

**Jordan B.
Peterson**

12

**pravidel
pro život**

Protilátka proti chaosu

Argo

Jordan B. Peterson
12 PRAVIDEL PRO ŽIVOT
Protilátka proti chaosu

Z anglického originálu *12 Rules for Life. An Antidote to Chaos*,
vydaného nakladatelstvím Random House Canada v roce 2018,

přeložil Aleš Drobek.

Odpovědná redaktorka Alena Heroutová.

Obálka a sazba Martin Radimecký.

Technický redaktor Milan Dorazil.

Vydalo nakladatelství Argo,

Milíčova 13, 130 00 Praha 3,

www.argo.cz, argo@argo.cz,

v roce 2019 jako svou 3895. publikaci.

Vytiskla tiskárna CPI Moravia Books.

Vydání první.

ISBN 978-80-257-2792-8

Naše knihy distribuuje knižní velkoobchod KOSMAS
sklad: KOSMAS s.r.o. Za Halami 877
252 62 Horoměřice
tel: 226 519 383, fax: 226 519 387
e-mail: odbyt@kosmas.cz, www.firma.kosmas.cz

Knihy je možno pohodlně zakoupit
v internetovém knihkupectví www.kosmas.cz

OBSAH

Předmluva **5**

Předehra **23**

PRAVIDLO 1 Narovnej se a vypni hrud' **35**

PRAVIDLO 2 Chovejte se k sobě jako k někomu, za koho jste zodpovědní **63**

PRAVIDLO 3 Přátelte se s lidmi, kteří pro vás chtějí to nejlepší **95**

PRAVIDLO 4 Srovnávejte se s tím, jací jste byli včera,
a ne s tím, jaký je někdo jiný dnes **113**

PRAVIDLO 5 Vychovávejte své děti tak, aby se vám nezprotivily **139**

PRAVIDLO 6 Než začnete kritizovat svět,
zameťte si před vlastním prahem **171**

PRAVIDLO 7 Usilujte o to, co je smysluplné, nikoli výhodné **185**

PRAVIDLO 8 Mluvte pravdu, nebo alespoň nelžete **225**

PRAVIDLO 9 Naslouchejte druhým, jako by věděli něco, co vy nevíte **253**

PRAVIDLO 10 Vyjadřujte se přesně **277**

PRAVIDLO 11 Nechte děti, ať si jezdí na skateboardu **301**

PRAVIDLO 12 Když na ulici potkáte kočku, pohlad'te ji **349**

Coda **369**

Poděkování **383** Poznámky **385** Rejstřík **402**

PŘEDEHRA

Historie vzniku této knihy je dvojí – krátká a dlouhá. Začněme tou krátkou.

V roce 2012 jsem začal přispívat na webovou stránku Quora. To je portál, kde může každý položit libovolnou otázku a kdokoli na ni může odpovědět. Čtenáři pak dávají palec nahoru odpovédím, které se jim líbí, a palec dolů těm, které se jim nelíbí. Ty nejužitečnější odpovědi tak ve výsledku hledání vystoupají vzhůru, zatímco ostatní upadnou v zapomnění. Ten systém mě upoutal, zalíbilo se mi, že je otevřený všem. Diskuse na Quore byly často inspirativní a já se zájmem sledoval, jakou širokou škálu rozličných názorů dokáže vyvolat jedna a tatáž otázka.

Když jsem měl přestávku (nebo prokrastinoval), často jsem na Quoru zabrousil a hledal debaty, do nichž bych se mohl zapojit. Promýšlel jsem a zodpovídal otázky typu „Jaký je rozdíl mezi štěstím a spokojeností?“ „Co je v životě tím lepší, čím je člověk starší?“ a „Jak vést smysluplnější život?“

Na portálu vidíte, kolik lidí si vaši odpověď přečetlo a kolik jí dalo palec nahoru. Můžete zjistit, jaké mají vaše příspěvky dosah a co si o nich lidé myslí. Jen malé procento čtenářů, kteří si odpověď přečtou, o ní také hlasuje. Po pěti letech (tyto řádky píšu v červenci 2017) si má odpověď na „Jak vést smysluplnější život?“ získala relativně skromné publikum – 14 000 zhlédnutí a 133 hlasů. Mou odpověď na téma stárnutí si přečetlo 7200 lidí a hlasovalo o ní 36 čtenářů. Tedy žádná sláva. To se dalo čekat. Na podobných stránkách většina komentářů propadne sítem, zatímco ten nepatrný zbytek přiláká neúměrně velkou pozornost.

Netrvalo dlouho a odpověděl jsem na třetí otázku: „Co jsou ty nejdůležitější věci, které by měl vědět úplně každý?“ Sepsal jsem

seznam pravidel či zásad; některé byly smrtelně vážné, jiné lehce humorné: „Buďte vděční, i když trpíte“, „Když něco nemůžete vystát, nedělejte to“, „Neskrývejte nic v mlze“ a tak podobně. Čtenářům Quory se můj seznam podle všeho zalíbil. Hojně jej komentovali a sdíleli. Psali například: „Tak tohle si rozhodně vytisknu a schovám. Naprostá paráda.“ Nebo: „A máme vítěze Quory. Ted’ už to tu můžeme zavřít.“ S pochvalnými slovy za mnou chodili i studenti Torontské univerzity, na níž učím. Do této chvíle si má odpověď na „nejdůležitější věci“ získala na sto dvacet tisíc čtenářů a 2300 lajků. Dosud jen několik set odpovědí z oněch zhruba šesti set tisíc, které dnes na Quore jsou, prolomilo hranici dvou tisíc lajků. Moje odpověď patří k desetíně procenta těch nejúspěšnějších. Mé prokrastinační úvahy se zjevně dotkly něčeho hlubokého.

Ve chvíli, kdy jsem svůj seznam sepisoval, jsem vůbec netušil, že si získá takovou pozornost. Všem svým asi šedesáti odpovědím, které jsem na Quoru umístil v oněch několika měsících před i po dotyčném příspěvku, jsem obětoval notnou dávkou péče a úsilí. Nicméně Quora nabízí průzkum trhu toho nejvyššího kalibru. Respondenti jsou anonymní a nezištní. Jejich názory jsou sponzátní a nezaujaté. A tak jsem ty výsledky vzal vážně a zamyslel se, proč zrovna odpověď na nejdůležitější věci v životě měla takový úspěch. Možná jsem vystihl ideální rovnováhu mezi povědomým a novým, když jsem svůj seznam pravidel sepisoval. Možná je pro leckoho přitažlivá struktura, kterou s sebou ona pravidla nesou. A možná lidé mají zkrátka rádi seznamy všeho druhu.

O několik měsíců dříve, v březnu 2012, jsem obdržel e-mail od literární agentky, která slyšela mé vystoupení v pořadu *Just Say No to Happiness* (Štěstí je droga) rozhlasové stanice CBC, kde jsem kritizoval představu, že usilovat o štěstí je v životě tím pravým cílem. V předchozích desetiletích jsem přečetl víc temných knih o dvacátém století, než je asi zdravé, zejména o nacistickém Německu a Sovětském svazu. Alexandr Solženicyn, slavný kronikář hrůz táborů nucené práce, kdysi napsal, že tu ubohou ideologii, podle níž je člověk stvořen ke štěstí, „z každého vyrazí první rána

úkolářova klacku“.¹ V krizové situaci nám utrpení, ona nedílná součást života, rychle otevře oči a my si uvědomíme, jak směšná je představa, že štěstí je smysluplným životním cílem. V onom rozhlasovém pořadu jsem prohlásil, že se musíme poohlédnout po něčem hlubším a že právě to nám odjakživa nabízejí velké příběhy předávané z generaci na generaci. V těch se zas a znovu objevuje motiv, že člověk má v životě usilovat spíše o rozvoj charakteru v reakci na utrpení než o štěstí. A právě tato myšlenka je součástí oné druhé, dlouhé historie této knihy.

Mezi lety 1985 a 1999 jsem zhruba tři hodiny denně pracoval na jediné další knize, kterou jsem kdy vydal – *Maps of Meaning: The Architecture of Belief* (Mapy významu: Ideová architektura). Zároveň jsem v té době, jakož i v následujících letech, o tomto materiálu přednášel nejprve na Harvardu a poté na Torontské univerzitě. Vzhledem k rostoucí popularitě Youtube a příznivým ohlasům na mou spolupráci s ontarijskou veřejnoprávní televizí TVO jsem se v roce 2013 rozhodl své přednášky nahrávat a umísťovat na internet. Má videa si získávala stále početnější publikum a v dubnu 2016 již měla více než milion zhlédnutí. Od té doby se toto číslo zmnohonásobilo (v době, kdy píší tyto řádky, sahá k osmnácti milionům), to je však částečně dáno tím, že jsem byl vtažen do politické kontroverze, která přitáhla přehnanou pozornost.

To je ale jiný příběh, možná na další knihu.

V *Mapách významu* jsem přišel s myšlenkou, že dávné mýty a náboženské příběhy, zejména ty, které vzešly z rané orální tradice, jsou *morální* ve smyslu preskriptivním, a nikoli deskriptivním. Neboli se nezajímají o to, jaký svět je, což dnes dělají například vědci, nýbrž jaký by měl být, jak by člověk měl správně jednat. Snažil jsem se ukázat, že naši předkové pojímali svět jako jeviště, jako drama, a nikoli jako prostor vyplněný objekty. Vysvětlil jsem, jak jsem došel k tomu, že dílčími prvky světa coby dramatu jsou řád a chaos, a nikoli materiální věci.

Řád je tam, kde lidé kolem vás jednají v souladu se široce přijímanými společenskými normami, chovají se předvídatelně

a upřednostňují spolupráci před konfliktem. Je to svět společenské struktury, prozkoumaného území a povědomých jevů. Řád je mnohdy zpodobňován – symbolicky, imaginativně – jako mužský prvek. Ztělesňuje jej dvojediný archetyp moudrého krále a tyra-
na, jelikož každá společnost vždy obnáší jak strukturu, tak útisk.

Oproti tomu chaos je přítomen, kdekoli či kdykoli dojde k ně-
čemu nepředvídatelnému. V triviální podobě vystrčí růžky, když řeknete vtíp na večírku s lidmi, které dobře znáte (nebo si to alespoň myslíte), a místo smíchu zavládne trapné ticho. Mnohem závažnějším projevem chaosu je situace, kdy se náhle ocitnete bez práce nebo vás zradí partner. Symbolickým vyjádřením chaosu coby opaku řádu je ženský prvek. Chaos je něco nového a nepředvídaného, co se najednou vyskytne v běžném, povědomém kontextu. Je to tvoření a destrukce, zdroj nových jevů a cílová stanice mrtvých (jelikož příroda, coby opak kultury, představuje současně zrod a zánik).

Řád a chaos jsou zobrazeny jako jin a jang ve slavném taoistickém symbolu dvou do sebe zaklesnutých draků.* Řád ztělesňuje bílý, maskulinní drak, chaos pak jeho černý, femininní protějšek. Černá tečka v bílém poli a bílá v černém naznačují možnost transformace – zrovna když si říkáme, že svět je stabilní a známý, objeví se něco nového, nějaká nečekaná hrozba. A když se naopak vše zdá ztraceno, může ze zkázy a chaosu povstat nový řád.

Z pohledu taoistů se smysl nachází na spojnici navzájem propleteného páru. Kdo se jí drží, kráčí po stezce života, posvátné Cestě.

A to je mnohem hodnotnější než štěstí.

Pořad stanice CBC, v němž jsem tato témata probíral, výše zmíněnou literární agentku přiměl k hlubšímu zamyšlení. Napsala mi e-mail s otázkou, zda bych nechtěl napsat knihu určenou širokému publiku. Již dříve jsem se pokusil přivést na svět přístupnější

* Symbol jin/jang je součástí složitějšího pětidílného diagramu *tchaj-ti tchu*, který představuje původní absolutní jednotu, a zároveň její rozdělení na mnohotvárný pozorovatelný svět. Do větších podrobností to rozvádím v 2. kapitole, jakož i jinde v této knize.

verzi *Map významu*, což je velmi hutná kniha. Nenašel jsem v sobě potřebný zápal a na výsledném rukopisu to bylo znát. Snad to bylo tím, že jsem napodoboval své bývalé já a svou předchozí knihu, místo abych zaujal místo na hranici mezi chaosem a řádem a zkusil stvořit něco nového. Agentce jsem navrhl, aby na mém kanálu na Youtube nejprve zhlédla čtyři vybrané přednášky, které původně odvysílala TVO v rámci svého pořadu *Big Ideas*. Říkal jsem si, že si tak udělá lepší obrázek o tom, o čem by má přístupnější kniha případně pojednávala.

Agentka mě za několik týdnů znovu kontaktovala s tím, že všechny čtyři přednášky zhlédla a probrala s kolegou a že její zájem o celý projekt se ještě prohloubil. To znělo slibně, ačkoli příznávám, že jsem to nečekal. Kladný ohlas na mou práci mne pokaždé překvapí, vzhledem k tomu, o jak vážná a odtažitá témata se jedná. Dodnes žasnu, že mne nejen nechali, ale přímo pobízeli, abych o nich přednášel nejprve na Harvardu a nyní v Torontu. Vždy jsem si říkal, že až si někdo jednou opravdu všimne, co vlastně učím, pěkně si to odskáču. Až tuto knihu dočtete, posuďte sami, nakolik ta obava byla oprávněná. :)

Agentka navrhla, že bych mohl napsat jakýsi návod, co je potřeba k tomu, aby člověk „vedl kvalitní život“, ať už to znamená cokoli. Okamžitě jsem si vzpomněl na svůj seznam na Quoře. Mezitím jsem dotyčná pravidla doplnil o další myšlenky a i ty se dočkaly kladného přijetí. Usoudil jsem tak, že můj seznam do představy mého vydavatele hezky zapadá, a tak jsem agentce poslal odkaz. I jí se seznam zamlouval.

Zhruba v téže době můj kamarád a bývalý student Gregg Hurwitz, dnes spisovatel a scenárista, připravoval novou knihu, z níž se později vyklubal bestseller *Orphan X* (Sirotek X, č. 2016). I jemu se má pravidla líbila. Jeho protagonistka Mia si pak některá vybraná psala na lístky, které si připínala magnetem na lednici, kdykoli to v rámci zápletky dávalo smysl. To bylo pro mě dalším důkazem o smysluplnosti celého projektu. A tak jsem agentce navrhl, že o každém pravidle sepíšu krátkou kapitolu. Souhlasila a já sepsal návrh na knihu. Když jsem však s psaním jednotlivých

kapitol začal, ukázalo se, že nejsou vůbec krátké. O každém pravidle jsem měl mnohem více materiálu, než jsem tušil.

Bylo to částečně tím, že jsem dlouhá léta sbíral materiál na svou předchozí knihu. Studoval jsem historii, mytologii, neurovědu, psychoanalýzu, dětskou psychologii, poezii a dlouhé úseky bible. Přečetl jsem a z většiny snad i pochopil Miltonův *Ztracený ráj*, Goethova *Fausta* a Dantovo *Peklo*. To vše jsem propojil – možná dobře, možná špatně – ve snaze odpovědět si na otázku, která mi tenkrát nedala spát: proč si světové velmoci v éře studené války navzájem hrozily jadernými zbraněmi. Jak je možné, říkal jsem si, že ta či ona idea je pro lidi natolik zásadní, že jsou kvůli ní ochotni zničit třeba celý svět. Při psaní své knihy jsem si uvědomil, že lidé, kteří sdílejí určitou hodnotovou strukturu, jsou si navzájem srozumitelnější a že tyto struktury nestojí pouze na samotných idejích.

Lidé, kteří se řídí stejnými pravidly, jsou jeden pro druhého předvídatelní. Jednají v souladu s předpoklady a touhami druhých. Dokážou spolupracovat. Dokonce si mohou nenásilně konkurovat, protože vědí, co od sebe očekávat. Společný žebříček hodnot, který je částečně daný psychologicky a částečně je projevován navenek, všechno zjednodušuje – z pohledu lidí, kteří jej sdílejí, i těch ostatních. Sdílené hodnoty zjednodušují svět také proto, že lidé, kteří vědí, co od sebe čekat, si mohou společnými silami podrobit okolní svět. Není snad nic důležitějšího, než zachování této organizace, tohoto zjednodušení. Pokud to je v ohrožení, velká loď státu se začne naklánět.

Není přesné říkat, že lidé bojují za to, čemu věří. Bojují spíše za zachování *souladu* mezi tím, čemu věří, co čekají a co si přejí. Dokud tento stav trvá, žijí spolu v míru, předvídatelně a produktivně. Tento soulad zmírňuje nejistotu i sílu té chaotické směsice nepříjemných emocí, která je nevyhnutelným důsledkem nejistoty.

Představte si, že někoho zradí milovaný partner. Mezi oběma lidmi dojde k porušení posvátného společenského svazku. Činy mluví hlasitěji než slova a akt nevěry rozvrátí křehkou a pracně budovanou harmonii intimního vztahu. V důsledku zrady člověka

zachvátí strašlivé emoce – znechucení, pohrdání (sebou i zrádcem), pocit viny, úzkost, hněv a strach. Konflikt je neodvratný a někdy má za následek nenapravitelné škody. Sdílené hodnoty – systémy smlouveného chování a očekávání – však tyto mocné síly regulují a řídí. Není pak divu, že jsou lidé ochotni bojovat za něco, co je chrání před emocemi chaosu a hrůzy (a před následnými hádkami a násilnostmi).

A to není všechno. Sdílené kulturní systémy stabilizují mezilidskou interakci a navíc lidem zprostředkovávají žebříček hodnot, v němž některé věci zastávají vyšší prioritu a důležitost než jiné. Bez těchto hodnotových systémů by lidé nemohli vůbec jednat. Dokonce by nedokázali ani vnímat, protože jednání a vnímání se neobejdou bez cíle a každý smysluplný cíl je automaticky něco hodnotného. Většina našich kladných emocí se vztahuje k nějakému cíli. Šťastní v pravém smyslu slova jsme, teprve když máme pocit, že se vyvíjíme a rosteme, přičemž samotná idea vývoje implikuje hodnotu. Ještě horší je, že smysl života bez kladných hodnot není neutrální. Jelikož jsme zranitelní a smrtelní, bolest a tíseň jsou nedílnou součástí lidské existence. Proto musíme proti utrpení postavit něco, co je rovněž přirozenou součástí Bytí.* Potřebujeme tedy smysl, který je vlastní určitému fundamentálnímu hodnotovému žebříčku, jinak začne na povrch rychle vyplouvat obnažená hrůza existence, za níž pak následují nihilismus, beznaděj a zoufalství.

Jinými slovy – kde není hodnota, není smysl. Mezi rozličnými hodnotovými systémy však může docházet ke konfliktu. Proto

* Výraz Bytí s velkým B zde užívám částečně pod vlivem myšlenek německého filozofa Martina Heideggera, který žil ve 20. století. Heidegger se pokoušel odlišit objektivně vnímanou realitu od souhrnu lidské zkušenosti (což právě nazýval „Bytí“). Znamená to vše, co každý z nás zakouší, subjektivně, osobně a jednotlivě, jakož i všechny zkušenosti, které sdílí s ostatními. Bytí tedy obnáší emoce, pohnutky, sny, představy, vhledy, naše soukromé myšlenky a vjemy. V neposlední řadě je čímsi, co vstupuje do říše existence prostřednictvím lidského jednání. Do jisté přesně nestanovitelné míry je proto jeho povaha výsledkem našich rozhodnutí, je tedy utvářena naší hypoteticky svobodnou vůlí. Podle této definice Bytí a) nelze snadno zredukovat na cosi materiálního a objektivního a b) bezesporu potřebuje vlastní název, jak se Heidegger po desítky let snažil ukázat.

se neustále pohybujeme mezi dvěma obrovskými mlýnskými kameny – bez sdílených idejí je život chaotický, nešťastný, neúnosný, zatímco s nimi je konflikt mezi skupinami nevyhnutelný. Na Západě opouštíme své tradice jako náboženství a pocit příslušnosti k národnímu státu částečně proto, abychom snížili riziko skupinových střetů. Přitom však stále hlouběji propadáme zoufalství a pocitu prázdnoty, takže na tom nejsme o mnoho lépe.

Při psaní *Map významu* mne rovněž motivovalo vědomí, že dnes už si konflikt nemůžeme dovolit, přinejmenším ne v rozsahu světových válek dvacátého století. Na to jsou moderní zbraně již příliš smrtonosné. Potenciálním výsledkem novodobé války je doslova apokalypsa. Zároveň však nemůžeme jen tak odhodit svá kréda, hodnoty a kultury. Nad tímto zdánlivě neřešitelným problémem jsem si lámal hlavu celé měsíce. Existuje snad třetí cesta, kterou nevidím? A pak se mi jednou zdál sen, že visím vysoko nad zemí pod kopulí majestátní katedrály a držím se lustru. Lidé pode mnou vypadali jako mravenci. Od nejbližší stěny, jakož i vrcholu kopule, mě dělila značná vzdálenost.

Naučil jsem se brát své sny vážně, a to nejen proto, že jsem klinický psycholog. Sny osvětlují zšeřelá zákoutí mysli, kam rozum zatím nedosáhne. Navíc jsem studoval křesťanství více než ostatní náboženské tradice (ačkoli se tento nedostatek neustále snažím napravit). Jako všichni lidé proto musím čerpat především z toho, co vím a znám. Věděl jsem, že půdorys katedrál má tvar kříže a že bod přímo pod kupolí představuje střed kříže. A věděl jsem také, že kříž je ztělesněním nesmírného utrpení, smrti a znovuzrození, symbolickým středem světa. Není to tedy místo, kde bych se cítil příjemně. Nakonec jsem z těch symbolických nebes sešplhal zpátky na bezpečnou, známou, anonymní zem. Nevím jak. Nato jsem – stále ve snu – přešel do ložnice, ulehl do postele a snažil se znovu usnout, vrátit se do říše blaženého nevědomí. Když jsem se však uvolnil, ucítil jsem, že se mé tělo přesouvá. Rozplýval jsem se v silném větru, který se mě chystal přenést zpátky do katedrály, znovu do toho ústředního bodu.

Nemohl jsem se bránit. Byla to noční můra v pravém smyslu slova. Sílou vůle jsem se probudil. Nad hlavou se mi vzdouvaly záclony. V polospánku jsem pohlédl k nohám postele a spatřil mohutná vrata katedrály. Setřásl jsem poslední zbytky spánku a teprve poté vrata zmizela.

Můj sen mne umístil do samého středu Bytí, odkud nebylo úniku. Trvalo mi několik měsíců, než jsem si domyslel jeho význam. V téže době jsem dospěl k úplnějšímu, osobnějšímu porozumění toho, nač neúnavně poukazují velké příběhy minulosti – středobodem Bytí je jedinec. Střed je označen křížem, jako se křížkem označuje třeba místo na mapě. Je místem utrpení a transformace a to je skutečnost, kterou musíme dobrovolně přijmout. Jedinec se může vymanit z pout otrockého lpění na skupině a jejích doktrínách, a zároveň nepropadnout opačnému extrému, tedy nihilismu. Adekvátní smysl lze nalézt v individuálním vědomí a životní zkušenosti.

Jaké je tedy zbavit svět onoho strašlivého dilematu mezi konfliktem na jedné straně a psychologickým a společenským rozkladem na straně druhé? Můžeme k němu dojít prostřednictvím zdokonalování a rozvoje jedince a prostřednictvím každého, kdo na sebe dobrovolně vezme břemeno Bytí a přijme roli hrdinů. Každý z nás musí převzít co největší zodpovědnost za svůj život, svou společnost a celý svět. Musíme mluvit pravdu a opravovat, co je porouchané. Musíme demontovat věci staré a překonané a tvořit z nich něco nového. Jedině tak můžeme a musíme mírnit utrpení, které zamořuje svět. Ano, chce se po nás mnoho. Chce se po nás vše. Jenže alternativa – hrůzy autoritářství, chaos zhroutěného státu, tragické katastrofy nespoutané přírody, existenční tíseň a slabost jedince bez cíle – je bezesporu horší.

O těchto tématech přemýšlím a přednáším již několik desetiletí. Shromáždil jsem bohatou sbírku příběhů a idejí, které se k nim vztahují. Ani na okamžik však netvrdím, že můj argument je správný nebo úplný. Bytí je mnohem složitější, než jediný člověk dokáže obsáhnout, a já dozajista nepodávám jeho ucelený obraz. Nabízím jen maximum toho, co je v mých silách.

Výsledkem všeho toho studia a hloubání byla nová série esejí, z nichž se nakonec vyklubala tato kniha. Původně jsem chtěl napsat krátkou esej na každou z oněch čtyřiceti odpovědí, jež jsem umístil na Quoru. Vydavatel Penguin Random House Canada s tímto návrhem souhlasil. Během psaní jsem však počet kapitol krátil nejprve na pětadvacet, pak šestnáct a nakonec na současných dvanáct. Ty jsem pak asi tři roky upravoval s pomocí a péčí svého oficiálního redaktora (velkou pomocí mi byla i nemilosrdná a dříve přesná kritika výše zmiňovaného Gregga Hurwitze).

Trvalo dlouho, než jsme se shodli na názvu *12 pravidel pro život: Protílátka proti chaosu*. Proč právě tento nakonec zvítězil? Tak především díky své srozumitelnosti. Jasně vyjadřuje myšlenku, že lidé musejí žít podle nějakých zásad, jinak propadají chaosu. My všichni, jednotlivě i jako společnost, potřebujeme pravidla, standardy, hodnoty. Jsme soumaři, tažná zvířata. Potřebujeme nějaké břemeno, abychom své ubohé existenci dali nějaký smysl. Potřebujeme rutinu a tradici. Tedy řád. Řád může zajít příliš daleko, a to není dobře, ale chaos nás může pohltit tak, že v něm utoneme. A to také nikdo nechce. Musíme se držet oné úzké, přímé cesty uprostřed. Každé z následujících dvanácti pravidel, jakož i související esej, je průvodcem po oné hraniční linii mezi řádem a chaosem. Jen tam se totiž nachází ideální míra stability, objevování nového, údržby osvědčeného, transformace a spolupráce. Právě tam lze nalézt smysl života a nevyhnutelného utrpení. Kdybychom vedli správný život, snad bychom dokázali unést váhu uvědomění sebe sama. Snad bychom se uměli vyrovnat s vlastní křehkostí a smrtelností, aniž bychom propadli ukřivděnosti a sebelítosti, jež plodí nejprve zatrpkllost, pak závist a nakonec touhu po odplatě a destrukci. Kdybychom vedli správný život, snad bychom se nemuseli upínat k totalitní jistotě, která nás zaštití před vědomím vlastní nedostatečnosti a nevědomosti. Snad bychom se vyhnuli cestám vedoucím do pekla – dvacáté století nám názorně předvedlo, že peklo může být velmi reálné.

Doufám, že tato pravidla a související eseje pomohou lidem nahlédnout, co už dávno vědí – že lidská duše člověka dychtí po

hrdinství nefalšovaného Bytí a že rozhodnutí vzít na sebe tuto zodpovědnost je totéž jako rozhodnutí vést smysluplný život.

Budeme-li všichni žít správně, bude se nám všem dohromady dobře dařit.

Přeji vám příjemnou a prospěšnou pouť po těchto stránkách.

Dr. Jordan B. Peterson, klinický psycholog
a profesor psychologie na Torontské univerzitě

PRAVIDLO 1

Narovnej se a vypni hrud'

Humři a území

Pokud jste jako většina lidí, na humry² si vzpomenete nanejvýš v restauraci. Tito lahodní korýši jsou však velmi zajímaví. Mají relativně jednoduchou nervovou soustavu s velkými neurony, kouzelnými mozkovými buňkami, které vědci mohou snadno pozorovat a měřit. Díky tomu zmapovali nervovou soustavu humrů do nejmenších detailů a na jejím základě pak dospěli k mnoha poznatkům i o mozku a chování složitějších živočichů, včetně lidí. Humři se vám podobají víc, než si myslíte.

Jejich přirozeným prostředím je mořské dno. Tam dole si zřizují stálé základny, odkud se vydávají na lov a sběr kousků potravy, které se na ně snášejí v důsledku nekončícího chaosu a krveprolití vysoko nad nimi. Typický humr si přeje bezpečné přístřeší a území, které mu nabízí vydatný zdroj živin. Přeje si domov.

To však může být problém, protože humrů je mnoho. Co když totéž území obývají současně dva a ani jeden se ho nechce vzdát? Co když stovky humrů žijí a starají se o rodinu na jednom přeplněném kousku písčitého dna?