Donna Ashworth

Bestsellerová autorka *Sunday Times*

KÉŽ BYCH VĚDĚLA

Přeložila Veronika Lásková

metafora

„Berte tuhle knížku jako malou příručku k životu, k níž jsem dospěla hlavně díky chvílím, kdy jsem byla na dně. Vezměte ji do ruky pokaždé, když narazíte na novou překážku, otevřete na náhodné stránce a připomeňte si s její pomocí to, co nejspíš už v hloubi duše víte.“

– Donna Ashworth

Kniha básní, drobných textů a afirmací bestsellerové britské autorky nabízí povzbuzení a inspiraci, jak s moudrostí a optimismem čelit životu, přijmout sama sebe i jak se naučit vnímat krásu uprostřed všedního dne.

Každá stránka jiskří radostí a vděčností a ukazuje cestu, jak se odrazit ode dna a najít svůj vlastní hlas. Slova Donny Ashworth ukonejší vaši duši, posílí vás a pomohou vám najít cestu dál. Vnesou vám do srdce útěchu, sebedůvěru a vědomí sesterství a přijetí.

„Donnina moudrá a krásná slova každému z nás pomáhají nalézt pokoj a přijetí. Moc ráda bych si je přečetla už před mnoha lety.“

– moderátorka a modelka Lisa Snowdon

metafora

Donna
Ashworth

KÉŽ BYCH VĚDĚLA

Přeložila Veronika Lásková

metafora

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****.*

Automatizovaná analýza textů nebo dat ve smyslu čl. 4 směrnice 2019/790/EU a použití této knihy k trénování AI jsou ***bez souhlasu nositele práv zakázány.***

Text copyright © Donna Ashworth 2022
Originally published in the English language in the UK by Black and White Publishing Edinburgh, an imprint of Bonnier Books UK Limited, London.
The moral rights of the author have been asserted.
Translation © Veronika Lásková, 2025
Czech edition © Grada Publishing, a. s., 2025
All rights reserved

ISBN 978-80-7625-970-6 (ePub)
ISBN 978-80-7625-969-0 (pdf)
ISBN 978-80-7625-908-9 (print)

Tuto knihu z celého srdce věnuji všem ženám, které mě sledují na sociálních sítích. Denně od nich čerpám podporu a povzbuzení. S láskou mezi sebou sdílejí každé slovo, které napíšu, a já jsem jim za to neskonale vděčná. Odjakživa jsem totiž snila o malém koutku na internetu, kam by si ženy chodily pro vzájemnou oporu, a díky nim se tenhle sen stal skutečností. Snila jsem o tom, že k sobě budeme upřímné a přiznáme si, že život je těžký, pokud se za jeho cíl považuje dokonalost. Doufala jsem, že společně tuhle představu zbouráme a že se postavíme životu takové, jaké jsme. To se nám podařilo a stále daří. Každý den znovu.

Děkuji vám všem – jedné každé z vás.

Poznámka autorky

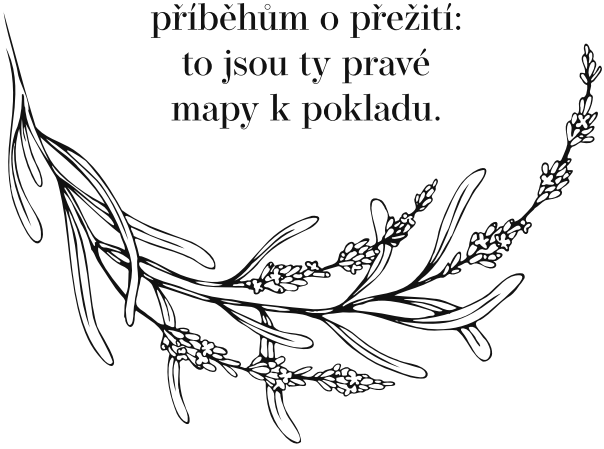
Berte tuhle knížku jako malou příručku k životu, k níž jsem dospěla hlavně díky chvílím, kdy jsem byla na dně. Vezměte ji do ruky pokaždé, když narazíte na novou překážku, otevřete na náhodné stránce a připomeňte si s její pomocí to, co nejspíš už v hloubi duše víte. Ať vám poslouží jako světýlko, když ve světě kolem není vidět ani na krok – to bych si přála. To bych si opravdu ze srdce přála.

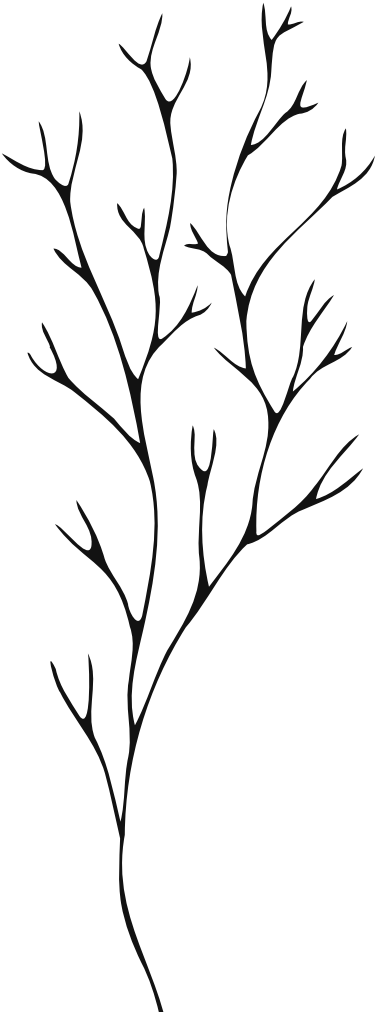
OBSAH

Kéž bych věděla 15
Přátelství není hra o číslech 17
Tvoje krásná stopa 19
Pozor na slova 21
Stáváš se 23
Mluv o lásce 27
Právě tam ji najdeš 29
Smích 31
Návod k životu 33
Sleduj lidi s chybami 35
Horská dráha 39
Dnes je mi po tobě smutno 41
Láska nezačíná ztrátou střevíčku 43
Zelenější trávník 45
Jediná změna, kterou potřebuješ 47
Tvé světlo 51
Máš hezké boty 53
Dveře 55
Jestlipak víš 57
Procházka 59
Všechno jsem viděla 63
Čisté plátno 65
To nejhorší 67
Překvapení 69
Starosti... 71
Nejdůležitější 75
Tvoje krevní skupina 77
Malé radosti 79
Hlavně nevychladnout 81
To by bylo něco 83
Poznej sám sebe 87
Fotoaparát lže 89
Není to závod 91
Co sama nevidíš 93
Mávnutí kouzelného proutku 95
Nikdo mi neřekl 99
Tvůj dar 100

Rozkvět 103
Úplné dno 105
Sny 107
Zažehnout plamen 111
Řekni to i tak 113
Jsi duch 115
Noc 117
Poznej svou hodnotu 119
Věčné čekání 123
Stavitelka 125
I ty bys měla být 127
Světlo se rodí ze světla 129
Ještě víc 131
Když už se namáháš 135
Ženské tělo 137
Zatvrzování a nenávist 139
Mohla bys prostě žít 141
Co znamená smutek 143
Přátelství je... 147
Lásku si nevynutíš... 149
Neskákej do lásky po hlavě 151
Algoritmy 153
Rodina 155
Vydechni si 159
Komplimenty 161
Snad někoho najdeš 163
Já vím 165
Když ti někdo odejde 166
Uzdravení 171
V jednoduchosti je krása 173
Kapitoly 175
Únava 177
Zármutek 179
Proti stárnutí 183
Rachejtle 185
Když někoho ztratíš, není to jen jednou 187
Tudy tvá cesta nevede 188
Poděkování 191

Naslouchejte
příběhům o přežití:
to jsou ty pravé
mapy k pokladu.





KÉŽ BYCH VĚDĚLA

Kéž bych tak od začátku věděla,
že sebeúcta je jako bylinka,
jejíž vzácná semínka nikdy nesmíš
sázet na cizí zahradě.

Kéž bych tak celou dobu věděla,
že aby vyhnala do květu,
nepotřebuje nic
než tvoje ANO.

Kéž bych už kdysi věděla,
že sebepřijetí je jejím sluncem,
pokoj její hlínou a láska jejím deštěm.
Vše ostatní ať klidně pomine
jako roční období a vítr.

Kéž bych tak vždycky věděla,
že za správných podmínek
může tahle rostlina vyhnat do výšky,
nabrat sílu a růst
jako nekrásnější slunečnice.

Ale když ji zanedbáváme, vadne a usychá.

Kéž bych už dávno věděla,
že i kdybych prohledala svět,
nenajdu lepší zahradu
než tu, co dokážu vypěstovat sama,
jen vědět, jak na to.

A tak mám jediné přání,
ať i ty dojdeš k poznání,
že můžeš pěstovat
a zalévat
sebe.

PŘÁTELSTVÍ NENÍ HRA O ČÍSLECH

Snad máš kamaráda či kamarádku, jednoho jediného člověka, který je ti oporou tak *úžasně silnou*, až máš pocit, jako by za tebou stála celá armáda. Stejně tak můžeš mít spoustu dalších přátel, jejichž věrnost zas tak jistá není. Zítra třeba potkáš někoho nového, kdo se ti vřítí do života, vyhrne si rukávy a prohlásí: „Jsem tady pro tebe." A *doopravdy* to tak bude. Ale najdou se i přátelé, které znáš a máš v lásce dlouhá léta, a přitom za tebou nedokážou přijít ani v lepších časech, natožpak v těch horších. S velkou dávkou štěstí můžeš mít těch opravdových hned několik, ale jediný skutečně stačí. Přátelství není hra o číslech, ale o instinktech – ***důvěřuj těm svým***.

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázku z knihy Kéž bych věděla**.**
Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.