



*milovník taková jákú*

Pierre Franckh

# Pravidla pro šťastnou lásku

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.

© Pierre Franckh, 2004  
Original German Language Publication  
2004 by KOHA Verlag GmbH, Burgrain, Germany  
© iStockphoto.com  
© Translation Mgr. Martina Konečná  
© Nakladatelství ANAG, 2009  
ISBN 978-80-7263-550-4

# Obsah

	Můj příběh	11
	Silná touha najít si správného partnera	21
	Pravidla pro šťastnou lásku	24
Pravidlo 1:	<b>Sex při hledání partnera nepomáhá</b>	26
	Na chvíli nebo navždy?	26
	Sex vytváří vazby	29
	Kdo je ten pravý/ta pravá?	32
Pravidlo 2:	<b>Buď čestný k sobě samému</b>	35
	Seznam – inventura	35
	Co si ve svém vztahu přeji	36
	Co jsem ochoten sám dát	39
	Co ve svém vztahu mám	42
	Existují ve tvém životě situace, které se neustále opakují?	48
Pravidlo 3:	<b>Dostáváš vždycky jediné to, co sám dáváš</b>	59
	Vztah se neustále nově utváří	59
	Volba partnera	60
	Vztahová témata	62
Pravidlo 4:	<b>Nikdy se ke svému partnerovi nechovej jako ke svému vlastnictví</b>	67
Pravidlo 5:	<b>Žij ve vztahu, který skutečně máš</b>	72
Pravidlo 6:	<b>Osvobod se od minulosti</b>	77
	Osvobodit se znamená osvobodit se úplně	81
Pravidlo 7:	<b>Mluv se svým partnerem</b>	86
	Mluvení přináší lehkost	87
	Mluvení přináší hloubku	90
	Hádka může být také formou komunikace	93
	Mluvení beze slov	95

Pravidlo 8:	<b>Mluvte o tom, o čem se nehovoří – o sexu</b>	97
	Ty určuješ, jak naplněná má být	
	tvá sexualita	97
	Záliby se mění	99
Pravidlo 9:	<b>Nepodřizuj se žádné normě, a už vůbec ne při sexu</b>	103
	Sex je stejně pomíjející jako čas	106
	Nikde se tolik nelže	110
	Sex není tak častý, jak by se mohlo zdát	113
	Žádná norma neexistuje	114
Pravidlo 10:	<b>Nezaměňuj sex za lásku</b>	116
	Oni spolu spí a zůstávají si při tom cizí	116
	Jak se dostanu k dobrému sexu?	118
	„Dobrý“ sex	120
Pravidlo 11:	<b>Jsi milován takový, jaký jsi</b>	124
Pravidlo 12:	<b>Opravdová blízkost vzniká odevzdáním se</b>	130
	Proč je odevzdání se tak obtížné?	130
	Bez lásky není důvod spolu zůstat	133
Pravidlo 13:	<b>Nauč se brát</b>	136
	Partnerství znamená stejnou měrou dávat i brát	136
Pravidlo 14:	<b>Pečuj o svůj vztah</b>	139
	Břímě táhnoucí ke dnu	139
	Vezmi si zase zpátky to, na čem jste se oba dohodli	142
Pravidlo 15:	<b>Udělej svému partnerovi místo ve svém životě</b>	145

Pravidlo 16: <b>Podporuj svého partnera</b>	148
Každý úspěch tvého partnera je také tvým úspěchem	148
Pravidlo 17: <b>Nemluv o svém partnerovi špatně</b>	151
Mluv se svým partnerem, ne o něm	151
Pravidlo 18: <b>Nehraj si s ohněm</b>	158
Flirt – vstupní droga pro nevěru	158
Pravidlo 19: <b>Věrnost je tvůj nejdůležitější kapitál</b>	164
Docela obyčejná nevěra	164
Zdánlivé výhody a skutečné důsledky	165
Jak to, že se náš vztah vůbec dostal do tohoto bodu?	168
Varianty v chaosu:	
další důsledky	171
Když má nevěra následky	172
Milostný trojúhelník se zřídka kdy týká jenom tří	173
Když je rozchod nevyhnutelný	174
Pravidlo 20: <b>S koncem aféry začíná práce na vztahu</b>	176
Fénix z popela	178
Pravidlo 21: <b>Dej svému partnerství hlubší smysl</b>	181
Vyšší cíle	186
Poděkování	188
O autorovi	189

## Pravidlo 1

# *Sex při hledání partnera nepomáhá*

### **Na chvíli nebo navždy?**

Většina z nás sice chce partnera pro život, ale kupodivu nejdříve hledáme na tělesné rovině. Přitom víme, že tohle dlouhodobě nestačí a nefunguje. K vztahu platí jiné hodnoty. A my je známe, jsou to takové, které pro nás mají zásadní význam, a pokud se silně odlišují, dochází nezadržitelně k rozchodu. A pak jsme zase tam, kde jsme vlastně nechtěli být. Sami a o zklamání bohatší.

---

**Přitom na tvém partnerovi nebylo nic špatného,  
jenom to prostě pro tebe nebyl ten pravý.**

---

To jsme přirozeně předtím nevěděli.

Ale proč ne?

Možná proto, že jsme se o to na začátku našeho vztahu ve skutečnosti nezajímali. Přirozeně jsme nepředpokládali, že prožijeme další zklamání, naopak – chtěli jsme z celého srdce, aby to tentokrát vyšlo. Už jsme nechtěli být dál sami.

Když já i můj partner budeme nyní vědět, že jsme si je oba zrovna tak přinesli s sebou do vztahu, nepotřebuje se už nikdo za nic omlouvat. Svou velikostí dokonce dáváme svému partnerovi šanci, aby se rovněž spojil s nemilovanými součástmi svého vlastního Já. Jsou to ostatně věci, které by on chtěl změnit také na nás.

---

**Buď prostě takový, jaký bys chtěl,  
aby byl i tvůj partner.**

---

Přineseme-li nyní do vztahu svou ochotu dozrávat, růst a transformovat se, je to přesně to, co budeme dostávat.

Není kvůli tomu potřeba dělat nějaké velké kroky. Také neexistuje nic, čeho by se člověk musel okamžitě chytit. Pouze by měl nyní zaostřit svůj pohled sám na sebe. Všechno, co se nám líbí a nelíbí, je naše dílo. Náš partner je náš spoluhráč. Bez nás by nedokázal ztělesňovat vše, co se nám tak nelíbí. Našli jsme se, protože to jsou naše společné části.

---

**Chceš-li partnera, buď jím.**

---

Když se člověk na druhé straně domnívá, že by teď rychle měl vzít nohy na ramena a poohlédnout se po nějakém opravdovém a správném vztahu, měl by si uvědomit, že nepotřebuje utíkat daleko, neboť vždycky najde takového partnera, který odpovídá jeho osobnosti a jeho vědomí. A žádného jiného! Pořád budeme nacházet jen obraz sebe samotného.

Existuje ještě jeden problém. Když člověk odmítá akceptovat, že právě teď má vztah, připravuje tak partnerství vlastně o vše, co přináší. Kvůli tomu bude výsledek odpovídat opaku spokoje-

---

Teprve když opustíš staré,  
můžeš se pustit do nového.

---

Pokud s sebou vlečeme stará partnerství, žijeme v neustálém srovnávání. Tady to bylo vtipnější, tam to bylo smyslnější, tady to bylo hlubší, romantičtější, čestnější, vzrušivější. Přirozeně, že současný partner se tomu nemůže vyrovnat. Ale jenom proto, že mu nedáme vůbec žádnou šanci, aby v našem životě něco znamenal a směl se s námi vyvíjet dál. Neotevřeme žádné prostory, aby u nás mohl zaujmout své místo. Mnohé prostě ještě stále patří našim bývalým partnerům.

Většinou jsou to velmi emocionální místa, místa, kde jsme prožili něco báječného nebo hluboce dojemného. Často jsou to také místa, kde jsme byli hluboce zraněni, tak hluboce, že ještě stále nejsme připraveni se od toho oprostit. Právě zranění nás velmi často drží tak pevně připoutané.

Ale drží nás také okamžiky, ve kterých jsme zranili *my*. Není totiž vůbec jednoduché si přiznat, že lidé, které jsme kdysi milovali a kteří pro nás hodně znamenali, že právě tyto báječné lidi jsme hluboce zranili a zklamali. A nyní už to nelze změnit, nebo dokonce smazat.

Ale přesně s tím se musíme smířit. Je to pryč. Neexistuje nic, co by šlo vzít zpět. Náš bývalý partner už tady není! Rozhodně ne pro nás. Neuzdraví naše rány, pouze nám připomíná naše selhání, naši osamělost a bolest z rozchodu. A přesně tím si klademe překážky do svého života.

Když se nedokážeme oprostit od starého a uplynulého, nemůže náš současný partner tato „obsazená“ místa nikdy získat. Nemůže zaujmout své místo a být plně ve vztahu. Důsledkem toho je, že potom ani jeden z partnerů není ve vztahu naplno. To zraňuje a odděluje. Dříve nebo později náš partner nutně zjistí,



## Mluvení přináší lehkost

Vzpomeň si, když ses čerstvě zamiloval, měli jste na jazyku tisíce slov – se stejným partnerem, se kterým dnes mlčíš. Tehdy jste lehce hovořili o každém detailu vašeho života. Každé mávnutí křídel nějakého motýlka bylo zajímavé, dokonce i zmeškaný autobus. Sdílení bylo součástí života. Přitom nešlo o motýlka nebo o autobus, dalo by se povídat také klidně o něčem jiném. Šlo o pocity, které přitom vznikaly. Existovali jste jeden pro druhého, brali jste se navzájem vážně. Byli jste pro sebe důležití. Oba jste cítili, že se váš život ubírá správným směrem. V této fázi byste pro toho druhého udělali všechno na světě.

Byl tu někdo, kdo naslouchal, kdo projevil zájem a poskytoval porozumění, kdo se společně nad něčím rozčiloval a také se společně nadchl pro stejné věci. Jeden ve druhém jste spatřovali sebe sama. Objevovali jste ve svém nitru stejnou vlnovou délku a skrze ni procítili stejnou hloubku. Nejdůležitějším prostředkem takového prožívání byla komunikace. Teprve ta umožnila, aby vztah rostl a vzkvétal. Na počátku vztahu mezi vámi komunikace volně a dostatečně proudila. A byli jste šťastní.

Přirozeně! Neboť páry, které spolu hodně hovoří, jsou šťastnější a vztah je podstatně stabilnější. I když si spolu vyměňují jen nedůležité maličkosti, i když je společně nadchne jenom plakát na stěně domu nebo oblečení nějaké kolemjdoucí. Oba se aktivně účastní společného života, spolu se radují i rozhořčují. Mluvení spojuje. Mluvení, mluvení, mluvení a právě tak pozorné naslouchání. Při nákupech, před televizorem, v posteli, při sexu, u snídaně. Život je potom společná výměna myšlenek a názorů. Smích, tlachání, zábava, legrácky. Všechno je dostatečně důležité natolik, aby se o tom společně mluvilo – kamarád, který má nyní ještě mladší přítelkyni než dříve, komplikovaný automat v dopravních prostředcích, malá dopravní nehoda na rohu, vysoký účet za telefon, hloupá otevírací doba na poště.

---

Svěřovat se vytváří důvěru, obzvlášť při sexu.

---

Svěřovat se mimo veškerý falešný stud je opravdové schválení intimity.

Náš partner s sebou do vztahu přináší rozmanitou škálu nabídek, která nás činí bohatšími a úplnějšími. Nedívej se výhradně na nedostatky. Rozpoznej také bohatství.

---

Odhalit sám sebe v jednom tichém okamžiku  
je ten největší dar.

---

Součástí bohatého vztahu může být tak velká partnerská důvěra, kdy můžeme svému partnerovi ukázat vše, co naše tělo miluje a co nám například pomáhá k orgasmu. Ale měli bychom mu přirozeně také říct, co naše tělo tolik nevzrušuje anebo co nás spíše odpuzuje. Každý člověk reaguje jinak, každé tělo vnímá odlišně. Náš partner nemůže vědět, co se nám opravdu líbí, když mu to neřekneme.

---

Bez tvé pomoci je tvůj partner bezradný.  
Nezbývá mu než odhadovat.

---

Možná že zná jenom triky, které používal u našich předchůdců/předchůdkyň. My ale máme rádi třeba něco úplně jiného. Když ho nenavedeme, určitě nemá vůbec tušení, jaké jsou naše potřeby a věčně bude jen přehrávat svůj repertoár.

Náš partner každopádně přesně ví, co on má rád, ale pravděpodobně se o tom odvažuje mluvit právě tak málo jako my. Neboť když nebudeme mluvit o sexu my, nejspíš to neudělá ani on.

mi udržet krok. A protože beztak máme ustavičně pocit, že nejsme milováni, když jsme takoví, jací jsme, budeme dělat všechno pro to, abychom udrželi krok s udávanou normou.

---

Muži mají neustále pocit, že mají málo sexu,  
ženy většinou, že je ho příliš.  
V pozdějších letech se to otočí přesně naopak.

---

Kvůli tomu muži začnou užívat viagru a ženy mají milence. Mís-  
to aby se přizpůsobili rytmu a hlubšímu smyslu vztahu nebo  
se chovali způsobem odpovídajícím jejich věku, je podporována  
výlučně iluze věčného mládí. Věčně nažhavený, věčně ve vrchol-  
né kondici a neustále připravený kopulovat.

Ještě nikdy jsme tolik netrénovali, nepotili se a nevěnovali  
se různým pošetilým aktivitám, aby nám mladost co nejdéle vy-  
držela. Naše tělo musí být sexy a je jedno v jakém věku.

A protože takoví, jací jsme, přirozeně nejsme sexy, přinejmen-  
ším si to myslíme, navštěvujeme plastické chirurgy, necháváme  
si do těla vkládat implantáty a odsávat tuky.

Abychom se i nyní cítili, jak jsme sexy – náklady a všechna  
ta námaha se přece musí vyplatit – užívá si mezitím šedesát  
procent mužů a žen svou vášeň při nevěře. Sex už má jenom čás-  
tečně co do činění s partnerstvím. Je často dokonce důležitější  
než partnerství samo. Sex nyní slouží výhradně k uspokojení  
své vlastní žádostivosti. Žádostivost, která se neustále stup-  
ňuje, se stává nutkavější a uvolněnější. Člověk se již neodvažuje  
svěřovat partnerovi svá vlastní nová a tajná přání nebo mu ne-  
důvěřuje, že by je mohl splnit, a prožívá si je raději anonymně  
s cizími milenci.

Čím více mužů a žen zahýbá, tím více to jejich partnery nabá-  
dá k tomu, aby to udělali rovněž. Úroveň zábran rapidně klesá.  
Mít druhého milence je v módě. Vzpomeňme si na společenskou

normu a její pravidla. Funguje to tak jednoduše. Ničemu jinému se nevyplatí věnovat tolik úsilí jako možnosti si užívat.

Mezitím skutečně začneme věřit, že partnerství už nemusí být jediným výhradním dodavatelem našeho každodenního sexu. Přitom jsme přirozeně přesvědčeni, že jiní mají sexu nepochybně více než my.

A protože u toho nemůžeme být, nevíme to jistě a jsme odkázáni na domněnky.

### **Nikde se tolik nelže**

Sex druhých je vždycky mocnější, větší, úžasnější, více vzrušující, smyslnější a přirozeně také podstatně častější.

Vlastní sex oproti tomu je stále nudnější, střídmejší, více rutinní a všední. Člověk časem začne věřit, že s ním něco není v pořádku.

Když hovoříme o sexu s ostatními, lze si vyslechnout spoustu pozoruhodných věcí. Především lží, chvástání a přehánění.

Neboť při žádném jiném tématu se tolik nelže, jako když je řeč o sexu.

Přesto tomu věříme. Věříme totiž téměř všemu, co se nám o sexu navypráví. Přinejmenším se obáváme, že náš partner tomu všemu věří. Proto i my musíme být v posteli právě takoví úžasní hrdinové. Důsledkem je, že i ve svých nejintimnějších chvílkách podléháme výkonnostnímu tlaku. Za tento výkonnostní tlak platíme nedostatkem intimity, lží a předstíráním falešných prožitků. A to všechno jenom pro to, že jsme začali věřit, že jinak bychom nestačili.

Nejhorší na situaci je, že budeme mít často pocit, že se od svého partnera nedozvíme celou pravdu. Nemůžeme si být přirozeně jisti, zda rozkoš, kterou partnerovi věnujeme, mu opravdu připadá tak báječná, jak tvrdí. Vlastně o tom spíše pochybujeme.

Předstíraný orgasmus je totiž v našich postelích skoro už na denním pořádku.

Čtyři z pěti žen někdy předstíraly orgasmus!<sup>1)</sup> Většinou už častokrát. Některé ho dokonce předstírají pokaždé. Ale proč?

---

Raději dvě minuty sténat,  
než celý večer diskutovat.

---

Tento argument se zdá být vesměs pochopitelný, především když známe mužskou ješitnost. Která žena by chtěla být považována za neschopnou orgasmu? To raději bude partnerovi předstírat svůj vrcholný prožitek. Neboť všechny ostatní ženy ho přece mají, ten úžasný sex. A my přirozeně nechceme, aby partner chodil pro sex tam, kde je údajně podstatně lepší.

Hrané sténání má ale bohužel jednu obrovskou nevýhodu. Příští večer přijde od partnera zase ta samá nabídka, protože přece byly vyslány signály, jak to bylo zatraceně dobré a vzrušující.

Čím byla předstíraná akce velkolepější, tím horší sex bude. Pro oba. Oba pocítí hluboký nedostatek porozumění.

---

Kdo podvádí, podvádí jenom sám sebe,  
především v posteli.

---

Jedině my sami si ubližujeme. Sami sebe podvádíme podstatně více než svého partnera. Nesdílíme s ním tento úžasný okamžik. Jak nádherné by to muselo být, a především, jaká blízkost by mohla vzniknout, kdyby se člověk svému partnerovi otevřel a mimo veškerý stud a falešné zábrany mu ukázal něco, co doposud ještě nikomu neodhalil?

---

<sup>1)</sup> Zveřejněno od ABARIS, institutu pro psychoterapii ve Stuttgartu

## Pravidlo 16

### *Podporuj svého partnera*

#### **Každý úspěch tvého partnera je také tvým úspěchem**

Raduj se z každého pokroku svého partnera, jako by to byl tvůj vlastní úspěch. Neboť všechno, co posiluje tvého partnera, posiluje také tebe.

Rozhodně na tom máme větší podíl, než si asi myslíme. Je to také náš pokrok. Už jen kvůli tomu, že jsme dokázali rozvinout dostatek své velikosti, abychom dovolili růst svému partnerovi. Už pouhý fakt, že jsme mu dopřáli svobodu, aby se mohl rozvíjet, ukazuje naši velikost.

Když svého partnera podporujeme, a je zcela jedno, jaký názor vlastně zastáváme, když z jeho přání činíme své přání, cítí se náš partner chápán a podporován. S námi si je jistý. Důvěřuje naší radě, protože ví, že pro něj chceme jen to nejlepší. Ví, že nechceme bránit jeho věcem kvůli nějaké malichernosti. Tím posilujeme nejenom svého partnera, ale současně také upevňujeme partnerství.

Na druhé straně, pokud neexistuje žádný vývoj, partnerství vázne a jednoho dne se nám to přestane líbit. Nejpozději tehdy, až se budeme chtít dál rozvíjet my sami.

---

## Chceš-li po svém boku silného partnera, tak ho podporuj.

---

Náš partner chce a potřebuje naši podporu.

Nejlepší je, když z přání svého partnera uděláme svá vlastní přání. Neměli bychom být tím nejostřejším kritikem, který již ten nejmenší rozkvět nových nápadů zadupe do země.

Většinou se to děje ze strachu ze změny a z nějaké dřívější zkušenosti, že by se to pak mohlo obrátit proti nám. Potom se pokoušíme udržovat svého partnera malého jen proto, abychom se my sami mohli cítit velcí. V silném vztahu ovšem pro takovou malichernost neexistuje místo.

Pokud panuje bojová síla uvnitř vztahu, nezbývá už příliš mnoho energie pro aktivity ve vnějším světě. Když se v partnerství neustále navzájem blokuje, stojí nás to oba hodně sil.

Budeme mít pochopitelně pocit, že nás vztah vysiluje, že se musíme překonávat, že je pro nás překážkou. Což skutečně jednou také bude.

Nedostaneme se k tomu, co jsme vlastně chtěli. A někdy později začneme přemýšlet, proč bychom v takovém partnerství vlastně měli zůstat.

Když má člověk pocit, že ho vztah omezuje, cítí se partner teprve omezován. A to všechno kvůli tomu, že se ho neustále pokoušíme udržet malého a nedovolujeme mu žádný další vývoj.

Tím ale udržujeme malý také náš vztah. Ve skutečnosti tedy člověk omezuje jenom sám sebe, protože tímto způsobem stále zůstává v „nesvobodném“ vztahu.

Měli bychom se tedy radovat z každého úspěchu svého partnera. A pokud je náš partner chytrý a rozpozná skutečnou hodnotu vztahu, naše uznání nám oplatí a ze svého úspěchu udělá společný úspěch.

A to především, když jsme k někomu vázáni. Jednomu z nich něco nalháváme.

Místo abychom svůj šarm a svůj sex-appeal vnášeli do vztahu, používáme je k získání obdivu a uznání od jiných lidí.

Přitom je v podstatě snadné, abychom zpočátku působili atraktivně a žádoucně. Každý nás tak bude vnímat, pokud se budeme ukazovat pouze z té přitažlivé stránky. Vzpomeň si, že tvůj partner byl tebou zpočátku také fascinován. Ale v trvalém vztahu nakonec odhalujeme všechny své stránky, nejenom ty smyslné.

---

### Flirt je vstupní drogou pro nevěru.

---

Je snadné působit omamně na cizí, kteří o nás nic nevědí, vůbec nás neznají, netuší nic o našem skutečném charakteru a nevnímají naše stinné stránky. Především, jde tu „pouze“ o sex. Jedině pro tento krátkodobý zisk se již vydáváme na stezku rozchodu.

Letným okamžikem flirtu odhazujeme z našeho vztahu vybudovanou důvěru a bezpečí intimity. A vrací se nám žárlivost a odstup.

Kromě toho může flirt obsahovat podivnou vlastní dynamiku. Ten velkolepý pocit, že jsme opět žádoucí, dává křídla a propůjčuje člověku pocit, že znovu žije. Nerozpoznáme pomíjivost takového stavu. Naopak, začneme jej vnímat jako reálný a srovnávat se svým starým vztahem, který tomu přirozeně nemůže čelit.

Nyní nám samozřejmě o to více bije do očí všednost našeho starého vztahu, který se zcela očividně nachází v krizi, jinak bychom se nenechali ke flirtu strhnout.

A později, doma, ve spárech každodennosti, se ohlásí rozum s veškerými svými argumenty. „Byl tu někdo, kdo rozpoznal naši jedinečnost, to zvláštní v nás – sílu, smyslnost, báječnou duši. Tento někdo v nás spatřil všechny kvality, které našeho



---

## Každé desáté dítě je kukaččí.

---

O výchovu dětí se má tedy postarat podvedený. Přirozeně o tom nesmí vůbec vědět, jinak by tak lstivě nastrojený „obchod“ nefungoval. Na fakt, jak se zvětšuje nedůvěra otců, poukazuje zvýšená poptávka po genetickém testu otcovství. Experti odhadují, že každé desáté dítě je kukaččí. V Německu žije milion dětí, které nepocházejí od domnělého otce. Ročně se takhle v Německu narodí čtyřicet tisíc dětí.

Jaká dramata a zranění jsou s tím spojena, si lze stěží představit.

---

## Dříve nebo později je dítěti „otec“ sebrán.

---

A mužům je mnohdy ukraden smysl jejich života. O právních důsledcích ani nemluvě. A to všechno kvůli jedné nevěře s následky. Život je vybudovaný na podvodu a zradě. Hluběji už člověka zasáhnout nelze. A sice člověka, kterého milujeme.

## **Milostný trojúhelník se zřídkakdy týká jenom tří**

Nevěra je možná zpočátku vnímána lehkomyšlně a neuváženě, ale ve skutečnosti spouští velmi hluboce zasahující události. Nedotkne se totiž jen nás, našeho partnera a milence či milenky.

Nevěry se zřídkakdy účastní pouze tři. Někdy má milenec/milenka také svého partnera, potom už jsme čtyři.

Možná my sami máme také děti, tchána a tchyni nebo přátele, kteří nás považují za vzor. Možná mají milenec či milenka také

## Fénix z popela

Náš partner nás podvedl. Cítíme se zranění a zrazení. A přesto je to přesně to, co jsme si vybrali. Zvolili jsme si takového partnera, abychom učinili přesně tuto bolestnou zkušenost. Dohnali jsme to až k tomuto bodu, abychom se opět na něco rozpomněli. I když je to ještě stále velmi bolestné, je to pocit, který je nám důvěrně známý, pocit, který musíme znát.

---

### Tyto rány jsou starší než tvůj vztah.

---

Možná pocházejí z tvého dětství, dospívání nebo z prvních vztahů. Tato lekce se v našem životě stále opakuje, a když teď nic nepodnikneme, bude v našem životě i nadále pokračovat. Tak často, kolikrát i vyměníme partnera. Pravda je dokonce taková, že když nyní vyměníme partnera, zase jednou utečeme od příležitosti něco se naučit, pochopit a v sobě vyléčit. Za vši tou bezmocností a zranitelností se totiž skrývá také naše největší šance, abychom konečně vyléčili staré rány ze své dávno zapomenuté minulosti.

---

### Krizy pomáhají transformovat vztahy.

---

Ale pocity viny a výčitky jsou pro to špatným základem. Naopak, většinou je dokonce podvedený ten, kdo vnáší do vztahu rozbroje a trvale jej poškozují. Protože ani po letech nedokáže odpustit a stále ještě lpí na starých chybách, nechce připustit změnu a udržuje partnera v roli viníka. Tím ale nenabízí žádnou možnost, aby se vztah mohl transformovat. Vztah stagnuje a ztrácí na životní kvalitě. A partner, který je i nadále nucen hrát roli viníka a zrádce, jej může opět podvést. Vlastně to od něj

## Pravidlo 21

### *Dej svému partnerství hlubší smysl*

Základní chybou v mnoha partnerství je domnívat se, že vztahy mají co činit výhradně s radostí, rozkoší, zábavou nebo příjemným trávením času. Kdyby to byl opravdu jediný smysl a hodnota nějakého vztahu, byl by se neuvěřitelně rychle vyčerpal. A přesně toto se v častých případech také děje, neboť lidé vztahu přisuzují právě jen tuto jedinou hodnotu.

Bez hloubky ale zůstává partnerství vždycky povrchní. Bez hloubky budeme stále připoutáni k povrchnostem, a aniž bychom věděli proč, budeme si stěžovat na její nedostatek. Přitom jsme to my, kdo nedokáže dát partnerství podstatný smysl a naplnit ho. Budeme se ohlížet po jiném smyslu našeho života. Mimo náš vztah. Jedno je zřejmé. Nechceme ve svém životě klopýtat beze smyslu. Ale přesně to děláme, když svému partnerství nepropůjčujeme žádný hlubší smysl. Partnerství rychle vyčerpá svůj potenciál a postupem času zevšední. Potom se už jenom znuděně potácíme časem a cítíme se stále prázdnější a přejeme si, abychom žili v „naplněném“ vztahu.

Hlubší smysl v partnerství je právě to jediné, co vztah trvale popohání a bezpečně jej provede jakýmkoliv úskalím. On je tím vlastním motorem, jehož energie se nikdy nevyčerpá. On je tím tajemstvím, které dva partnery poutá k sobě a také v kritických dnech nechává naplněné.

Muž snů hledá ženu snů ... a žijí šťastně a spokojeně – realita ovšem většinou vypadá jinak. Co tedy můžeme udělat pro to, abychom v partnerství našli štěstí, je-li to vůbec možné?

Pierre Franckh ukazuje jasně: ano, je to možné. Pro něj bylo hledání naplňujícího vztahu vždy na prvním místě. Díky tomu jsou tato „Pravidla pro šťastnou lásku“ také ve velké míře popisem jeho vlastních pokusů, omylů a chyb, podstatou, kterou se z toho všeho naučil.

Zde popisovaná pravidla jsou prostá a plně logická a přesto z velké části odporují tomu, co ve skutečnosti praktikujeme, a tomu, co ve společnosti platí jako normální standard. Autor nám zprostředkovává nový úhel pohledu a posouvá vztah opět do centra našeho života. Touha po vysněném partnerovi nemusí zůstat jenom snem.

Živý vztah, který

