

# Úvod

Rozchody patří k mému životu. Patří i k tomu vašemu. Jsou jejich neoddělitelnou součástí. A nejen to – jsou tady, aby nám pomáhaly růst. Mnohdy jsou bolestivou a trnitou cestou, ale zároveň jsou i cestou, jak se mnohému naučit, jak mnoho věcí pochopit a poznat. Přestože v nich v době ztráty nevidíme nic pozitivního, časem můžeme význam konců pochopit.

Touto knihou bych vám chtěla vrátit naději. Naději, že jednoho dne se ráno vzbudíte a budete se znovu cítit dobře. Že jednou budete zase ležet v náručí někoho, kdo vás bude milovat, a budete opět prožívat vztahovou blízkost a intimitu.

Teď je ale potřeba udělat krok. Krok ke skutečnému ukončení vztahu. A k tomu vás nyní srdečně zvu. Je skvělé, že se k vám dostala právě tato kniha. Věřím, že zde najdete inspiraci a návod, jak rozchod dokončit. Někdy stačí jen malé, drobné nakopnutí, aby se člověk posunul dál.

Než se však dostaneme k vašemu příběhu, dovoluji vám, abych vás seznámila se svým vlastním. Můj rozchodový příběh začal, už když jsem byla opravdu malá. Narodila jsem se rodičům jako třetí dítě, které mělo být usmiřovací. Bohužel – nebo bohudík – ani mně se nepodařilo udržet rodiče pospolu. Když mi byly tři roky, rozvedli se. Tatínka si ze svého dětství téměř nepamatují. Ano, jistě i tato skutečnost sehrála v mém životě důležitou roli. A v mnoha situacích jsem si uvědomila (často samozřejmě až s odstupem), jak velkou.

V pubertě jsem zažila několik vztahů, na jejichž konci byl vždy rozchod. Když jsem se ve dvaceti letech vdávala, tušila jsem, že to není na celý život. Netušila jsem však, že již za pár měsíců budu sama. Manžel odletěl do USA a už se nevrátil – ještě dnes, po dvaadvaceti letech tam žije. Téměř dva roky jsem žila v Americe s ním. Celou dobu jsem věděla, že se chci vrátit, a stejně tak jsem věděla, že on ne.

Rozvod byl tedy přirozeným vyústěním. Dalo by se říct, že ani tak nebolel. Ale ve skutečnosti bolel. Bolel víc, než jsem si tehdy myslela. A ovlivnil můj budoucí život významněji, než jsem si dokázala představit.

Pamatuji si, že po mém návratu z USA toho na mě bylo tolik, že jsem jednoho dne navštívila psycholožku. Potřebovala jsem si s někým nestranným promluvit. Po pár minutách sdílení se mi dostalo rady, ať si zajdu na psychiatrii, že potřebuji léky na uklidnění. Dnes, když na tuto historku vzpomínám, se usmívám. Bylo to zajímavé nakopnutí a pochopení, že nakonec si musím poradit sama. Díky paní psycholožce jsem si sice poplakala, ale také v sobě aktivovala sílu, která mi chyběla, a dokázala „přežít“.

Můj další vztah trval víc než patnáct let. Už po velmi krátké době se ukazovalo, že je v něm spousta nezdravých věcí neslučitelných s harmonickým vztahem, ale přes lásku a zamilovanost jsem je neviděla. Tak se střídala období lepší s obdobími horšími. Čas pohody a plánování budoucnosti s časem, kdy jsem věděla, že je nutné vztah ukončit.

Je pravda, že velkou roli sehrála i naše rodina – problematický vztah s mým bratrem, který byl drogově závislý a často nám zasahoval do našeho rodinného života. Ale rovněž i maminka přítele, která byla nemocná.

Mnohokrát jsme se rozešli. Jednou dokonce na několik měsíců. Přesto jsme k sobě vždycky našli znovu cestu. Nemohli jsme prostě bez sebe být. Naše láska, propojená s jistým druhem závislosti byla nakonec vždycky silnější než vůle se rozejít.

V průběhu patnácti společných let jsme si mnohokrát ublížili. Řekli jsme si možná tisíce nepěkných slov. Vzájemně se obviňovali. Ale ani jeden jsme neměli sílu říct „dost“ a vztah ukončit. Vždycky jsme se nakonec usmířili.

Potřebovali jsme se něčemu naučit. Oba jsme ve vztahu hledali své vlastní lekce. Každý jsme si přinesli svůj příběh a ten jsme pak společně žili. Já jsem nechtěla vztah ukončit i proto, že už bych tím ukončila druhý „vážný“ vztah. On jej později nechtěl ukončit, protože se nám narodila dcera. Jeho přesvědčení bylo zůstat spolu, než bude dcera dospělá. Stejně jako to udělali jeho rodiče, kteří se rozvedli, až když on byl už dospělý.

Všechny tyto záležitosti nás udržely spolu, než jsem procitla. Jednoho dne, když jsme se spolu znovu hádali, jsem si uvědomila, že už nikdy v životě od něj nechci slyšet větu o mé rodině. A jedinou cestou bylo s přítelem se rozejít. Najednou jsem věděla, že toto je ten bod zlomu. Toto byl ten klíčový okamžik, kdy jsem si řekla „a dost“. Už nebylo potřeba obhajovat se a hádat. Pochopila jsem, že je to boj s větrnými mlýny, který nikdy nevyhraji.

Je pravda, že bych to možná později vzdala, kdyby se neobjevil člověk, který mi pomohl rozchod skutečně dokončit. Byl mým převozníkem a velkým podporovatelem. A rovněž důvodem, proč jsem nakonec skutečně rozchod dokonala a zvládla. Ale nebudu předbíhat.

Rozchodový proces byl opravdu dlouhý. Od mého rozhodnutí do skutečného rozchodu/odchodu uplynul víc než rok. Rok, v němž jsem se neuvěřitelně plácala já i můj přítel. Rok, v němž se naděje střídala s beznadějí. Rok, v němž jsem se naučila víc modlit, protože už jsem prostě nevěděla, co dál. Rok, v němž jsem hledala sílu, abych skutečně ten krok udělala a odešla.

Nakonec se tak stalo. Navzdory naší původní dohodě, že si dům nechám a partnera vyplatím, se stále nedařilo domluvit na částce. Pracoval v té době od pondělí do pátku mimo domov. Našla jsem si adekvátní dům v jedné malé vesničce kousek od města, kde jsme bydleli, a během čtrnácti dnů jsem se odstěhovala i s dcerami a psem. V domě jsem nechala kromě vybavení ložnice a dětského pokoje všechny spotřebiče a důležité vybavení, aby v něm mohl můj bývalý partner dál žít. Přece jen jsem počítala s tím, že si tam bude brát naši společnou dceru. Dokonce jsem ještě uklidila.

Když jsem mu volala den před jeho příjezdem, že jsme pryč, bylo to opravdu šílené. Měla jsem o něho skutečně strach. Bála jsem se a volala kamarádovi, aby ho podpořil a pomohl mu vše zvládnout.

Nebylo to těžké jen pro něho. Bylo to náročné i pro mě. Když jsem naposledy seděla v našem společném domě, plakala jsem. Plakala jsem tak strašně, že jsem myslela, že mi pukne srdce. Odcházela jsem z domu, který jsme společně postavili. Všechno, co tam bylo, jsem měla spojené s nějakou vzpomínkou vybírání dveří, kachliček, kuchyně. Nakonec dům stavěl i můj otec. Bylo to jediné, co nás v našem životě na nějakou dobu propojilo.

Ale to nebylo vše. Věděla jsem, že tím dávám sbohem všemu špatnému, ale taky tomu krásnému. Navíc přicházelo mnoho výčitek kvůli tomu, že své dceři beru tatínka a podobně. Mé srdce bylo rozerváno na kusy. Nepomáhalo ani to, že se mnou po čase začal bydlet nový přítel. Naopak. Naše začátky byly velmi těžké. Potřebovala jsem se zahojit. A ne- měla jsem potřebný prostor. Byl trpělivý a neuvěřitelně hodný.

Pak přišlo období, kdy si bývalý přítel bral naši dceru, a při každém setkání jsem dostávala nový zásah do srdce. Stejně tak při každém telefonátu, který se často změnil v hádku. Bývalý přítel dokázal zasáhnout mé nejbolavější místo, a to mateřství. Mnohdy se odvolával k naší společné dceři a já se mu neustále snažila dokazovat, že jsem dobrou matkou. Žádný důkaz však nebyl dostatečný.

Poté jsem ale pochopila, že to není třeba. Že už se nepotřebuji obhajovat. Že je to momentálně jeho příběh, a nikoli můj. Dělal jsem si v té době výcvik v rituálech a zúčastnila se rozchodového rituálu. Cítila jsem po něm neuvěřitelnou lehkost. A najednou se náš vztah začal uzdravovat. Bylo to pozvolné, ale během pár měsíců jsme si nastavili komunikaci a naše vzájemné útoky se začaly vytrácet. Najednou už to nebylo každý týden ani měsíc, ale jen jednou za dlouhé období.

Oba jsme si víc a víc uvědomovali, že rozchod byl nezbytný. V loňském roce, šest let po rozchodu jsme společně s naší dcerou jeli na dovolenou. Nemohla se rozhodnout, jestli chce do Londýna s tatínkem, nebo se mnou. Neváhala jsem a

navrhla bývalému příteli společnou dovolenou. Nejprve byl zaskočený, ale pak s tím souhlasil. Byla to jedna z nejhezčích společných dovolených. Moc jsme si ji všichni užili.

Rozchod s ním však nebyl posledním rozchodem. Rozešli jsme se i s přítelem, který byl mým partnerem pět let. Nevím, co se vlastně přesně stalo. Náš vztah byl harmonický, plný pochopení a porozumění. Jen byl najednou prázdný. Jako kdyby splnil svou funkci, jako kdyby naplnil to, proč vznikl, a najednou byl pryč. Rozešli jsme se jako přátelé a přáteli i zůstali. Jsem velmi vděčná, že se tento muž v mém životě objevil a zůstal tam.

Nebyly to však jediné rozchody, které jsem zažila. Bylo jich daleko víc. Například pracovní konce, ukončení spolupráce a různých projektů. Nebo smrt. Smrt, která je pro některé z nás definitivním koncem, za nímž už žádný vztah není. Důstojné úmrtí mé milované babičky, u níž jsem v jejích posledních minutách společně s rodinou byla, mi přineslo pochopení, že jednou skončí opravdu všechno.

Taky jsem si znovu uvědomila, jak je dobré mít vyřešené jiné konce, aby náš poslední konec mohl být důstojný, klidný a s vědomím toho, že všechno z minulosti je vyřešené a uvolněné, že nás žádné negativní emoce nedrží v dávno neexistujících vztazích.

I proto je skvělé, že čtete právě tuto knihu. Ráda vás provedu rozchodem, protože sama vím, jak bolí. Víím, jak je destruktční a devastující. Jak zraňuje naše srdce, ničí naše sebevědomí a dostává nás až na kolena. Věřím, že po přečtení této knihy se dokážete rychleji zvednout a podíváte se na svůj rozchodový příběh novým pohledem.

Přeji vám to z celého srdce