

Obsah

| | |
|--|----|
| PŘEDMLUVA..... | 11 |
| TYPICKÉ PŘÍKLADY ŽIVOTNÍCH LŽÍ..... | 15 |
| Osobní příklady | 15 |
| Příklady ze společnosti | 17 |
| CO JE ŽIVOTNÍ LEŽ | 19 |
| Hlavní znaky životních lží..... | 19 |
| Proč si něco nalháváme? | 20 |
| Důsledky životních lží | 21 |
| CO JE PRAVDA A CO PRAVDIVOST..... | 26 |
| Co je to objektivní pravda?..... | 26 |
| Co je to subjektivní pravda? | 27 |
| Definice životní lži | 30 |
| Podstata bytí..... | 31 |
| Tělo, duše, duch..... | 32 |
| Podstata bytí a vnitřní pravda | 33 |
| Duše spící spánkem Šípkové Růženky – čekání na zralost ... | 34 |
| JAK VZNIKÁJÍ ŽIVOTNÍ LŽI | 38 |
| Jak na lži reagují děti | 38 |
| Jak na lži reagují dospělí | 38 |
| Motivy pro zatajování pravdy | 39 |

| | |
|--|----|
| JAK MOHOU CITY ZKRESLIT VNÍMÁNÍ SKUTEČNOSTI | 42 |
| Nadměrná emocionální zátěž ohrožuje naše vnímání skutečnosti | 42 |
| City jako kompas pro náš vnitřní svět | 42 |
| „Škola pocitů“ | 45 |
| Strach | 47 |
| Trauma a bezmoc | 50 |
| Smutek..... | 54 |
| Vzteky..... | 56 |
| Stud | 62 |
| Vina | 73 |
| Radost..... | 78 |
| SEBEKLAMY V LÁSCE..... | 81 |
| „Budu se snažit ho (ji) milovat“ | 81 |
| „Láska je cit – rozum v ní nemá co pohledávat“ | 83 |
| „Přinutím ho, aby mě miloval“ | 84 |
| „Po tolika ztroskotaných vztazích už dál nehledám ženu svých snů / svého prince na bílém koni“ | 86 |
| „Zasloužil bych si někoho lepšího“ „Můj partner by si zasloužil někoho lepšího“ | 89 |
| „Krásnější je být milován než milovat“ | 92 |
| „Lásku je třeba cítit – ne o ní mluvit“ | 94 |
| „Láska musí trvat věčně“ | 95 |

| | |
|--|-----|
| RODINNÁ TAJEMSTVÍ A TABU | 98 |
| Rodina jako průsečík mezi jednotlivcem a společností | 98 |
| Lži vznikají z napětí mezi zájmy jednotlivce a společnosti ... | 99 |
| Rodinné mýty o tom, jak se rodiče seznámili | 100 |
| Význam rodičovských vztahů pro děti | 103 |
| Když se dětem zamlčuje jejich skutečný původ | 105 |
| Proč je tak důležité vědět, kdo jsou naši rodiče | 106 |
| Přebírání viny rodičů | 108 |
| Rodinný mýtus o hrdinské smrti | 110 |
| Zatajování sexuální orientace | 111 |
| Život ve lži | 112 |
| Faktory, k nimž je třeba přihlížet při odhalování rodinného tajemství | 113 |
| Dlouhá cesta k odhalení rodinného tajemství | 115 |
| KDYŽ KONCEPCE NEVYCHÁZEJÍ A SNY SE ROZPLÝVAJÍ | 118 |
| Neurotické životní koncepce | 119 |
| Osudové životní zvraty | 120 |
| Fáze života a přežití životní koncepce | 121 |
| KOLEKTIVNÍ ŽIVOTNÍ LŽI – POPÍRÁNÍ SMRTI | 125 |
| Pokrok znamená větší pohodlí a efektivitu | 127 |
| Odcizení a existenční strach | 128 |
| Iluze bezpečí | 129 |
| Život jako poslední příležitost | 130 |

| | |
|--|-----|
| ZRANĚNÁ KRÁSA | 133 |
| Zbožnění krásy | 133 |
| Co je pravdivé, nebývá vždy krásné | 134 |
| Jak se krásným lidem žije s jejich krásou? | 135 |
| Ztráta skutečného já – budování falešného já | 137 |
| Zlatovláska | 138 |
| Prokletí krásy | 140 |
| | |
| NÁPRAVA ŽIVOTNÍCH LŽÍ | 142 |
| Podmínky, které napomáhají k odhalování životních lží a sebeklamů | 142 |
| Svlékání kůže | 144 |
| Zásadní otázka | 145 |
| Co se stane, když odhalíme svoji životní lež | 146 |
| | |
| ZÁVĚREČNÉ POZNÁMKY | 148 |
| | |
| PODĚKOVÁNÍ | 150 |
| | |
| LITERATURA | 152 |