

# JAK PŘEŽÍT ŽIVOT

## 2. díl



*Skutečné příběhy s komentáři a radami odborníka*

Láska

Sex

Manželství

Práce

Rodina

Přátelství

Vnoučata

Sousedské  
vztahy

Mgr. Dagmar Morenová  
PhDr. Petr Šmolka

## PŘEDMLUVA

Byli jste někdy v životní situaci, která vám připadala těžká, zoufalá či beznadějná? Nejspíš ano, protože to se stává většině z nás a někomu dokonce dost často. Možná vás například také potkalo, že:

- Z ničeho nic s vámi přestal partner spát, vymlouvá se na únavu či bolesti hlavy a vy marně toužíte po dřívějších nocích vášnivého sexu s ním a trápíte se obavami, zda nemá milenku či vážnou nemoc...
- V práci vás šikanuje šéf a vy nevíte, zda s ním máte začít bojovat a bránit se mu, či před ním utéct...
- Jste natolik nespokojené se svou postavou, že začínáte své tělo opravdu nenávidět...
- Jste zcela rozhozené z toho, že rodina manžela vás nepřijala a dává vám to nevybíravě neustále najevo...

Asi každý z nás prožívá občas podobné chvíle, kdy se mu zdá jeho vlastní život k nepřežití! A právě pro takové situace – a hlavně pro jejich prevenci – jsme připravili sérii tří e-booků *Jak přežít život*. Se stručně popsány skutečnými příběhy a konkrétními komentáři a radami zkušeného předního psychologa.

Přejeme vám, abyste z nich pro sebe načerpali nejen poučení, informace, inspiraci, rady a návody, ale také klid a víru, že opravdu téměř všechno se dá vyřešit a mnohé i v dobré obrátit.

## POUČENÍ – nudné, ale nutné

Tento e-book patří mezi e-knihy, což jsou publikace, které nemají hmotnou podobu. Podle zákona proto platí, že nabyvatel e-knihy (tedy ten, kdo si e-book koupí) nesmí, pokud mu to písemně nedovolí nositel autorských práv (tedy autoři textů, příp. vydavatel), e-book ani jako celek, ani jeho části dále kopírovat, půjčovat či prodávat.

## PŘEDSTAVENÍ AUTORŮ

### **Mgr. Dagmar Morenová – autorka příběhů**



Profesí redaktorka, editorka a překladatelka, koníčkem malířka a výtvarnice. Má za sebou bohatou praxi v mnoha médiích. K nejznámějším patří tradiční týdeník Květy, v němž jako reportérka působila cca patnáct let, kde dlouho zastávala funkci vedoucí publicistiky a příběhy v rubrice (Ne)obyčejné osudy v něm publikuje dodnes. Po odchodu z Květů stála u zrodu měsíčníku Estetika, který několik ročníků vedla jako šéfredaktorka. V poslední době je na volné noze. Kromě psaní se věnuje i svému koníčku, malování. V tom se vypracovala natolik, že má na svém kontě kromě účasti na kolektivních výstavách i výstavy vlastní - obrazů a kreseb - a také několik knížek, které ilustrovala. Je matkou 3 dětí, babičkou 6 vnoučat a dokonce už i prababičkou. Kontakt: [dagmar.morenova@email.cz](mailto:dagmar.morenova@email.cz)

### **PhDr. Petr Šmolka – autor odborných komentářů a rad**



Psycholog, vedoucí Poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Centra sociálních služeb Praha, čestný president Asociace manželských a rodinných poradců ČR. V letech 1969 – 77 odborný asistent (Katedra psychologie FF UK), od roku 1978 manželský a rodinný poradce. Má za sebou bohatou publikační a popularizační činnost. Je autor několika monografií. Jako expert vystupuje v rozhlase a televizi, kam je často zván nejen pro svoji odbornou erudici, ale i pro nezaměnitelný projev: i o vážných problémech dokáže hovořit nejen srozumitelně a s nadhledem, ale i s jemným humorem. Je otec tří dětí a dědeček tří vnoučat. Manželka Jana a nejmladší syn Michal jsou taktéž psychologové. Kontakt: [psmolka@volny.cz](mailto:psmolka@volny.cz)

### **Mgr. Táňa Tučková – editorka e-booku, autorka poznámek *K věci...***

[http://az-e-booky.cz/?page\\_id=263](http://az-e-booky.cz/?page_id=263)

## OBSAH

### **2x JAK PŘEŽÍT.....V RODINĚ**

- Dělán celé rodině služku.....6
- Miluje kočky víc než svoji vnučku.....9

### **5x JAK PŘEŽÍT.....MANŽELSTVÍ**

- Manžel mě přestal milovat.....12
- Žiju s Všeználkem a je to peklo.....15
- Manželova rodina mě nepřijala.....18
- Muž nechce, abych se léčila alternativně.....21
- Manžel je jako pařez.....24

### **3x JAK PŘEŽÍT.....JAKO BABIČKA**

- Snacha mi vyčítá, že vnoučata kazím.....27
- Výchova mé vnučky je vojenský dril.....30
- Bojím se, že přijdu o vnučku.....33

### **1x JAK PŘEŽÍT.....BOSSING**

- Šéf mě začal šikanovat.....36

### **1x JAK PŘEŽÍT.....ADOPCI**

- S adoptivním synem je trápení.....39

## 2X JAK PŘEŽÍT.....SOUSEDY

- ▶ Noví sousedé nám ničí život.....42
- ▶ Obtěžuje mě soused.....45

## 1x JAK PŘEŽÍT.....PŘÁTELSTVÍ

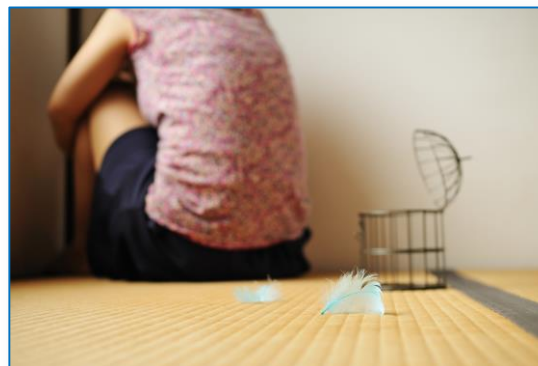
- ▶ Zradila jsem nejlepší kamarádku.....48

## 1x JAK PŘEŽÍT.....SNACHU

- ▶ Snacha je posedlá čistotou.....51

## 1x JAK PŘEŽÍT.....VLASNÍ TĚLO

- ▶ Nenávidím svoje tělo.....54



## PŘÍBĚH

Dělám celé rodině služku

**Po svatbě jsem se s manželem přestěhovala do jeho rodného domu, kde žije také jeho matka a svobodný bratr. Neměla jsem ani potuchy, jak těžké soužití s nimi bude!**

Máme sice s mužem v domě vlastní byt i s příslušenstvím, ale soukromí prakticky žádné. Tchyně si k nám zvykla chodit v kteroukoliv denní či večerní hodinu. Ani nezaklepe a vtrhne k nám jak velká voda. Je to moje chyba, že jsem pravidla soužití nestanovila hned na začátku, ale byla jsem přece jenom „cizí“ a nechtěla dělat problémy a vytahovat drápky.

Během rizikového těhotenství jsem tchyninu aktivitu dokonce vítala a byla za ni vděčná. Uvařila, poklidila, a když se narodil malý Láďa, jevila se jako úžasná babička.

Všechno se změnilo, když byly Láďovi tři roky a já s ním zůstala na rodičovské dovolené.

„Když jsi teď doma, Blaženko, tak bys mohla trochu pomáhat,“ pravila tchyně. „Já mám bolavá kolena, taky klouby na ruku mě trápí, to víš, artróza, už ani neuvařím. Spokojila bych se i s rohlíkem a hrnkem mléka, ale Olda je na teplé jídlo zvyklý.“

Olda je bratr mého muže Vlastimila. Pracuje nedaleko a navykl si chodit domů na obědy. Vždycky mu vařila tchyně, teď to zbylo na mě. Takže jsem začala dělat k obědu i k večeři dvě jídla. Pro moji rodinu hodně zeleniny a bílého masa, pro Oldu a pro tchyni hory knedlíků, husté omáčky a polévky, že by v nich lžíce stála. Taky buchty a koláče jako moučník. Prý ta naše kuchyně není sytá, člověk má hned hlad, a chlap, který maká fyzicky, potřebuje kalorie. Ale já zas nechtěla vykrmovat svoji rodinu jako pašíky před porážkou. Však také Olda a tchyně nikdy štíhlí nebyli, jejich stravovací návyky se podepsaly i na jejich objemu.

Takové vaření – dokonce dvakrát denně, protože od oběda nic nezbylo a Olda chtěl k večeři jiné jídlo, mi zabralo spoustu času. Ještě že manžel koupil myčku nádobí. K vaření mi pak přibylo ještě praní pro tchyni a pro Oldu, žehlení, protože tchyni leccos bolí a samozřejmě úklid celého domu.

Sotva jsem s prací hotová a na chvíli si sednu s Láďou, abychom si pohráli nebo četli pohádky, vtrhne k nám tchyně. „Jé, Blaženko, ty nemáš nic na práci? No já ti Ládička klidně pohlídám, je třeba uklidit sklep. A zítra dopoledne bys měla přerovnat to dřevo v kůlně. Olda je po práci utahaný a po Vlastovi to nemůžeš chtít, když má teď problémy se zády.“