

Jak to mám v životě já?

Známý terapeut Honza Vojtko se v jedenácti kapitolách zamýšlí nad základními životními otázkami, které si dříve nebo později musí v životě vyřešit každý z nás. Přestože na začátku říká: „Abychom se stali lidmi a zůstali jimi, potřebujeme jiné lidi,“ věnuje se v této knize nejen vztahům k druhým lidem. Jako první si bere na mušku ten nejdůležitější vztah – vztah k sobě. Zaobírá se však i vztahem ke zvířatům, k práci, věcem, Bohu, tělu, ke smrti... Nechybí ani kapitoly o rodinných a přátelských vztazích. Vojtko jako zkušený terapeut nepředkládá hotová řešení, naopak se snaží přimět k zamyšlení „jak to mám v životě já“. Na závěr každé kapitoly je připojen i příběh z terapeutovny, na němž autor demonstrovuje určitý problém a nabízí možná řešení. Audiokniha je plná zásadních životních otázek, bolesti, povzbuzení i naděje.

Nezkrácená verze na 1 mp3 CD
Celková délka 6 hodin 5 minut
Vydalo Tympanum, s. r. o., ve spolupráci
s Nakladatelstvím Paseka s. r. o., 2024.



OBSAH:

- Předmluva (stopa 1)
- I. Vztah k sobě (stopa 2)
- II. Vztah k bohu (stopa 3)
- III. Vztah k přátelům (stopa 4)
- IV. Vztahy v rodinách (stopa 5)
- V. Vztah ke zvířatům (stopa 6)
- VI. Vztah k věcem (stopa 7)
- VII. Vztah k práci (stopa 8–10)
- VIII. Vztah ke světu (stopa 11)
- IX. Vztah ke smrti (stopa 12)
- X. Vztah k tělu (stopa 13)
- XI. Vztah k času (stopa 14–15)
- Závěrem (stopa 16)

Celký čas 6 hodin 5 minut