

DUŠAN KADLEC

55 TRPKÝCH PRÁVD,
KTORÉ TI
OSLADIA ŽIVOT



*Kniha o slobodnejšom, radostnejšom
a hodnotnejšom živote.*

55 TRPKÝCH PRÁVD, KTORÉ TI OSLADIA ŽIVOT



*Kniha o slobodnejšom, radostnejšom
a hodnotnejšom živote*

Dušan Kadlec

55 trpkých právd, ktoré ti osladia život

Kniha o slobodnejšom, radostnejšom a hodnotnejšom živote

Copyright © 2023 Dušan Kadlec

Publishing Copyright © 2023 Motivation-Man s.r.o.

Grafika obálky a ilustrácií: Dominika Slobodová

Grafická sadzba: Michal Hricko

Editácia textu: Mgr. Lenka Volčková

Jazyková korektúra: Jozef Neoral – NEOKOREKT

1. vydanie

ISBN 978-80-89977-14-7

Všetky práva vyhradené. Žiadna časť tejto knihy nesmie byť reprodukováaná v nijakej forme, uložená v sprístupňujúcom systéme ani šírená v akejkoľvek forme alebo akýmikoľvek prostriedkami, či už elektronickými, alebo mechanickými, vo forme fotokópií, nahrávok či iným spôsobom bez predošlého písomného súhlasu autora.

*Túto knihu som napísal počas tej najväčšej
a najintenzívnejšej životnej krízy, aká ma kedy postrela.*

*Trápili ma silné úzkosti a prešiel som si ťažkým vyhorením.
Stratil som finančný príjem, pričom som musel začať dotovať svoju firmu,
ktorá smerovala ku krachu. Ešte aj zdravie ma potrápilo a museli ma
operovať. Nespával som a moje dni boli plné beznádeje, strachu,
obáv, únavy a neistoty.*

*Aj napriek tomu sa však v tých najväčších hĺbkach tej bezútešnej temnoty
dokázalo zrodiť niečo nádherné – táto kniha.*

*Myšlienky vytlačené do jej strán mi totižto naplňali telo silou
a srdce nádejou. Pri jej písaní som rástol na duchu.*

Dodávali mi odvahu, vieru a energiu.

Doslova liečili môj život.

*Och, a ako veľmi si prajem a želám, aby ti slová v jej vnútri zafungovali
rovnako. Aby ťa povzbudili. Preliečili. Aby ti posvietili na cestu, ak sa
momentálne nachádzaš v tme.*

*Chcem, aby ti táto kniha ukázala, že môžeš byť absolútnym kľbkom
nešťastia a pohromy dnes a vyjsť z toho ako mocný
a vyrovnaný človek zajtra.*

*Že môžeme pozbierať všetky tie črepy z čias, keď sme sa cítili rozbití
a pokazení, a ukuť z nich svoju korunu.*

„PRAVDA NÁS DOKÁŽE OSLOBODIŤ,
I KEŽ NAJPRV SA VĎAKA NEJ BUDEME
CÍTIŤ MIZERNE.“

– *James A. Garfield*

Obsah

ZAČIATOK	7
PRESVEDČENIA	15
LÁSKA	47
VZŤAHY	73
BOLEŤ	95
ŠŤASTIE	121
ČAS	143
MYSEĽ	157
VNÚTORNÝ SVET	181
ÚSPECH	195
ENERGIA	221
SLOBODA	255
KONIEC	267

ZAČIATOK

TO TRPKÉ S TÝM SLADKÝM

Život je často o balansovaní medzi tým horkým a chutným. Náročným a jednoduchým. Neprijemným a príjemným. Medzi tým trpkým a sladkým.

A samozrejme, všetci chceme, aby bolo toho sladkého čo najviac, a tomu horkému sa snažíme zo všetkých síl vyhnúť.

Avšak život je plný paradoxov a mnohokrát to býva tak, že ak máme v živote príliš veľa sladkého, život sa stáva trpkým. Prestávame si ho vážiť, až sa stáva plytkým, prázdny a nevýrazným.

Na druhej strane, to trpké nám mnohokrát dokáže život v konečnom dôsledku osladiť. Nie hneď, ale po nejakom čase. Prinesie nám doň totižto hĺbku, vďaka, chuť a pestrosť.

Aj to je dôvodom, prečo som sa rozhodol napísať túto knihu. Pretože to boli veľakrát práve veci, ktoré som nechcel počuť, či skúsenosti, ktoré som do svojho života nechcel vpustiť, ktoré mi doň priniesli najviac slobody, lásky a pochopenia. Najviac úprimnosti, radosti, sily a životnej energie.

Povedal som si teda, že ti za pomoci tejto knihy ponúknem rovnakú príležitosť. Či sa ju rozhodneš prijať a využiť, to už je však len a len na tebe.

ĎAKUJEM A DÚFAM

Ďakujem, že si sa rozhodol či rozhodla prečítať si túto knihu. Cením si tvoju dôveru, čas i pozornosť. Viem, aké cenné tieto komodity sú, a tiež viem, že ich nemáš veľa.

Tak veľmi by som sa ti teda chcel hneď od začiatku zavďačiť. Tak rád by som ti nasľuboval hory-doly a zaručil sa, že si ju zamiluješ. Že ti pri čítaní jej riadkov pookreje duša. Že budeš cítiť len radosť a číre nefalšované šťastie. Žiaľ, takto na začiatku neviem povedať, ako veľmi sa ti bude páčiť. Vlastne, myslím si, že sa ti miestami páčiť nebude.

Nie sú v nej totižto napísané veci, ktoré chceme počuť. Sú v nej však napísané také, ktoré počuť potrebujeme. Je plná právd, ktoré nebudeme chcieť vidieť a uznať. Ktoré si nebudeme chcieť pripustiť a priznať. Myšlienky v nej sú nekomfortné. Konfrontujúce. Ťažko stráviteľné. Prinútia ťa prehodnotiť svoj život, vzťahy, hodnoty, postoje a presvedčenia.

Ó, a aké dokáže byť takéto prehodnocovanie dobré a zdravé. Prospešné a nápomocné. Pretože ak sa chceme posunúť zo spôsobu života, ktorý momentálne žijeme, k životu, ktorý žiť túžime, tak jediným mostom, ktorý nám pomôže prejsť z jedného miesta na druhé, je zmena. A tú by sa nám tľapkáním po pleci a utvrdzovaním sa v tom, čomu už dávno veríme, vyvolať nepodarilo.

Viem ti teda sľúbiť jedno – že presne v tomto ti táto kniha **pomôže**. Pohnúť sa vpred. Zasa o kúsok vyrásť a dospieť. Pomôže ti pozrieť sa na miesta, ktoré dlhodobo prehliadaš. Pomôže ti spraviť rozhodnutia, ktorým sa dlhodobo vyhýbaš. Pomôže ti strhnúť tie staré a nefunkčné náplasti zo všetkých rán, ktoré ti hnisajú a mokvajú. A aj keď to bude spočiatku možno nepríjemné a bolestivé, nakoniec ti to tieto rany pomôže vydezinfikovať, vyliečiť a zahojiť.

Takže aj keď sa ti riadky v tejto knihe možno nebudú čítať ľahko, dokážu ti pomôcť. K čomu? K slobodnejšiemu, radostnejšiemu a hodnotnejšiemu životu.

CESTA ZA SVETLOM

Zasnívaj sa na moment so mnou a predstav si, že stráviš nejaký čas v tme. Niekoľko dní či týždňov neuvidíš ani ten najdrobnejší záblesk svetla. Tvoj svet bude tvoriť temnota. A i keď tam niekde vonku bude svetlo stále existovať a žiariť, nebude skrátka súčasťou tvojho sveta.

Nuž, náš život v tme by bol diametrálne odlišný od toho, ktorý by sme žili na svetle, nemám pravdu? Nemohli by sme sa kochať tou nádherou okolo nás, pretože by sme nič nevideli. Viac ako na zrak by sme sa museli spoliehať na hmat, čuch a sluch.

Takisto by sme sa asi necítili najlepšie, však? Nevedeli by sme, čo na nás v tej temnote číha, takže by sme cítili strach, obavy a nebezpečenstvo. Boli by sme izolovaní, takže by sme sa cítili osamelo. Nevedeli by sme, kam vykročiť, takže by sme sa cítili neisto a váhavo. Nevedeli by sme, kde sa nachádzame a čo je okolo nás, takže by sme sa cítili stratene. A nebolo by tam žiadne „svetlo na konci tunela“, takže by sme cítili beznádej.

Posuňme sa však v čase trochu ďalej. Týchto pár dní či týždňov prejde a ty opäť uzrieš denné svetlo. Tolko očakávané, vytúžené a vymodlené svetlo. Ne-

bude to však žiadny radostný zážitok, bude bolestivý. Oči ti budú slziť, budú ťa páliť a štípať a nebudeš ich vedieť udržať otvorené.

I keď hovoríš, že miluješ svetlo, pretože je omnoho lepšie, krajšie a pestrejšie ako temnota, tak cesta k tej kráse bude sprevádzaná bolesťou. Než bude opäť lepšie, na chvíľku bude musieť byť horšie. Budeš si musieť dopriať čas. Aklimatizovať sa. Spracovať túto veľkú zmenu. Stráviť ju a prispôbiť sa jej.

.....

„ZMENA, AJ KEĎ POZITÍVNA
A K LEPŠIEMU, JE ČASTO
SPREVÁDZANÁ STRACHOM,
OBAVAMI, BOLESŤOU ČI NEPOHODLÍM.“

.....

Vieš, aj motýľ má slobodnejší život ako húsenica. Má ho pretkaný nádhernými zážitkami. Kochá sa prekrásnymi scenériami. Je voľný a lieta. Avšak i ten motýľ si prejde bolestivými chvíľkami, kým sa transformuje z húsenice. Telo sa mu mení, rastie a rozpína, zatiaľ čo on je uväznený v tvrdom, pevnom a tmavom kokóne. Chce rozprestrieť svoje krídla a vzlietnuť, no namiesto toho má pocit, že bol pochovaný zaživa. Až nakoniec, keď vytrvá a jeho transformácia sa dokončí, všetka tá bolesť sa mu vyplatí.

A my ľudia, my to máme rovnako. Keď konečne vykukneme zo svojich kokónov a rozprestrieme svoje krídla, život naberie na kráse. Na rozmanitosti. Na hĺbke. Na pestrosti. Žijeme slobodnejšie, radostnejšie a hodnotnejšie životy. Musíme však prijať tú bolesť, ktorú so sebou transformácia prinesie. Musíme prijať tú temnotu, ktorá príde pred svetlom. Ak si chceme vypestovať krídla, musíme prijať to nepohodlie, ktoré so sebou zmeny počas našej metamorfózy prinesú.

A rovnako tak verím, že ti zafunguje aj táto kniha. Že ti posluží ako jasný lúč, ktorý ťa vyvedie z tej tmavej jaskyne, v ktorej si sa stratil či stratila. Že ti dodá silu zabojsť a vyliahnúť sa z toho kokónu. Že ťa vyslobodí zo žalára, v ktorom si sa ocitol či ocitla. Že ti pomôže vypestovať si mocné a nádherné krídla, ktoré ťa ponosú životom na tvojej ceste za žiarivejšími zajtrajškami.

PRAVDA OBČAS BOLÍ

Takto. Pravda nie je vždy príjemná či pekná. Nie vždy sa dobre počúva a nie vždy nám ulahodí. Niekedy nás dokáže zaraziť. Šokovať. Zamraziť. Zabolieť. Niekedy je to ako to hľadanie svetla z predošlého bodu.

No pravda, i keď drsná, je zakaždým lepšia ako klamstvo, ktoré sa dobre počúva. Pravdu, i keď tvrdú, potrebujeme počuť, aby sme sa v živote dokázali pohnúť ďalej. Aby sme získali sebareflexiu. Nadhľad. Perspektívu. Aby sme sa zobudili a aby sa nám otvorili oči.

Pretože aj keď pred ňou budeme zatvárať oči, zapchávať si uši a utekať, nezmení ju to. To, že s niečím nesúhlasíš, nezmení pravidlá hry. Jediné, čo nám odmietanie pravdy prinesie, bude obrovská väzenská guľa pripnutá k našim členkom, ktorá nám bude brániť žiť, plniť si sny a byť šťastnými. Popieranie pravdy nám neprinesie radosť a spokojnosť, prinesie nám život v sebazapieraní a v sebaklame. Neprinesie nám voľnosť a nezávislosť, uväzní nás.

No ak nie je väzenie to, čo v živote hľadáš, v tejto knihe nájdeš schody vedúce na slobodu. Východisko. 55 právd, ktoré ťa oslobodia. 55 faktov, ktoré ti vytvoria oči. 55 skutočností, ktoré ti pomôžu opäť sa postaviť na vlastné nohy a vziať svoj život opäť do vlastných rúk.

Existuje krásny citát, ktorý hovorí, že:

.....

„AK ŽIVOT BOLÍ,
DÁVAJ POZOR,
SNAŽÍ SA ŤA NIEČO NAUČIŤ.“

.....

– *Neznámy autor*

Pri čítaní tejto knihy ťa teda poprosím o jednu vec – body, ktoré sa ti budú čítať obzvlášť ťažko, tie, ktoré ťa rozčúlia, podráždia alebo rozhodia najviac, pri tých dávaj najväčší pozor. Budú sa ťa pravdepodobne týkať najviac. Tie preniknú dostatočne hlboko. Zatnú do živého, ako sa hovorí.

Naštrbja tvoje predstavy o živote. Stúpnu ti na otlaky, ktoré sa pred svetom snažíš skryť. Spochybnia presvedčenia, ktorým skalopevne veríš. Zneistia ťa,

pretože zbúrajú základy, na ktorých si si doposiaľ budoval či budovala svoj život. Dotknú sa tvojho ega a otrasú tvojím pohľadom na svet.

Preveria správnosť spôsobu, ktorým žiješ svoj život, a spochybnia správnosť tvojich rozhodnutí. Vytiahnu na povrch bolesti, pred ktorou zatváraš oči v nádeji, že odíde sama.

Nazbieraj teda dostatok odvahy, začítaj sa a dovoľ nasledujúcim kapitolám, nech ťa liečia. A menia. A vedú k tým lepším a slobodnejším zajtrajškom.

PÄŤDESIATPÄŤ PRÁVD

Celý život som sa považoval za silného pragmatika. Čo nebolo hmatateľné, viditeľné, vyskúmateľné či dokázateľné, pre mňa skrátka neexistovalo. Avšak za posledné roky som si sám prešiel dramatickými a významnými zmenami, ktoré transformovali môj pohľad na svet i na život samotný. Nazbieral som skúsenosti i vedomosti, ktoré posunuli moje vnímanie, chápanie i mňa ako osobu. A aj keď táto kniha bude stále z veľkej časti pragmatická, nedá mi sem napísať nasledovné.

Vieš, v astrológii, numerológii a spiritualite sú čísla často spájané s určitými energetickými vibráciami a symbolickými významami. Uznaj teda sám či sama, či sú ďalej napísané informácie iba náhodou.

Na nasledujúcich stránkach ťa čaká 55 obohacujúcich právd. V numerológii sa číslo 5 spája s **osobnou slobodou**, dobrodružstvom, všestrannosťou a zmenou. Predstavuje zvedavosť, prispôsobivosť, pokrok a túžbu po zážitkoch a učení.

Číslo 55 sa zasa považuje za majstrovské číslo, ktoré so sebou nesie zosilnené vibrácie čísla 5. Označuje potenciál pre **veľké životné zmeny**, osobný rast a prelomy.

Nech je ti teda práve táto kniha s 55 pravdami znamením, že do tvojho života prichádzajú veľkolepé zmeny. Nech je ti predzvestou transformácie. Nech ti pripomína, že by sme mali ako jednotlivci prijať svoju schopnosť prispôbovať sa, meniť sa a byť flexibilní. Nech je ti vodidlom k takému životu, ktorý ti prinesie silnejší pocit naplnenia a väčšiu vnútornú spokojnosť.

Týchto 55 právd som ti navyše zabalil do 11 hlavných kapitol, teda ak nerátame úvod a záver. Ba čo viac, ku knihe som ti pribalil ešte aj 11 bonusov

(10 bonusových videí a 1 bonusová e-kniha), na ktoré nájdeš odkazy medzi jednotlivými kapitolami. Ani počet kapitol, ani počet bonusov som vopred neplánoval. Vyplynulo to samo. Utriaslo sa to samo.

A tu to začína byť ešte zaujímavejšie. Číslo 1 symbolizuje nové začiatky, **individualitu**, sebayjadrenie, nezávislosť a vodcovstvo. Označuje začiatok nového. Znamená uplatnenie vlastnej vnútornej sily.

Číslo 11 je, rovnako ako číslo 55, majstrovským číslom, ktoré však nesie silný duchovný význam. Reprezentuje intuíciu, osvietenie, duchovné prebudenie a zvýšené duchovné vedomie. A teda obidve čísla – 1 a 11 – nesú silnú energiu podporujúcu sebaobjavenie, individualitu, duchovný rast a **nové začiatky**.

Želám ti teda, nech ťa táto kniha privedie naspäť k sebe. Nech ti pomôže spoznať sa lepšie a zblížiť sa so sebou. Nech ti pomôže nájsť cestu k intuícii, vnútornej sile a k svojmu skutočnému ja. Nech ti prinesie viac jasnosti. Odvahu, aby si vedel či vedela prevziať za svoj život väčšiu zodpovednosť, a množstvo životnej energie. A nech je pre teba jedným veľkým dobrodružstvom, ktoré ťa nasmeruje k slobodnejšiemu, autentickjšiemu a úprimnejšiemu životu.

Ak teda po prečítaní tejto knihy nastanú v tvojom vnútri alebo v tvojom živote akékoľvek zmeny, daj im šancu. Privítaj ich. Sľub si, že sa pozrieš na to, čo ti prinášajú a ponúkajú. Pretože i keď dokážu byť zmeny desivé, dokážu byť zároveň tak nepredstaviteľne nádherné.

VENOVANIE

Verím, že sa budeš po celý čas čítania tejto knihy cítiť uvoľnene. Spokojne. Že ťa budú jej slová hriať na duši a že budeš mať pocit, akoby si sa rozprával či rozprávala s dobrým kamarátom pri káve.

Chcem totižto, aby ti zafungovala ako hlboké a terapeutické rozhovory s priateľmi či priateľkami. Také, ktoré vediete bez cenzúry. Také, ktoré vás úplne pohltia a vy v nich zabudnete na čas, na druhých ľudí i na celý okolitý svet. Také, v ktorých opadne všetka ostražitosť a úplne sa v nich otvoríte. Chcem, aby si v nej našiel či našla múdrosť, nasmerovanie, pochopenie a odpovede, ktoré tak veľmi potrebuješ k tomu, aby si sa v živote pohol či pohla ďalej.

Do knihy som napísal také múdrosti, ktoré som sa tak veľmi potreboval v posledných rokoch naučiť ja. Také, ktoré transformovali môj život, aj keď som sa mnohé z nich naučil za pomoci veľkej bolesti, neistoty, obáv a strachu. Za pomoci trpkých precitnutí, ktoré ma „prefackali“ do reality. Sú v nej tiež také múdrosti, ktoré potrebujú počuť moji najlepší priatelia a ľudia z mojich blízkych kruhov, či veci, s ktorými najčastejšie bojujú ľudia, s ktorými pracujem.

Skryl som do nej perly, ktoré som objavil uprostred oka hurikánu zužujúceho môj život. Do jej strán som uschoval drahokamy z pokladu stráženého mocným drakom, ktorý skoro spálil môj svet na popol. Do jej riadkov som zakopal bohatstvo, ktoré má silu vyliečiť a transformovať teba i tvoj život. A celé je len tvoje. Prečo? Pretože...

Túto knihu venujem tebe!