

## Kdy má cenu zachraňovat vztah?



Slyšíme to stále kolem sebe. Musím na tom našem vztahu ještě trochu zapracovat. Nebo stále se snažíme s tím naším vztahem něco udělat, ale nikam to nevede.

Jsou vztahy, které mají smysl zachránit a jsou vztahy, kde jakákoliv práce na záchraně je mrháním času i energie.

Vztah je jako stavba, vždy potřebujete pevný základ. Je pak na vás, co si na tom základě postavíte, zda chlívek nebo nedobytný hrad. Vždy ale budete potřebovat základy, dobře usazené v zemi.

Staré přísloví již říkávalo, že moudrý muž postavil svůj dům na skále a hloupý na písku. Pak přišel příval vody a větru. Dům moudrého stále stál, ale překrásný dům na písku se sesypal.

Stejně tak v životě potřebujeme stavět své vztahy na skále, založit dobré a nepohyblivé základy. Vztah, i když se vždy na začátku zdá plný lásky, pochopení a harmonie, později přinese různé přívaly. Kdybychom o nich hned od počátku věděli, asi bychom do vztahu ani nevstupovali. Klíčem je mít vztah, který vám bude stát za to žít, i když budou těžkosti.

Mnozí ze vztahu hned vyskakují, když se objeví první náznaky problémů. Neumí s partnerem žít, komunikovat, protínat se na důležitých oblastech. To vše je ale způsobeno špatně položeným základem na začátku vztahu.

Později se pak snažíme všemožně zalepovat díry, hledat poradce, číst všechno možné. A to vše s jediným cílem. Najít tu počáteční lásku, upevnit v sobě klid a pokoj, opět harmonizovat, jako v době, kdy vše bylo na začátku.

Pokud ale nemáte správný základ, je to marné. Proč? Protože lidské povahy a zájmy jsou tak různorodé, že ne všechny spolu vytváření slučitelné kombinace. Ze začátku se může zdát všechno fajn, ale později vedle sebe máte vodu a oheň.

Je proto bláhové si myslet, že když se máme rádi, tak je vše v pořádku. Láska je úžasná věc, ale dokáže být i ochlazována. Vztah není založen pouze na lásce, ale i na odpovědnosti a sdílení všeho co s sebou život přinese.

Běžně nám všem přichází normální život, jdeme do práce, hospodaříme s penězi, plodíme děti, navštěvujeme přátele a rodiče, chceme uplatňovat své zájmy a talent, být pro svět přínosem. Zde již nestačí pouze prohlášení „my se ale máme rádi“. Na scénu vstupují všechna naučená jednání a emoce z minulosti. A zde právě začíná vztah.

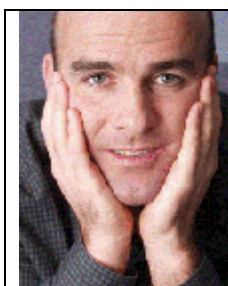
Každý chceme vztah, kde budeme moci růst, kde nám bude dobře, kde budeme naplňovat své představy, a sdílet své úspěchy i pády. Je to jediné zázemí, kde bychom se měli cítit bezpečně a současně nacházet zdravé nakopnutí k větším výkonům a cílům.

Pokud ale partner není s to tato zázemí poskytovat, bude nám láska k ničemu. Budeme sice společně žít, ale objeví se například někdo jiný, kdo bude více uspokojovat naše touhy.

Je tedy nutné na začátku dbát na správný výběr partnera, přesvědčit se o tom, zda jsem s ním schopen položit základy, na které si svůj zámek bez strachu postavím.

1. Vztah je vždy založen na přátelství. Pouze s přítelem sdílím své nejnítěrnější problémy i úspěchy. Mám s ním společný zájem a touhy. Pokud tomu tak není, tak proč bych se s ním přátelil. S přáteli jezdím rád na dovolenou a trávím volný čas.
2. Vztah je vždy založen na součinnosti v hlavní oblasti zájmu. Každý máme své oblasti, kde je nám dobře a jejich činění nám přináší uspokojení. Jde hlavně o oblasti, kde máme talent a jejichž činění a rozvíjení je v souladu s naším vnitřním světem.
3. Vztah je založen na příjemném pocitu. S partnerem se stále cítím dobře a vzniklé rozpory jsme schopni rychle vyřešit. Oba máme jasnou touhu se vždy cítit příjemně a jsme ochotni tomu vynaložit veškeré úsilí.
4. Vztah je založen na správném chápání sexuálních potřeb a dosahování maximálního sebevydání a uspokojování. Jakékoliv nevyřčené emoce, bloky, strachy a připomínky, způsobují pokles sexuálního chťiče a kontinuita vztahu je narušena.

Toto jsou pravidla pro hodnocení, zda splňujete předpoklady pro budování správných základů vztahu. Díky nim si vybudujete silný základ, na kterém pak můžete po celý život stavět, co se vám zachce.



© Napsal ing. Aleš Kalina

Kouč v oblasti osobního rozvoje

(práce, peníze, vztahy, zdraví)

Email: [kalina@mujkouc.cz](mailto:kalina@mujkouc.cz)

[www.mujvztah.cz](http://www.mujvztah.cz)

[www.foto-mluvi.cz](http://www.foto-mluvi.cz)

Tento článek můžete využít pro své potřeby, pokud uvedete informace o autorovi, jeho email a odkaz na www stránky.