Brianna Wiest

**Rok zmeny**

# ROK ZMENY

365 DNÍ,
VĎAKA KTORÝM SA STANETE OSOBOU,
KTOROU SKUTOČNE CHCETE BYŤ

BRIANNA WIEST



aurora

## VENOVANIE

*Pre tých, ktorí snívajú o veľkých veciach*
*– vykročte a cesta sa objaví.*

# ÚVOD

Dúfam, že tento rok zmeníte svoj život.

Nie však povrchným spôsobom. Nestačí poprehadzovať veci na povrchu a čudovať sa, prečo sa necítime inak. Nechcem ani, aby ste sa tento rok prispôsobili všetkým tradičným symbolom úspechu a ukrývali pocity viny a ľútosti za usmievavou tvárou.

Dúfam, že tento rok zmeníte svoj život tak, ako ste o tom ticho snívali. Zistíte, že vaše tajné túžby sú vlastne ozveny paralelných životov, sesterských príbehov, ktoré sa derú na povrch a chcú prejsť z vašej mysle do hmatateľnej, fyzickej reality.

Dúfam, že tento rok zmeníte svoj život tak, ako to dokážete len vy, s mocou, ktorú máte jedine vy. Nedokážem to urobiť za vás. Slová to za vás nespravia. Môžu vám iba pomôcť a nasmerovať vás ako starý priateľ či správa z hĺbky vašej duše. Verím, že sa nebudete upínať iba na to, čo uvidíte na týchto stránkach, ale budete čítať medzi riadkami a vnímať svoje pocity. Verím, že každý deň sa zamyslíte nad spočiatku neviditeľnými možnosťami, ktoré ste možno prepásli. Dúfam, že sa nebojíte zájsť do hĺbky, na miesto, z ktorého sa zrodí celý váš život.

Dúfam, že tento rok prestanete chodiť okolo horúcej kaše a stane sa z vás osoba, ktorou ste chceli byť, ktorou ste sa narodili. Verím, že tento rok sa naučíte vzdorovať priemernosti a nájdete vlastný zmysel života. Že tento rok si

uvedomíte, že svet sa nezrúti, ak ostanete stáť na mieste. Každým krokom, bez ohľadu na váš cieľ, vám vyjde v ústrety, tak ako doteraz.

Verím, že práve tento rok pochopíte, že každučká drobnosť vo vašom živote bude omnoho príjemnejšia, ak sa zosúladí so skutočným zámerom vašej duše. Dúfam, že tento rok sa vám podarí odhaliť tieto pravdy z vášho vnútra. Dúfam, že tento rok nájdete nezlomnú a veľkú odvahu. A na záver verím, že tento rok razantne vykročíte v ústrety životu, ktorý ste mali vždy mať.

Drieme vo vás neskutočná vízia vášho života.

Je načase znova počúvať a žiť.

*Brianna Wiest*

## 1. DEŇ

Odvaha, s ktorou vykročíte do dnešného dňa, sa premení na zajtrajší osud. *Zopakujete si včerajšie spomienky, alebo budete hľadieť vpred a naplno sa chopíte príležitostí, ktoré sa vám teraz ponúkajú?* Nechcem, aby ste sa do niečoho nútili. Skúste sa však vložiť do prítomného okamihu s otvorenou náručou. Namiesto jednotvárneho príbehu si vytvorte mozaiku zážitkov, ktoré vám pomôžu vyvíjať sa a formovať, aby sa vaše túžby pretavili do reality a nakoniec odhalili fragmenty vesmíru, ktorý spoznáte svojimi očami v tomto momente, na tomto mieste a v danej forme. Ste presne tam, kde práve potrebujete byť. Dnes je dokonalý deň na opätovný začiatok vášho života.

## 2. DEŇ

Nevedomosť má veľkú moc. Nevedieť, čo bude nasledovať, ako sa rozhodnete, ako sa dostanete na miesto, kde chcete a potrebujete byť. Každý okamih so sebou prináša príležitosť, a keď sa ju rozhodnete využiť, vykročíte v ústrety realite, ktorú ste dovtedy nevideli. Keď neviete, čo vás čaká, vstúpite do ríše nekonečného potenciálu. Namiesto toho, aby ste sa snažili naplánovať si život stručne a bezpečne, začnete sa sústrediť na moment, radosť a cestu. Nežite na autopilota a naučte sa neprestajne vnímať *prítomnosť*, ktorá sa mení a v ktorej je všetko možné. Keď konečne priznáte, že neviete, čo sa stane, vstúpite do zlatého víru – priestoru medzi všetkým, čo ste si mysleli, že by ste mali robiť, a čímkoľvek, čo ste si predstavovali, že robiť budete.

## 3. DEŇ

Jedného dňa si uvedomíte, že šťastie nie je o tom, ako vyzerá váš dom, ale ako ľúbite ľudí, ktorí v ňom bývajú. Šťastie neznamená dosiahnuť úspech do určitého času, ale nájsť niečo, čo tak veľmi milujete, až sa vám zdá, že zastal čas. Nemyslite na to, či ste si zaslúžili uznanie sveta. Radšej sa každý deň zobúdzajte s pocitom pokoja a harmónie s vlastným telom. Rozvážne predvídajte, čo vás v daný deň čaká, a neriešte, čo si o vás myslí okolie. Šťastie neznamená, že máte všetko, ale že dokážete vyťažiť maximum z akejkoľvek situácie. Šťastie je vedomie, že robíte, čo môžete, s tým, čo ste dostali. Nehľadajte ho vo chvíľach, keď sa každý problém vyrieši a všetko do seba dokonale zapadá. Nájdete ho v lúči nádeje v ťažkých časoch, ktorý vám pripomenie, že svetlo je stále pri vás, avšak za predpokladu, že na okamih spomalíte a všimnete si ho.

## 365. DEŇ

Dúfam, že si zvolíte život, ktorý vás inšpiruje. Nepremrhajte chvíle predstavami o dni, keď sa všetko zázračne zmení. Dúfam, že nazbierate odvahu a urobíte rozhodnutie, na ktoré budete hrdí. Dúfam, že vás neodradí zistenie, že ak sa bojíte, aj ten najmenší krok pôsobí zdanlivo ako najväčší. Dúfam, že spod strachu zo seba vydolujete tie najkrajšie časti svojho ja. Dúfam, že sa neopustíte. Dúfam, že dovolíte láske, ktorú chcete nájsť, najprv vo vás vyrásť. Dúfam, že sa pochválite. Dúfam, že veríte v zmenu, pretože všetko sa neustále mení. Dúfam, že sa necháte viesť k osudu. Dúfam, že si zmeníte život.



**BRIANNA WIEST** napísala úspešné knihy ako *101 esejí, ktoré zmenia vaše myslenie*, *Tým vrchom ste vy* a mnohé ďalšie. Predala viac ako milión výtlačkov vo viac ako 20 jazykoch. Jej tituly sa pravidelne objavujú na medzinárodných zoznamoch bestsellerov. Býva v oblasti Big Sur v štáte Kalifornia.

*briannawiest.com*
*instagram.com/briannawiest*
*twitter.com/Briannawiest*

Záujem o rozhovor, prosím, zasielajte na
info@briannawiest.com