

KAPITOLA XXII

CO JE V KNIHOVNĚ, TO SE POČÍTÁ

Jistě jste už unavení z toho, jak vám pořád opakuji, že jediný člověk, kdo vám může pomoci, jste vy sám/sama. Je to sice pravda, ale přesto existuje způsob, jak vyhledat pomoc a nebýt v tom úplně sám. Ano, tušíte správně, je to kniha, nejlepší přítel člověka. Kromě toho, že ty nejdůležitější rady a největší pomoc byste pochopitelně měli najít v této knížce :-), doporučuji obrátit se i na konkurenci.

Je zde pár knih, které vám mohou pomoci zjistit, kde vlastně jste a co máte dělat. Schválně jich neuvádím moc, abyste nebyli od čtení odrazení. Pokud by došlo k ideálnímu stavu, tak by si je přečetli i rodinní soudci, čímž by se dle mého názoru zkrátily soudní spory o děti asi tak na čtvrtinu, neboť soudci by zjistili, co a jak mají soudit. Což, k mému velkému žalu, po všech jiných stránkách než právních (a někdy bohužel i této) není pravda.

Knihovnička rozvádějícího se rodiče by měla dle mého názoru vypadat takto:

1/ Gary Chapman: „Pět jazyků lásky“. Vydalo nakladatelství „Návrat domů“, obvyklá cena 185,- Kč. Na to navazuje pro pilné čtenáře od téhož autora „Láska jako životní styl“ případně „Děti a pět jazyků lásky.“ Možná zjistíte, že se rozvádět vůbec nemusíte, že se jenom neumíte domluvit, protože každý vyjadřujete svou lásku jinak. Zkuste nejdříve „pět jazyků“ aplikovat a možná ušetříte za rozvodové právníky.

2/ M. Scott Peck: „Nevyšlapanou cestou“ Vydalo nakladatelství ARGO, cena asi 230 Kč. Pokračovat můžete dalšími knížkami téhož autora. Dozvíte se spoustu věcí o psychologii lásky tak, že

tomu budete rozumět. Zjistíte, kde se právě nacházíte a jak z toho ven. Blbé je, že autor po vás bude chtít totéž, co já: totiž abyste svému problému věnovali vlastní značné úsilí a, což je tedy obzvláště nemilé, bude po vás vyžadovat kázeň. Přesto, že se na vás sesypou pedagogické úkoly z oblasti psychologie a psychiatrie, se ale nebudete cítit jako blbec, kterému jen všichni nadávají, ale naopak jako člověk, který v tom není sám. Zjistíte, že naopak jste v situaci, která je velmi běžná a ze které máte možnost se dostat se ctí. Autor má svého čtenáře rád, nespílá mu a je vidět, že chápe, že jak čtenář, tak i autor, jsou pořád jenom lidé.

3/ Wilfried Nelles: „Život nemá zpátečku“. Nakladatelství Ježek, cca 280,- Kč. Ať si projdete čímkoliv, včetně velmi ošklivého rozvodu, máte šanci to upotřebit jako nástroj osobního růstu. Člověka potěší, že všechny ty... exkrementy, kterými se musel brodit, mohou k něčemu být. Zde je návod, jak je zužítkovat pro sebe.

4/ „Respektovat a být respektován“ napsali 4 autoři, **Kopřiva, Kopřivová, Nováčková, Nevolová**, vydalo nakladatelství Spirála, cena cca 320,- Kč. Tuhle knížku byste si měli přečíst i tehdy, když se nerozvádíte a máte děti. Dozvíte se, jak s nimi zacházet tak, aby byl doma klid a vše fungovalo. Pozor, principy zde použité lze s velikánkou mírou úspěšnosti aplikovat i na manžela a tchýni, při správném použití 100% pacifikace dotyčných!!!

5/ Amy Sutherland: „Co mě výcvik zvířat naučil o životě, lásce a manželství“. Nakladatelství Štrob, Širs a Slovák, s.r.o., Cca 200,- Kč. Lachtana nenaučíte zdravit tím, že ho budete sekýrovat. Pavián nezačne metat salta, protože mu pořád něco vyčítáte, a slon nebude malovat, protože mu neustále předhazujete, co dělá špatně. Cvičitelé své svěřence opravují velmi zřídka. Někteří dokonce vůbec ne. Osvojte si metody krotitelů lvů a na rozvod

zapomeňte. :-). Velmi užitečné i ve vztahu k šéfům a jiným zvířecím druhům v pracovním okolí.

6/ Cokoliv **od Berta Hellingera**. Pokud chcete pochopit sami sebe a tomu, že svým rodinným spletencům neuniknete, ani když se rozvedete, respektive, chcete jim uniknout tak, aby neškodily v budoucnu, tak se bez Hellingera skutečně neobejdete.

Doporučuji absolvovat i nějaké rodinné konstelace na vlastní kůži – rodinní soudci by tak měli učinit naprosto povinně nad některým svým spisem: to by, pane, koukali, jak jsou schopni rozhodovat úplně nesmyslně! Nejlépe je začít něčím, co vám poví, co to rodinné konstelace jsou a kdo to je Bert Hellinger. Proto by dle mého názoru bylo dobré začít „**Rodinné konstelace - objevná síla**“ [Bert Hellinger](#) a [Gabriele ten Hövel](#). Nakladatelství Triton, cca 220,- Kč.

7/ **Maurice Berger, Isabelle Gravillon: „Když se rodiče rozvádějí. Jak pochopit cítění dítěte a jak mu pomoci.“**

Nakladatelství Portál, cena cca 225 Kč. Kupodivu i děti jsou lidi. Náš právní systém to velmi často úplně nejen ignoruje, ale přímo bojkotuje. I děti mají své city a mají na věc svoje názory. Protože ale ta potvora, co máme v hlavě a jmenuje se neocortex (tedy, zhruba řečeno, to, čím myslíme), dorůstá a dozrává až ve 21. roku věku, tak náročné situace hlava prostě nebere a mnoho z „výstupů“, tedy z chování dětí, se jeví jako úplně nepochopitelné. Na základě této knížky chování svých dětí pochopíte a dostanete mírný návod, co s tím. Pozor, knížka propaguje střídavou péči a zdůrazňuje nezastupitelnou roli otce, takže slabší povahy zejména ženského pohlaví by to mohlo porazit. Jinak je to napsáno čtivě, což v tom rozvodovém stresu jistě oceníte.

8/ **Jana Tóthová: „Úvod do transgenerační psychologie rodiny. Transgenerační přenos vzorců rodinného chování a zdroje jeho**

uzdravení.“ cena cca 390 Kč. Zde si do PC nejdříve nainstalujte on–line slovník cizích slov, protože v knize hojně narazíte na věty jako: „...jsou zde nové koncepty transgenerační růstové a ztrátové spirály rodinných zdrojů, doplněné o vzorce transgeneračních tranzitů rezilience a vulnerability,“ případně další perly jako „...nenacházíme energetické investice do vytváření emočního obraného štítu tematických bariér proti potenciální vulnerabilitě přinášené z původního prostředí traumatizovaného rodiče.“ Nedbejte na to, že se u toho čtení budete cítit jako blbec. Ubezpečuji vás, že se v takovém případě cítíte stejně jako já se svými dvěma doktoráty a chyba pravděpodobně není úplně na vaší straně. Pokuste se to přelouskat a přeložit si to do „normálního“ jazyka. Dozvíte se, že v tom, co se vám stalo, jsou jisté zákonitosti a pravděpodobně stejně jako vy dostala na zadek už vaše matka či otec, případně i vaši prarodiče. A i když jste se snažil/a dělat všechno jinak než oni, nelze než vzpomenout citátu bývalého čelného představitele SSSR, jisté politické mrtvolky jménem Černěnko, který svého času řekl: “Chtěli jsme to nejlepší a dopadlo to jako vždycky...” Pokud skutečně budete chtít vyváznout ze svých průšvihů, musíte se smířit s tím, že toho na svých bedrech budete muset odnést víc. Jmenovitě všechny hříchy minulých generací. Ach jo... ošvindlovat to nejde...

9/ Steve Biddulph *Knihla o mužství*. Cena cca 350,- Kč, nakladatelství Portál. Budete se divit, ale nejenomže holčičky nejsou chlapečci, ale chlapečci skutečně nejsou holčičky. A chlapečci to mají v mnoha směrech o moc těžší. Vychovat chlapečka je také o moc těžší než vychovat holčičku, protože holčičky se stávají ženami jaksi samy od sebe, biologicky. Chlapečci musí být do svého mužství uvedeni – musí být přijati komunitou mužů. To mohou zařídit jedině muži, a to dospělí muži, nejlépe otcové.

Když si to přečtete, tak hodně odlehne zejména ženám. Zjistí, že

„soutěžit“ o to, kdo je lepší rodič, jestli tatínek nebo maminka, je prostě blbost, protože maminka nikdy nemůže být tatínek, i kdyby měla mozek Einsteina a výdrž Messnera. Není selháním maminky, že není tatínek! Naproti tomu tatínci mohou být i vzorně pečujícími maminkami... Je to složité... a vychovat chlapečka v muže, pardon, v MUŽE, to je jedna z vůbec nejsložitějších a přitom nejdůležitějších věcí na světě. Přece jen to je od holčiček úplně jiný biologický druh, že :-).

Biddulph je navzdory svému naprosto nemožnému příjmení zlatíčko. Je to Australan, ale jako kdyby klokani žili v Čechách. Nikoho neurazí, nikoho neponíží, má laskavý smysl pro humor a je zřejmé, že než dospěl ke svým názorům, tak z toho taky propotil nejedny trenky... Doporučuji k přečtení, i když se nerozvádíte, zejména máte-li za dítě muže – což se, mimochodem, počítá od chvíle, kdy na vás poprvé vyjukne z břicha.

10/ Vladislav Chvála, Ludmila Trapková Rodinná terapie a teorie jin-jangu, případně první díl **Rodinná terapie psychosomatických poruch**. Každá knížka zhruba za tři stovky, nakladatelství Portál. Určitě se dozvíte věci, které byste se raději dozvědět nechtěli. Totiž, že vaše vztahy přímo souvisí s vaším zdravím. A že někdy je v rámci zachování právě tohoto zdraví – duševního a posléze i psychosomaticky se projevujícího fyzického – je nutno se rozvést. A někdy taky ne. Budete tomu rozumět, protože autoři pracují s kazuistikou, tedy osvětlují teorii příběhy z praxe.