

Julia Kathan



# **VŠE** **pro trochu lásky?**

Skončujte se soužením!  
Zbavte se závislosti na lásce!

Všechna práva vyhrazena. Žádnou část knihy není dovoleno užít  
nebo jakýmkoliv způsobem reprodukovat bez písemného souhlasu  
držitele práv, s výjimkou krátkých citací nebo odkazů,  
které tvoří součást kritického zhodnocení.

Text copyright © Julia Kathan, 2008  
Copyright © Omega-Verlag, 2008  
Translated © RNDr. Richard Kříž, 2009  
Cover photo © istock.com  
© Nakladatelství ANAG, 2010  
ISBN 978-80-7263-600-6

# OBSAH

Předmluva .....	6
<b>DÍL PRVNÍ PŮSOBENÍ LÁSKY</b>	
1 Láska a závislost na lásce .....	10
2 Vše pro trochu lásky .....	18
3 Příznaky chování závislosti na lásce .....	22
4 Impulz elixíru života .....	29
5 Jak se roztáčí kolotoč nenaplněné lásky .....	34
6 Pomoc, princezna je ropucha! <i>Muž znejistí</i> .....	37
7 Stálým hostem v čekárně <i>Může být i trochu víc?</i> .....	41
8 Zaslepuje závislost na lásce? .....	48
9 Upíří tanec <i>Kontrola je dobrá, důvěra je lepší</i> .....	51
10 Snaha o změnu nesprávné osoby .....	54
11 Pozor, nebezpečí záměny: Milostné vzplanutí a syndrom pomáhat ..	58
<b>DÍL DRUHÝ PŘÍČINY</b>	
12 Zrcadlo, pověz mi ... <i>Funkce zrcadlení ve vztazích</i> .....	66
13 Tancujme tango .....	69
14 Drama dítěte v nás .....	72

**DÍL TŘETÍ PROMĚNA**

<b>15</b>	Zažehni svůj vnitřní oheň! .....	80
<b>16</b>	Sebehodnocení <i>Kritické dvojče</i> .....	84
<b>17</b>	Zaujmout k lásce jiný postoj <i>Vyplatí se to vůbec?</i> .....	89
<b>18</b>	Řidičský průkaz na lásku .....	93
<b>19</b>	Vytvoření vnitřní jistoty .....	99
<b>20</b>	Nic nemůžeš opustit násilně .....	105
<b>21</b>	Važ si života! .....	110
<b>22</b>	Láska přináší lásku <i>Předpoklady láskyplného vztahu</i> .....	115
<b>23</b>	Time out: Rozhlédni se a otevři srdce .....	119
	Bohyně .....	124
	Kontakt .....	125
	Literatura .....	126

## PODĚKOVÁNÍ

Z celého srdce děkuji svým rádcům, buddhistům Richardu Sonodovi a Yoshi Matsunovi, svému partnerovi Giovanni Gallimu, Ma Bella Kathan, indiánskému duchovnímu přízněnci Peteru Acostovi, své první velké lásce, duchovní sestře Gisele Bongart, a svým jasnovídkám Annette Braun a Susi Schenk!!! Bez vás všech by tato kniha nevznikla.

## PŘEDMLUVA

Láska je nádherný dar a právě pocit, že někoho milujeme, vnáší do života napětí, vzrušení a krásu. Dary se nemají vracet, máme je rozbalit a těšit se z nich.

Krásný pocit zamilovanosti přichází bohužel bez návodu k použití, a proto lásce neporozumíme vždy správně. Snadno upadáme do tenat závislosti a v milovaném člověku vidíme jediný zdroj veškerého štěstí.

To však často vede k tomu, že se dar lásky stává jakousi drogou přinášející smutek, pochyby i závislost a z nádherného setkání se rázem stává vztah přinášející bolest, trable a smutek. A začneme-li si myslet, že bez tohoto „daru“, totiž bez domnělého vysněného prince, nebudeme moci žít či budeme pocíťovat jen absolutní prázdnotu a opuštěnost, zaměňujeme dvě věci. Romantické soužení považujeme za lásku!

Opravdová láska není nemoc a s chorobným chováním nemá nic společného. Láska vychází z nitra, je tady a teď, nepřichází až s lidmi, s nimiž se stýkáme – v nich se láska jenom zrcadlí. Láska byla a je v nás, v každém okamžiku, ne pouze v těch chvílkách, kdy cítíme krásné mrazení a na svět se díváme růžovými brýlemi.

V okamžiku, kdy se zamilujeme, přirozeně překypujeme energií a štěstím a milovaný partner je vnějším podnětem, prostředníkem, díky němuž si štěstí uvědomujeme. Pocit zamilovanosti se však bohužel začne časem nejenom vytrácet – zpravidla po oněch pověstných třech měsících, ale začnou se k němu přidávat i další, méně příjemné pocity. Stále více se projevuje nezdravá touha po lásce, pocity méněcennosti, žárlivost, strach z rozchodu či nutkání partnera kontrolovat, tedy ve směs emoce, které jasně ukazují na závislost na lásce a skutečnou lásku potlačují.

Mnozí lidé jsou s láskou spjati neustále, jiní ji hledají celý život, někdo ji nevyhledává vůbec a někteří ji poznají až po nesčetných strastiplných zážitcích.

Nejsem psycholožka ani uznávaná expertka ve věcech závislosti a nezdravé touhy po lásce a nemohu tvrdit, že znám všechna řešení.

V podstatě nemohu nabídnout nic než závěry, které jsem vyvodila ze své vlastní závislosti. Ve škole romantické lásky jsem nesčetněkrát propadla a nejednu lekci jsem musela opakovat dvakrát i třikrát. Po léta jsem měla nůž v srdci, xkrát jsem měla srdce zlomené a pokaždé jsem si ho zalátala sama. Nevěděla jsem kudy kam a tak dlouho jsem tloukla hlavou o zeď, dokud jsem nepochopila, že je tvrdší než moje lebka. A když mě hlava bolela tak, že jsem nevěděla jak dál, dospěla jsem do situace, z níž nebylo jiné východisko, než pověsit dosavadní strategie ve věcech lásky na hřebík.

Možnosti získat nové, lepší zkušenosti s láskou, ať již ve vztahu nebo sama k sobě, se mi začaly pomalu otevírat díky vlastní spiritualitě a setkávání s pozemskými pomocníky, jejichž působení bylo pro mne natolik prospěšné, že mi připadali jako z jiného světa. Dnes o sobě mohu říci, že se mám ráda. Poznala jsem „opravdovou lásku“, která je stále se mnou a doprovází mě na každém kroku. Každý krůček k ní je výhrou, neboť jen taková láska dává našemu životu smysl.

Doufám, že vám tato kniha pomůže pochopit své vlastní chování a že se vám podaří proměnit nezdravou vášeň v opravdovou lásku. Zamilovat se láskou, která nebolí, a vstoupit na nedotčenou půdu má přinášet potěšení.

dobrodružství a chtěla bys vést život plný ohně, erotiky, vášně a nádherných okamžiků, jako ve filmu. A on to má zařídit. Koneckonců, proto je přece tady.

*„Přitažlivost mezi dvěma lidmi schopnými navázat zdravý vztah spočívající na pravé komunikaci může být silná a vzrušující, ale nikdy není tak neodolatelná jako přitažlivost mezi velmi zamilovanou ženou a mužem, s nímž si může jít zatančit.“*

*Robin Norwood*

Slovo *zatančit si* zde znamená tanec pocitů, střídání prosluněných a temných okamžiků. Tato „hříčka změtí“ je natolik vzrušující, že může mnohdy vést až k sexuální podřízenosti.

Yvonne: „Byla jsem Michaelem tak posedlá, že jsem mu byla kdykoliv k dispozici. Někdy mi zavolał uprostřed noci a přikázal: ‚Zlato, přijed okamžitě ke mně!‘ Jako hypnotizovaná jsem vyskočila z postele, něco jsem na sebe hodila a vyrazila jsem do noci! Stačilo, aby zmáčkl knoflík, a byla jsem u něho! Ani jsem neměla pocit, že bych měla hájit svoji hrdost, na to jsem byla moc vzrušená!“

Znamená to tedy, že se vše na světě točí kolem sexu? Není snad jiná cesta než sado-masochistický vztah, aby si žena přišla na své? To je věc vkusu.

Chceš být s nějakým člověkem i jinde než jenom v posteli? Proč tedy stačí písknutí a postavíš se na start? Nakolik si ceníš sama sebe, necháš-li si takové chování líbit? Nechtěla bys alespoň někdy pocítit vzájemnou spřízněnost duší? Určitě teď říkáš: „Ovšem! Samozřejmě, že to chci!“ Proč si tedy vybíráš jen takové muže, kteří ti tohle nemohou dát? Protože mají zkrátka něco jiného, co tě natolik fascinuje, že všechna dobrá předsevzetí zavrhněš při prvním doteku.

Zdá se, že muž, jemuž se podřizuješ, má nepochybně moc probudit v tobě fúrii. Tuto moc nad sebou mu dáváš *ty*, protože chceš být vášnivá, chceš ztratit sexuální zábrany a toužíš jedině po tom, abys mu ukázala, jaká jsi fantastická milenka. Jsi mistr v naprostém odevzdání se, stále však po očku pozoruješ jeho reakce a snažíš se zjistit, jak si své sexuální odevzdanosti cení.



Sexuální vášeň mezi vámi vytváří pouto, které je návykové jako droga. Nejistota, pochyby, jak to bude mezi vámi dál, i hříčky napětí a uvolňování ještě více stupňují vášeň a vzrušení. Středem vašeho vztahu se stávají vzlety a pády, uvolnění a napětí. Jako scénérie pro svádění se nic nehodí víc než zakázaná či tajná místa, milování v autě, ve výtahu, v kině, na plovárně, ve skrytých hotýlcích nebo v přírodě. Jako bezdomovci hledáte, kam ukryt svoji vášeň, nanejvýš vás vzruší, když si hledáte „lůžko v polích“. Každodennost, rutina nebo nudná ložnice podváděné manželky samozřejmě nemohou obstát.

## Žhavý sex = láska?

Sabrina: „Jakmile ucítí moji oddanost, stane se z něj divoké zvíře a ucítí mě způsobem, jaký jsem nepoznala. Na druhé straně ale tvrdí, že mě nemůže milovat! Jak to, proboha, jde dohromady?“

Proč dělat věci jednoduše, když to jde i složitě? Je známo, že muži jsou schopni oddělovat sex od citů jako dva různé páry bot. Ženy mívají tuto schopnost jen zřídka. City a tělesné pocity jdou u žen většinou ruku v ruce. Sex považují za lásku, a to jak ve světě vlastních citů, tak i citů partnerových.

*„Sexuální přitažlivost vytváří na okamžik iluzi jednoty, avšak bez lásky si i v tomto ‚spojení‘ zůstávají dva cizí lidé stále stejně cizí jako před ním.“*

*Erich Fromm*

Zamilování mohou díky sexualitě nabýt pocitu úplného spojenectví. Za předpokladu, že se oba milují stejně, ne jenom uctívají. A to není zdaleka vždy totéž. Stává se to u dvojic, které oslavují svátek lásky skutečně všemi smysly, ne jenom tělesně.

Je zvláštní, že právě ženy, pokud delší dobu žijí v pevném vztahu, staví sex na vedlejší kolej. Zkrátka proto, že není o co bojovat. Sex bez lásky sice neuznávají, ale kde tedy zůstávají veliké city, když se konečně podařilo navázat vážně míněný vztah? Zvláště mezi milenci, kteří nemohli být delší dobu spolu, třeba kvůli vzdálenosti, nastává na krátkou

## 10 SNAHA O ZMĚNU NESPRÁVNÉ OSOBY

*„Lopotíme se s tím, že chceme partnera změnit. Po čase to vzdáme a řekneme: ‚S tebou to nemá žádný smysl. Odcházím!‘ Opustíme ho, znovu se zamilujeme a zanedlouho zjistíme, že se odehrává opět stejný příběh, jen s jiným představitelem v hlavní roli.“*

*Linda Johnson*

Možná si myslíš: „Kdybych dokázala odejít od svého partnera, bylo by mi líp.“ Nakonec se stejně rozejdete a hra „škatulata hejbejte se ...“ pokračuje. A jako zázrakem se objeví nový uchazeč o tvé srdce. Zdá se, že tentokrát zabral ten pravý.

Jenže hrůza! Nový romeo je tomu starému podobný až k nevíře. Nemá jen tělesné, ale i osobní vlastnosti, které odpovídají dosavadnímu okruhu tvých vyvolených. A nejen to. Dřív či později se i u nového romea odrazí tvůj vlastní způsob chování (i když si myslíš, že něco není v pořádku s tím druhým). Na všech stranách se čokoládové ozdoby začnou drobit a pod sladkou polevou se ukazují méně hezké stránky vztahu. A záhy se naplno projeví, že pokud se nezměníš (či lépe řečeno, nerozšíříš-li svoji schopnost milovat), nebudeš schopna navázat šťastný vztah.

Opakování stejných chyb je frustrující, ale neukazuje nám nic jiného než to, co jsme my samy na sobě dosud nezměnili.

Lisa má pocit, že ji partner hluboce zanedbává, a když mu to oznámí, přidává i seznam požadavků, jak by se měl v budoucnu chovat: „Zasypala jsem ho otázkami a příkazy a on měl jasně pocit, že ho tlačím do kouta, a k ničemu to nevedlo. Ale já si prostě nemůžu pomoci a nedokážu přestat. Chci, aby se za každou cenu změnil. I když dávno vím, že nám to nic nepřinese a že to s láskou nemá nic společného.“

Dospějeme-li do okamžiku, kdy nám nepostačí pár romantických nocí a nadále nebudeme moci přehlížet chatrné důkazy lásky, začneme s naším miláčkem manipulovat. Teď již víme zcela přesně, co by měl

změnit, aby byl takový, jakého si ho představujeme. Skládáme si tedy muže podle svých představ a skrytě – nebo otevřeně – vydáváme příkazy:

Bylo by hezké, kdybys ...

Proč nejsi ...?

Proč neděláš ...?

Proč nemáš ...?

Kdy konečně pochopíš ...?

Jak dlouho budu muset ještě čekat, než ...?

Máme pocit, že jsme v právu, protože nás zanedbává a my tím trpíme, vysvětlíme mu, že se má chovat, jak my si přejeme, sestavujeme analýzy, jestli se tak chová, a když ne, tak proč. Volíme takové strategie, abychom s ním mohly manipulovat a přinutily jsme ho chovat se podle našich představ. Marně. Prince si nemůžeme poskládat. Měj na paměti, že ukážeš-li prstem na nějakou osobu, ukazují čtyři prsty na tebe! Nepomůže nadávat na zrcadlo, máš-li špinavý obličej.

Představ si svůj život jako sklenici vody, v níž se u dna usadil kal. Pak přijde muž, vezme lžičku a vodu zamíchá. V přeneseném smyslu to znamená, že jeho přítomnost a chování zamíchá tvým životem a ty vidíš i kal zvržený ode dna. Je snad jeho vinou, že voda ve tvé sklenici není čistá, nýbrž špinavá? Je správné ho obviňovat a nadávat mu, že ti vzal iluzi, že ve tvé sklenici je jen čistá voda? Možná, že jeho úkolem není vynést na denní světlo jenom tvé dobré stránky, nýbrž i propasti tvého života.

Proč se tak tvrdošijně snažíme změnit, vylepšit nebo kritizovat nepravou osobu? Určitě je jednodušší odkrývat chyby či slabiny druhých a klást požadavky, jak by je ten druhý měl odstranit. Za podobnou slepou snahou se skrývá nejen marná lásky snaha, ale i ohromná iluze, že by naše okolí mělo začít tam, kde vlastně začíná náš úkol. Myslet si, že ti druzí se – na rozdíl od nás – mají ještě hodně co učit, je dost arogantní.

V buddhismu jsou mrzutost, hloupost a arogance označovány jako „tři jedy“. Vyžadujeme-li tedy změnu od někoho jiného, tak dlouho oživujeme jakousi „jedovatou lásku“, dokud se svým nezdravým tendencím

## 14 DRAMA DÍTĚTE V NÁS

*„Nic nás nefascinuje víc než pocit tajemné důvěry, kdy se najdou muž a žena, jejichž chování se doplňuje jako dílky skládačky. A když muž navíc ženě nabídne příležitost vypořádat se s dětskými pocity bolesti a bezmoci, se vzpomínkami, jak byla nemilovaná a nechtěná, a poskytne jí naději, že je překoná – je pro ni prakticky neodolatelný. Čím víc bolesti jsme prožily v dětství, tím více jako dospělí toužíme tyto bolesti znovu prožít a konečně je překonat.“*

*Robin Norwood*

Láska, kterou hledáme, je především silným pocitem spojení, vnitřního souznění a tepla domova. Nebo si to alespoň myslíme. Vyhlížíme někoho, ke komu budeme moci přijít s otevřeným srdcem a říct: „S tebou se cítím jako doma!“ Je paradoxní, že, jak jsme si ukázaly, žena toužící po náklonnosti v podstatě nehledá sblížení, nýbrž muže, který ji odmítá. Proč? Co přesně za tím vězí?

Na to, abychom mohly odpovédět, musíme vědět, že se svým partnerem znovu prožíváme drama prvních láskyplných vztahů, které jsme v životě poznaly – k rodičům nebo k nejbližším vychovatelům.

Některé z nás mají bohužel méně hezké vzpomínky na dětství, buď proto, že žily v narušené rodině, jeden z rodičů byl nemocný nebo násilnický, zemřel, nebo rodinu opustil, že zažily sexuální zneužívání nebo utrpěly jiná poranění. V dobře fungující rodině jsou rodiče dětem a jejich potřebám vždy k dispozici. V narušené rodině je to naopak, děti se musejí starat o potřeby rodičů. Jako malí potřebujeme pocit, že nás rodiče ochraňují. Avšak pokud je v chování rodičů něco v nepořádku, což děti instinktivně vycítí, myslí si, že to musejí napravit samy, aby přežily. Pro dítě to obvykle znamená, že žije v nesprávné životní roli. Pro mnohé z nás se z toho stane základ našeho budoucího chování v dospělosti, protože se staráme o vlastní rodiče, abychom získaly lásku a nebyly raněny.

*„Vyrůstal jsem v rodině, v níž nebylo dovoleno dávat najevo city. Cítil jsem zodpovědnost za spokojenost lidí kolem sebe. Malý Ken se naučil o mnoha věcech mlčet, nebo s nimi přinejmenším zacházet velmi opatrně. Když mi bylo asi padesát let a začal jsem pracovat na svém růstu, naučil jsem se necítit zodpovědnost za city lidí z mého okolí.“*

Ken Keyes

Lidé dychtivě toužící po lásce pocházejí většinou z podobných dysfunkčních rodin. Bohužel se často stává, že děti nepoznají náklonnost a vřelé city otce nebo matky, které nezbytně potřebují. Jako dospělí pak pochopitelně stále ještě touží po lidské blízkosti, jíž se jim nedostávalo v dětství, a proto podvědomě obzvláště silně reagují na lidi emocionálně uzavřené, neboť jim tato výrazná charakterová vlastnost připomíná odtaižitou matku nebo nepřítomného otce. Ten, kdo je takto poznamenan, staví emocionální potřeby druhých lidí výše než své vlastní. Tato ztráta vztahu k sobě samému tvoří základ závislosti na lásce.

K tomu se ještě přidává fakt, že když jsme byly malými dětmi, setkaly jsme se s traumatickými zážitky, které jsme tehdy neuměly zpracovat, resp. vysvětlit. Zážitky zůstaly buďto nevysvětleny, nebo jsme byly moc malé na to, abychom je mohly pochopit. Jinými slovy, každá z nás má alespoň *jeden* traumatický zážitek z dětství, s nímž jsme se, resp. dítě v nás, dodnes nedokázaly vypořádat. A ten volá po léčení. Staré, dodnes nezhojené, jizvy se opět bolestně vynořují, dostane-li se do hry partner, do něhož můžeme promítnout v podvědomí uložené zážitky. V takovém případě prcháme před láskou nebo strpíme reaktivované filmy, aniž bychom si uvědomovaly jejich příčiny a aniž bychom byly schopny aktivně je měnit. Jizvy z dětství se dají navenek vyléčit, jsme dospělé a rozumné a dosáhly jsme jakéhosi postavení v životě. Avšak přetrvávají v našem nitru a kdykoliv se mohou vynořit.

„Partnerství je nejlepší možností opět se s těmito jizvami setkat a navždy je vyléčit“, říká Pierre Franckh, což je vlastně dobrá zpráva.

Co dělá „dítě v nás“? Řídí náš život mnohem více, než si umíme představit, a dokonce nás směřuje k člověku, který nám zlomí srdce. Stará se o to, aby partner měl do všech detailů stejné „kvality“ jako

## 16 SEBEHODNOCENÍ

### Kritické dvojče

*„... Až konečně jednou pochopíme, že jsme a vždy jsme byli hodni lásky takoví, jací jsme, budou nás tak vidět i všichni ostatní.“*

*Pierre Franckh*

Sebehodnocení je uvědoměním si ceny, kterou samy sobě přikládáme. Co pro sebe znamená ty sama? Vážíš si sebe? Máš pocit vlastní ceny?

Caroline, typická žena toužící po lásce, říká: „Nejsem schopná vnímat vlastní cenu. Připadám si hezká, jen když po mně touží! Právě to mi můj partner dává, nebo přinejmenším dával, když jsme byli spolu: obdiv, jak jsem v každém ohledu krásná, protože jenom jemu skutečně věřím! Z celého srdce po tom toužím a kvůli tomu jsem ochotná mnoho věcí přehlížet.“

Trpíš-li až chorobnou touhou po lásce, je zřejmé, že máš o sobě velmi malé mínění. A protože postrádáš pocit vlastní ceny, snažíš se získat alespoň kousek koláče, o němž se domníváš, že ho vidíš u svého partnera. Přitom se ve tvém vyvoleném jako v zrcadle odrážejí pouze tvá vlastní krása, šarm, hodnota, hloubka a laskavost!

Až jednou sama objevíš své kvality, budeš přitahovat partnery, kteří si tě díky tomu budou vážit. To je ona pověstná funkce zrcadlení. Ve stejné míře, jako si budeš vážit sebe sama, si tě budou vážit i lidé z tvého okolí. A jestliže tě tvůj nejbližší nedocení, budeš mít k sobě dostatek sebelásky a respektu, abys odešla od muže, který si tě neváží a zraňuje tě.

Laskavý vztah k vlastní osobě však nemívá u žen příliš vysoký kurz. Kdyby ti nějaká dobrá víla dala možnost vybrat si mezi pocitem vlastní ceny, který bude každým dnem narůstat, a těžko udržitelným mužem, který tě tu a tam zahrne komplimenty – co by sis asi vybrala? Je to jasné, stejně jako většina žen bys chtěla, aby si tě někdo vážil a uctíval tě. Najdeš si tedy lichotníka, který ti toto přání načas splní, a pak se začne opět chovat přezíravě.

Přítom základem každého vztahu je skutečně milovat sám sebe. Nestací mít se ráda, musíš se respektovat, hýčkat a pečovat o sebe, splnit si každé přání, které si na očích uvidíš, kdykoliv se podíváš do zrcadla, a dodávat si odvalu a dobrou náladu do každého nového dne. Co je na tom tak těžkého? Proč nám to připadá tak podivné a nadnesené? Protože jsme se to nikde neučily. Přínejmenším ne dostatečně. Protože chceme, aby naše ocenění přišlo zvnějšku, od hrdiny, na něhož hledíme jako na důstojnou porotu.

Ženy jsou nádherné a citlivé bytosti. Jsme zpravidla krásnější, duchovnější a často i citlivější než naše mužské protějšky. A přesto se plazíme po kolenou za panem supernepřístupným, oddaně se vrháme kolem krku každému, kdo nás chce jen využít. Jak dlouho ještě? Co se ještě musí stát, aby ... Proč se vzdáváme tak podstatných potřeb?

*„Život je nejcennějším pokladem. I jediný den života má větší cenu než miliony ryo ve zlatě.“*

*Nichiren Daishonin*

*(ryo – zlaté japonské mince z období před vládou dynastie Meidži, pozn. překl.)*

Jenny vypráví: „Jmenuje se Julian a je abstinující alkoholik. Fascinuje mě a mám pocit, že jsem k němu připoutána, ale je tu jeden problém – chtěla bych víc než pouhé přátelství, jenže on mé pocity neopětuje. Stále ta stará písnička! Julian není schopen navázat normální vztah. Ještě nikdy neměl delší vztah a v době své drogové závislosti spal asi se dvěma stovkami žen!

Jednoznačně mně odmítl. Udělala jsem chybu a vnucovala jsem se mu, ačkoliv mě pořád odháněl. Celou situaci jsem korunovala tím, že jsem si mu nahá lehla do postele a doufala jsem, že ho obměkčím. Nepovedlo se, protože jak atraktivní může být žena, která si myslí: dotkni se mě, prosím, nech mě u sebe, spi se mnou! Proč po mně netoužíš? Julian zůstal naprosto chladný a jasně a důrazně mi řekl, že můj neohrabaný pokus o sblížení překročil všechny meze.

Rozhodně to od něj nebylo hezké, ale vina byla na mé straně. Když jde o chlapy, prodávám se pod cenou, nemám pravdu?“

# VŠE pro trochu lásky?

Jsou to především ženy, které mají tendenci upnout se na lásku a vztah jako na elixír života a neustále se zamilovávají do toho nepravého: ženatého, workoholika, narkomana nebo alkoholika neschopného vztahu, vysněného prince, který žije daleko, nebo do kombinace všech – každopádně do muže, který ženě zaručně nemůže dát to, co si přeje, a který o ni projevuje menší zájem než žena o něj.

Přesto ženy, které si podobné typy mužů vybírají, dělají vše pro trochu lásky od svých vyvolených. Podceňují se, ponižují se a ačkoliv často samy dobře vědí, že se nechovají správně, nejsou schopny s tím skoncovat. Jejich touha je často vede k zoufalé posedlosti, která má moc svrhnout člověka do deprese nebo dokonce z balkonu.

Julia Kathan nepopisuje pouze příznaky závislosti na lásce. Nabízí také jasné řešení, odkrývá neustále se opakující model, ukazuje, jak je možné změnit závislost v opravdovou lásku, a dodává odvalu a touhu ke změně.

Julia Kathan (Wassermann) získala v Německu a Los Angeles herecké vzdělání a účinkovala rovněž v mnoha televizních a rozhlasových pořadech. Mimoto je autorkou písní, tanečnicí a učitelkou flamenga, matkou čtyřleté dcery a již dvacet let aktivní buddhistkou. Žije v Německu a v Itálii. Jako trenérka předává vlastní zkušenosti se závislostí na lásce a jejím překonání.