

 Alferia

# Slunce, ☾ moře & hvězdy

LĚČIVÁ  
CESTA DÁVNÉ  
MOUDROSTI



IULIA BOCHIS





**Slunce,**

**moře &**

**hvězdy**

THE SUN, THE SEA AND THE STARS: ANCIENT WISDOM AS A HEALING JOURNEY  
Copyright © Iulia Bochis, 2022

First published as THE SUN, THE SEA AND THE STARS: ANCIENT WISDOM  
AS A HEALING JOURNEY in 2022 by Pop Press, an imprint of Ebury Publishing.  
Ebury Publishing is part of the Penguin Random House group of companies.

No part of this book may be used or reproduced in any manner for the purpose of  
training artificial intelligence technologies or systems. This work is reserved from  
text and data mining (Article 4(3) Directive (EU) 2019/790).

All rights reserved.  
Translation © Jana Kellnerová, 2025  
Czech edition © GRADA Publishing, a.s., 2025


ISBN 978-80-271-5934-5



**Slunce,**

**moře &**

**hvězdy**



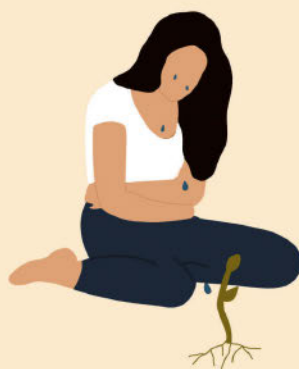
LÉČIVÁ CESTA  
DÁVNÉ MOUDROSTI

IULIA BOCHIS

 Alferia

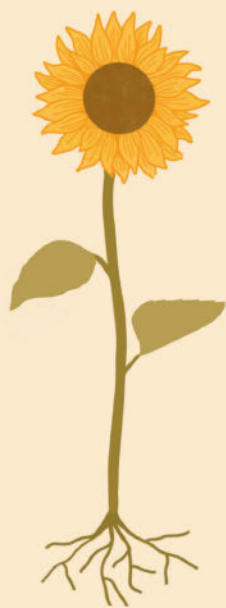


VŠECHNO





MÁ SVŮJ ČAS



VĚŘÍM, ŽE ZAČÍT JE ČASTO TOUTO NEJTĚŽŠÍ ČÁSTÍ JAKÉHOKOLI ÚKOLU.

ZAČÁTKY ZŘÍDKAKDY PŘICHÁZÍ SAMY. ČASTO S SEBOU PŘINÁŠÍ STRACH, POCHYBNOSTI, NEJISTOTU A SPOUSTU DALŠÍCH MYŠLENEK, KTERÉ NÁM VĚCI NIJAK NEUSNADŇUJÍ. I JÁ TOTO VŠECHNO POCIŤOVALA, NEŽ JSEM ZAČALA S TOUTO KNIHOU. ALE JAKMILE JSEM SE PUSTILA DO PRÁCE, VŠE DO SEBE ZAČALO ZAPADAT A JÁ SI BRZY UVĚDOMILA, ŽE TOUTO CESTOU KRÁČÍM S RADOSTÍ A NADŠENÍM.

KDYŽ SE NAD TÍM KRÁTCE ZAMYSLÍM, DOCHÁZÍ MI, ŽE TO PLATÍ TĚMĚŘ O VŠEM, O CO JSEM SE KDY V ŽIVOTĚ POKUSILA. OD UČENÍ SE JÍZDĚ NA KOLE, PŘES ODCHOD NA UNIVERZITU, AŽ PO SDÍLENÍ SVĚHO UMĚNÍ SE SVĚTEM. KDYŽ SE ZAMYSLÍM JEŠTĚ DŮKLADNĚJI, UVĚDOMUJI SI, ŽE O MNOHA Z TĚCHTO OKAMŽIKŮ JSEM TAKÉ ČETLA V KNIHÁCH, SLYŠELA O NICH V PÍSNÍCH NEBO JSEM JICH PŘÍMO BYLA SVĚDKEM V ŽIVOTĚ SVÝCH PŘÁTEL.

TATO KNIHA SE ZRODILA Z HLUBOCE ZAKOŘENĚNÉHO POCITU, ŽE I KDYŽ SE OD SEBE VZÁJEMNĚ LIŠÍME, MÁME TOHO TAKÉ VELMI MNOHO SPOLEČNÉHO... VYPRÁVÍ PŘÍBĚH O RŮZNÝCH VÝZNAMNÝCH OKAMŽICÍCH, KTERÉ NÁS POTKÁVAJÍ NA NAŠÍ ŽIVOTNÍ CESTĚ. K TĚMTO OKAMŽIKŮM PATŘÍ: ZMĚNA, OSAMĚLOST, LÁSKA A ŠTĚSTÍ. V MÉM POVÍDÁNÍ VŠAK VYSTUPOJÍ JAKO: PODZIM, ZIMA, JARO A LÉTO. STĚJNĚ JAKO TYTO POJMY PŘEDSTAVUJÍ ROČNÍ OBDOBÍ VE SVĚTĚ KOLEM NÁS, VNÍMÁM JE TAKÉ JAKO OBDOBÍ NAŠICH DUŠÍ.

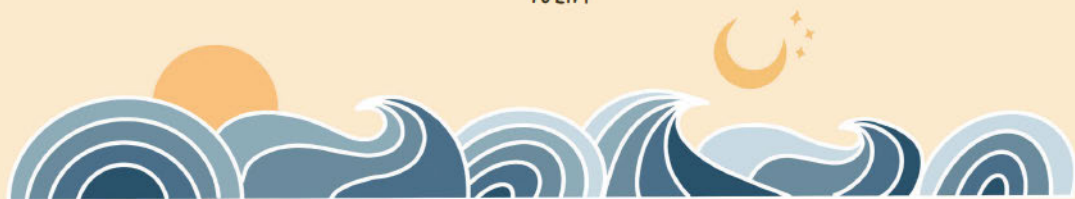
RÁDA BYCH, ABYSTE TUTO KNIHU POVAŽOVALI ZA ZRCADLO. ZRCADLO, KTERÉ ODRÁŽÍ VAŠI NÁDHERNOU VNITŘNÍ KRÁSU A KOUZLO SVĚTA, JENŽ VÁS OBKLOPUJE. A SVĚT JE OPRAVDU KOUZELNÉ MÍSTO, NEBO NE? BĚHEM DNE PTÁCI ZPÍVAJÍ SVÉ PÍSNĚ A SLUNCE PUTUJE PO OBLOZE OSVĚTLUJÍC VŠE KOLEM. ZA HLUBOKÉ TMY NÁM NA CESTU SVÍTÍ MĚSÍC A HVĚZDY A VLNY SE BEZ USTÁNÍ ROZBÍJEJÍ O POBŘEŽÍ.

DOUFÁM, ŽE VÁM TATO KNIHA PŘIPOMENE, ŽE KRÁSA SE SKRÝVÁ VE VŠEM, POKUD VŮČI NÍ MÁTE OTEVŘENÉ SRDCE. VĚŘÍM TAKÉ, ŽE VÁM UKÁŽE, ŽE I ZA NEJTEMNĚJŠÍ NOCI NIKDY NEJSTE SAMI. KDYŽ MÁTE POCIT, ŽE NA VÁS VŠICHNI OSTATNÍ ZAPOMNĚLI, MOŽNÁ SI V NEHYBNÉM OKAMŽIKU UVĚDOMÍTE, ŽE NEKONEČNÉ HVĚZDY, NEKLIDNÉ MOŘE A TRPĚLIVÝ MĚSÍC PUTUJÍ NEUSTÁLE S VÁMI.

TOUTO KNIHOU NÁS BUDE PROVÁZET POUTNICE. JEJÍ DOBRODRUŽSTVÍ ZAČÍNÁ KDESI UPROSTŘED PODZIMU, V OBDOBÍ ZMĚNY. ZJISTILA JSEM, ŽE ZMĚNA JE V MÉM ŽIVOTĚ VELICE NÁROČNÝM TÉMATEM, A VÍM, ŽE STEJNĚ TAK TO MAJÍ I MNOZÍ DALŠÍ. NECHŤ JE Tedy TOTO OBDOBÍ NAŠÍM PRVNÍM UČITELEM Z HLEDISKA PROMĚNY, ODEVZDÁNÍ SE A OSVOBOZENÍ.

S LÁSKOU

IULIA





CESTA



DLOUHÁ



TISÍC



MIL


ZAČÍNÁ

JEDNÍM

JEDINÝM

KROKEM

- LAO-C'

The image features a minimalist illustration of a forest. Four dark brown tree trunks of varying heights and slight curves stand against a light beige background. At the base of the trees, there is a layer of autumn leaves in shades of orange, red, and brown. The text is centered in the upper half of the image, written in a simple, hand-drawn font.

STROMY VYHLÍŽEJÍ  
ZRANITELNĚ,  
KDYŽ SHAZUJÍ SVĚ  
MINULÉ ŽIVOTY