

## UCIĄŻLIWE NAWYKI

**B**o on zostawia w różnych kątach skarpetki, nierówno wyciska pastę do zębów z tubki, odwrotnie zawiesza papier toaletowy, nie zauważa spalonej żarówki... Bo ona zostawia cały zestaw kosmetyków pod prysznicem, wszędzie odkłada gumki do włosów, zapomina zatankować samochód, nigdy nie jest gotowa na czas... Ludzie nieustannie kłócą się o różne codzienne nawyki lub ich brak i wydaje się im, że gdyby w końcu to drugie przestało postępować w tak irytujący sposób, to w domu zapanowałaby sielanka.

Prawda jest jednak zupełnie inna. Gdyby nawet małżonkowie ustalili pewien bardzo szczegółowy regulamin, określający właściwe zachowania w różnych sytuacjach i okolicznościach i gdyby jakąś nadludzką siłą zdołali w stu procentach zrealizować jego wszystkie punkty, to z czasem, pomimo zniknięcia irytujących nawyków, i tak nie

poczuliby się bardziej szczęśliwi. Dlaczego? Dlatego, że tak naprawdę chodzi tu o relacje, o stosunek do współmałżonka, o empatię. To trochę jak w Hymnie o miłości. Można by go strawestować w następujący sposób: „Gdybym zawsze po sobie sprzątał, centymetr po centymetrze wyciskał pastę z tubki, prawidłowo wieszał papier toaletowy i natychmiast usuwał wszelkie usterki w domu, a miłości bym nie miał – stałbym się jak miedź brzęcząca albo cymbał brząający... Gdybym nigdy nie zostawiała całego arsenału kosmetyków pod prysznicem, nie porzucała gumek do włosów, pamiętała o zatankowaniu samochodu i zawsze była gotowa na czas, a miłości bym nie miała – byłabym niczym”.

W tych detalach także chodzi o miłość. O to, jak traktuję prośby współmałżonka, czy okazuję mu szacunek, czy w sytuacjach, które są dla niego trudne, wspieram go, a może jedynie zrzędzę i krytykuję. Może warto porozmawiać o tym, na co absolutnie nie jestem w stanie się zgodzić, bo czyni to nasze wspólne życie nie do zniesienia. Może należy zastanowić się, co mogę zaakceptować lub zrobić za drugiego bez wzdychania przy tym, albo jak wesprzeć współmałżonka w zmienianiu uciążliwych przyzwyczajzeń. Pomocna może się tu okazać kreatywność i poczucie humoru. Nigdy zaś nie powinna nami kierować złośliwość czy chęć udowodnienia czegoś drugiej osobie, bo to jedynie pogorszy sytuację i sprawi,

że współmałżonek będzie bronił swoich racji i zamknie się w sobie.

Mam znajomą, która od lat zmagala się ze zmorą brudnych skarpetek swojego męża – niewytrzepanych (z trawy, opiłków, trocin itp.) i zwiniętych w kulki. Wielokrotne prośby o nie wrzucanie ich w takim stanie do kosza z brudami nie przynosiły rezultatu. Pewnego dnia wpadła na pomysł. Otrzymaawszy kolejną dostawę, wzięła skarpetkowe kulki, wyprała kulki, wysuszyła kulki i... oddała kulki. Mąż bardzo się zdziwił, kiedy następnym razem otworzył szufladę w poszukiwaniu świeżej pary skarpetek. Zrozumiał. Zapamiętał.