

## OBSAH

13	ÚVOD
14	TOK LÁSKY
15	AUTOR METODY RODNNÝCH KONSTELACÍ
16	CO JSOU KONSTELACE?
17	JAK STAVĚT?
18	KDY STAVĚT?
19	KOMU KONSTELACE DOPORUČIT?
20	KOMU KONSTELACE NEDOPORUČIT?
21	CO DĚLAT PŘI PRÁCI LEKTORA
22	O ČEM SE PŘI STAVĚNÍ NEMLUVÍ?
23	O ČEM SE PŘI STAVĚNÍ MLUVÍ?
24	ZMĚNIT V SYSTÉMU MŮŽEME JEN SEBE
25	PŘÍPRAVA NA STAVĚNÍ
26	TO UŽ JE DÁVNO, TO NEMŮŽE MÍT VLIV
27	VĚTY V KONSTELACÍCH
28	PŘIJETÍ NAŠEHO A PŘEDÁNÍ CIZÍHO
29	JAK BÝT V ROLI?
30	JAKÝ TO MÁ EFEKT?
31	CO DĚLAT PO TOM?
32	PROŽITEK POTŘEBUJE ČAS A PROSTOR
33	JAK CHTÍT ZMĚNU
34	DŮVĚRA V PROCES VYŽADUJE POKORU
35	JAK VYJÍT Z ROLE
36	KAŽDÝ VÝSTUP MÁ SVÉ FÁZE
37	ŘEŠENÍ JE V SRDCI
38	ŘEŠENÍ JE CESTA
39	UJDEME JEN TOLIK, KOLIK JDE
40	I POZITIVNÍ ZMĚNA VYVOLÁVÁ STRACH
41	KONSTELACE JSOU OBRAZY REALITY
42	ODLIŠNOSTI KONSTELACÍ
43	VÝHODY KONSTELACÍ
44	KONSTELACE A PSYCHOTERAPIE

45 NALÉZT A PŘIJMOUT SVÉ MÍSTO  
46 JAK PŘIJMOUT RODIČE  
47 PŘIBLÍŽIT NEBO VZDÁLIT? OBOJÍ!  
48 NĚKDY JE NEJLEPŠÍ UTÉCT  
49 NEJDE O MORÁLKU, ALE O ENERGII  
50 VŠICHNI MAJÍ V SYSTÉMU SVÉ MÍSTO  
51 VŠICHNI MAJÍ V SYSTÉMU SVOU POZICI  
52 HIERARCHIE V SYSTÉMU  
53 STAROST O SEBE  
54 STAROST O PARTNERSTVÍ  
55 STAROST O RODIČOVSTVÍ  
56 STAROST O DĚTI  
57 HIERARCHIE SYSTÉMŮ  
58 NEOHLÍŽEJ SE NA DĚTI  
59 VZTAHY MEZI SOUROZENCI  
60 ODMÍTÁNÍ DĚTÍ RODIČI NESOUVISÍ S DĚTMI  
61 RODIČŮM NEMÁŠ CO ODPOUŠTĚT  
62 VINA RODIČŮ  
63 ADOPTIVNÍ RODIČE NEJSOU VÍC NEŽ VLASTNÍ  
64 ZTRATILA JSEM DÍTĚ, CHCI BÝT S NÍM  
65 NEVĚRU NESMÍŠ ODPUSTIT  
66 V SEXU JDE ČASTO O NĚCO JINÉ  
67 ŘEŠENÍ A VYŘEŠENÍ MINULOSTI  
68 KOŘENY MÁME V ZEMI  
69 ZÁTĚŽE SE ZBAVÍME JEN PŘEDÁNÍM  
70 ZAPOMENOUT JE NĚKDY ŘEŠENÍM  
71 NÁSLEDUJEŠ JEJÍ OSUD  
72 IDENTIFIKACE – TO NEJSOU TVÉ DĚTI  
73 HLÍDEJ SI SVÉ HRANICE  
74 DÍTĚ POTŘEBUJE MÍT OBA RODIČE – V SRDCI  
75 K BOLESTI JE TŘEBA ODVAHU  
76 ZA ZLEM JE VŽDY BOLEST  
77 VZTEK MÍVÁ PRODLEVVU  
78 SKUTEČNÉ PŘIJETÍ – VZTEKU

79 PŘIJETÍ JE AŽ ZA BOLESTÍ  
80 KDO TO MÁ V ŽIVOTĚ TĚŽŠÍ  
81 PŘIJETÍ VINY OSVOBOZUJE  
82 ODPOVĚDNOST NEZNÁ PROCENTA  
83 ČEKÁNÍ  
84 ÚTĚK DO DUCHOVNA  
85 HLEDAL JSEM TĚ V ALKOHOLU  
86 UCTĚNÍ JE DŮLEŽITÉ, KLANĚNÍ JE ZBYTEČNÉ  
87 NEPLEŤ SE DO VĚCÍ SVÝCH RODIČŮ  
88 UŽ TO NEBUDEME STAVĚT  
89 CO JE OPRAVDOVÁ LÁSKA  
90 MRTVÍ NÁS U SEBE NECHTĚJÍ  
91 SEBEVRAŽDA JE TAH SPODNÍHO PROUDU  
92 ZA SEBEVRAŽDU NEMOHOU DRUZÍ  
93 JAK SKONCOVAT SE ŽIVOTEM?  
94 VÁLKA STÁLE PŮSOBÍ  
95 NEPÁTREJTE PO TAJEMSTVÍ  
96 PŘIJMOUT BEZMOC JE NEJTĚŽŠÍ  
97 NA DĚDICTVÍ NEMÁŠ ŽÁDNÝ NÁROK  
98 BABI, MÁME TĚ RÁDI, ALE...  
99 NEMUSÍŠ NÁM NIC ŘÍKAT  
100 JSEM UŽ BLÍŽ SMRTI NEŽ ŽIVOTU  
101 UŽ SE TO TADY NEDÁ VYDRŽET  
102 TO JE HROZNÝ, JÁ UMŘELA ZBYTEČNĚ  
103 JÁ JSEM LEPŠÍ NEŽ TVÍ RODIČE  
104 NECHCI TAKOVOU MATKU  
105 JÁ NEJSEM TVŮJ TÁTA  
106 VRÁTILA JSEM SE  
107 TEĎ UŽ VÁS VIDÍM  
108 ZDROJ ŽIVOTA JE MAMINKA  
109 JSEM MRTVÁ, NECHTE MNE JÍT  
110 VYBOJOVALA JSEM ŽIVOT, ALE CO DÁL?  
111 DNEŠKEM TO PŘECE NEKONČÍ  
112 MY TÁTU NEPOTŘEBUJEME

113 TĚŽKÝ OSUD JE OBYČEJNÝ  
114 CHCI BÝT NEZÁVISLÁ  
115 MATKA S DCEROU NEJSOU KAMARÁDKY  
116 NEVYBÍREJ SI JEN TO HEZKÉ  
117 ALPY A HIMALÁJE ZA VÍKEND NESTIHNEŠ  
118 ŘVALA BYCH JAKO ZVÍŘE  
119 NECHCI BÝT JAKO MÁMA  
120 STAVĚNÍ KONSTELACÍ NENÍ PRÁCE NA POLI  
121 V KONSTELACÍCH MI VYŠLO.  
122 V KONSTELACÍCH TI VYŠLO.  
123 MAMI, MĚLA BYS JÍT NA KONSTELACE  
124 MUSÍŠ JÍT NA KONSTELACE  
125 TADY NEJDE O PROBLÉMY, ALE O ENERGII  
126 JAK SE SPRÁVNĚ ROZVÉST  
127 VIDĚT POZITIVNÍ NENÍ SEBEOHLUPOVÁNÍ  
128 POMOZ SOBĚ, POMŮŽEŠ OSTATNÍM  
129 DALA JSEM TI, CO JSEM MOHLA  
130 NESU TO ZA TEBE  
131 PŘED KÝM MĚ VLASTNĚ CHRÁNÍŠ?  
132 NĚKDY JE LÉPE NEVIDĚT  
133 MÁ ŽENO, CTÍM TVÉ RODIČE  
134 POMALÁ A RYCHLÁ ZMĚNA  
135 JSOU TU DĚTI PRO TEBE NEBO TY PRO NĚ?  
136 TÁTŮV HLAS MNE DRŽÍ PŘI ŽIVOTĚ  
137 NIC UŽ PO MNĚ NECHTĚJTE  
138 JÁ JSEM MRTVÁ  
139 CHCEŠ O TOM MLUVIT NEBO TO ŽÍT?  
140 CHCI TO PO NĚM, SAMA SE TOHO BOJÍM  
141 NOVÝ POHLED NA NEMOC  
142 ROZBILA JSI RODINU  
143 CÍTÍM RYZÍ LÁSKU