

Dávid Hanc

On existuje!

Ako konečne nájsť
lásku svojho života...



On existuje!

2024 © Dávid Hanc

Všetky práva vyhradené.

Vydavateľ: Alfa Akadémia s.r.o.

ISBN: 978-80-973658-2-0

Všetky práva vyhradené. Žiadna časť tejto knihy nemôže byť žiadnym spôsobom reprodukována alebo rozmnožovaná bez prechádzajúceho písomného súhlasu majiteľa autorských práv.



Obsah

Spoznávaš sa? _____	3
Máš zatiahnutú ručnú brzdu _____	8
Tvoje prvé kroky k (seba)láske _____	14
Ty si láska svojho života _____	25
5 efektívnych krokov k sebaláske _____	30
Koho to zaujíma? _____	40
Si dost dobrá! _____	49
Ži svoj život! _____	57
Film tvojho života _____	64
Toxické vzťahy medzi nami _____	71
Moje hranice, moje pravidlá _____	77
Pravidlo, vďaka ktorému už sklamanie nehrozí _____	85
Tri vlastnosti neodolateľnej ženy _____	90
Záver _____	95

„ON naozaj existuje!“ znela veta v mojom denníku
po úplne náhodnom prvom stretnutí s ním.

Chcela som sa dať tetovať.

Týždne som naberala odvahu ísť vôbec do nejakého štúdia...
Až mi do cesty (alebo skôr Google vyhľadávania počas nejakej
nudnej vysokoškolskej prednášky) padlo to jeho štúdio.

*Bol zadaný... a ja čerstvo po rozchode.
Dost' zlá kombinácia.*

Vidina nezmyselného tetovania s motívom nekonečnej osmičky
mi v tom porozchodovom čase dávala význam.

*Jemu nie. Odmietol ma a poslal preč.
„Vráť sa, keď vymyslíš niečo lepšie! Niečo, čo nemá milión ľudí.“*

*A ja som sa vrátila...
Začali sme sa rozprávať a môj prvotný pocit toho,
že Dávid je práve ON, sa iba posilnil.
Počas tetovania sme prebrali všetko a od toho dňa
sme už nechceli byť bez seba.*

*Bola som vo svete vzťahov stratená.
Neverila som, že naozaj pre mňa existuje niekto,
kto by spíňal všetko to, čo od života chcem.*

*Ale ver mi, tak, ako existoval pre mňa,
existuje aj pre teba.*

Anička
(Dávidova manželka)





I. KAPITOLA

Spoznávaš sa?

Lucia otvorí dvere do prázdneho bytu, položí na zem nákupné tašky a vyzuje sa.

„Som doma,“ povie sama sebe smutne.

Je unavená z celého dňa. A z celého života. Mala náročný deň v práci, kolegovia ju znova našťvali, šéf jej nakladá viac, ako je schopná uniesť. Nedokáže mu povedať nie. Aj tak sa domov neponáhľa, pretože predstava prázdneho a tichého bytu ju celé dni deptá. V robote teda trávi dobrovoľne aj nadčasy a domov sa chodí iba vyspať. Dokonca je už vo veku, kedy ju s radosťou nazývajú starou dievkou... Ona sa ale cíti v plnej sile, necíti sa ani zďaleka na vek, ktorý má uvedený v dokladoch. Každý deň si uvedomuje, že jej chýba jedna podstatná vec. Nieкто, ku komu by sa večer pritúlila, komu by porozprávala o tom, aký mala deň. Také jednoduché a pritom nájsť to je také náročné.

Vždy, keď večer otvára dvere bytu, v žalúdku ju gnivi zlý pocit. Už tak dlho je sama... Pred svetom sa ale neuzatvára, partnera si stále intenzívne hladá, avšak zbytočne. Každý muž, ktorý vyzerá aspoň trochu schopne, nakoniec cívne alebo úplne zmizne bez vysvetlenia.

Párkrát to už vzdala. Ale to prázdno sa už nedá vydržať. Závidí všetkým kamarátkam a kolegyniam, ktoré majú priateľov či manželov a kompletne rodiny s deťmi. Lucia vie, že závišť je zlá, ale nedokáže si pomôcť. „Prečo to iní majú a ja nie? Kde robím chybu? Ani ja už nechcem tráviť večery a víkendy osamote. Už ma nebaví takýto život, chodiť z rande na rande, neustále skúšať nové zoznamky a dookola pociťovať sklamanie,“ uvažuje často.

Samota sa na Lucii podpísala. Cíti sa úplne zbytočná, osamelá a občas jej napadne, že by ani nikomu nechýbala. Okrem zopár povrchných kamarátstiev a chabých rodinných vzťahov nemá vo svojom okolí nikoho. Absolútne nikoho. Stratila už aj samú seba, pretože sa nenávidí. Neznáša svoje telo, neznáša dokonca ani svoju povahu. Nečudo, že ju nikto nemá rád...

Lucia je žena, akých tu máme v dnešnej dobe kopu. V živote sa cítia stratené a nepotrebné, pretože nemajú to, po čom každý túži - pravú lásku. Nevedia, ako ju nájsť, kde ju hľadať alebo ako sa k nej dopracovať. Uniká im pomedzi prsty aj napriek tomu, že je to to jediné, po čom túžia. Chcú tie povestné motýliky v bruchu, chcú cítiť tú mužskú oporu.

Spoznala si sa v tomto príbehu? Skvelé!

Povieš si: „**Dávid, prečo skvelé? Ved' to je smutný príbeh...**”

Áno, je. Ale poviem ti jednu vec - **to, ako príbeh bude pokračovať, je iba v твоjich rukách.** A tiež ti poviem, ako na to, aby sa príbeh skončil šťastne ako v rozprávke. Občas to budú drsné pravdy, ale pekné reči ešte nikoho nikam neposunuli, však?

Veľmi často sa na mňa obracajú ženy v podobnej situácii. „**Ja už nechcem byť sama,**“ je veta, ktorá sa dá vyčítať pomedzi riadky z množstva správ. Za viac ako trinásť rokov som pomohol (aj) s láskou tisíckam žien. Po tom, ako sa obrátili na mňa, už viac s touto životnou kapitolou nemali problém. A vyriešili sa tým aj ostatné ich problémy...

Tento problém samozrejme riešia aj muži. Lenže muži nie sú tak emocionálne založení a keď nemajú po boku partnerku, neriešia to tak zúfalo. Aj oni chcú byť milovaní, ale povedzme si narovinu - ženy na tom stavajú kvalitu svojho života. Láska a rodina sú pre nich základné stavebné kamene.

Oblasti vzťahov som zasvätil posledné roky svojho života, preto si kúpou tejto knihy na tom správnom mieste. Vysvetlím ti, kde robíš chybu, naučím ťa, ako nájsť tú pravú lásku tým, že najprv začneš milovať samú seba. Pretože ak sa nemiluješ ty, ako ťa môže milovať niekto iný?

Možno sa pýtaš, prečo by ti práve nejaký muž mal dávať rady. Ved' muži ženám nerozumejú a najlepšie ťa pochopí iba žena.

Odpoveď je veľmi jednoduchá.



Viem, čo prežívaš. Bol som tam aj ja. Vystriedal som veľa vzťahov so ženami, ktoré mi vôbec nevyhovovali, ale bral som to tak, že lepšie mať aspoň niekoho, ako byť sám. Nie je to tak? Bol som o sebe presvedčený, že nie som dosť dobrý, že nemám žiadnu hodnotu, takže som bol vlastne svojim priateľkám vďačný, že so mnou strácajú svoj drahocenný čas. Ale bál som sa... Bál som sa toho, že ma odhalia, s akým chudákom vlastne sú. Svoju pravú tvár som neukázal nikomu, nechával som si ju sám pre seba.

Žil som vo Viedni, mal som tridsať rokov a bol som v najlepších rokoch, ale nenávidel som svoj život. Práca ma absolútne nebavila, nemal som žiaden smer ani cieľ, za ktorým by som sa mohol vybrať. V práci po čase pochopili, že nie som pre nich vhodný a dostal som padáka. A vtedy sa začala moja cesta na úplné dno...

Viac ako sedem rokov som udržiaval vzťah, ktorý som sa snažil zachrániť zásnbami. Neboli sme spolu šťastní, náš vzájomný vzťah nedával absolútne žiaden zmysel, iba sme si nahovárali, že toto je to pravé orechové. Vedel som, že zásnuby sú veľmi zlý nápad, ale aj tak som ju o ruku požiadal. Ved' to sa patrí a už je na to ten správny čas... Bol to môj pokus, ako si udržať to málo, čo mám.

Obaja sme ale vedeli, že sa rútime do záhuby. Nerozumeli sme si, nemali sme nič spoločné, dodnes neviem, ako sme spolu mohli vydržať tak dlho. Už som to ale ďalej nedokázal hrať, celé moje vnútro kričalo, že si ju nemôžem vziať. Musel som sa s ňou rozísť, a prišiel tým aj o poslednú životnú istotu. Zistil som, že táto životná istota bola aj tak len ilúzia...

A tak som zostal vo Viedni úplne sám. Bez práce, s piatimi eurami v peňaženke a keby mi milá suseda dôchodkyňa nenechávala aspoň suché pečivo na kľučke od dverí, asi by som umrel od hladu. Klesol som na úplné dno a jediné, čo mi išlo v hlave stále dokola, bola otázka: „**Prečo práve ja? Však som bol s každým za dobre! Nikdy som nikomu neublížil a pomáhal som, kde sa dalo a aj tak si to nikto nevážil. Ale aj tak... Malo by to fungovať, nie? Keď pomôžeš ostatným, pomôžu aj oni tebe... Prosím! Pomôžte niekto...**”

Možno si túto otázku kladieš každý deň aj ty. Ja som vtedy nemal nikoho, na koho by som sa mohol obrátiť, kto by mi pomohol vyjsť z tohto začarovaného kruhu beznádeje. Dva mesiace som sa lutoval, strávil som ich na podlahe v plači a uvažoval som, že keby som tu a teraz umrel, koľko by trvalo, kým by sa na to prišlo? Kým by ma niekto prišiel hľadať? Taký osamelý som bol...

Potom mi to docvaklo. Prišlo uvedomenie, že za všetko si môžem sám. Sám som sa sem dopracoval a sám sa musím aj pozbierať. Zistil som, že jednoducho musím vstať a začať odznova. Rozhodol som sa, že musím od základov zmeniť svoj život, pracovný aj súkromný. Vedel som, že viem kresliť a dokážem tetovať a rozhodol som sa, že to bude moja cesta.

Ako to už býva, s vyriešením práce prišli na rad aj ostatné oblasti môjho života. Túžil som po priateľke, po skutočnom a naplnenom vzťahu. Problém však bol, že som si vôbec neveril a nedokázal som ani osloviť ženu na ulici. Zistil som, že aj toto treba trénovať, a to ma postrčilo k tomu, aby som si našiel mentora. Naučil ma, ako správne so ženami komunikovať, dal som úplne na jeho rady. Tvrdo som na sebe v tejto oblasti makal, zúčastnil som sa mnohých seminárov, prednášok a hltal som knihy o psychológii. Mojim jediným snom bolo nájsť si ženu, ktorá ma bude úprimne milovať. Takého, aký som, bez masky a bez ilúzií.

V práci sa mi darilo čoraz viac, v Trnave som si vybudoval jeden z najluxusnejších tetovacích salónov na Slovensku. Všetky prekážky som bral ako výzvy, nie ako kopance osudu. Vytrvalosť a drina mi priniesli nielen vysnenú prácu, ale aj vysnenú ženu, ktorá mi DOSLOVA vkráčala do náručia, teda do môjho tetovacieho salónu.

Dnes mám všetko, po čom som kedy túžil. Milovanú manželku, ktorá mi denne dáva pocit naplnenosti a je mojou spriaznenou dušou. Spolu máme úžasné tri deti a ja naozaj nemôžem byť šťastnejší.

Hodiny a hodiny v tetovacom kresle ma priviedli k tomu, čím som dnes. Počas tetovania som sa s ľuďmi rozprával, počúval som ich životné príbehy a problémy. Mnohé sa nelíšili od tých mojich a mnohé z nich sa týkali práve túžby po láske. Zistil som, že som nielen dobrý poslucháč, ale že dokážem svojim

klientom dať aj vhodné rady, ktoré s radosťou prijali. To bola tá skutočná hodnota môjho tetovania. Umelecké dielo s príbehom. To, čo bolo vo vnútri, bolo aj navonok.

*Dokázal som meniť životy druhých a ukázať im,
že nič nie je nemožné...*

Ako transformačný kouč a mentor som pomohol za tie roky desiatitisícom ľudí zmeniť svoj život zvnútra navonok. **Pomohol som ženám, ako si ty, milovať samú seba, nájsť svoju hodnotu a tak nájsť aj vhodného partnera do života. A keďže viem, že téma hľadania lásky sa neustále opakuje, pretože je to podstata nášho života, rozhodol som sa napísať túto knihu.** Vďaka nej zistíš podľa jednoduchých návodov a krokov, prečo si doteraz prítahovala toxické vzťahy a prečo ti vlastne úplne stačili.

Ver mi, že keď sa dostaneš na koniec tejto knihy, bude z teba úplne iná žena.

Bude z teba žena, ktorá bude pre mužov neodolateľná.

Bude z teba žena, ktorá pozná svoju hodnotu a vie, čo chce.

A vďaka tomu bude z teba žena, ktorá svoju vysnívanú lásku nájde.

” **Pretože ON EXISTUJE.** “

