

ΕΚΔΟΣΕΙΣ "ΚΛΕΙΔΑΡΙΘΜΟΣ"

ΠΡΟΣΟΠΙΚΟΤΗΤΑ

Le

ΓΙΑ ΖΕΥΓΑΡΙΑ

ΓΙΑ ΝΑ ΚΑΤΑΝΟΗΣΕΤΕ

ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΣΑΣ ΚΑΙ

ΤΟΝ ΑΝΘΡΩΠΟ ΠΟΥ ΑΓΑΠΑΤΕ



FLORENCE LITTAUER

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Εισαγωγή. Μια φορά κι έναν καιρό ...	9
--------------------------------------	---

Μέρος 1: Η προετοιμασία.

Μια συνοπτική παρουσίαση των προσωπικοτήτων	15
1 Μια διανομή ρόλων	17
2 Ο παλμός ενός σωστού γάμου	35
3 Όταν ηχούν τα κύμβαλα.....	51

Μέρος 2: Η εναρμόνιση.

Η συμβίωση με τις διαφορετικές προσωπικότητες	73
4 Το τραγούδι του Αιματικού.....	75
5 Η μελωδία του Μελαγχολικού	95
6 Η κραυγή του Χολερικού	115
7 Η δυσφορία του Φλεγματικού	135

Μέρος 3: Η μουσική συμφωνία.

Η δυναμική των προσωπικοτήτων	155
8 Διαφορετικά κριτήρια, σενάρια, και σκηνές	157

9 Στον ίδιο τόνο	171
10 Συνθέστε το δικό σας μοναδικό τραγούδι	207
Επίλογος.....	225
Παράρτημα Α: Το χρονοδιάγραμμα των επιστημονικών ανακαλύψεων της θεωρίας των προσωπικοτήτων	227
Παράρτημα Β: Μια συνοπτική ανάλυση των προσωπικοτήτων	229
Παράρτημα Γ: Το τεστ προσωπικότητας	235

Ο ΠΑΛΜΟΣ ΕΝΟΣ ΣΩΣΤΟΥ ΓΑΜΟΥ

Έχει σημασία η προσωπικότητα;

Σε ένα άρθρο που δημοσιεύθηκε πρόσφατα στην εφημερίδα *Desert Sun*, ο Τζέραλντ Φορντ είχε να πει τα εξής για τα πενήντα χρόνια του γάμου του με την Μπέτι: «Είμαι αισιόδοξος στον έγγαμο βίο μου, και με έχει ανταμείψει με πενήντα χρόνια ευτυχίας. Κατά βάση έχουμε την ίδια κοσμοθεωρία. Αντιλαμβανόμαστε τη διαφορετικότητα των προσωπικοτήτων μας ώστε να μπορούμε να συμφιλιώσουμε τις αντιθέσεις μας με υπεύθυνο και ώριμο τρόπο.»

Τα λόγια του Φορντ μάς υπενθυμίζουν πως, όταν δεν κατανοούμε τις διαφορετικές προσωπικότητες, είναι αδύνατον να καταλάβουμε ο ένας τον άλλο και να διευθετήσουμε τις διαφορές μας. Όταν παντρευόμαστε, μπορεί να αγαπιόμαστε με το συναίσθημα, χωρίς να γνωρίζουμε πώς σκέπτεται ο σύντροφός μας. Όμως καθώς το πάθος υποχωρεί και ερχόμαστε αντιμέτωποι με τη ρουτίνα της καθημερινότητας, χρειαζόμαστε μια μέθοδο που να μας βοηθάει να αντιλαμβανόμαστε τι υπάρχει πέρα από το συναίσθημα. Χωρίς αυτή την αντίληψη, η επικοινωνία διακόπτεται, και ή θυμώνουμε ή δε μιλούμε καθόλου. Οι φυσιολογικές αυτές αντιδράσεις αφήνουν και στους δύο συντρόφους μια γεύση δυσαρέσκειας και μοναξιάς.

Ευτυχώς, ο Θεός μάς χάρισε την ικανότητα να μάθουμε για τις διαφορετικές προσωπικότητες. Η κατανόηση αυτή μπορεί να γλιτώσει πολ-

λά ζευγάρια από πολλές στενοχώριες και προβλήματα και να αποτρέψει τις απογοητεύσεις του γάμου-τραμπάλας.

Ο γάμος-τραμπάλα

Όταν ήμουν παιδί, είχαμε απλά παιχνίδια που περιλάμβαναν κάποιου είδους δράση ή δημιουργικότητα. Δεν υπήρχε τηλεόραση, ούτε ηλεκτρονικά παιχνίδια για να μπορούμε να ανατινάξουμε όλο τον κόσμο πατώντας ένα κουμπί. Η φίλη μου η Πέγκι είχε μια τραμπάλα. Δε χρειαζόταν πολλή σκέψη για να συνειδητοποιήσουμε πως δε γινόταν να βρισκόμαστε και οι δύο ταυτόχρονα ψηλά. Όταν η μία ήταν επάνω, η άλλη ήταν κάτω. Το ζητούμενο σε αυτό το παιχνίδι ήταν να μπορέσει κανείς να επιτύχει την ισορροπία. Όμως αυτό δε διαρκούσε πολύ γιατί μόλις η μία από τις δύο αποφάσιζε να κινηθεί ανεξάρτητα, η ισορροπία πήγαινε περίπατο. Για άλλη μία φορά η μια βρισκόταν *ψηλά* και η άλλη *κάτω*.

Το παιχνίδι αυτό μοιάζει πολύ με το γάμο. Ο ένας βρίσκεται ψηλά, ενώ ο άλλος είναι κάτω και ταλαντεύομαστε διαρκώς, σπάνια καταφέρνοντας να διατηρήσουμε την ισορροπία μας για πολύ. Οι στιγμές της αρμονίας μάς γεμίζουν ελπίδα — τελικά αγαπιόμαστε — αλλά φτάνει μία απερίσκεπτη κουβέντα από το σύντροφό μας για να βρεθούμε στο έδαφος. Τότε αισθανόμαστε καταβεβλημένοι και πληγωμένοι, ενώ εκείνος που έδωσε την ώθηση βασανίζεται από κάποιες τύψεις.

Τα αρνητικά αυτά συναισθήματα του πόνου και της ενοχής εξαφανίζονται το πάθος και θέτουν ερωτηματικά για την αγάπη μας. Αρχίζουμε να σκεπτόμαστε «Δεν υπάρχει πια λόγος να προσπαθήσω να σώσω αυτόν το γάμο. Υπάρχουν άνθρωποι που δείχνουν να με αποδέχονται όπως ακριβώς είμαι. Γιατί να είμαι εγώ αυτός που πρέπει να αλλάξει;» Τέλος, νοιώθουμε απανδισμένοι που είμαστε μόνιμα από κάτω και αποφασίζουμε να πηδήσουμε από την τραμπάλα. Όμως δε συνειδητοποιούμε πόσο επώδυνο μπορεί να είναι το χτύπημα αυτό για τον ή τη σύντροφό μας. Ενώ πασχίζει να σηκωθεί από το πέσιμο, με τον εγωισμό του γεμάτο μελανιές, μονολογεί «Ως εδώ! Εγώ δεν ξαναπαίζω ποτέ αυτό το ηλίθιο παιχνίδι.»

Τα σκαμπανεβάσματα του γάμου είναι από μόνα τους αρκετά οδυνηρά, αλλά όταν κανείς μας δεν είναι πρόθυμος να παίξει καν το παιχνίδι οι ελπίδες είναι ελάχιστες. Η δυνατότητα να κατανοήσετε ο ένας την προ-

σωπικότητα του άλλου θα σας βάλει σε μια καινούργια στρατηγική επίτευξης του στόχου σας, σε ένα παιχνίδι με πολλές ελπίδες και με έπαθλο την ηρεμία. Τέρμα τα σκαμπανεβάσματα, τέρμα τα σπρωξίματα και οι τρικλοποδιές, τέρμα τα τραύματα και οι ενοχές. Αντίθετα, θα διατηρήσετε την ισορροπία του γάμου σας, θα ξεφορτωθείτε την τραμπάλα, και θα παίξετε το λυτρωτικό παιχνίδι της αγάπης.

Ένας δυστυχισμένος γάμος μπορεί να σας αρρωστήσει

Δυστυχώς, πολλοί άνθρωποι δε συνειδητοποιούν πόσο σημαντικό είναι να προσπαθήσουν να ισορροπήσουν την «τραμπάλα του γάμου τους». Η επιδίωξη της συζυγικής ισορροπίας δε δίνει μόνο χαρά στη σχέση, αλλά και γλιτώνει τους συζύγους από ιδιαίτερα οδυνηρές καταστάσεις.

Στις 12 Φεβρουαρίου του 2001, το ένθετο του Τρόπου Ζωής στο περιοδικό *USA Today* είχε τον τίτλο «Ένας δυστυχισμένος γάμος μπορεί να σας αρρωστήσει». Όταν διάβασα τον τίτλο αναθάρρησα, καθώς μετά από τριάντα χρόνια ενασχόλησης με γάμους στα πρόθυρα νευρικής κρίσης και πενήντα χρόνια προσωπικής συζυγικής εμπειρίας, ήξερα πόση αλήθεια έκρυβε αυτή η φράση. Διαβάζοντας το άρθρο, σημείωσα αναφορές από αρκετές μελέτες που έγιναν σε έγγαμους ανθρώπους. Όλες κατέληγαν σε παρόμοια συμπεράσματα: Ένας ευτυχισμένος γάμος προστατεύει τις γυναίκες από εγκεφαλικά επεισόδια και καρδιακές προσβολές μετά την εμμηνόπαυση, την περίοδο που ο κίνδυνος αυξάνεται ραγδαία. Αντίστροφα, ένας δυστυχισμένος γάμος μπορεί να μας ξεκάνει! Εξετάσεις με υπερήχους στις αρτηρίες της καρωτίδας και την αορτή έδειξαν σημαντικές διαφορές ανάμεσα στις γυναίκες που δήλωσαν ευτυχισμένες στο γάμο τους σε σχέση με εκείνες που εξέφρασαν δυσαρέσκεια για τη συντροφική τους σχέση.

Οι ειδικοί συμπέραναν ότι, κάθε φορά που οι γυναίκες νομίζουν πως απωθούν τα πράγματα που τις πληγώνουν, στην ουσία το σώμα τους εισπράττει τον πόνο και αντιδρά αρνητικά. Κάθε σύγκρουση στο γάμο μάς επιβάλλει το τίμημά της ανεβάζοντας την αρτηριακή μας πίεση. Παράλληλα, συμπτώματα ενός κακού γάμου μπορεί να είναι η αύξηση του σωματικού βάρους, η έλλειψη άσκησης, η αδιαφορία για την εμφάνιση και την προσωπική καθαριότητα. Σύμφωνα με τα πορίσματα στα οποία κα-

τέληξε η ψυχολόγος του Πανεπιστημίου του Οχάιο Janice Kiecolt-Glaser, η φραστική σύγκρουση αναστατώνει τις γυναίκες περισσότερο από ό,τι τους άνδρες και τις αρρωσταίνει συχνότερα γιατί «οι γυναίκες είναι πολύ περισσότερο βιολογικά ευαίσθητες απέναντι στις συζυγικές προστριβές. Θυμούνται τους τσακωμούς με κάθε λεπτομέρεια.»

Δεν υπάρχει εύκολη λύση για το πρόβλημα της έντασης μέσα στο γάμο αλλά, στη δουλειά που έχουμε κάνει με τον Φρεντ επάνω σε ζευγάρια, έχουμε διακρίνει θετικές αλλαγές στα άτομα που συνειδητοποιούν, ίσως για πρώτη φορά, πως ο κάθε άνθρωπος γεννιέται με τη δική του προσωπικότητα. Ένας δυστυχισμένος γάμος μπορεί να αποφευχθεί όταν οι σύντροφοι ανακαλύψουν πως στόχος τους δεν είναι να κατατροπώσουν τον άλλο και πως το γεγονός ότι είναι διαφορετικοί δε σημαίνει αυτόματα πως ένας από τους δύο είναι απορριπτέος.

Ένας καλός γάμος κάνει καλό

Αν ένας κακός γάμος μπορεί να σας αρρωστήσει, τότε ένας καλός γάμος μπορεί να σας θεραπεύσει; Ή μήπως θα ήμαστε όλοι πιο ευτυχισμένοι αν ζούσαμε μόνοι μας; Σε ένα πρόσφατο σεμινάριο, αναφέρθηκα σε ένα άρθρο με τίτλο «Οι παντρεμένοι ζουν περισσότερο από τους ανύπαντρους». Τη στιγμή που έπαιρνα μια ανάσα για να συνεχίσω, από κάτω πετάχτηκε ένας εξυπνάκιας και φώναξε «Δεν είναι πως ζούμε περισσότερο. Απλώς μας φαίνεται περισσότερο.»

Μετά από μία δεκαετία έρευνας, οι συγγραφείς ενός καινούργιου βιβλίου με τον τίτλο *The Case for Marriage* (Τα επιχειρήματα υπέρ του γάμου) απέδειξαν στατιστικά ότι, σε αντίθεση με την άποψη του συγκεκριμένου κυρίου, οι παντρεμένοι είναι πράγματι πιο ευτυχείς, πιο υγιείς, και ζουν περισσότερο χρόνια. Σε μια σειρά από καταπληκτικές μελέτες επάνω στη μακροβιότητα, ανακάλυψαν πως οι παντρεμένοι άνδρες ηλικίας σαράντα οκτώ ετών έχουν πιθανότητα 90 τοις εκατό να βρίσκονται στη ζωή στα εξήντα πέντε τους. Ανάμεσα στους εργένηδες ή τους διαζευγμένους, μόνον οι έξι στους δέκα θα ξεπεράσουν το κατώφλι των εξήντα πέντε. Και αντίθετα με το μύθο που υποστηρίζει ότι το διαζύγιο φέρνει στους ανθρώπους ανακούφιση και ευτυχία, μόλις το 18 τοις εκατό των διαζευγμένων που πήραν μέρος στην έρευνα δήλωσαν ευτυχισμένοι. «Έχουν περισσότερες πιθανότητες να βιώσουν οικονομικές δυσκο-

λίες, να αντιμετωπίσουν προβλήματα κατάθλιψης και κατάχρησης ουσιών. Πέρα από τις περιπτώσεις που στο σπίτι υπάρχει βία ή ακραίες εκφράσεις αντιπαράθεσης, ούτε τα παιδιά ωφελούνται από ένα διαζύγιο — αντίθετα, αντιμετωπίζουν περισσότερους κινδύνους.»¹

Οι συγγραφείς Linda J. Waite και Maggie Gallagher επισημαίνουν πως η χώρα μας έχει υιοθετήσει την εσφαλμένη πεποίθηση πως το διαζύγιο δε συνιστά πρόβλημα και δεν πληγώνει τα παιδιά. Αυταπατώμαστε, σε βαθμό να κινδυνεύουμε να ενστερνιστούμε ένα είδος «μεταγαμιαίας κουλτούρας» σύμφωνα με την οποία δεν πιστεύουμε πως ο γάμος ωφελεί σε τίποτε τον άνθρωπο και την κοινωνία γενικότερα. Τα αποτελέσματα της μελέτης των Gallagher και Waite δεν αποτελούν έκπληξη, αν λάβει κανείς υπόψη το πεπρωμένο που όρισε για μας ο Θεός στην Αγία Γραφή. Είμαστε πλασμένοι να απολαμβάνουμε τις χαρές της δέσμευσης του γάμου και, όταν παραβιάζουμε το αρτιότερο σχέδιο του Θεού για την οικογένεια, δεν έχουμε θετικά αποτελέσματα.

Γνωρίζοντας πως το διαζύγιο δεν είναι η ευτυχέστερη (ούτε η υγιεινότερη) επιλογή, τι μπορούμε να κάνουμε προκειμένου να αντλήσουμε μεγαλύτερη ικανοποίηση από το γάμο μας;

Ο σκοπός για τον οποίο αποφάσισα να ασχοληθώ με τις διαφορετικές προσωπικότητες είναι να σας παραδώσω μερικά απλά, ενδεχομένως μάλλον διασκεδαστικά, εργαλεία που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε για να κάνετε την κοινή σας ζωή πιο ευχάριστη και να ανάψετε μια νέα σπίθα στη σχέση σας. Προσωπικά, έχω βιώσει και τις δύο πλευρές της συζυγικής κατανόησης και επιθυμώ να σας βοηθήσω να φροντίσετε το γάμο σας, την υγεία σας, και να διασκεδάσετε με την όλη διαδικασία.

Μη ρεαλιστικές προσδοκίες

Όλοι τρέφουμε κάποιες προσδοκίες για το συζυγικό μας βίο. Πρόκειται για ιδέες που αποκτούμε παρατηρώντας τις διαπροσωπικές σχέσεις των γονιών μας και στη συνέχεια αναπτύσσουμε διαβάζοντας βιβλία ή βλέποντας τηλεόραση. Σε κάποιες περασμένες δεκαετίες, τα τηλεοπτικά πρότυπα ήταν ιδιαίτερα ισχυρά, και επηρέαζαν τον κόσμο που τα κου-

¹ Linda J. Waite και Maggie Gallagher, *The Case for Marriage: Why Married People Are Happier, Healthier, and Better Off Financially* (New York: Doubleday, 2000).

βαλούσε τελικά στο σπίτι του. Οι ρομαντικές ταινίες της εποχής μας υμνούν τα αισθήματα αγάπης, όμως σπάνια απεικονίζουν τη δουλειά και την προσεκτική σκέψη που απαιτεί ο γάμος. Με τέτοιες αντιλήψεις για το γάμο, είναι φυσικό να τρέφουμε κάθε άλλο παρά ρεαλιστικές προσδοκίες και αισιοδοξία.

Ένα ανώμαλο ξεκίνημα

Η Φλεγματική Σάρα μπήκε στο γάμο της προερχόμενη από μια φυσιολογική, ισορροπημένη οικογένεια χαμηλών τόνων. Οι άνθρωποι μιλούσαν ευγενικά ο ένας στον άλλο, και είχαν καλούς τρόπους τόσο στο τραπέζι όσο και στην κοινωνική τους ζωή. Τον Ρόμπερτ τον γνώρισε λίγο αφότου αποφοίτησε από το κολέγιο και εντυπωσιάστηκε από την κυριαρχική του παρουσία μπροστά σε κάθε περίπτωση. Όταν έμπαινε σε ένα χώρο, ο κόσμος «σταματούσε να τον κοιτάξει», όπως παρατήρησε η μητέρα της την πρώτη φορά που τους επισκέφθηκε. Εξαιτίας της ηρεμίας που επικρατούσε στο πατρικό της, η Σάρα γοητεύτηκε από τη διαφορετικότητα του Ρόμπερτ. Όταν έμαθε πως είχε μεγαλώσει σε μια δυσλειτουργική οικογένεια, δεν έδωσε σημασία. Αντίθετα, θεώρησε θετικό το γεγονός ότι είχε την ικανότητα να διαχωρίσει τον εαυτό του από το συναισθηματικό τραύμα που είχε υποστεί ο ίδιος και τα αδέρφια του. Της έδινε φοβερή ενέργεια αλλά, μετά από μια ολόκληρη μέρα μαζί του, ήταν εξαντλημένη.

Ο Ρόμπερτ δεν την πήγε να γνωρίσει την οικογένειά του παρά μόνον αφού είχαν αρραβωνιαστεί. Όπως έμαθε αργότερα, τους είχε προειδοποιήσει να έχουν καλή συμπεριφορά. Έδειχναν πρόσχαροι και καταδεκτικοί άνθρωποι, παρότι σίγουρα πολύ πιο θορυβώδεις από την οικογένειά της. Οι προσδοκίες ενός ευτυχισμένου γάμου δεν της επέτρεπαν να διακρίνει την διαταραχή που μετέδιδε το οικογενειακό περιβάλλον του.

Αφού παντρεύτηκαν, όπως συμβαίνει πολύ συχνά, τα δυνατά σημεία του Ρόμπερτ εκφράστηκαν ακραία με αποτέλεσμα να εξελιχθούν σε ελαττώματα. Η κυριαρχική του αμεσότητα έγινε αυταρχισμός και καταδυσάστευση. Η αγέρωχη επιβλητική φωνή του έγινε αγριοφωνάρες, και η γοητεία του χειραγώγηση. Σύντομα, από ετοιμόλογος έγινε ωμός και κυνικός. Η Σάρα έμαθε να μη διαφωνεί με τον Ρόμπερτ, καθώς ο κανγάς

μπορούσε να ξεκινήσει από οτιδήποτε. Η φιλειρηνική Σάρα βρέθηκε πολύ σύντομα να αναρωτιέται ποιον άνθρωπο είχε παντρευτεί.

Αργότερα, η Σάρα συνειδητοποίησε πως έπρεπε να είχε αντιμετωπίσει με μεγαλύτερο ρεαλισμό την επίδραση που είχε στον Ρόμπερτ το οικογενειακό του περιβάλλον. Τα χρόνια της έντασης που οδήγησαν στο παραλίγο διαζύγιο των γονιών είχαν βαθιές επιπτώσεις στα παιδιά. Σήμερα συνειδητοποιεί πως, εξαιτίας της αρμονικής ζωής που έζησε στο σπίτι της, ήταν αφελής για τα αποτελέσματα που φέρνει ένα δηλητηριασμένο οικογενειακό περιβάλλον.

Σύντομα ανακάλυψε πως οι φωνές και οι τσακωμοί ήταν κομμάτι της καθημερινότητάς του. Η απότομη και εριστική στάση σπάνια προάγει την ευχάριστη οικογενειακή ατμόσφαιρα και, όσο κι αν ο Ρόμπερτ προσπάθησε να αποβάλει τα κακά πρότυπα, ήταν αναπόφευκτο να υιοθετήσει κάποιες από τις συμπεριφορές που είχε διδαχθεί από τους γονείς του.

Μετά από δέκα χρόνια έγγαμου βίου, η Σάρα συνειδητοποιεί πλέον πώς οι παιδικές εμπειρίες κατάφεραν να εισχωρήσουν στη βαθύτερη υπόσταση του Ρόμπερτ, ανεξάρτητα από την ικανότητά του να τις συγκαλύψει. Όσο κι αν πασχίζει να το αποφύγει, ο Ρόμπερτ μερικές φορές παίρνει το επιθετικό ύφος της μητέρας του και τις δικές της «όποιον πάρει ο χάρος» αντιδράσεις όταν του ζητούν να κάνει κάτι που εκ πρώτης όψεως δεν τον βολεύει.

Προφανώς, ο γάμος της Σάρας και του Ρόμπερτ αντιμετώπισε προβλήματα από την αρχή, καταλήγοντας να απέχει πολύ από τις ρόδινες προσδοκίες της πρώτης. Μόνον όταν έμαθε να καταλαβαίνει τη Χολερική προσωπικότητά του η Σάρα κατάφερε να αντιδρά στη συμπεριφορά του με υγιή τρόπο, ώστε οι καταιγίδες να περνούν χωρίς να διακυβεύουν τη βιωσιμότητα του γάμου τους.

Και το περιβάλλον παίζει σημαντικό ρόλο

Το παράδειγμα του Ρόμπερτ και της Σάρας μάς διδάσκει επίσης ένα ακόμη σπουδαίο μάθημα: Γεννιόμαστε με ένα συγκεκριμένο είδος προσωπικότητας (κληρονομικότητα), αλλά ένα αρνητικό υπόβαθρο (περιβάλλον) μπορεί να μετατρέψει τα προτερήματα σε ελαττώματα. Οι τρόπος που συμπεριφέρονται οι γονείς βάζει τα θεμέλια της επιτυχίας ή της αποτυχίας των γάμων των παιδιών τους. Οι ενήλικες αντανακλούν τις

εμπειρίες της παιδικής τους ηλικίας, ακόμη κι αν συνειδητοποιούν το λάθος που κάνουν. Και όταν οι σύζυγοι προέρχονται από πολύ διαφορετικό οικογενειακό περιβάλλον, συνήθως μπαίνουν στο γάμο με πολύ διαφορετικές προσδοκίες, καταλήγοντας σε συχνές προστριβές και απογοήτευση.

Υπάρχουν ελπίδες για έναν τέτοιο γάμο αντιπαραθέσεων; Καταρχήν, η κατανόηση της προσωπικότητας του άλλου μειώνει την ένταση. Όταν συνειδητοποιούμε την προσωπικότητα και το υπόβαθρο του συντρόφου μας τρέφουμε πιο ρεαλιστικές προσδοκίες για τον έγγαμο βίο μας. Επίσης, ανακαλύπτουμε πρωτόγνωρα πράγματα: «Θέλεις να πεις ότι δεν έχεις βαλθεί να με καταστρέψεις; Πως δε μένεις ξάγρυπνος όλη νύχτα να σκέπτεσαι πώς θα διαλύσεις τη ζωή μου;» Όταν βλέπουμε πως ο καθένας μας γεννήθηκε με τη δική του προσωπικότητα, μπορούμε να έρθουμε αντιμέτωποι με τις αδυναμίες μας, να παραδεχθούμε πως αποτελούν εμπόδια στην πρόδοό μας, και να αποφασίσουμε να αλλάξουμε.

Μερικοί από εμάς μπορούμε να αλλάξουμε σε κάποιο βαθμό με τη δύναμη της θέλησής μας, όμως οι περισσότεροι χρειαζόμαστε ένα θαύμα μετά από τόσα χρόνια αρνητικής συμπεριφοράς! Το να προσπαθείς απλώς να είσαι καλός δεν αρκεί. Πρέπει να ζητήσουμε από το Χριστό να έρθει στη ζωή μας και να μας στηρίζει σε αυτό που εμείς δεν μπορούμε να κάνουμε. Όταν μας φωτίσει το Άγιο Πνεύμα, είναι σαν να γεμίζουμε το ντεπόζιτό μας με καύσιμα. Αποκτούμε νέα ενέργεια και ζωντάνια.

Η μαρτυρία τής Σάρας και του Ρόμπερτ απεικονίζει υπέροχα αυτή τη θεραπευτική εμπειρία. Με τη χάρη του Θεού και την κατανόηση της προσωπικότητας του καθενός τους κατάφεραν να σώσουν το γάμο τους. Από τότε που ο Ρόμπερτ ένοιωσε μέσα του το Χριστό, όλο και περισσότερο οι πράξεις του εξαγνίζονται. Και η Σάρα μπορεί πια να πάρει μια βαθιά ανάσα και να αφήσει την μπόρα να περάσει, συνειδητοποιώντας ότι ο Ρόμπερτ είναι όπως είναι γιατί έτσι τον έφτιαξε ο Θεός, αλλά και γιατί έτσι μεγάλωσε. Ως συνετή και υποταγμένη Φλεγματική, η Σάρα έμαθε επίσης να αναγνωρίζει τα δικά της λάθη και να εκτιμάει την εκπαίδευση που της προσφέρει ο ισχυρός Χολερικός σύζυγός της.

Με νέες προσδοκίες και την ευλογία του Θεού, η Σάρα σήμερα δηλώνει, «Εκτιμώ πολύ τη δύναμη του Ρόμπερτ γιατί με βοήθησε να πραγματοποιήσω στόχους που δε θα είχα εκπληρώσει χωρίς ώθηση. Είμαι επίσης ευγνώμων για το γεγονός ότι μάθαμε τις διαφορετικές προσωπι-

κότητες. Χωρίς αυτό δε θα είχαμε εξελίξει τη σχέση μας σε αυτό που είναι σήμερα.»

«Θεέ μου, κάνε να αλλάξει!»

Όταν δεν είμαστε σε θέση να εκτιμήσουμε τις διαφορετικές προσωπικότητες, κινδυνεύουμε να πειστούμε πολύ εύκολα πως η διαφορετικότητα του συντρόφου μας συνεπάγεται πως έχει άδικο. Όλοι οι φίλοι μας συμφωνούν μαζί μας, έχει άδικο. Αφού τους διηγηθούμε τη δική μας εκδοχή της ιστορίας, ο ψυχολόγος και ο πνευματικός μας συμφωνούν κι αυτοί: Έχει άδικο.

Όταν αποδεικνύουμε πως ο σύντροφός μας έχει άδικο, νοιώθουμε καλύτερα, αλλά τίποτε άλλο δεν αλλάζει. Εκείνος εξακολουθεί να είναι ο ίδιος άνθρωπος. Δε βλέπει το λόγο να αλλάξει, εφόσον αγνοεί τη γνώμη των φίλων μας και αρνείται να συμβουλευθεί τον ψυχολόγο ή τον πνευματικό μας. «Τι θα μπορούσαν να μας πουν αυτοί για το δικό μας γάμο; Δε ζουν μαζί μας!» Περιμένει λοιπόν να καταλάβουμε πως εμείς κάνουμε λάθος. Εμείς εξακολουθούμε να τον αντιμετωπίζουμε πολιτισμένα, με την πεποίθηση πως αυτό επιθυμεί ο Θεός από μας, με τη βεβαιότητα ότι όλοι οι φίλοι και οι γνωστοί μας προσεύχονται εν χορώ, «Θεέ μου, κάνει να αλλάξει!»

Σας θυμίζει τίποτε αυτό το σενάριο; Μήπως βρίσκεστε ακόμη στην αίθουσα αναμονής του Θεού, περιμένοντας ότι ανά πάσα στιγμή ο Θεός θα ανοίξει την πόρτα και θα σας επιστρέψει το σύντροφό σας λέγοντας, «Τον άλλαξα»; Πολλοί από μας περνούμε όλη τη συζυγική μας ζωή περιμένοντας να αλλάξει ο άλλος. Όμως όταν οι άνθρωποι ζουν μια ολόκληρη ζωή ελπίζοντας πως κάποια μέρα ο άλλος θα αλλάξει, ζουν ανικανοποίητοι.

Η Τρις, μια πανέξυπνη, ζωηρή, και εύθυμη Αιματική μού έγραψε την ιστορία του γάμου της με ένα σταθερό, εγκεφαλικό, επιτυχημένο οδοντίατρο. Ως Τέλειος Μελαγχολικός, η μεγαλύτερη συγκίνηση της ζωής του ήταν η στιγμή που αφαιρούσε τα σιδεράκια από κάποιο δεκαεξάχρονο κορίτσι και το άκουγε να αναφωνεί, «Ουάου!»

Η Τρις και ο Κρέιγκ είχαν ξεκάθαρα αντίθετες προσωπικότητες, και ξόδεψαν είκοσι χρόνια του γάμου τους πασχίζοντας να αλλάξουν ο ένας τον άλλο, προσδοκώντας οδυνηρά την πολυπόθητη αλλαγή του συντρό-

φου τους. Ο Κρέιγκ περίμενε η Τρις να γίνει πιο σοβαρή, αποφασισμένη, και επιμελής. Επιθυμούσε περισσότερη ακρίβεια στη διαχείριση των οικονομικών του σπιτιού, και της έλεγε πάντοτε «Ό,τι κι αν κάνεις, φρόντισε να μη με δεσμεύσεις με προγράμματα κοινωνικών συναναστροφών.» Η Τρις, από την άλλη, ανυπομονούσε να γίνει ο σύζυγός της περισσότερο αυθόρμητος, ευχάριστος, δραστήριος, και ενθουσιώδης. Ήθελε να είναι πάντα πρόθυμος για μακροσκελείς συζητήσεις μαζί της, και ψυχαγωγικές εξόδους με φίλους και συγγενείς για διασκέδαση.

Η συζυγική τους προστριβή επικεντρωνόταν στο γεγονός ότι ο Κρέιγκ ήθελε η Τρις να κάνει τα πράγματα με το δικό του Μελαγχολικό τρόπο, σωστά και απόλυτα τέλεια, ενώ εκείνη επιθυμούσε από αυτόν να υιοθετήσει τη δική της Αιματική προοπτική, ενεργώντας διασκεδαστικά, ομιλητικά, δημιουργικά. Η Τρις αντιδρούσε στην αντίθεση αυτή αγνοώντας τον Κρέιγκ και συσσωρεύοντας μέσα της τα αρνητικά συναισθήματα. Συχνά αναρωτιόταν γιατί ένοιωθε τόσο κουρασμένη, αδυνατώντας να συνειδητοποιήσει την κατάθλιψη που της προκαλούσε η αδυναμία της να αντιληφθεί τα δικά της συναισθήματα και τη διαφορετικότητα της προσωπικότητας του Κρέιγκ.

Ευτυχώς, δεν ήταν καταδικασμένοι να μείνουν για πάντα στη βασανιστική αυτή αίθουσα αναμονής. Η Τρις διάβασε το *Προσωπικότητα Συν* και άρχισε να αντιλαμβάνεται τις αρχές που διέπουν τα τέσσερα βασικά είδη προσωπικότητας. Όταν διάβασε στην εφημερίδα πως επρόκειτο να δώσουμε με τον Φρεντ μια ομιλία στην περιοχή τους, έσπευσε να την παρακολουθήσει. Ωστόσο, δε ζήτησε από τον Κρέιγκ να τη συνοδεύσει, γνωρίζοντας πως δεν ήθελε να χάνει το χρόνο του με σεμινάρια που ασχολούνταν με τα συναισθήματα. «Όλα αυτά απευθύνονται σε γυναίκες», θα ήταν η απάντησή του.

Όμως εκείνο το βράδυ τα πράγματα ήρθαν διαφορετικά. Ενώ ετοιμαζόταν να φύγει, ο Κρέιγκ τη ρώτησε πού πήγαινε. «Σε ένα σεμινάριο Προσωπικότητας Συν όπου ένα ζευγάρι θα μας δείξει πώς να τα βγάζουμε πέρα με δύσκολους ανθρώπους», ήταν η απάντησή της, προλαβαίνοντας να συγκρατηθεί για να μην προσθέσει, «σαν εσένα».

«Εκείνο το βράδυ πρέπει να βαριόταν τρομακτικά», μου ομολόγησε αργότερα η Τρις, «γιατί έσπευσε να προτείνει, ‘Θα έρθω κι εγώ μαζί σου.’»

Θυμάμαι τη συνάντησή μας εκείνο το βράδυ. Ο Κρέιγκ σχολίασε πως στο πανεπιστήμιο είχε μελετήσει τον Ιπποκράτη αλλά δεν είχε εφαρμόσει ποτέ στον εαυτό του τη συγκεκριμένη θεωρία. (Αυτό δεν κάνουμε όλοι μας;) Και οι δύο επανεμφανίστηκαν την επομένη, κι εκείνος κρατούσε λεπτομερείς σημειώσεις ενώ εκείνη γελούσε και διασκεδάζε με την ψυχή της. Προς το τέλος της ημέρας ο Κρέιγκ χαμογελούσε και η Τρις άρχισε να σημειώνει κι εκείνη μερικά πράγματα.

Με τα χρόνια, καθώς κράτησα κρατήσει επαφή και με την Τρις και με τον Κρέιγκ, και διαπίστωσα ότι και οι δύο άλλαξαν στάση και μοτίβο συμπεριφοράς. Ο Κρέιγκ έπαψε να περιμένει από την Τρις να ωριμάσει και να γίνει σοβαρή. Συνειδητοποίησε πως αυτό που τον γοήτευσε σε αυτή όταν τη γνώρισε ήταν η κεφάτη προσωπικότητά της που αποτελούσε πόλο έλξης για τους ανθρώπους γύρω της. Ξέρει πως εκείνος δε διαθέτει την ευκολία της να πλησιάζει τους άλλους, και νοιώθει κοινωνικά ασφαλής όταν βρίσκεται δίπλα της. Έμαθε επίσης πως δεν πρέπει να περιμένει από εκείνη να κρατάει τα λογιστικά του σπιτιού και κατόπιν να διαμαρτύρεται πως δεν έγιναν σωστά. Προς μεγάλη του έκπληξη, από τη στιγμή που ελάφρυνε το φορτίο της, εκείνη έγινε πιο υπεύθυνη.

Η Τρις έμαθε να εκτιμάει τη Μελαγχολική σύνθεση του Κρέιγκ και την εμμονή του με τη λεπτομέρεια. Αναγνωρίζει πόσο έχει ανάγκη την ηρεμία που αποπνέει η προσωπικότητά του, και έπαψε να προσπαθεί να τον μεταμορφώσει σε έναν άνθρωπο αυθόρμητο και ανέμελο. Τόσο εκείνη όσο και ο Κρέιγκ συνειδητοποίησαν το εξής απίστευτο αλλά αληθινό: όταν ο ένας κάνει θετικές αλλαγές, ο άλλος συνήθως ανταποκρίνεται!

Όπως η Τρις και ο Κρέιγκ έτσι κι εμείς, όταν δεν καταλαβαίνουμε την προσωπικότητα του συντρόφου μας, είμαστε καταδικασμένοι να οδηγηθούμε σε ακραίες συμπεριφορές προκειμένου να τον αλλάξουμε. Σκεπτόμαστε, «Μακάρι να ήταν σαν εμένα», ή «Εγώ θα καταφέρω να τον (ή να την) αλλάξω!» Η Τρις ακολούθησε την εκπαίδευση του *Προσωπικότητα Συν* και σήμερα μοιράζεται την εμπειρία της με άλλους ανθρώπους. Έχει πάψει να προσεύχεται, «Θεέ μου, κάνε να αλλάξει», αλλά ζητάει, «Θεέ μου, βοήθησέ με να συνεχίσω να αλλάζω!»

Ο Κήπος του Θεού

Την Άμι τη συνάντησα για πρώτη φορά σε ένα από τα εργαστήρια προσωπικότητας που οργάνωσα στο Συνεδριακό Κέντρο του Αναχάμι. Ήρθε να με χαιρετήσει χοροπηδώντας, και όσο μου μιλούσε μπορούσα να διακρίνω την Αιματική της ευθυμία σε συνδυασμό με τις χειρονομίες άσκησης ελέγχου από το Χολερικό κομμάτι της προσωπικότητάς της. Ήταν τόσο ενθουσιασμένη με τη διδασκαλία των διαφορετικών προσωπικοτήτων και με τη συνειδητοποίηση πως το γεγονός ότι ο άνδρας της ήταν διαφορετικός δε σήμαινε αυτόματα πως είχε άδικο. Ήταν παντρεμένοι εδώ και επτά χρόνια, ενώ είχαν ήδη αποκτήσει τέσσερις κόρες, ενός, τριών, πέντε, και επτά ετών.

«Την ώρα που καθόμουν εδώ σήμερα, ο Θεός ψιθύρισε κάτι στο αυτί μου». Η Άμι έδειξε το αυτί της γουρλώνοντας τα μάτια. «Μου είπε, ‘Μη φοβηθείς, είμαι ο Θεός. Πάψε να προσπαθείς να ελέγξεις την επόμενη κίνησή σου. Άκου, γιατί είμαι εδώ για να σε διδάξω.’» Από εκείνη τη μέρα, η Άμι ερχόταν να παρακολουθήσει κάθε φορά που έδινα ομιλίες στην Νότια Καλιφόρνια και μου έφερνε τριαντάφυλλα από τον κήπο της. Διάβαζε κάθε βιβλίο προσωπικότητας με το που έβγαινε στα βιβλιοπωλεία, και όλοι στην οικογένειά της άρχισαν να αλλάζουν χωρίς να τους αναγκάζει εκείνη προς αυτή την κατεύθυνση.

Ανατρέχοντας στα πρώτα χρόνια του γάμου της, η Άμι θυμάται στιγμές που ο άνδρας της, ο Πιτ, προσπαθούσε να την «ηρεμήσει» και να μεταλλάξει την προσωπικότητά της, από ανάλαφρη και διασκεδαστική σε σοβαρή και μετρημένη. «Όταν προσπαθούσα να εφαρμόσω αυτές τις αλλαγές», θυμάται, «δεν ήμουν πια ευχάριστη και ένοιωθα πως φορούσα μια μάσκα για να κρύψω τον πραγματικό μου εαυτό. Όμως ήθελα πάση θυσία να συμφιλιωθώ με τον άνδρα μου.» Η Άμι επιχείρησε επίσης να αλλάξει τον Πιτ. Τις στιγμές που ήταν σοβαρός, του έλεγε να ελαφρύνει τη διάθεσή του και να χαρεί τη ζωή. Έτσι κι εκείνος ένοιωθε άβολα, αναγκασμένος να φοράει τη μάσκα του γέλιου και της ευθυμίας όταν αισθανόταν μελαγχολικός. Όσο περισσότερο τον παρότρυνε η Άμι να φτιάξει τη διάθεσή του, τόσο πιο θλιμμένος αισθανόταν.

Της Άμι τής άρεσε να φορτώνει τα κορίτσια στο φορτηγάκι και να περνάει από το συνεργείο αυτοκινήτων του Πιτ με τη μουσική στο τέρμα, και να χαιρετούν όλες μαζί χαμογελώντας και κουνώντας τα χέρια,

προσπαθώντας έτσι να «Φτιάξουν τη διάθεση του μπαμπά και των μηχανικών!» Σήμερα γελάει με τον εαυτό της και αναρωτιέται, «Τι βλακείες έκανα τότε!»

Η τακτική να φορούν μάσκες για να ευχαριστήσουν ο ένας τον άλλον ήταν λάθος και για τους δύο. Όμως όταν ο Θεός τούς χάρισε την ικανότητα να κατανοήσουν τα διαφορετικά είδη προσωπικοτήτων, η Άμι και ο Πιτ μπόρεσαν να σταθούν μπροστά Του, ζητώντας Του να τους αποκαλύψει τις αδυναμίες τους, και επιτρέποντάς Του να τους διαμορφώσει σύμφωνα με την ιδιοσυγκρασία με την οποία γεννήθηκαν.

Σήμερα η Άμι και ο Πιτ συνεργάζονται όλη μέρα στην οικογενειακή τους επιχείρηση. Πολλοί από τους πελάτες τους τους συγχαίρουν για τη γαλήνια συζυγική τους ζωή και ρωτούν πώς τα καταφέρνουν να δουλεύουν και να συμβιώνουν σε πλήρη αρμονία. Η Άμι χαμογελάει και τους εξηγεί πως τα πάντα άλλαξαν από τη στιγμή που ο ένας συνειδητοποίησε την προσωπικότητα του άλλου.

Όπως τα πολύχρωμα τριαντάφυλλα που η Άμι μού έφερνε από τον κήπο της, έτσι και οι διαφορετικές προσωπικότητες συμβάλλουν μοναδικά στο «μπουκέτο» του γάμου. Ή, όπως το έθεσε κάποτε η Άμι, «Ο Θεός μάς έπλασε με σκοπό να συμπληρώνουμε τις αδυναμίες του συντρόφου μας, όχι να εξαντλούμαστε προσπαθώντας να τον αλλάξουμε.»

Δημιουργικοί συνδυασμοί

Μια από τις πλέον ευοίωνες αρχές της θεωρίας των προσωπικοτήτων είναι ότι ερωτευόμαστε τον άνθρωπο που διαθέτει αντίθετες ικανότητες από εμάς. Όμως αυτό συνεπάγεται ότι τελικά συμβιώνουμε και με τις αντίθετες αδυναμίες του. Μήπως ο Θεός έκανε εδώ ένα μεγάλο λάθος; Μήπως έπρεπε να μας είχε ζευγαρώσει με έναν από τους ευχάριστους, συμβατούς ανθρώπους που βλέπουν τη ζωή με τα δικά μας μάτια; Ακούγεται δελεαστικά γαλήνιο, δε συμφωνείτε; Ωστόσο, σπάνια βλέπουμε γύρω μας τέτοια ειρηνικά παραδείγματα ζευγαριών.

Στα πολλά χρόνια της συνεργασίας μου με ζευγάρια, ανακάλυψα πως η φυσική μας επιλογή είναι να παντρευόμαστε ένα σύντροφο αντίθετο από εμάς, που συμπληρώνει τα κενά μας. Ο ήσυχος, εσωστρεφής, οργανωτικός Μελαγχολικός παντρεύεται τη φλύαρη, διασκεδαστική, συναρπαστική Αιματική. Η τολμηρή, εξουσιαστική, ανεξάρτητη Χολερική πα-

ντρεύεται το φιλήσυχο, υποχωρητικό, κάθε άλλο παρά ενθουσιώδη Φλεγματικό. Σε αυτούς τους συνδυασμούς, τα δυνατά σημεία του ενός συμπληρώνουν τις αδυναμίες του άλλου. Δεν ήταν πολύ έξυπνο από το Θεό να οργανώσει έτσι τα πράγματα;

Ο Θεός είναι πολύ περισσότερο δημιουργικός και συναρπαστικός από ό,τι του αναγνωρίζουμε. Συνήθως τον φανταζόμαστε σαν μια αυστηρή πατριαρχική φιγούρα που ασχολείται μαζί μας μόνον όταν πηγαίνουμε στην εκκλησία. Όμως στην πραγματικότητα, ο Θεός είναι αυτός που μας έπλασε και μας έδωσε την προσωπικότητα που προόριζε για μας. Επίσης, μας χάρισε την επιθυμία για έναν άνθρωπο διαφορετικό, που συμπληρώνει τα κενά μας ώστε και οι δύο σαν σύνολο να γίνουμε μια ολοκληρωμένη οντότητα. Ο Φρεντ κι εγώ ανακαλύψαμε πόσο αληθινό είναι αυτό στο δικό μας γάμο. Παρά τις παρεμφερείς Χολερικές μας τάσεις να έχουμε τον έλεγχο της ζωής μας, ταυτόχρονα είμαστε αντίθετοι καθώς εκείνος είναι Μελαγχολικός ενώ εγώ Αιματική. Εκείνος επιθυμεί την τάξη, την ισορροπία, και τα πάντα στην ώρα τους, αλλά η δική μου Αιματική φύση επιδιώκει τη χαρά της ζωής. Γιατί να ζούμε στη θλίψη;

Καθώς ανατρέχω στην ανατροφή των παιδιών μας, συνειδητοποιώ πως καταφέραμε να ισορροπήσουμε απόλυτα μεταξύ μας. Για σκεφθείτε να έχει κανείς δύο Φρεντ. Πόσο σοβαρή, τελειομανή, και καθόλου διασκεδαστική θα ήταν μια τέτοια ζωή. Από την άλλη, τα γέλια δύο Αιματικών γονιών μπορεί να μην ήταν τόσο αστεία αν τα παιδιά πήγαιναν καθημερινά αργοπορημένα στο σχολείο και στο σπίτι δεν υπήρχε φαγητό.

Αναλογιζόμενοι αυτούς τους παράγοντες, με τον Φρεντ αισθανόμαστε ευγνώμονες για τη διαφορετικότητα των χαρακτήρων μας. Στο παιχνίδι της ζωής, εγώ αναποδογυρίζω το παζλ και ο Φρεντ μαζεύει τα κομμάτια. Έτσι κι αλλιώς, έχει πάψει πια να διαμαρτύρεται, και συχνά γελάει με το διασκεδαστικό τρόπο που έχω να φέρνω την καταστροφή.

Καθώς οι άνθρωποι έχουν πράγματι την τάση να παντρεύονται την αντίθετη από αυτούς προσωπικότητα, στο δεύτερο μέρος του βιβλίου θα δώσουμε έμφαση στους συνδυασμούς Αιματικού/Μελαγχολικού και Χολερικού/Φλεγματικού. Μέσα από την πολύχρονη πείρα μου, πρόκειται για τους συνδυασμούς που αντιμετωπίζουν τις μεγαλύτερες δυσκολίες μέχρις ότου ανακαλύψουν τι και γιατί τους συμβαίνει. Όμως από τη στιγμή που αντιλαμβάνονται πως δεν έχουν βαλθεί να καταστρέψουν ο

έναν τον άλλο, χαλαρώνουν και απολαμβάνουν τα χαρίσματα της αντίθετης προσωπικότητας που έχουν δίπλα τους.

Η εφαρμογή της θεωρίας των προσωπικοτήτων προκειμένου να κατανόησετε το γάμο σας θα είναι μια διασκεδαστική εμπειρία και για τους δυο σας. Συμπληρώστε το Τεστ Προσωπικότητας, προσθέστε τα αποτελέσματά σας, και ανακαλύψτε τον τύπο του καθενός σας. Μαζί, μπορείτε να μάθετε να εκτιμάτε το μοναδικό συνδυασμό του γάμου σας.

Και οι τέσσερις είναι απαραίτητες

Ανάμεσα στα άτομα που έχουν παρακολουθήσει το Εργαστήριο Προσωπικότητας υπήρξε και ο Δρ. Τζέρι Όζι. Κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου, του ήρθε η ιδέα πως η δομή της καρδιάς του ανθρώπου έχει ομοιότητες με τα τέσσερα βασικά είδη προσωπικότητας. «Απόλυτα φυσιολογικό», σκέφθηκε ο Τζέρι. «Ο Ιπποκράτης ήταν γιατρός. Γνώριζε το ανθρώπινο σώμα εξίσου καλά με τους διαφορετικούς τύπους της ανθρώπινης ιδιοσυγκρασίας.» Όταν ο Τζέρι με πλησίασε για να μου αποκαλύψει το συμπέρασμά του, του ζήτησα να το γράψει ώστε να μπορέσουμε όλοι να αντιληφθούμε τη συσχέτιση.

«Βρίσκω παράξενη», έγραψε, «τη σκέψη πως ο Θεός που έπλασε τον άνθρωπο, ο οποίος εκφράζει τα τέσσερα βασικά είδη προσωπικότητας, επέλεξε επίσης να τοποθετήσει μέσα στο ξεχωριστό δημιούργημά του μια πολύτιμη καρδιά, στην οποία απευθύνεται επανειλημμένα και άμεσα στη διδασκαλία που προορίζει για μας στο Λόγο Του.» Ο Τζέρι συνέχισε επισημαίνοντας ότι στην καρδιά μας υπάρχουν τέσσερις βασικές κοιλότητες. Στις δύο από αυτές το αίμα έρχεται στην καρδιά (κόλποι), και αντιστοιχούν στις δύο εσωστρεφείς, ενδοσκοπικές προσωπικότητες, τη Μελαγχολική και τη Φλεγματική. Οι άλλες δύο στέλνουν το αίμα στον υπόλοιπο οργανισμό (κοιλίες), όπως οι εξωστρεφείς, παρορμητικές, εκρηκτικές προσωπικότητες των Αιματικών και των Χολερικών.

Με τον ίδιο τρόπο που οι τέσσερις κοιλότητες είναι απαραίτητες για την ισορροπημένη, καλή λειτουργία του κυκλοφορικού συστήματος, και ουσιαστικά για την ίδια τη ζωή, οι τέσσερις προσωπικότητες είναι απαραίτητες για την ισορροπημένη, καλή λειτουργία της ανθρώπινης ύψωσης. Ο σωστός συνδυασμός των τεσσάρων προσωπικοτήτων εξα-

σφαλίζει την υγεία και την προκοπή της οικογένειας, της κοινωνίας, της χώρας, και τελικά όλης της ανθρωπότητας.

Το έξυπνο ανάλογο που σκέφθηκε ο Τζέρι μάς επισημαίνει πως, όπως ακριβώς ο παλμός της καρδιάς μας, έτσι και ο παλμός ενός καλού γάμου είναι οι σύζυγοι να παίρνουν και να δίνουν.

Υπάρχουν φορές που η συμπεριφορά του συντρόφου σας σας τρομάζει:

Πιστεύετε πως πρέπει να βελτιώσει τη διάθεσή της.

Θεωρείτε πως εκείνος δεν σας βοηθάει αρκετά.

Εκείνη νομίζει πως με ένα τέταρτο καθυστέρησης, κανείς είναι στην ώρα του.

Εκείνος νομίζει πως όταν κανείς έρχεται ακριβώς στην ώρα του, έχει καθυστερήσει.

Εσείς οι δύο κάνετε και βλέπετε τα πράγματα διαφορετικά, όμως αυτό δεν σημαίνει πως ο ένας έχει δίκιο και ο άλλος άδικο. Όπως αποκαλύπτει η ειδικός Florence Littauer, οι διαφορές σας είναι μάλλον θέμα προσωπικότητας.

Το *Προσωπικότητα Συν για Ζευγάρια* θα σας βοηθήσει να ξεπεράσετε τις συγκρούσεις προσωπικοτήτων και να εκτιμήσετε τα μοναδικά χαρίσματα που διαθέτει ο σύντροφός σας – και εσείς! Χρησιμοποιώντας τις δοκιμασμένες αρχές του *Προσωπικότητα Συν* και σοφά επιλεγμένα παραδείγματα από περιπτώσεις άλλων ζευγαριών, η Littauer προσφέρει στους συζυγους (γυναίκες και άνδρες):

- Ένα τεστ προσωπικότητας προκειμένου να προσδιορίσουν σε ποιον τύπο ανήκουν
- Τα χαρακτηριστικά γνωρίσματα κάθε τύπου προσωπικότητας
- Τρόπους επίλυσης έντονων συγκρούσεων που προκύπτουν μέσα στο ζευγάρι
- Τι σας περιμένει αν παντρευτείτε έναν άνθρωπο από τον ίδιο με σας τύπο προσωπικότητας, από τον αντίθετο, ή από έναν συμβατό τύπο.

Μην δυσανασχετείτε για τις μεταξύ σας διαφορές, κατανοήστε τις! Επιτρέψτε και ενθαρρύνετε ο ένας τον άλλον να είστε αυτό που ο Θεός σας προόρισε να είστε, μέσα από το *Προσωπικότητα Συν για Ζευγάρια*.



Η **FLORENCE LITTAUER** είναι συγγραφέας πολυάριθμων βιβλίων, μεταξύ των οποίων και το *Προσωπικότητα Συν*, που έχει πουλήσει περισσότερα από ένα εκατομμύριο αντίτυπα. Πρόεδρος του GLASS Speakers, Inc., η Littauer ταξιδεύει σε όλο τον κόσμο μαζί με το σύζυγό της Fred, διδάσκοντας θέματα συναισθηματικής υγείας σε σεμινάρια. Ζει στην Cathedral City, της Καλιφόρνια.

Επισκεφθείτε μας στο Internet:
<http://www.klidarithmos.gr>



ΚΛΕΙΔΑΡΙΘΜΟΣ

Σολωμού 57, 10432, ΑΘΗΝΑ, Τηλ. 210-5237635

ISBN 960-209-742-6



9 789602 097427