno da budem neko drugi. Kako su godine

prolazile i naš odnos nastavljao da sazreva, a naša deca da rastu, morao sam da održavam korak. Dok su nam deca bila veoma mala, morao sam da budem tata-kobac, koji je sve vreme izbliza motrio na njih. Kako su odrastala, morao sam da se preobrazim u tatu koji je imao poverenja u njih i njihove odluke, i koji ih je podržavao kad su se odvažili da zađu u svet škole, prijatelja i postepene nezavisnosti.

S razvojem našeg braka i porodice, razvijao se i moj odnos s mojom suprugom. Tokom godina, postala je srčana, samopouzdana žena koja je sve manje imala potrebe za snažnim ali tihim muškarcem na kog se može osloniti. Umesto toga, želela je ranjivog i osećajnog muškarca koji se ponekad može osloniti na nju i ceniti je kao sebi ravnju.

Sazrevala je, a sazrevao sam i ja.

Takođe, počeo sam da shvatam, umnogome na svoju muku, da osobine koje je kod mene u početku volela – i na koje sam bio veoma ponosan – lagano postaju baš ono što više ne voli! Drugim rečima, kako smo se mi razvijali i menjali, menjali su se i razlozi što me voli. Kad smo se tek upoznali, običavala je da mi uputi topao pogled pun ljubavi kad god kažem ili uradim nešto što je smatrala zabavnim ili pametnim. U to vreme sam znao da je u svakom trenutku mogu pridobiti osmehom, šalom ili pažljivim gestom. Ali posle nekoliko godina braka, te iste poglede počeo sam da dobijam iz drugih razloga. Osećao sam kako me ponosno posmatra svaki put kad sam srdačan s njenim roditeljima ili dečkom i bakom, ili kad pokažem koliko sam odgovoran i dostojan poverenja u pogledu njenih osećanja i našeg braka. A onda, kad smo izrodili decu, uhvatio bih je kako me s ljubavlju posmatra dok se igram s njima ili im menjam pelene. Naposletku mi je postalo jasno da mi tih dana upravo *to* donosi seks – a ne to što sam kul, zabavan ili pametan!

Zato volim da mislim o sebi kao o deonici na berzi. Kad je rekla: „Da“, moja žena se zapravo nije udala za mene; udala se za moj *potencijal*. Kupila je jeftino i računala da ću s godinama sazreti (i da će zaraditi debelu dividendu). Ulagala je u buduću dobit od