

STEPHEN R. COVEY

CELE 7 OBIȘNUINȚE ALE FAMILIILOR EXTRAORDINAR DE EFICACE

*Cum să clădești o cultură familială
frumoasă într-o lume agitată*

Traducere din limba engleză de

Radu Filip



ACT și Politon

2019

Un mesaj personal	12
Cuvânt-înainte de Andy Szekely	14
Cuvânt-înainte de Sandra Merrill Covey	19
Vei fi pe o „pistă greșită” în 90% din timp. Și ce dacă?	25
Obișnuința 1: Fii proactiv	49
<i>Devino un agent al schimbării în familia ta</i>	
Obișnuința 2: Începe cu finalul în minte	103
<i>Elaborarea unei declarații de misiune a familiei</i>	
Obișnuința 3: Dă prioritate priorităților	157
<i>Fă o prioritate din familie într-o lume agitată</i>	
Obișnuința 4: Gândirea de tip „câștig-câștigi”	229
<i>Trecerea de la „eu” la „noi”</i>	
Obișnuința 5: Căută mai întâi să înțelegi... după aceea să fii înțeles	273
<i>Rezolvarea problemelor de familie prin comunicarea empatică</i>	
Obișnuința 6: Acționează sinergic	329
<i>Construirea unității familiei prin sărbătorirea diferențelor</i>	
Obișnuința 7: Ascute fierăstrăul	367
<i>Reînnoirea spiritului de familie prin tradiții</i>	
De la supraviețuire... la stabilitate... la succes... la semnificație	415
Note	481
Glosar	489
Index de probleme/Oportunități	493
Despre autor	505
Despre Franklin Covey	506
Cele 7 obișnuințe ale familiilor extraordinar de eficace	509



OBIȘNUINȚA 1 FII PROACTIV

Stimul

Libertatea
de a alege

Răspuns

Așa cum menționeam în prima ediție a cărții despre cele 7 obișnuințe, cu mulți ani în urmă, în timpul unui an sabatic în Hawaii, scotoceam prin niște teancuri de cărți depozitate în partea din spate a bibliotecii unui colegiu. Un anumit volum mi-a atras în mod special interesul și, pe când îl răsfoiam, ochii mi-au căzut pe un paragraf care era atât de convingător, atât de memorabil, atât de uluitor încât mi-a influențat profund tot restul vieții.

În acel paragraf, erau trei propoziții care transmiteau o singură idee puternică:

Între stimul și răspuns există un spațiu.

În acel spațiu se află libertatea noastră și puterea de a ne alege răspunsul.

În răspunsul nostru se află dezvoltarea și fericirea noastră.

Nici nu pot începe să descriu efectul pe care l-a avut acea idee asupra mea. Am fost copleșit de ea. Am reflectat asupra ei iarăși și iarăși. Am descoperit în ea libertatea pe care o presupunea. Am personalizat-o. Între orice mi se întâmpla și răspunsul meu exista un spațiu. În acel spațiu se

aflau libertatea și puterea mea de a-mi alege răspunsul. Iar în răspunsul meu se aflau dezvoltarea și fericirea mea.

Cu cât chibzuiaam mai mult, cu atât îmi dădeam seama că aș fi putut să aleg răspunsuri care să influențeze însuși stimulul. Aș fi putut să devin o forță a naturii, de sine stătătoare.

Această experiență mi-a fost readusă cu putere în minte într-o seară, când mă aflam în mijlocul unei ședințe de înregistrări și am primit un bilețel în care scria că Sandra e la telefon și are nevoie să vorbească cu mine.

– Ce faci? m-a întrebat ea pe un ton nerăbdător. Știai că avem invitați la cină în seara asta. Unde ești?

Era clar că era supărată, dar întâmplător fusesem ocupat toată ziua cu o înregistrare video într-un cadru montan. Când am ajuns la scena finală, regizorul a insistat să includem și apusul soarelui, așa că a trebuit să așteptăm aproape o oră pentru a obține acest efect special.

Data fiind propria frustrare acumulată ca urmare a tuturor acelor întârzieri, i-am răspuns tăios:

– Uite ce-i, Sandra, nu e vina mea că ai programat tu cina. Și nu pot să fac nimic în legătură cu faptul că lucrurile sunt în întârziere aici. Va trebui să-ți dai seama singură cum să gestionezi lucrurile acasă, fiindcă eu nu pot să plec. Și cu cât vorbim mai mult, cu atât voi veni mai târziu. Am de lucru. O să vin când pot.

În momentul în care am închis telefonul și am luat-o înapoi spre plătoul de filmare, mi-am dat seama că răspunsul dat Sandrei fusese complet reactiv. Întrebarea ei fusese rezonabilă. Era într-o situație socială dificilă. Fuseseră create niște așteptări, iar eu nu eram acolo să le îndeplinesc. Dar



în loc să înțeleg, eram atât de copleșit de propria mea situație, încât am răspuns tăios – iar acel răspuns înrăutățise, fără îndoială, și mai mult lucrurile.

Cu cât mă gândeam mai mult la asta, cu atât mai mult îmi dădeam seama că acțiunile mele fuseseră complet deplasate. Nu acesta era modul în care voiam să mă comport față de soția mea. Nu acestea erau sentimentele pe care le voiam în

relația noastră. Dacă aș fi acționat diferit, dacă aș fi fost mai răbdător, mai înțelegător, mai atent – dacă aș fi acționat din iubire pentru ea, în loc să reacționez sub presiunea momentului, rezultatele ar fi fost complet diferite.

Dar problema era că *nu* mă gândisem la asta la timp. În loc să acționez în baza principiilor despre care știam că ar fi adus rezultate pozitive, am reacționat în baza sentimentelor de moment. M-am lăsat cuprins de emoția situației, care părea atât de copleșitoare, atât de mistuitoare în acel moment încât m-a orbit complet față de ceea ce simțeam realmente în adâncul sufletului și de ceea ce voiam cu adevărat să fac.

Din fericire, am reușit să terminăm repede înregistrarea. În timp ce conduceam către casă, în mintea mea se afla Sandra, nu înregistrarea. Iritarea îmi trecuse. Sentimentele de înțelegere și de iubire pentru ea îmi umpleau inima. M-am pregătit să-mi cer iertare. Ea a sfârșit prin a-mi cere, la rândul ei, iertare. Lucrurile s-au rezolvat, iar căldura și apropierea relației noastre au fost restabilite.

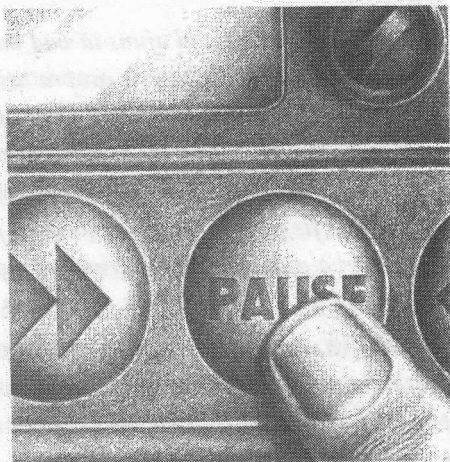
Despre crearea unui „buton de pauză”

Este *atât* de ușor să fii reactiv! Nu ți se pare că la fel se întâmplă și în viața ta? Te lași copleșit de situația de moment. Spui lucruri pe care nu le crezi. Faci lucruri pe care mai târziu le regreți. Și te gândești: „Oh, dacă aș fi stat puțin să mă gândesc, n-aș fi reacționat așa sub nicio formă!”

Evident, viața de familie ar fi mult mai bună dacă oamenii ar acționa în baza celor mai profunde valori ale lor, în loc să reacționeze în funcție de emoția sau circumstanțele momentului.

Lucrul de care avem nevoie cu toții este un „buton de pauză” – ceva care să ne permită să ne oprim o vreme între ceea ce ni se întâmplă și răspunsul la întâmplarea respectivă și să ne alegem propriul răspuns.

Este posibil pentru fiecare dintre noi în parte să dezvoltăm această capacitate de a face o pauză. Totodată, este posibil să dezvoltăm chiar în centrul culturii familiei obișnuința de a învăța să facem pauze, pentru a veni apoi cu răspunsuri mai



înțelepte. Cum să crezi acest buton de pauză în familie – cum să cultivi spiritul de a acționa pe baza valorilor care au în centru principii, în loc să reacționezi pe baza sentimentelor sau a circumstanțelor – reprezintă punctul central al obișnuințelor 1, 2 și 3.

Cele patru înzestrări umane unice

Obișnuința 1 – fi proactiv – este abilitatea de a acționa în baza principiilor și valorilor, în loc să reacționezi în baza emoțiilor sau a circumstanțelor. Abilitatea de a face acest lucru vine în urma dezvoltării și folosirii celor patru înzestrări umane unice, pe care animalele nu le au.

Pentru a te ajuta să înțelegi care sunt aceste înzestrări, dă-mi voie să-ți relatez cum le-a folosit o mamă singură, astfel încât să devină un agent al schimbării în familia ei. Iată ce ne-a povestit ea:

Ani de zile, m-am certat cu copiii mei, iar ei s-au certat între ei. Îi judecam, îi criticam și-i certam permanent. În căminul nostru erau mereu dispute și știam că cicălelele mele constante nu erau benefice pentru stima de sine a copiilor mei.

Mă hotărâam mereu să încerc să mă schimb, dar de fiecare dată recădeam în plasa tiparelor obișnuințelor negative. Întreaga situație mă făcea să mă urăsc și să-mi vărs furia pe copii, iar asta mă făcea să mă simt și mai vinovată. Simțeam că sunt prinsă într-o spirală descendentă, care începuse în copilărie și în legătură cu care eram incapabilă să iau măsuri. Știam că trebuie să fac ceva, dar nu știam ce.

În cele din urmă, m-am hotărât să fac din problemele mele o chestiune continuă de gândire, meditație și rugăciune specifică și sinceră. Treptat, am ajuns la două revelații cu privire la adevăratele motive ale comportamentului meu negativ, critic.

În primul rând, am ajuns să văd mai clar impactul pe care l-au avut propriile experiențe din copilărie asupra atitudinii și comportamentului meu. Am început să văd cicatricele psihice ale propriei educații. Căminul copilăriei mele era distrus din aproape toate punctele de vedere. Nu-mi amintesc să-i fi văzut pe părinții mei vorbind despre problemele și conflictele dintre ei. Fie aveau dispute și se certau, fie mergea fiecare pe drumul lui și nu-și vorbeau deloc. Uneori, asta dura câteva zile. Căsnicia părinților mei s-a încheiat, în cele din urmă, prin divorț.

Așa că, atunci când a trebuit să gestionez aceleași aspecte și probleme în propria mea familie, nu am știut ce să fac. Nu aveam niciun model, niciun exemplu pe care să-l urmez. În loc să-mi găsesc un model sau să-l aflu în lăuntru meu,

îmi vărsam frustrarea și confuzia pe copii. Și oricât de mult aș fi detestat lucrul acesta, m-am trezit că mă port cu ei exact așa cum se purtau părinții mei cu mine.

Cea de-a doua revelație pe care am avut-o a fost că încercam să câștig aprobare socială pentru mine, prin comportamentul copiilor mei. Voiam să-i fac pe ceilalți oameni să mă placă pe mine datorită purtării lor frumoase. Mi-era teamă mereu că, în loc să-mi câștige aprobarea celorlalți, comportamentul copiilor mei avea să mă facă de râs. Din cauza lipsei mele de încredere în ei, îi instruiam, îi amenințam, îi mituiam și îi manipulam să se comporte așa cum voiam eu. Am început să realizez că setea mea de aprobare îi împiedica pe copii să se dezvolte și să devină responsabili. Acțiunile mele ajutau, de fapt, chiar la crearea lucrului de care mă temeam: comportamentul iresponsabil.

Acele două revelații m-au ajutat să-mi dau seama că trebuia să-mi înving propriile probleme, în loc să încerc să găsesc soluții pentru a-i face pe ceilalți să se schimbe. Copilăria mea nefericită, confuză, mă predispunea la negativism, dar nu mă forța să fiu așa. Puteam alege să reacționez diferit. Era inutil să dau vina pe părinți sau pe circumstanțe pentru situația mea dureroasă.

Mi-a fost foarte greu să recunosc asta față de mine însămi. A trebuit să mă lupt cu ani întregi de mândrie acumulată. Dar în timp ce înghițeam pilula amară, am descoperit un sentiment minunat de eliberare. Dețineam controlul. Puteam alege o cale mai bună. Eu eram responsabilă pentru mine însămi.

Acum, când ajung într-o situație frustrantă, fac o pauză. Îmi analizez tendințele. Le compar cu viziunea mea. Mă abțin să vorbesc impulsiv sau să contraatac. Mă străduiesc mereu să am perspectivă și control.

Pentru că lupta continuă, mă retrag adesea în singurătatea sinelui meu interior ca să-mi reiau angajamentul de a-mi câștiga singură bătăliile, de a-mi stabili corect motivele.

Această femeie a reușit să creeze un buton de pauză sau un spațiu între ceea ce i se întâmpla și răspunsul la acest lucru. Iar în acel spațiu a putut să acționeze în loc să reacționeze. Dar cum a reușit?

Ia aminte la faptul că a reușit să facă un pas înapoi și să se observe pe ea însăși – să devină conștientă de propriul ei comportament. Aceasta este prima înzestrare umană unică: *conștientizarea de sine*. Ca oameni, putem să ne desprindem de propria viață și să o observăm. Putem să ne observăm chiar și gândurile. După aceea putem interveni pentru a face schimbări și îmbunătățiri. Animalele nu pot să facă acest lucru, dar noi putem. Această mamă a reușit. Lucru care a condus-o la revelații importante.

A doua înzestrare pe care a folosit-o a fost *conștiința* ei. Remarcă modul în care conștiința – sentimentul ei moral sau etic sau „vocea interioară” – i-a permis să știe în adâncul sufletului că modul în care își trata copiii era dăunător, că o ducea pe ea și pe copii pe aceeași cale descendentă sfâșietoare pe care o parcursese și ea în copilărie. Conștiința este o altă înzestrare umană unică. Îți permite să evaluezi ceea ce observi în legătură cu propria ta viață. Pentru a folosi o metaforă din lumea calculatoarelor, am putea spune că acest sentiment moral al binelui și răului este încorporat în propriul nostru „hardware”. Dar datorită „software”-ului cultural pe care-l dobândim și pentru că folosim greșit, desconsiderăm și neglijăm această înzestrare specială a conștiinței, putem să pierdem contactul cu natura morală interioară. Conștiința nu ne dă numai sentimentul moral, ci și puterea morală. Reprezintă o sursă de energie care se aliniază cu cele mai profunde și mai frumoase principii care sunt conținute în natura noastră cea mai înaltă. Toate cele șase religii majore ale lumii – într-un fel sau altul și folosind limbi diferite – propovăduiesc această idee de bază.

Acum observă cea de-a treia înzestrare pe care a folosit-o: *imaginația*. Aceasta este abilitatea ei de a-și imagina ceva complet diferit față de experiențele avute în trecut. A putut să-și imagineze sau să-și închipuie un răspuns mult mai bun, unul care să funcționeze și pe termen scurt, și pe termen lung. Ea a recunoscut această capacitate atunci când a spus: „Dețineam controlul. Puteam alege o modalitate mai bună”. Și pentru că avea această conștiință de sine, putea să-și examineze tendințele și să le confrunte cu viziunea ei referitoare la o cale mai bună.

Și care este cea de-a patra înzestrare? Este *voința independentă* – puterea de a acționa. Ascultă din nou cum se exprimă ea: „Mă abțin să vorbesc impulsiv sau să contraatac. Mă străduiesc mereu să am perspectivă și control” și „Pentru că lupta continuă, mă retrag adesea în singurătatea sinelui meu interior ca să-mi reiau angajamentul de a-mi câștiga singură bătăliile, de a-mi stabili corect motivele”. Uită-te numai la extraordinarele ei intenții și la puterea voinței pe care o exercită! Înoată împotriva curentului – chiar și împotriva unor tendințe profund înrădăcinate. Ia în mână frâiele proprii vieți. O conduce cu puterea voinței. Concretizează lucrurile. Sigur că e greu. Dar aceasta este esența adevăratei fericiri: subordonarea lucrurilor pe care le dorim acum în favoarea lucrurilor pe care ni le dorim la sfârșit. Această femeie și-a subordonat impulsul de a recădea în vechile metehne, de a se justifica, de a câștiga, de a-și satisface egoul – toate în numele înțelepciunii pe care i-au dat-o conștientizarea, conștiința și imaginația – pentru că, în

fond, ceea ce vrea ea este mult mai important și mult mai puternic în spiritul familiei, decât gratificarea de scurtă durată a egoului, pe care o avea înainte.



Aceste patru înzestrări – conștientizarea de sine, conștiința, imaginația creativă și voința independentă – își au locul în spațiul pe care îl avem noi oamenii între ceea ce ni se întâmplă și răspunsul la acel lucru.

Animalele nu dispun de un astfel de spațiu între stimul și răspuns. Ele sunt în întregime produsul instinctelor lor naturale și al dresajului. Deși au și ele înzestrări unice pe care noi nu le avem, în principiu, trăiesc pentru a supraviețui și a se înmulți.

Datorită acestui spațiu, la ființele umane găsim mai mult – infinit mai mult. Iar acest „mai mult” reprezintă forța vitală, tendința care ne menține într-o transformare permanentă. De fapt, „crești sau mori” este imperativul moral al întregii existențe.

De la clonarea unei oi numite Dolly, în Scoția, există un interes sporit pentru posibilitatea de a clona oameni și pentru întrebarea dacă acest lucru este etic. Până acum, o mare parte a discuției se bazează pe presupunerea că oamenii sunt, pur și simplu, mai avansați decât animalele – că nu există niciun spațiu între stimul și răspuns și că suntem, în esență, produsul *naturii* (genele noastre) și al *educației* (instruirea, creșterea, cultura și mediul actual).

Dar această presupunere nu explică culmile nemaipomenite pe care au ajuns personalități precum Gandhi, Nelson Mandela sau Maica Tereza sau multe dintre realizările mamelor și taților extraordinari din povestirile

acestei cărți. Asta deoarece în adâncul ADN-ului – în structura cromozomială a nucleului fiecărei celule din corpul nostru – există posibilitatea unei dezvoltări și a unei creșteri mai mari, a unor realizări și contribuții mai înalte, datorită dezvoltării și folosirii acestor înzestrări umane unice.

Acum, pe măsură ce această femeie învață cum să-și dezvolte și să-și folosească butonul de pauză, ea devine proactivă. Devine, de asemenea, o „persoană de tranziție” în familia ei – adică, oprește transmiterea tendințelor de la o generație la alta. Oprește aceste lucruri la ea. Le oprește *în* ea. Suferă, desigur, într-o anumită măsură, ceea ce ajută la reducerea „zgurii” intergeneraționale – această tendință moștenită, această obișnuință bine dezvoltată de a reveni, de a fi chit, de a avea dreptate. Exemplul ei este ca o incendiere a semințelor culturii familiale, pentru toți cei care s-au lăsat dominați de acest spirit al răzbunării, certurilor, scandalurilor.

Poți să-ți imaginezi binele pe care-l face femeia aceasta, schimbarea pe care o provoacă, modelul pe care-l oferă, exemplul pe care-l dă? Încet, subtil, poate aproape imperceptibil, ea determină o schimbare profundă în cultura familială. Scrie un nou scenariu. Devine un agent al schimbării.

Toți avem capacitatea de a face acest lucru și nimic nu e mai captivant. Nimic nu e mai nobil, mai motivant, mai asertiv, nu conferă mai multă putere decât conștientizarea celor patru înzestrări și a felului în care se pot combina, pentru a provoca o schimbare personală și familială fundamentală. Pe parcursul cărții, vom analiza în profunzime aceste înzestrări prin intermediul experiențelor oamenilor care și le-au dezvoltat și le-au folosit.

Faptul că avem aceste patru înzestrări unice înseamnă că nimeni nu trebuie să fie o victimă. Chiar dacă provii dintr-o familie disfuncțională sau abuzivă, poți alege să transmiți mai departe o moștenire a bunătății și iubirii. Chiar dacă nu vrei decât să fii mai bun, mai răbdător și mai respectuos decât unele dintre modelele pe care le-ai avut în viață, cultivarea celor patru înzestrări poate hrăni acea sămânță a dorinței, făcând-o să încolțească și permițându-ți să devii așa cum îți dorești cu adevărat să fii, ca om și ca membru al familiei tale.

A „cincea” înzestrare umană

Privind în urmă, împreună cu Sandra, la viața noastră de familie de-a lungul anilor, am ajuns la concluzia că, într-un fel, am putea spune că există o a cincea înzestrare umană: simțul umorului. Am putea să plasăm cu ușurință umorul alături de conștientizarea de sine, imaginație, conștiință și voința

independentă, dar este, de fapt, mai mult o înzestrare umană de grad secund, pentru că iese la suprafață din combinarea celorlalte patru. Obținerea unei perspective amuzante necesită *conștientizarea de sine*, abilitatea de a vedea ironia și paradoxul lucrurilor și de a reafirma ceea ce este cu adevărat important. Umorul se bazează pe *imaginația* creativă, pe abilitatea de a crea conexiuni între lucruri, în moduri care sunt cu adevărat noi și amuzante. Umorul adevărat se bazează și pe *conștiință*, astfel că este cu adevărat înălțător și nu cade în falsitatea cinismului sau a desconsiderării oamenilor. Presupune, de asemenea, voință pentru a face alegerea de a dezvolta un cadru mental plin de umor – să nu fii reactiv*, să nu fii copleșit.

Deși este o înzestrare umană de ordin secund, este deosebit de importantă pentru dezvoltarea unei culturi familiale frumoase. De fapt aș spune că, în familia noastră, elementul central care ne-a ajutat să ne menținem sănătatea psihică, buna dispoziție, unitatea, comuniunea și atracția magnetică a culturii noastre familiale a fost râsul – să spunem glume, să vedem partea „amuzantă” a vieții, să râdem de gulerele scrobite și, pur și simplu, să ne distrăm împreună.

Îmi amintesc că într-o zi, când fiul nostru Stephen era foarte mic, ne-am oprit la raionul de lactate, să luăm niște înghețată. O femeie s-a apropiat în fugă și a trecut în trombă pe lângă noi, foarte grăbită. A apucat două sticle de lapte și s-a grăbit către casa de marcat. Din cauza grabei, cele două sticle grele s-au lovit una de alta și s-au spart, provocând o explozie de cioburi și lapte. Peste întreg magazinul s-a așternut tăcerea. Toți ochii erau ațintiți asupra ei, așa cum stătea acolo udă și jenată. Nimeni nu știa ce să spună sau ce să facă.

Deodată, micul Stephen a spus cu o voce pițigăiată: „Râzi, doamnă! Râzi!”

Ea și toți ceilalți au izbucnit brusc în râs, trecând astfel peste incident. De atunci încolo, când oricare dintre noi are o reacție exagerată într-o situație minoră, cineva spune: „Râzi!”.

Apreciem umorul chiar și în ceea ce privește tendința noastră de a fi reactivi. Odată, de exemplu, am văzut împreună un film cu Tarzan și ne-am hotărât să învățăm câte ceva din repertoriul maimuțelor. Așa încât acum, când ne dăm seama că începem să devenim puțin reactivi, punem în scenă acel repertoriu. Cineva dă tonul, iar apoi ne alăturăm cu toții. Ne scărpinăm

* Concept folosit de autor în opoziție cu conceptul de *proactiv*; a fi reactiv înseamnă a fi pradă unei conjuncturi, a face ceea ce te îndeamnă starea de moment, în vreme ce a fi proactiv înseamnă să îți îndrepti acțiunea, conștient, către zonele unde poate avea efecte controlabile. (n.ed.)

când pe o parte, când pe alta și strigăm „U! u! u! A! a! a!”. Pentru noi, acest lucru spune în mod clar: „Stai așa! Nu există niciun spațiu între stimul și răspuns. Am devenit niște animale”.

Râsul este un factor extraordinar de eliberare a tensiunii. Produce endorfină și alte substanțe chimice în creier, care schimbă starea de spirit și dau un sentiment de plăcere și de alungare a durerii. Umorul este și cel care umanizează și echilibrează relațiile. Este toate aceste lucruri, dar este și ceva mai mult! Simțul umorului reflectă tocmai esența enunțului: „Suntem în afara pistei – și ce dacă?”. El pune lucrurile în perspectiva potrivită, prin urmare „nu ne stresăm pentru lucrurile mărunte”. Ne permite să realizăm că, în esență, toate lucrurile sunt mărunte. Ne împiedică să ne luăm prea în serios și să fim mereu încordați, limitați, revendicativi, hipercorecți, disproporționați, dezechilibrați și perfecționiști. Ne permite să evităm pericolul de a fi atât de cufundați în valori morale sau atât de prinși în rigiditate morală, încât să nu ne mai vedem propria umanitate și realitatea situației.

Oamenii care pot să râdă de greșelile, prostiile și imperfecțiunile lor se pot întoarce înapoi pe pistă mult mai repede decât acele suflete perfecționiste care se situează singure pe calea vinovăției. Simțul umorului este adesea cea de-a treia alternativă la autoînvinuire, așteptări perfecționiste și la un stil de viață nedisciplinat, delăsător, de tipul „merge și-așa”.

La fel ca orice altceva, și umorul poate fi dus la extrem. Poate devia într-o cultură a sarcasmului și a umorului tăios și poate chiar să genereze superficialitate, când nu se mai ia nimic în serios.

Dar adevăratul umor nu este superficialitate, este voieșie. Și reprezintă unul dintre elementele fundamentale ale unei frumoase culturi familiale. Să fii în preajma unor oameni veseli, voieși, care sunt optimiști, plini de povești frumoase și de umor de calitate este tocmai lucrul care-i face pe oameni să vrea să fie unii cu alții. Este, de asemenea, secretul proactivității, deoarece îți oferă o modalitate pozitivă, superioară, non-reactivă de a răspunde la suferințele și coborâșurile vieții cotidiene.

Iubirea este un verb

La un seminar la care vorbeam despre conceptul de proactivitate, un bărbat s-a ridicat și a spus:

– Stephen, îmi place ce spui, dar fiecare situație este diferită. Uită-te la căsnicia mea. Chiar sunt îngrijorat. Soția mea și cu mine nu mai avem, pur