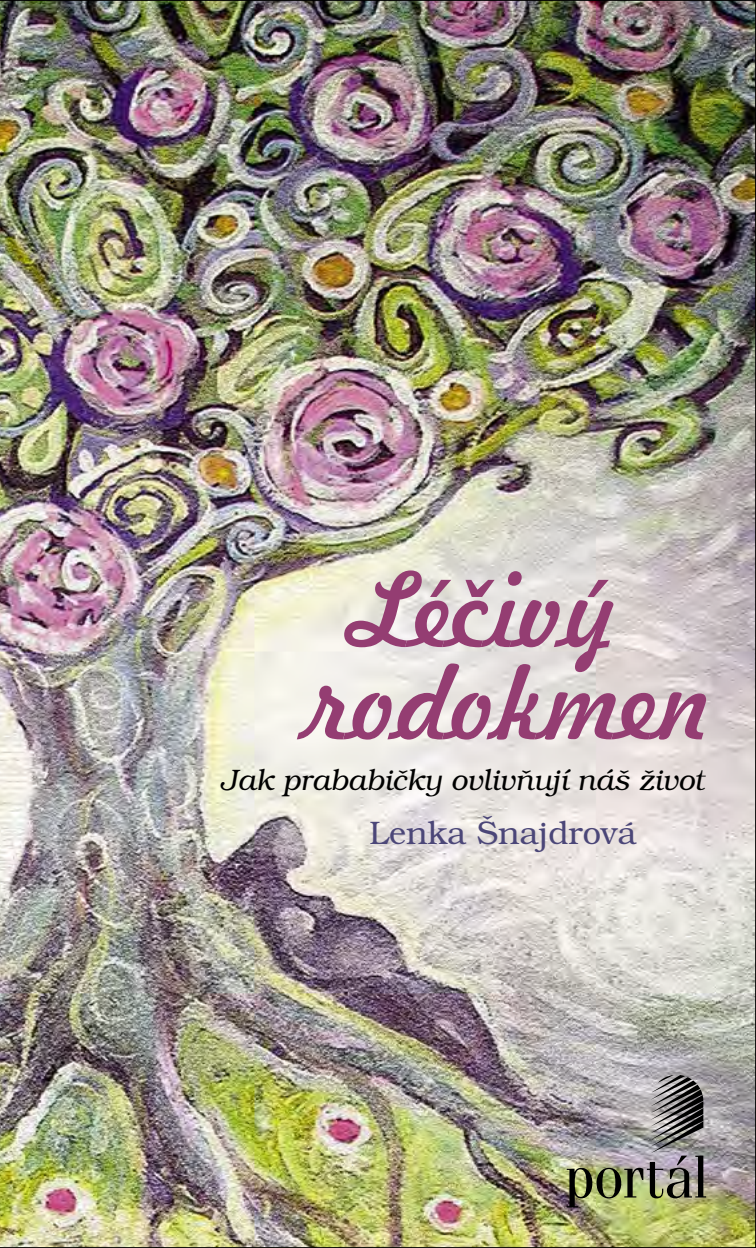




Léčivý rodokmen

Jak prababičky ovlivňují náš život

Lenka Šnajdrová



portál

Léčivý rodokmen

Jak prababičky ovlivňují náš život

Lenka Šnajdrová



portál

© Lenka Šnajdrová, 2020
© Portál, s. r. o., Praha 2020

ISBN 978-80-262-1617-9

Vytvořte si svůj vlastní rodokmen	8
Co vám může pomoci	10
Jak číst tuto knihu	11
Jak začít	14
Chodící archiv	14
Co potom	16
Když si každý pamatuje něco jiného	18
Jsou různé pravdy	19
Důvěra přichází s časem	21
Jak naložit s pravdou	22
Jména a historky	23
Matrika povzbudí fantazii	25
Malá kartotéka	26
Co s nevlastními příbuznými	30
Kukaččí mláďata aneb geny versus memy	31
Jak se připravit na rozhovor	33
Co zjišťovat o svých předcích	36
Učebnice dějepisu pomohou	38
Na co byste se mohli zaměřit v jednotlivých fázích života	39
 Milníky na cestě životem	 41
1. Narodit se	43
2. Já na bráchu, ségra na mě	46
3. Vstup do dospělosti	48
4. Volba partnera	51
5. Proměna ženy v matku	54
6. Zaměstnání a odpočinek	57

7. Přátelé a nepřátelé	60
8. Nemoc a smrt	63
Další fáze – vytvořit z informací příběhy	66
Psát příběhy o všech předcích?	69
A co dál?	71
Čím začít	73

Využijte léčivou moc svého rodokmenu

Zděděné potíže	76
Druhá možnost je srovnávání	78
Třetí cestou nás mohou vést naše pocity	80
Co vlastně léčí?	82
Klientem se stává váš předek	85
Poselství	86
Vzor	88
Rozhovory s těmi, kdo už nežijí	90
Setkání ve snu	92
Protiklady se přitahují	94
Volba jména je magie	96
Pohádky jako dědictví	99
Kde vyrůstali vaši rodiče a prarodiče?	101
Hřbitove, hřbitove, zahrado zelená	103
Hovořit s mrtvými	105
Co čekáte, to se stane	107
Závazek předávaný po generace	110
Kouzlo rituálu	112
Čas je nejlepší lékař	114
Važte si jich	116
Kameny aneb jak vyrobit mapu svého rodu trochu jinak	119
Co by se stalo, kdyby	121

Kouzlo obrazů	123
Nemusíte být jako vaši rodiče	125
Můj rodný dům	126
Věci, které jste zdědili	128
Poklad vzpomínek	130
Nejste na to sami	132
1. Rodina	133
2. Kolem vás je spousta lidí	135
3. I ostatní chtějí změnit svůj osud	137

Co všechno můžete najít	140
Co nám patří	141
Dědictví	143
Konflikty	145
Zločin a trest	148
O čem se nemluví	151
Když smrt přijde příliš brzy	153
A co zdraví?	155
Vážíte si práce?	157
Věřte nebo ne	160
Proč Sněhurka musela odejít	161

Co předáte dál	164
Co podniknout se svými zjištěními	164
Obtížný úkol	165
Na konci	167
Co si o vás budou vyprávět	170
Jak budou žít ti po vás	172
Čeho se v životě nejvíc bojíte	174
Ideální život	176

<i>Trocha radosti aneb zkuste být na chvíli sudičkou</i>	177
<i>Děláte stále stejné chyby?</i>	180
<i>Svoboda nemusí být snadná</i>	182
<i>Klíč je v úctě a v soucitu</i>	184
<i>Tajemství na závěr</i>	186

Vytvořte si svůj vlastní rodokmen

Dnes se hodně lidí opět začíná zajímat o předky, o historii a o minulost. Není divu. Po celá staletí bylo zvykem předávat si ve vyprávění příběhy a zážitky lidí, kteří nás předcházeli. Měly velkou hodnotu. Hodně šlechticů a boháčů vynakládalo nemalé prostředky na to, aby zaznamenali své rodové dějiny. A jejich potomci se učili nazpaměť, co všechno dokázal ten který praděd či prabába.

V rodové historii se totiž skrývá velká síla. Někteří lidé si zvykli žít v přesvědčení, že jen oni sami určují, jaký bude jejich život. Jestli si užijí spokojené manželství, budou-li mít dostatek majetku či zda zažijí spoustu malérů – to všechno by podle některých názorů mělo být jen jejich dílem. Ale v průběhu života často začnou mít dojem, že se jaksi spletli. I když se snaží dělat věci podle různých rad či návodů, výsledky mohou být úplně jiné než ty sousedovy. Zoufale usilují o věci, které se ukážou naprosto zbytečné, či dokonce zkázonosné. Nebo naopak mají v některých oblastech štěstí přímo neuvěřitelné. A třeba toho později litují, protože se ukáže, že jim jejich osud nastražil past, do které se lapili.

Jejich život totiž nezačal ve chvíli narození. Dokonce ani v okamžiku početí. Formoval se už dávno předtím. **Už prabáby a pradědové svými životy utvářeli ten váš.** Zdá se to až neuvěřitelné. Tím, jaké volby učinili a jaká rozhodnutí udělali, vybírali úděl svých budoucích pravnoučat.

To může znít trochu jako pohádka. Jenomže v pohádkách bývá ukryto hodně pravdy.

Už jen volbou člověka, se kterým budete mít děti, určujete hodně z jejich dispozic. A podle čeho si ho vybíráte? Podle svých zkušeností, znalostí, očekávání. Roli hraje nejen vaše tělo, které je díky svým genům podvědomě přitahováno k určitým typům lidí. Většinou právě k těm, kdo se od vás v některých ohledech geneticky odlišují. Významné jsou také představy o životě, jaký byste prožívali po boku vybraného partnera. Roli hraje i to, co vás rodina naučila oceňovat a čeho se obávat.

Vaše děti na tom budou úplně stejně. A ty jejich rovněž. V rodině se zkrátka předávají nejen geny, ale i postoje, způsoby řešení – a v neposlední řadě také chyby, které někdo v průběhu svého rozhodování dokázal udělat. Další generace je možná napraví. Nebo třeba už kvůli špatným řešením nebudou mít sílu v rodové historii pokračovat a tahle větev stromu života postupně zanikne.

Lidé si dnes začínají pomalu vážit toho, co jim znalost jejich předků může přinést. Některé jejich zvědavost přivádí do archivů, kde se snaží vypátrat datum narození a smrti svých předchůdců. Obvykle se dozvědí ještě něco o místě bydliště, o profesi či o příčině úmrtí. Ale to všechno je zoufale málo, když hledáte svou cestu životem a chcete si představit své předky jako lidi z masa a krve.

Existují však různé cesty a v této knize najdete trochu jiný postup. Nežádá po vás cestování po archivech a zabere jen tolik času, kolik mu můžete v danou chvíli věnovat. Dá se provozovat každý den, nebo také třeba jen pár hodin jednou za několik let. A jeho výsledky budou pokaždé cenné.

Co vám může pomoci

Když přijdete s nějakou potíží k psychoterapeutovi, možná se vás začne ptát na vaše rodiče. A nejspíš i na prarodiče. Třeba budete mluvit také o dalších příbuzných. Něco podobného se vám může přihodit i ve chvíli, kdy začnete hovořit s některou moudrou pratetou o problému, který vás už dlouho trápí. Možná se spolu vrátíte k příběhu vaší babičky, která kdysi řešila podobnou věc.

Ne všechny vaše potíže samozřejmě mají kořeny v tom, co se stalo kdysi v minulosti. Ale řada z nich opravdu ano. Může se jednat o chybu, kterou kdysi kdosi udělal a tak nějak se pro ty další stala zvykem. Nebo také o způsob, jak zvládat život, jenž skvěle fungoval tehdy, jenomže dnes se stal zdrojem spousty problémů. Dokonce i zločin, k němuž došlo před několika generacemi, může přinášet trápení ještě dnes. A třeba o něm ani nevíte.

Možností je zkrátka spousta. Snad i proto vašeho terapeuta nejspíš nebudou tolik zajímat informace z matrik, ale začne se ptát na spoustu věcí, které v úředních záznamech nenajdete. Budete spolu hledat ve vašich vzpomínkách na ostatní lidi z rodiny. Možná to nebude stačit, tak začnete pátrat i sami. Čeká vás spousta otázek, které položíte třeba starému dědovi. Nebo i sousedce, se kterou se vaše prabába vídala každý den.

Proč to všechno? Zde nejde o pouhou zvědavost. Je pravda, že příběhy vašich příbuzných mohou být hodně zajímavé. Strávíte s nimi chvíle, které budou těšit vás i je. A třeba si i začnete víc vážit sebe i jich, až uvidíte, kolik jste toho vlastně dokázali.

Tou nejdůležitější odměnou však bude něco jiného. **Možná odhalíte tajemství, proč trpíte některými ze svých potíží.** Právě tady totiž můžete najít odpověď třeba na otázku, jak se zbavit své obezity. Jak objevit partnera pro život, který vás za pár měsíců neopustí. Jak najít zaměstnání, kde vaši usilovnou dřinu konečně zaplatí. Třeba pochopíte, proč se občas cítíte naprosto neschopní. A jak to, že polykáte antidepresiva.

Někdy se v životě ocitáme na rozcestí, kdy zkrátka nevíme, kudy dál. Hledáme, co by nám mohlo pomoci. A k tomu, abychom pokračovali, se potřebujeme na chvíli zastavit. Prozkoumat minulost, abychom mohli změnit budoucnost. Zde vám může pomoci právě práce s historií vašeho rodu.

Jak číst tuto knihu

Číst knížky umíme od chvíle, kdy jsme odložili slabikář. Alespoň si to myslíme. Každá kniha má však svá tajemství, a pokud se k nim chcete dostat s co nejmenším úsilím, může se hodit jakási mapa. Díky ní budete vědět, co můžete očekávat od první kapitoly, kam vás zavede druhá a jak můžete využít tu třetí. Tahle knížka se totiž dá procházet různým způsobem.

Nejjednodušší samozřejmě bude, když se pohodlně usadíte do křesla a v klidu si ji pročtete od první stránky až do té poslední. To je asi nejsnazší postup. Získáte tak spoustu rad, tipů a nápadů. Pak se nad nimi můžete zamyslet a vybrat si, jak je využijete.

Tahle kniha totiž přináší spoustu možností. Nejprve vám samozřejmě nabídne pomoc při sestavení rodokmenu, který bude skutečně vystihovat vaše předky. Jak opravdu

žili, čeho si vážili, co je trápilo? To jsou otázky, které si obvykle klademe, když dostaneme na klín staré album či si přečteme záznamy z matriky. Tím však její úkol zdaleka nekončí.

Pro někoho bude inspirací k zamyšlení nad nějakou zajímavou zvyklostí, která ovlivňuje jeho život. A k úvaze, že vlastně nemusí být tak docela neměnná... Dalšímu poslouží jako lákavé téma pro rozhovor se známými. Jsou i lidé, kteří díky ní porozumějí někomu ze svých blízkých, jehož jednání jim vždycky připadalo nesmyslné.

Tohle všechno vás bude stát minimum úsilí, vlastně stačí jen přečíst knížku či její část a chvílku se nad tím zamyslet. Trochu se poptat ve vaší rodině. Vyvolat ze své paměti pár vzpomínek. Ovšem můžete v ní najít mnohem víc, když se tak rozhodnete. **Co všechno se s ní dá podniknout?**

Na počátku si nejspíš sestavíte historii vaší rodiny – nebo alespoň té části, která vás zajímá. Bude mnohem bohatší než klasické rodokmeny, v nichž najdete jen základní údaje o svých předcích. Vy v ní budete mít příběhy a vyprávění. Jako by část toho, kým vaši předkové skutečně byli, ožila ve vašich vzpomínkách.

Tak získáte vyprávění o tom, z jaké rodiny skutečně pocházíte. **Porozumíte spoustě věcí**, které vám dosud připadaly záhadné. A pak najednou objevíte ještě jednu důležitou věc, ke které kniha míří – to, jak předkové žili, určuje do značné míry i váš osud.

Že je neměnný? Ne tak docela. V další části potkáte rady a návody, jak můžete ledacos ve svém životě změnit. Tedy pokud je to součástí vašeho dědictví po předcích. Vypadá to trochu jako kouzlo. **Hodně z toho, co se nám v našem životě příliš nezamlouvá, vlastně prožívat nemusíme.** A co

je ještě lepší – můžeme dokonce zabránit tomu, aby zvyky a trápení našich předků zatěžovaly další generace.

Existuje řada způsobů, jak se osvobodit od těch částí dědictví, které vám jen komplikují život. Často se toho hodně dá změnit poměrně jednoduše. A někdy nás naopak čeká spousta práce. Různých postupů, jak se vyrovnat s tím, co jsme získali od svých předků, je nepřeberně. Už při vašem pátrání po historii rodu můžete uplatnit mnohé z nich.

Na konci knihy vás budou čekat trochu obtížnější cvičení, jež vám však mohou umožnit dosáhnout velkých změn. Zkuste si z nich vybrat ta, která se vám zalíbí. Je možné, že vám budou připadat zajímavá všechna – a možná se rozhodnete, že některá ještě zkoušet nehcete.

Dopřejte si dostatek času. **To, co vám nyní připadá nezvládnutelné, se po pár letech může stát snadným.** Není potřeba vyzkoušet všechno hned. Stačí jen začít. A pak občas pokračovat. Zkoumání historie vaší rodiny bude vždycky neukončené. Něco objevíte vy a další věci zase někdo jiný. Je to nekonečný příběh...

Co vám může tahle knížka nabídnout:

1. Zkusíte si sestavit rodokmen popisující skutečné životy vašich předků, jejich zážitky, starosti i radosti.
2. Porozumíte spoustě věcí, které se jim i vám v životě přihodily.
3. Můžete se zbavit potíží, které jste zdělili.
4. Dokážete tak změnit nejen svůj život, ale třeba i osudy vlastních dětí a vnoučat.

Váš osud se začal připravovat už v době, kdy žili vaši prapředkové. Cesta k jeho změně může vést právě přes ně.

Jak začít

Chodící archiv

Skoro určitě máte nějaké žijící příbuzné – zejména pokud jste mladí či v takzvaném středním věku. Jestliže jste starší, tak třeba už nežijí vaši rodiče ani prarodiče, ale možná najdete alespoň bratrance či sestřenice. Výjimečně mohou v rodině existovat i lidé, kteří s vámi nikdy nebyli v kontaktu. Většina z nás však v sobě nosí vzpomínky na lidi, k nimž jsme patřili, a občas vídá ty, kteří jsou ještě naživu. Děláme to prostě proto, že jsme z jednoho rodu.

Třeba se s některými z nich setkáváte denně a možná také jen jednou za pár let. Nebo z vyprávění ostatních víte, že někde žijí, ale nic víc. V každém případě **vám** tito **příbuzní mohou poskytnout informace, které dokážou v některých případech hodně změnit váš život**. I když vás to v danou chvíli ani nenapadne.

Určitě si vzpomenete na okamžiky, kdy jste – ještě jako děti – s napětím sledovali vyprávění některé babičky, dědy či svých rodičů. Když začali vykládat o tom, jací byli v dětství oni či třeba jejich máma a táta, velice vás to zaujalo. Už tehdy pro vás měly podobné informace značnou hodnotu, jen jste ještě nemuseli vědět, k čemu budou dobré. Ale právě to, jak žili lidé z vaší rodiny, pak určovalo spoustu vašich rozhodnutí.

Jako děti jste mohli napodobovat některého z členů rodiny prostě proto, že vám byl sympatický či blízký. Někdo byl třeba stejně výřečný jako jedna z tet nebo bojoval za spravedlnost se spolužáky a učiteli – vždyť jeho praděd se dokázal postavit i panu faráři, když došlo k bezpráví. I v dospělosti nás rodičovské historky o našich předcích mohou

hodně ovlivňovat. **Pokud se máme rozhodnout pro nějaké jednání, často zvolíme takové, jaké si vybral už někdo z těch, které z vyprávění známe.**

Jako dospělí obvykle nemáme chuť věnovat svůj čas pouhému poslouchání historek o tom, co kdo z rodiny udělal či zažil. Roli hraje asi i to, že lidská paměť není až tak spolehlivá a v příbězích o minulosti mohou být chyby. Když vám jeden člověk nabídne úplně jiný popis důležité události z historie vaší rodiny, než jste slyšeli od druhého, je těžké si vybrat. A navíc – k čemu by vám to vlastně bylo užitečné?

Raději se pak zabýváme tím, co je, plánujeme, co budeme dělat v budoucnosti – a minulost necháme být. Nebo se omezíme na prokazatelné údaje, které nalezneme v matrikách či v rodokmenu sestaveném na zakázku. Jenomže tím se chytíme do pastí. Příběhy a vyprávění, jež se předávají z generace na generaci, mají totiž velký vliv na náš život.

Svou budoucnost stavíme na základech, které nejsou zcela jasné. A do určité míry záleží i na našem rozhodnutí, kterou část z nich odkryjeme. Pokud je však ponecháme zcela ukryté nebo se omezíme na malou část představovanou několika údaji z matrik, budeme stále tápat. Příběhy našich předků jsou trochu jako mapy pokladu – musíme si toho hodně domyslet a občas narazíme na mapu, která je zcela nepravdivá. I tak nám však zpřístupní mnohem víc, než když se vydáme kopat jen tak nazdařbůh.

Dopřejte si tedy občas chvíli, kdy využijete onen chodící archiv. Posad'te se k někomu ze svých předků, který je ještě naživu, a vyptávejte se ho. Většina starších lidí sama tuší, že jejich historky a vyprávění mohou být pro vás užitečné. I když třeba nevědí proč. Nejspíš vám budou rádi vyprávět o své minulosti.

Zkuste si z jejich sdělení něco zapamatovat, protože tahle jejich minulost je i vaše. I když jste o jednu či o více generací mladší, máte společné základy. A na těch budujete svůj život.

Co potom

Když strávíte nějaký čas nasloucháním vzpomínkám, začnete mít pocit, že své předky znáte o dost lépe než předtím. Pokud vám vyprávěl jen jeden člověk, chvíli si můžete myslet, že už jste odhalili spoustu důležitých věcí o své rodině. A že to vlastně stačí.

Nyní se ocitáte v důležitém bodě svého pátrání. Můžete uzavřít všechno hledání s tím, že jste porozuměli řadě věcí ze vzdálené minulosti svého rodu. A že o něco lépe rozumíte něčemu z toho, co nyní ve svém životě budujete či prožíváte. I to by byl úspěch, který určitě za těch pár hodin času stál. Práce s historií vaší rodiny vám však může přinést i mnohem víc. Pokud se do ní hlouběji ponoříte, postupně se naučíte lépe porozumět sobě i druhým a nejspíš také změníte spoustu věcí ve svém životě.

Jenomže to už bude o něco obtížnější. Na druhé straně můžete ovšem získat o dost víc než dosud. Výhodou je, že se nemusíte rozhodnout hned. Třeba vám v tuto chvíli bohatě stačí, co jste se dozvěděli. Až za nějaký čas získáte pocit, že byste vlastně mohli porozumět své rodinné historii o něco víc. **Pro hodně lidí pátrání skončilo, když se zara-
dovali: „Aha, teď mi došlo, proč jsem takový, jaký jsem.“** A dál pak po léta nehledali. Až jednou...

Pokud se pustíte do důkladnějšího průzkumu, porozumíte spoustě věcí. A také dokážete hodně z nich změnit

či upravit, když vám nebudou vyhovovat. Ovšem také budete muset čelit nejistotě, nedůvěře a pátráním strávíte více času.

Když se zmiňuji o čase, je potřeba upozornit na něco důležitého. **Svědkové** všech těch dávných věcí, které se ve vaší rodině udály, **nebudou žít věčně**. Jako naschvál právě ti, od kterých můžete získat nejvíce informací o vzdálenější minulosti svého rodu, odcházejí většinou jako první. A když si nenajdete pár chvil na rozhovor s nimi nyní, kdy jste za neprázdnění spoustou věcí, možná k němu už nedojde.

Pokud se rozhodnete trochu víc zapátrat v rodinné historii, otevírá se před vámi velmi zajímavá a dobrodružná cesta. Nejspíš potrvá mnoho let, protože na ní budete nacházet stále nové a nové poklady. Je možné, že mnoha sdělením svých předků porozumíte až za spoustu roků. A ještě déle vám bude trvat, než se s nimi smíříte.

Pro váš rod desítky let až tak moc neznamenaají. Je tvořen nepředstavitelným počtem generací, sahá hluboko do minulosti. A možná směřuje do vzdálené budoucnosti. Když pátráte mezi svými předky, je dobré mít to na paměti.

Vaši příbuzní vám někdy mohou poskytnout právě ty informace, které potřebujete ke změně svého života. Zkuste se jich ptát a naslouchat jejich vyprávění o předcích.

Vzpomínky na jednání vašich předků dokážou hodně ovlivňovat to, jak se chováte vy. I když si to třeba vůbec neuvědomujete.

Práce s rodokmenem může být vaším koníčkem po spoustu let. Postupně začnete zjišťovat, jak své znalosti prohlubovat a dosahovat dalších změn ve svém životě.

Když si každý pamatuje něco jiného

Pokud se rozhodnete hovořit s různými lidmi z vlastní rodiny o minulosti, budete čelit několika překážkám. Hned na začátku se asi setkáte s tím, že paměť není úplně přesná a řadu událostí vám každý z nich vylíčí úplně jinak.

Prakticky každý člověk někdy doplatí na to, že **lidská paměť může být velice nepřesná**. Jsou chvíle, kdy něco takového představuje značný problém. Pokud máte domluvené vyšetření u lékaře a z nějakého důvodu se spletete v jeho datu, strávíte jen nějaký čas omlouváním se a hledáním jiného termínu. Jedná-li se o schůzku s někým, koho byste chtěli za životního partnera, změnění taková chyba někdy i váš život.

Většina omylů naší paměti však nemá tak viditelné důsledky. Pokud jste přesvědčeni, že jste si svůj svetr dali do skříně, a najdete ho přehozený přes židli v obývací místnosti, nebudete si s tím nejspíš lámat hlavu. Podle vašeho založení si nejspíš buď řeknete, že jste zapomněli, jak ho ze skříně vyndáváte, nebo obviníte někoho z domácnosti, že si půjčuje vaše oblečení. Není důvod se kvůli jedné chybě v našich vzpomínkách zneklidňovat, stává se to prakticky každému.

Kupodivu však máme ve zvyku věřit, že důležité události ve vlastním životě udržíme v paměti do nejmenšího detailu i padesát let. Což o to, popsat je co nejpresněji určitě zvládáme. Jenomže když je vyprávíte vy a současně někdo jiný, kdo byl na onom místě s vámi, překvapeně zjistíte, jakou spoustu věcí si pamatujete úplně jinak. Pokud jste si v průběhu uplynulých let občas krátili čas společným rozhovorem o této události, budou nejspíš vaše vzpomínky velmi podobné. Když však v rodině narazíte na někoho, kdo to