



Louise  
L. Hayová  
a kol.

# Bud'te v klidu a použijte afirmaci

*Kniha  
s okamžitým  
účinkem*

 GRADA®

Louise L. Hayová  
a kol.

# Bud'te v klidu a použijte afirmaci

*Kniha  
s okamžitým  
účinkem*

Grada Publishing, a.s.

**Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy**

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.

**Buďte v klidu a použijte afirmaci**

*Knihy s okamžitým účinkem*

*Louise L. Hayová a kol.*

Přeložila Zuzana Vrbová

Vydala Grada Publishing, a. s.

U Průhonu 22, Praha 7

jako svou 5210. publikaci

Odpovědná redaktorka Ester Včelišová

Sazba Filip Říha

Návrh a grafická úprava obálky Vojtěch Kočí

Počet stran 160

První vydání, Praha 2013

Z anglického originálu KEEP CALM AND USE AN AFFIRMATION

Compiled by Cameron McCool

Copyright © 2012 by Louise L. Hay, Gabrielle Bernstein, Stephanie Butland, Ali Campbell, Marie-Claire Carlyle, Laura Leigh Clarke, Joseph Clough, Arielle Essex, Kyle Gray, Judy Hall, David R. Hamilton, Robert Holden, Davina Mackail, Blue Marsden, Simon Middleton, Jacky Newcomb, Seka Nikolic, John C. Parkin, Louise Presley-Turner, Martin Shirran, Shed Simove, Jenny Smedley, Gordon Smith, Steve Taylor, David Wells, John Whiteman, 2012

Originally Published in 2012 by Hay House (UK) Ltd.

Czech edition © Grada Publishing, a. s., 2013

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a. s.

ISBN 978-80-247-4663-0

ISBN 978-80-247-8604-9 (PDF)

ISBN 978-80-247-8605-6 (EPUB)

# OBSAH

ÚVOD .....	7
MILUJTE SVOU PRÁCI .....	9
HARMONIZUJTE SVŮJ DOMOV .....	25
ZAŽÍVEJTE VÍCE LÁSKY .....	39
PROPLOUVEJTE ZMĚNAMI S ELEGANCÍ .....	55
POZVEDNĚTE SVOU SEBEÚCTU .....	71
DEJTE PRŮCHOD FINANČNÍ PROSPERITĚ .....	89
UZDRAVTE SVÉ TĚLO .....	105
ODPUŠŤTE SOBĚ I OSTATNÍM .....	121
SPOJTE SE S DUCHEM .....	137
AUTOŘI KNIHY .....	153



## ÚVOD

Tato kniha obsahuje sbírku původních, uklidňujících afirmací, vytvořených proto, aby vám pomohly v uzdravení a dosažení pozitivních výsledků v mnoha oblastech vašeho života.

Afirmace mají velkou moc. V okamžiku, kdy je vyslovujete, již nejste bezmocní. Berete na vědomí svou vlastní sílu. Afirmace je startovním bodem k vašemu uzdravení a úspěchu. Otevírá cestu. Říkáte svému podvědomí: „Přebírám zodpovědnost. Uvědomuji si, že existuje něco, co mohu udělat pro změnu.“

Když budete afirmace používat pravidelně, budete připraveni na cokoli a afirmace se stane skutečností nebo vám otevře nový směr.

Jsem potěšena, že mohu sdílet své afirmace společně s mnoha dalšími původními afirmacemi předních autorů nakladatelství Hay House. Doporučuji vám, abyste pronášeli afirmace denně v čase, který vám vyhovuje. Důsledné používání pozitivních afirmací vám

napomůže rozvíjet silnou základnu bezpodmínečné lásky a sebezřetiví, ze které budete moci žít svůj život. Postupem času začnete přirozeně nahrazovat negativní smýšlení pozitivními a podporujícími myšlenkami a vlídnými slovy.

Do knihy *Budte v klidu a použijte afirmaci* můžete nahlédnout také ve chvílích, kdy budete potřebovat návod v aktuální situaci. Jednoduše požádejte o radu a otevřete knihu náhodně, abyste našli afirmaci, která vás podpoří. Ať už s afirmacemi začínáte, nebo si již jste plně vědomi jejich transformační síly, vím, že pro vás bude tato kniha užitečná. Aby z ní mohli něco získat i ostatní, jde padesát procent ze zisku z jejího prodeje přímo do nadace Hay Foundation.

Miluji vás a vše je skutečně v pořádku.

*Louise L. Hayová*



**MILUJTE SVOU PRÁCI**

Pracuji pro radost a uspokojení,  
ne pouze proto,  
abych si vydělal na živobytí.



LOUISE L. HAYOVÁ

V mé kariéře jsou neustále otevřeny další  
a další dveře s nesčetnými možnostmi.  
S nadšením do nich nahlížím!



KYLE GRAY

Jsem v souladu se svým životním cílem  
a jsem finančně odměňován za přínos,  
který životu přináším.



LAURA LEIGH CLARKOVÁ

Moje práce skvěle vytváří můj časový harmonogram. Je jednoduché a zábavné něco vytvářet a mít nějaký pracovní řád.



LOUISE L. HAYOVÁ

Rozhodl jsem se vykonávat práci,  
která mě posiluje a živí,  
a cením si jejího významu.



STEPHANIE BUTLANDOVÁ

+

Můj pracovní prostor je posvátným útočištěm.  
Chovám se k němu s úctou a láskou.



LOUISE L. HAYOVÁ

Dokáži hledat štěstí a radost ve všem,  
co dělám. Já sám jsem zdrojem štěstí,  
radosti a míru ve svém životě.



DAVID R. HAMILTON



Vím, že mám právo být úspěšný a šťastný.



SHED SIMOVE

Mé úspěchy jsou darem pro tento svět.



ROBERT HOLDEN

V současné době si záměrně všímám řešení  
namísto problémů.



JOHN WHITEMAN