

Jak se vyhnout nefunkčnímu vztahu dříve, než bude pozdě – II. díl



V minulém čísle měsíčníku jsme si řekli něco o rozpoznání vhodného partnera hned na začátku vztahu. Pokud jste použili moje poučky, jistě nyní víte, zda jste se zapletli s tím pravým či pravou anebo jste naopak s někým, kdo s vámi v budoucnosti nebude kompatibilní. Jenže jedna věc je vědět, že se k sobě nehodíte, druhá věc je se odhodlat a přinutit naši hlavu, abychom vztah raději opustili ihned. Dá se to vůbec? Dle mých zkušeností s klienty často končí všechny logické a racionální úvahy o správnosti partnera v koši. I přesto, že jsme z dlouhodobého hlediska s druhým jasně nekompatibilní, do vztahu i děti se s ním vrháme. Pojdme se dnes podívat na důvody, proč se takhle neracionálně (až bych řekla nezodpovědně) chováme.

Logika je něco jiného než emoce

Víme, že není dobré se přejídat a stejně trpíme nadváhou. Víme, že není dobré se zadlužovat a stejně končíme v insolvenzi. Víme, že nás práce nebaví a přesto v ní setrváváme. A stejně tak ve vztazích – víme, že je pro nás partner nevhodný a stejně se do vztahu vrháme. Čím to je? Jednoduše je to tím, že světu nevládne logika, ale emoce. Pokud by všichni poslouchali svůj rozum a logické uvažování, nebyla by dnes na světě chudoba, nezaměstnanost ani rozvodovost. To, co náš život určuje, je naše emoční nastavení a to bývá ve velké míře v rozporu s tím, co skutečně chceme a co je pro nás dobré. Zapamatujte si tedy, že **emoční naprogramování, o kterém nevíte**, řídí váš život.

Mozek produkuje pozitiva, aby si vaše emoční naprogramování potvrdil

Co to vůbec znamená? Jednoduše to, že váš mozek je prostě počítač, jak výborně popisuje Aleš Kalina v článku: [Geniální mozek jako superpočítač](#). A obsah, který v něm nosíte, se musí jednou za čas takzvaně aktualizovat. Pokud máte negativně nastavené Emoční rovnice, musí se vám jednou za čas potvrdit, aby si je mozek znovu uložil jako „stále platící“. Jak tohle všechno zamotat do seznamování? Jednoduše:

Emoční pozitiva u logicky nevhodného partnera vám mozek produkuje pouze proto, aby si v budoucnosti potvrdil negativní zápisy, které máte v hlavě.

Ukážu vám to na příkladu. Moje klientka, 28 let, měla z posledního těžkého rozchodu zapsané následující Emoční rovnice:

Chlapi jsou nezodpovědní.
Chlapi jsou hloupější.
Chlapi neumí udržet korunu.
Chlapi jsou nespolehliví.

Rovnic bylo dohromady 120, co se však v mé klientce dělo? V době, kdy měla spokojený vztah s mužem, který těmto rovnicím neodpovídal, se seznámila s novým chlápkiem. Ten se prakticky nedal srovnat s tím současným, žil nevyrovnaným životem a neuměl hospodařit s penězi. Moje klientka sice **logicky věděla**, že vztah s takovým člověkem pro ni bude do budoucna destruktivní, **její emoce jí však velely** jít za ním a hlásily jí zamilovanost. A protože jsou emoce silnější než logika, nakonec rozbourala vztah s někým, kdo pro ni byl vhodnější než ten druhý. O dva roky později se jí znovu negativní vzorce potvrdily se vši parádou. Investovala do nového partnera peníze, ten toho však moc nepředvedl a ve finále vztah ukončila s tím, že někoho tak nespolehlivého a neschopného nemůže vystát.

Jak tedy zvládnout emoce a následovat logiku?

Prvně si uvědomme, že člověk není stroj a potřebuje cítit emoce. Neradím vám tedy jít logicky do vztahu s někým, kdo nám vyhovuje racionálně, avšak ne emočně. Problém je, že vaše pozitivní emoce jsou napojené na negativní nastavení vašeho emočního světa. A ten si tedy musíte opravit. To je úkol číslo jedna. Dokud totiž budete mít negativní Emoční rovnice, budete stále přitahovat jen takové partnery či partnerky, které jim budou odpovídat. Druhým krokem je být sám a počkat, než naše emoční nastavení bude synchronní s naší dlouhodobou touhou. A to je jistě vztah, kde jsme spokojeni a šťastní.

Přečtěte si také:

[Jak se vyhnout nefunkčnímu vztahu hned na začátku – I. díl](#)
[Typologie osobnosti](#)

Stáhněte si:

[E-kniha „Jak najít toho pravého“](#)
[E-kniha „30 partnerských testů“](#)



© **Napsala Lenka Černá**
Kouč v oblasti osobního rozvoje
(práce, peníze, vztahy, zdraví)

Email: cerna@mindsoft.cz

www.mujevztah.cz www.mamdepku.cz www.mujkouc.cz www.mezdravi.cz

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