



AUTOR BESTSELLERU ČTYŘI DOHODY

DON MIGUEL RUIZ

A BARBARA EMRYS

TŘI OTÁZKY

JAK OBJEVIT A OVLÁDNOUT
SVOJI VNITŘNÍ SÍLU

Tři otázky

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.e-reading.cz
www.palmknihy.cz



Don Miguel Ruiz a Barbara Emrys

Tři otázky – e-kniha

Copyright © HarperCollins Polska sp. z o.o., 2018

Všechna práva vyhrazena.
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu majitelů práv.

TŘI OTÁZKY



TŘI OTÁZKY

*Jak objevit a ovládnout
svoji vnitřní sílu*

DON MIGUEL RUIZ A BARBARA EMRYS

Český název: Tři otázky

Jak objevit a ovládnout svoji vnitřní sílu

Název anglického originálu: The Three Questions / How to Discover and Master the Power Within You

Autoři: Don Miguel Ruiz a Barbara Emrys

Překlad: Jana Klimešová

První vydání: Harper One, *An Imprint of HarperCollins Publishers*, 2018

Grafika obálky: Madgrafik

Odpovědný redaktor: Ivana Čejková

Jazyková korektura: Dita Kelbelová

© 2018 by Miguel Ruiz and Barbara Emrys

© For the Czech Republic edition by HarperCollins Polska sp. z o.o.,

Warszawa 2018

Všechna práva vyhrazena, včetně práva na reprodukci celého díla nebo jeho částí v jakékoliv podobě.

Tato kniha je vydána na základě licence HarperCollins Publishers, LLC, New York, USA.

Všechny postavy v této knize jsou fiktivní. Jakákoliv podobnost se skutečnými osobami, žijícími či zesnulými, je čistě náhodná.

HarperCollins je ochranná známka, jejímž vlastníkem je HarperCollins Publishers, LLC, New York, USA. Název ani známku nelze použít bez souhlasu vlastníka.

Cover design: Studio Gearbox

Cover art: © Nicholas Wilton | Illustration Source

Background art: sl_photo | Shutterstock

Author photo: © Noel Cianci, 2012

All rights reserved.

HarperCollins Polska sp. z o.o.

02-516 Warszawa, ul. Starościańska 1B lokal 24-25

ISBN: 978-83-276-3339-2 (tištěná verze)

ISBN: 978-83-276-3340-8 (EPUB)

ISBN: 978-83-276-3346-0 (MOBI)

ISBN: 978-83-276-3347-7 (PDF)

VĚNOVÁNÍ

Tato kniha je věnována všem těm, kdo se rozhodli stát hrdiny svého vlastního příběhu. Všem mírumilovným rebelům, kteří touží změnit svůj svět, sami sebe bezpodmínečně milují a nechají tuto čistou lásku vyzařovat do světa. Je věnována všem, kteří plni soucitu vedou jiné, mají odvahu jednat láskyplně a nedají se ovládnout iracionálními obavami.

Tato kniha je věnována všem těm ženám a mužům, kteří se dokážou chovat odvážně a mluví za ty, již sami za sebe mluvit nemohou. Byla napsána na počest všech těch, kdo používají slova k tomu, aby šířili poselství lásky a úcty.

Se srdečnými díky všem našim čtenářům,
DON MIGUEL RUIZ A BARBARA EMRYS

OBSAH

VĚNOVÁNÍ	5
ÚVOD	9
1. Tři perly moudrosti	11
2. Otevírání dveří	15
Otázka první: „Kdo jsem?“	29
3. První perla	31
4. Hlas <i>Já</i>	37
5. Jedna mysl, jedno společenství	53
6. Mysl jako vláda	61
7. Spravedlnost a soudce	69
8. Vrchní velitel	81
Otázka druhá: „Co je skutečné?“	95
9. Druhá perla	97
10. Život v tyranii	105
11. Uniknout z vězení	117
12. Diplomat	121
13. Mír a zdravý rozum	131

Otázka třetí: „Co je láska?“	143
14. Třetí perla	145
15. Vaše životní láska	155
16. Milenci a milácci	161
17. Láska k lidstvu	169
18. Strach a to, co víme	181
19. Nalezený mír	193
20. Několik slov na závěr	205

ÚVOD



1

Tři perly moudrosti

KDYSI DÁVNO JEL jeden starý muž se svým vozem polní cestou. Celý den přšelo a cesta byla hrbolatá, takže se mu jelo těžko. Déšť samozřejmě vše jen zhoršoval.

Nakonec vůz zapadl do hluboké díry a upadlo mu zadní kolo. Stařec nejprve uklidnil koně, pak seskočil do bláta a pokoušel se kolo nasadit. Velmi

brzy však zjistil, že díra je příliš hluboká a že kolo neuzvedne; bylo moc těžké. Stál tam celý promočený a prochladlý, když tu za sebou uslyšel rychlé kroky.

Patřily mladíkovi z farmy, který šel domů na večeři. Viděl starého muže a rozbitý vůz, kolem nějž se valila po cestě voda, jako by stál v řece. Mladík byl urostlý, silný a ochotný pomoci. Našel spadlou plaňku z plotu, postavil se až po kolena do bahnité díry a vůz podepřel. Pak se dal do opravy kola a během ní si začal se starým mužem povídat o tom, jaké má plány do budoucna. O světě toho nevěděl mnoho, ale byl připravený se učit. Chtěl zjistit, kdo opravdu je, a přál si nalézt odpovědi na nejdůležitější životní otázky. Brzy měl dospět v muže, a tak se toužil dozvědět něco víc i o lásce. Mluvil o tom, že často i během dne sní o všech těch krásných věcech, které ho čekají.

„Většinu dní ani nevím,“ zasmál se chlapec, „jestli sním, nebo jsem vzhůru!“ Hoch mluvil a mluvil a starý muž ho tiše poslouchal.

Za hodinu byla práce hotová. Kolo bylo zase bezpečně nasazeno na oji a vůz zpátky na cestě. Stařec hledal po kapsách drobné, aby chlap-

ci projevil svou vděčnost. Nenašel ale nic, co by mu mohl za jeho námahu nabídnout, a tak se ho zeptal, zda by přijal místo peněz tři perly moudrosti, přičemž ho jedním dechem ujistil, že tyto perly jsou mnohem vzácnější než peníze. Skrze divoké bouřkové mraky vykouklo slunce a hoch se usmál. Věděl, že nemůže odmítnout mužovu vděčnost, ať je jakákoli. Koneckonců, vždyť se má tolik co učit.

„Jistě,“ odpověděl tedy zdvořile. „Jsem poctěný, že se se mnou o svou moudrost podělíte, pane.“

A tak se k němu stařec naklonil a začal hovořit.

„Na to, aby sis v životě poradil, si potřebuješ zodpovědět jen tři otázky,“ vysvětloval mu. „Za prvé se musíš sám sebe zeptat: ‚Kdo jsem?‘ To zjistíš, když pochopíš, kdo nejsi. Za druhé se musíš ptát: ‚Co je skutečné?‘ Co je skutečné budeš vědět, když poznáš, co skutečné není. A za třetí,“ končil muž, „se musíš zeptat: ‚Co je láska?‘ Lásku rozpoznáš, až pochopíš, co láska není.“

Starý muž se napřímil a oprášil si z kabátu zasklé kusy bláta. Chlapec s úctou smekl klobouk a poděkoval. Pak se díval, jak muž nasedl na vůz

a hvízdal na koně. Vůz sebou škulbl, zatřásl se a začal rachotit dál po cestě.

Chlapec vykročil k domovu, kde na něj čekala večere, ale ještě se ohlédl přes rameno. Uviděl už jen obrysy vozu, který zvolna mizel ve večerních stínech.



2

Otevírání dveří

PODOBNÉ JEDNODUCHÉ PŘÍBĚHY nás vybízí k zamyšlení nad vlastním životem, neboť jsou v určitém smyslu obrazem příběhu každého z nás. Pokud je příběh dobrý, má schopnost vyvolávat otázky a povzbudit nás k hledání odpovědí. Jestliže je velmi dobrý, dokáže se nám dostat pod kůži, otevře nové dveře našeho vnímání a dodá nám

odvahu pohlédnout pravdě do očí. Takové příběhy nám poskytují možnost volby: nechat se zlákat ke hledání pravdy, nebo dveře opět zavřít a pokračovat životem po známých cestách.

Tato kniha je určena všem, kdo chtějí poznat pravdu o sobě samých. Kteří se nebojí zeptat se, co je skutečné, nebojí se projít těmi neznámými dveřmi dál. Sám *život* dychtí započít s vámi nový rozhovor. Pokud jste ochotní naslouchat a rozvíjet se, váš svět se může změnit.

My lidé jsme dnes takoví, jací jsme, díky tomu, jak naše nervová soustava po celé miliony let reagovala na okolní podmínky. Náš mozek se postupně vyvíjel ve stále složitější orgán, naše schopnosti se zdokonalovaly. Společenstva lidí vytvořila vysoce komplikované struktury. Na této planetě jsme bezpochyby zanechali stopu. A přesto – kdyby se nás někdo zeptal, co jsme během těch let existence lidstva získali, jak bychom odpověděli?

Mohli bychom říci, že jsme se zbavili strachu a konfliktů? Že jsme konečně pochopili, jak být co nejlepšími lidmi? Bylo by skvělé říct, že naše myšlenky nás již nenutí páchat hrozné věci, ur-

čítě bychom se rádi pochlubili, že máme klidnou mysl, nezažíváme vnitřní spory a jako druh jsme zmoudřeli, takže už nestojíme jeden proti druhému. Bylo by úžasné, kdybychom tohle všechno mohli o sobě tvrdit, nicméně nemůžeme – alespoň prozatím.

V ideálním světě spolu lidé vycházejí pro dobro své i dobro lidstva jako celku. V ideální společnosti lidé spolupracují, aby prosperovali, a svého štěstí si váží. Cení si života a pečují o půdu, která je živí. V ideálním případě respektují jeden druhého – a všechny ostatní.

V ideální rodině se dělá vše pro to, aby se děti cítily v bezpečí a milované. Rodiče jim jdou příkladem, jsou jejich moudrými učiteli a bdělými ochránci. Staří lidé jsou stále aktivní a činní. Lidé přirozeně vytvářejí různé skupiny a společenství, ale žádné z nich se nesnaží podrývat ostatní. Dohromady tvoří větší celky a společně usilují o zajištění blaha všech občanů.

V tomto imaginárním světě ještě existují vlády. Ideální vláda řídí celou zemi s úctou a její představitelé jsou moudří a předvídaví lidé. Ideální kongres, jaký si vůbec dokážeme představit, vy-

dává zákony, sepisuje je svědomitě a s ohledem na ostatní, tyto zákony jsou jasně čitelné, spravedlivé a platí pro všechny bez rozdílu.

V tomto ideálním světě jsou lidé schopni spravedlivě vládnout také sami sobě. Co si pod pojmem *vládnout sami sobě* můžeme představit? Znamená to, že jsme si vědomi vlastních myšlenek a zodpovídáme za svoje jednání. Odmítáme slepě kráčet životem a vidíme ho přesně takový, jaký skutečně je, ne takový, jaký ho vidět chceme; nedovolíme minulosti, aby ovládala naši přítomnost. Jsme schopni vnímat svoji současnou realitu se smyslem pro její krásu a vyváženost – tak, jak by ji vnímal velký umělec.

V ideálním světě se netrestáme za minulé chyby, neutápíme se v sebelítosti, nemanipulujeme emocemi druhých ani je nepomlouváme, abychom za každou cenu vyvolali nějaké to drama.

V ideálním světě nemáme touhu soudit ani obviňovat, nejsme paralyzováni pocity viny a hanby, ani tyto emoce nepoužíváme proti jiným lidem. Jinými slovy, chováme se ke druhým a sami k sobě tak, jak bychom si přáli, aby s námi jednali i ostatní: s respektem.

O takovém ideálním světě bychom toho mohli říct ještě mnohem víc, je však důležitější zamyslet se nad tím, proč většina z nás v takovém světě už dávno nežije. Pomoci světu, aby se posunul k ideálnímu stavu – to je pro útlou knihu příliš velký úkol. Avšak první kroky k jeho dosažení můžeme učinit sami. Všechno, co společně jako lidské bytosti budujeme, začíná představivostí. Můžeme si myslet, že jsme oběťmi nešťastných okolností, ale s trochou fantazie získáme nový pohled na věc a zjistíme, jak nelaskavě sami se sebou nakládáme. Připadá nám, že naše mysl, plná myšlenek, soudů a předsudků, je naším nejvážnějším protivníkem. Ale budeme-li schopni si ji představit a smýšlet o ní jinak, může se naopak stát naším spojencem. Změníme-li způsob, jakým naše mysl pracuje, můžeme změnit i svůj svět.

Všichni se něčeho obáváme, avšak nedokážeme to přiznat ani sami sobě. Častokrát nevíme, jak své strachy překonat. Potřebujeme lásku, ale nejsme přesvědčeni o tom, že si ji zasloužíme. Chceme mít sami sebe rádi, ale nevíme jak. Každý z nás má v sobě do jisté míry zmatek. Jsme polapeni ve svém vlastním dramatu a bereme ho

až příliš vážně. Hrajeme role, které vůbec nezobrazují pravdu o tom, kým skutečně jsme.

Proč to děláme? Proč si tak ubližujeme? Odpověď zní: tyto způsoby nám od dětství různí lidé vštěpovali a my jsme se pak v jejich uplatňování stali mistry.

Každý z nás se rodí jako jedinečná bytost, je ale těžké zůstat jedinečným ve světě, v němž nám byla naše budoucí přesvědčení už dávno předurčena. Odmala neustále slýcháme, kdo jsme, jak bychom se měli chovat a jak reagovat na to, co se kolem nás děje. Tímto způsobem rodiny a společnost fungují nejefektivněji, takto děti nejspíše přežívají ve svém kulturním prostředí. To ale neznamená, že tato poučení a rady jsou založené na skutečné pravdě. Dalo by se říci, že tyto rané lekce nás učí jak podvádět sami sebe. Učíme se lhát.

Život je pravda a *život* je to jediné, co existuje. Používáme-li k vyjádření pravdy slova, automaticky ji křivíme. Je to prosté – lež je vlastně pokřivením pravdy. Používáme lži sami proti sobě i proti jiným lidem, i když v tom nemusí být nutně vůbec žádný zlý úmysl.

Všichni dobře víme, jak malé děti někdy dokážou legračně popsat obyčejné věci kolem nás – připadá nám to zábavné, protože říkají pravdu tak, jak ji vnímají, bez předsudků. Upřímný pohled na věc či názor vyslovený otevřeně je pro dospělé uši velmi často šokující. Proč tomu tak je? Ve většině společnostech se konstatování očividné pravdy považuje za nezdvořilé. Upřímnost a nefalšovaná pravda jsou někdy považovány za dětinské vlastnosti, občas dokonce za projev bláznovství. Většina z nás se naučila ohledně toho, co vidíme a jak se cítíme, lhát už v dětství. A než dospějeme, naučíme se navíc všem těm lžím věřit.

Vyrůstáme a rozvíjíme svůj intelekt, nicméně naše mysl může být narušena. Vytváříme si pevné názory, ale ty nemusí odpovídat pravdě. Naše emocionální reakce jsou ovlivněné našimi názory a vírou. Byli jsme stvořeni milující silou, ale od mala se učíme, jak lásku deformovat a ničit.

Deformace, ničení – to zní jako vědomé zločiny. Ale lidé nepřicházejí na svět s úmysly škodit a ničit. Přicházíme na svět s touhou nalézt pravdu a lásku. Je špatné, když nám naše víra a přesvědčení zamlží myšlenky, když místo skutečnosti po-

važujeme za pravdivé jen naše představy a fantazie. Věříme většině toho, co nám kdy bylo řečeno, ztrácíme kontakt se *životem* a s pravdou a následně si vytváříme pravidla a výklady přizpůsobující se tomu, čemu jsme se naučili věřit.

Jedním z příkladů, jak jsou naše přirozené touhy otráveny jedem představ a fantazií, je láska. Většina z nás často slýchávala, že láska je podmíněná, že přichází jen jako důsledek oddanosti, splněných očekávání. Jednoduše řečeno, lásku ničí slůvka *když, pokud, jestli*.

Člověk nemusí svá očekávání vůči druhému vyslovit nahlas, a přesto je velmi často cítíme. A vnímají je dokonce i ti, kteří jsou jeden druhému oddaní.

- Budu tě milovat, pokud uděláš, co chci.
- Budu tě milovat, když budeš při mně stát, ať se děje, co se děje.
- Budu tě milovat, pokud uděláš tohle nebo budeš věřit tomu.
- Jestli mě zesměšníš, nebudeš se mnou souhlasit nebo mě opustíš... přestanu tě milovat.

Je neuvěřitelné, že podobná očekávání máme vůči lidem, na nichž nám nejvíc záleží; a máme je i vůči sobě samým. Stanovujeme si podmínky, za kterých se budeme milovat – ty jsou však často až příliš tvrdé, než abychom je mohli dodržet. Skutečná láska přichází bez jakýchkoli podmínek. Jenže většina z nás takto lásku nabízí ani přijímat neumí.

Přemýšlíme-li o lásce jako o podmíněném citu, stává se něčím jiným, něčím falešným. Avšak to můžeme snadno napravit, neboť láska je výplodem virtuálního světa naší mysli, který je pouhým odrazem či interpretací toho, co je skutečné. Naše mysl nám předkládá představy všeho, čeho jsme schopni se dotknout, co vidíme... ale stále jsou to jen představy a myšlenky, něco, co není hmotné. Smyšlenky nejsou součástí naší genetické výbavy. Mysl není skutečná a svět, který vytváří, vlastně vůbec neexistuje.

Takže co je mysl – a co dělá?

Mysl je funkcí mozku, která převádí to, co kolem sebe vnímáme, do řeči. Způsoby, kterými popisujeme realitu, jsou pro každého z nás jedinečné. Vy máte váš způsob, já zase svůj. Rozdíl ve vnímá-

ní okolního světa závisejí na tom, jak náš mozek pracuje a jak nás v dětství ovlivnili lidé kolem nás.

Při pohledu na přírodní scénu – třeba horský hřeben, zelenou louku, rozlehlou divočinu – někteří z nás pomyslí na ráj a budou reagovat s radostnou dychtivostí. Pro jiné bude tatáž scenerie symbolem překonávání extrémních těžkostí a osamělosti a jejich reakce bude vyjadřovat tíseň a obavy. Kde jedni vnímají poklid, jiní pocítují neklid. Jestliže nás naši nejbližší naučili, že se máme bát, budeme v tom s největší pravděpodobností pokračovat. Věříme-li, že něco, co neznáme, je nebezpečné, budeme se raději novým zážitkům a zkušenostem vyhýbat.

Naučili jsme se a zvykli si interpretovat vše, co vidíme. Bylo nám řečeno, čemu máme věřit – dokonce i to, abychom věřili tomu, co nám kdo říká. Od narození se řídíme vlastními i obecně přijímanými názory. Realitu si vytváříme na základě dojmů a zkušeností, kterým přisuzujeme osobní význam a hodnotu. Samozřejmě, že tato realita se neustále mění, protože se mění i svět kolem nás. Osobní vnímání skutečnosti je ovlivňováno našimi názory a obavami.

Mnohé víry vyvolávají strach. Mnohé z nich jsou strachem dokonce ovlivněny. Strach vždy měl a má velký vliv na to, jak jsme se naučili vnímat svět. Fyzický strach je přirozený a potřebujeme ho k přežití, avšak je důležité si uvědomit, že iracionální strach je něco jiného. Je nepochopitelné bát se něčeho, co neexistuje – takový strach pak může způsobit skutečnou újmu našemu myšlení. A přesto jsme se to naučili a dovolujeme iracionálním obavám, aby utvářely naši realitu. Naše emocionální reakce kopírují reakce jiných lidí, a tak se často bojíme toho, co si jen představujeme.

Trvalo nám dlouho, než jsme se naučili takto reagovat a v praxi jsme naše emoce dovedli k dokonalosti. Řídili jsme se pravidly vytýčenými naší rodinou, společností, v níž žijeme. Rodiče a učitelé nám ukázali, jak se máme chovat ve společnosti, my jsme tato ponaučení vzali i v dospělosti za své a více méně se jimi dobrovolně řídíme dál. Dodržujeme určitá pravidla společnosti, a většinu z nich aplikujeme na vlastní život – ovládáme sami sebe na základě námi vytvořených zákonů, osobních soudů a psychického zastrašování.

V dětství jsme se naučili sledovat pravidla a zákony, jakými se řídí naše rodina a komunita, v níž žijeme. Podle těchto norem – školy, církve a úřadů – se pak chováme i my. Jít proti těmto zákonům obvykle vyústí ve ztrátu respektu ostatních. Někdy však jde o mnohem víc. Jestliže porušíme pravidla města, radnice, vlády či státu, trest je vyšší. Toto vše ovlivňuje nastavení naší mysli, takže se dá říci, že způsob, jakým řídíme sami sebe, zrcadlí to, jak funguje svět.

Asi nikoho nepřekvapí přirovnání, že všichni máme v hlavě takovou malou vládu – svou mysl. Mysl určuje pravidla a fyzické tělo se jim podrobuje. Za porušení zákonů, které jsme si sami vytýčili, jsme ochotni tvrdě platit – a velmi často donutíme platit nejen sami sebe, ale i někoho jiného. Neboť naše mysl se stejně jako většina vlád snaží uplatňovat své zákony i na lidi kolem sebe.

Uvědomujeme-li si postupy, jakými naše mysl pracuje, pak můžeme změnit i způsob, jakým vládneme sami sobě. Pochopíme-li, jak naše malá vláda – mysl – funguje, můžeme její práci ovlivnit a přepsat svoje vlastní zákony. Ať už si dokážeme představit cokoli, co nám bude ku prospěchu,

můžeme to ve své mysli vytvořit. Začneme lépe pečovat o své tělo, poskytneme sami sobě víc svobody projevu a skoncuje s tvrdými tresty, kterými sami sebe týráme a které nám znemožňují prožít zaslouženou lásku.

Všichni chceme být co nejlepšími lidskými bytostmi, rozvíjet se, pochopit, co děláme špatně a co můžeme dělat lépe. Toužíme nalézt odpovědi na osobní otázky a uplatnit je ve svém životě. A rádi bychom zjistili, co je vlastně pravda.

Všem se nám hodí pár perel moudrosti... neboť moudrost rozvíjí a zlepšuje náš vztah se *životem*, s pravdou. Umožňuje nám povznést se nad naše obavy a hluboce zakořeněná přesvědčení. Dodá nám odhodlání a sílu projít novými dveřmi – a pak dalšími a dalšími.

Celá tato cesta začíná třemi základními otázkami:

- Kdo jsem?
- Co je skutečné?
- Co je láska?

OTÁZKA PRVNÍ:
„KDO JSEM?“

