

Obsah

| | |
|--|------------|
| 1. VEČER | |
| Pevnější spojení | 06 |
| 2. VEČER | |
| Umění komunikace | 24 |
| 3. VEČER | |
| Řešení konfliktů | 40 |
| 4. VEČER | |
| Síla odpuštění | 56 |
| 5. VEČER | |
| Vliv rodiny | 76 |
| 6. VEČER | |
| Dobry sex | 92 |
| 7. VEČER | |
| Láska v akci | 110 |
| Pokračování: Nástroje, návyky a rozhovory | 128 |
| Přílohy | 145 |
| Poděkování | 164 |

Jak používat tento zápisník

Pro snazší orientaci v zápisníku používáme pro každou aktivitu jiný symbol:



Něco si zapište



Promluvte si se svým partnerem



Zastavte se a přemýšlejte o daném tématu



Zapište si své plány – například plány na příští rande nebo přání do budoucna



Vyměňte si zápisníky a do zápisníku svého partnera napište něco, co pro něj bude užitečné a k čemu se může v budoucnu vrátit

Doufáme, že až kurz skončí, zápisník vám připomene, co jste jeden o druhém objevili, ukáže cestu, kterou jste spolu prošli, a pomůže vám uvést vaše poznatky do praxe.

Vítejte na Manželských večerech

Cílem kurzu je poskytnout vám nástroje k vybudování zdravého manželství a k posílení vašeho vzájemného spojení – nebo k obnově spojení, pokud máte pocit, že už se vytratilo.

Tento zápisník vám má pomoci přemýšlet o daných tématech, mluvit spolu a také společně snít o své budoucnosti – nejen během kurzu, ale i po jeho skončení.

Neexistují zde správné či špatné odpovědi a nikdo do vašeho zápisníku nebude nahlížet. Nebudeme po vás chtít, abyste cokoli o svém vztahu probírali s kýmkoliv dalším. V různých částech večera promluvu přerušíme, abyste mohli s partnerem prodiskutovat témata, která se během ní objevila.

Rádi bychom vás povzbudili, že ať jste spolu dlouho nebo krátce, ať je vaše manželství pevné nebo o něj zápasíte – ať je vaše situace jakákoliv – jste na správném místě. Jsme si jistí, že se v průběhu Manželských večerů dozvíte víc o tom, co si váš partner myslí a co prožívá. Bez ohledu na to, jak dlouho jste spolu, vždycky na sobě můžete objevit ještě něco nového. A na této cestě vzájemného objevení můžete najít i pevnější spojení.

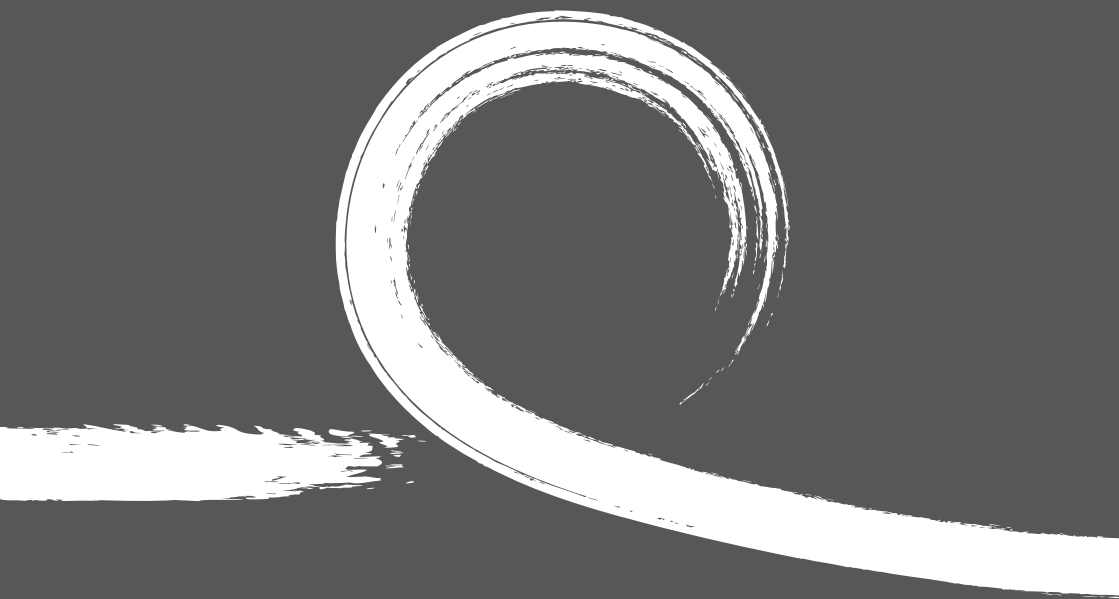


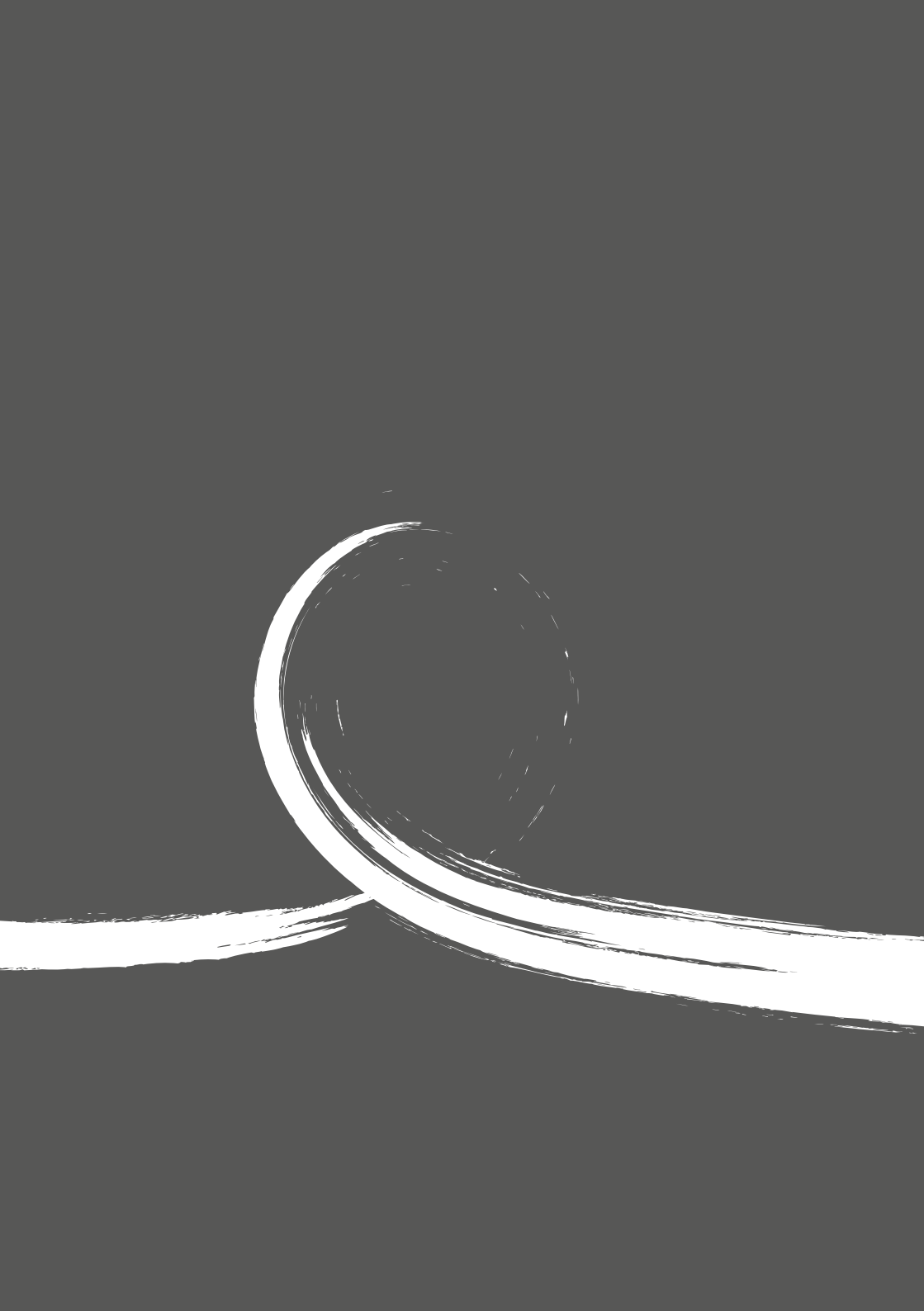
Nicky a Sila Leeovi

autoři Manželských večerů

1. večer

Pevnější spojení





Manželství je určeno k tomu, aby se stalo nejbližším možným vztahem, ve kterém roste vzájemná blízkost a závislost. Neděje se to však automaticky; pokud máme zůstat úzce spojení, musíme na svém manželství stále pracovat.

Proto opustí muž svého otce i matku a přilne ke své ženě a stanou se jedním tělem.

– BIBLE, 1. MOJŽÍŠOVA 2,24 (ČEP)

1. večer – Pevnější spojení

1. ROZHOVOR

5 minut



JAK JSTE SE SEZNÁMILI

Řekněte si navzájem, co si ze svého prvního setkání nejlépe pamatujete a co vás na tom druhém nejlépe přitahovalo.

Péče o vinici

Čtyři paralely k péči o manželství:

1. Přizpůsobování

Počáteční roky manželství vyžadují hodně přizpůsobování.

Můžeme změnit sami sebe, ale nemůžeme změnit svého partnera.

2. Prořezávání

Když se náš život začne plnit aktivitami, klíčovou dovedností v manželství je dát prioritu našemu vztahu (umět „odřezávat“ z našich životů některé věci, abychom dali přednost jiným).

Na náš čas si dělají nárok děti, práce a další věci.

Naše manželství přežije, jen pokud se naučíme dát mu přednost před vším ostatním, co si činí nároky na náš čas.

