Slova kvetoucí v odlišnostech

Nenásilná komunikace v příbězích



Jan Nehyba

pointa

Slova kvetoucí v odlišnostech

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.pointa.cz
www.albatrosmedia.cz

pointa

Jan Nehyba

Slova kvetoucí v odlišnostech – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2026

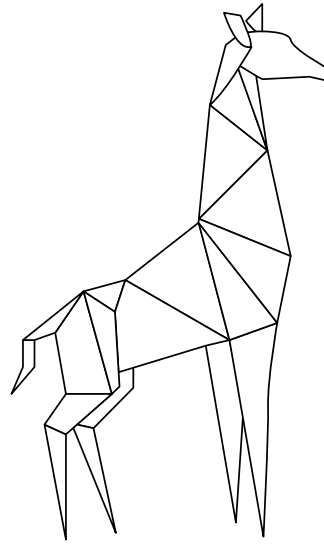
Všechna práva vyhrazena.
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu majitelů práv.

ALBATROS MEDIA

pointa

Slova kvetoucí v odlišnostech

Nenásilná komunikace v příbězích



Jan Nehyba

Text © Jan Nehyba, 2026

ISBN v tištěné verzi 978-80-267-5375-9
ISBN e-knihy 978-80-7407-888-0 (1. zveřejnění, 2026) (epub)
ISBN e-knihy 978-80-7407-889-7 (1. zveřejnění, 2026) (mobi)
ISBN e-knihy 978-80-7407-887-3 (1. zveřejnění, 2026) (ePDF)

Těm, kdo touží po spojení.

I těm, kdo po něm zrovna netouží.

Obojí ve mně bydlí.
Někdy v jedné chvíli.

Obsah

POLE, KDE SE POTKÁME *9*

A PŘECE JEN DOVYSVĚTLENÍ… *11*

1 JEŽCI V BYTĚ
Pozorování a Hodnocení *13*

2 SOPKA V HRUDI
Pocity a Interpretace *17*

3 DVA VEČERY, JEDEN RUČNÍK
Podnět a Příčina pocitů *22*

4 AUTOMAT NA POTŘEBY
Potřeby a Strategie *26*

5 CHUTNÁ CIHLA
Prosba a Rozkaz *29*

6 RÁDIO V HLAVĚ
Sebenapojení a pozornost ven *32*

7 V ČEKÁRNĚ
Empatie a Rada *35*

8 PAPOUŠKUJÍCÍ JEŽEK Č. 2
Empatie v konfliktu a Obviňování *39*

9 ŠANON O PÁR GRAMŮ LEHČÍ
Vnitřní a Vnější motivace *42*

10 VÝTAHEM NAHORU
Sdílená moc a Moc nad (druhými) *45*

11 MAGNET MEZI NÁMI
Sebedisciplína a Poslušnost *48*

12 TŘÍVTEŘINOVÁ MEZERA
Volba a Reaktivita *52*

13 BRNĚNÍ NA CITY
Zranitelnost a Slabost *55*

14 BAŽINA V OBÝVÁKU
Sebeempatie a Sebelítost *58*

15 TOVÁRNA NA ŽIVOT
Být a Dělat život *61*

16 BOUŘKA V KRABIČCE
Deeskalace a Eskalace *65*

17 STÍN, KTERÝ SI VYBÍRÁ TVAR
Ochranná a trestající síla *68*

18 CEDULKY NA ČELE
Hodnocení založené na potřebách a Odsuzující hodnocení *71*

19 BARVY OTÁZEK
Čistá a Sugestivní otázka *74*

20 MUŽ S KAPESNÍ VÁHOU
Ocenění a Pochvala *77*

21 LÁSKOMĚR V KUCHYNI
Láska jako potřeba a pocit *81*

22 LADĚNÍ DUTÝCH NÁDOB
Krása potřeb a Naplňování potřeb *84*

23 BYT Č. 12 ROZKVETL
Truchlení a Obviňování *88*

24 SPOLEČNÉ KOŘENY
Provázanost a Závislost/Nezávislost *92*

25 PAPÍROVÉ ŽIRAFY
Esence a Forma *95*

EPILOG: ZAHRADA, KTERÁ PATŘÍ TOBĚ *99*

Pole, kde se potkáme

Za hranicemi představ o tom, co je správné a co špatné, leží prostor-pole. Tam se spolu setkáme.
– Džaláleddín Rúmí[1]

Rúmího jsem zastihl, jak uprostřed pole okopává záhon. V ruce neměl pero básníka, ale rezavou motyku vypůjčenou od sousedů – nejbližší vesnice ležela tři století daleko. Slunce pálilo, půda praskala žízní a on se ani neohlédl, když jsem se objevil mezi řádky jako myšlenka, na kterou si někdo vzpomněl.

„Tady," pokynul bradou k obdělávaným políčkům hlíny, které byly poseté dřevěnými cedulkami. Na každé stála dvojice slov:

Pozorování a Hodnocení,
Pocity a Interpretace,
Prosba a Rozkaz…

Každá cedulka pro jeden záhon. Vypadalo to jako semínkový katalog rozhádaných dvojčat.

„Co roste z těchhle?" zeptal jsem se.
Místo odpovědi zarazil motyku do země mezi cedulky Pozorování a Hodnocení. Z trhliny se okamžitě vynořil ježek velký jako mandarinka. Kývl mi na pozdrav, ale místo aby odběhl, stočil se k Rúmího noze.

1 Džaláleddín Balchí Rúmí (1207–1273) – perský básník, právník, teolog a učitel súfismu. Je považován za jednoho z největších mystických básníků v historii a jeho tvorba dodnes ovlivňuje celosvětovou literaturu a spiritualitu (pozn. red.).

„Hlídá, aby slovo nebylo ostřejší než skutečnost," zamumlal básník a klekl do půdy.

Z povzdálí se ozvalo slabé bzučení. Nad záhonem Empatie a Rada visela stříbrná nit sotva viditelná na prudkém slunci. Když přes ni přeběhl vánek, rozezvonila se jako skleněnka v kapsách dětí.

Rúmího pole nebylo metaforou, byla to dílna na odlišnosti.

„Proč to všechno děláš?" nadhodil jsem.

Rúmí si otřel čelo. „Protože příběhy se nejlíp chápou bosými chodidly," řekl a mrkl okem, v němž se střídala století. „A protože lidé zapomněli, že mezi správným a špatným není dálnice – jen úzký meziřádek. Když ho neobděláš, proroste plevelem příběhů, třeba o vině a ztrátě."

Vytáhl z kapsy sáček s posledními semeny. Na každém bylo napsáno číslo: 1 až 25. „Tady je příručka k nepříručkovému životu," pronesl a podal mi je. „Každé semínko je příběh: malý, rychlý, plný chuti. Zasaď je do čtenářovy mysli, a pak už nic nevysvětluj."

A tak tu klečím vedle perského básníka, motyku mám zabodnutou v hlíně písmen, a po kapsách šustí dvacet pět semen – budoucích mikropovídek.

Tahle kniha je pole. A vy, kteří otvíráte její stránky, právě svlékáte boty, abyste zkusili, jaké to je stoupnout na hliněnou brázdu, která se pod bosou vahou mění v měkkou stezku.

Připravte se, že se trochu zapotíte – a zároveň se možná i zasmějete, protože práce na poli bývá dřina i slavnost v jednom. Semínka čekají. A Rúmí má pořád jen jednu motyku – tu vaši.