

Natacha  
Calestrémé

# KLÍČ K VAŠÍ ENERGIÍ

Jak porozumět svým emočním zraněním,  
uvolnit psychické bloky a vymanit se  
z koloběhu zdravotních potíží

22 praktických rituálů

## Předmluva

Každého z nás jistě v životě potkala nejedna nelehká zkouška. A všichni, bez ohledu na to, jak jsme staří, toužíme po tom, aby nás tato břemena z minulosti jednoho dne přestala tížit. Smrt blízkého člověka, nemoc, neúspěch, ztráta zaměstnání, problémy v rodině... Někdy se může zdát, jako by nám život nespravedlivě uštědřoval jednu ránu za druhou. Sotva se člověk z jedné jakžtakž sebere, přichází další úder a neúprosně nás sráží na kolena.

A tak se vrháme na zdravou stravu, noříme se do meditace, docházíme na terapii, abychom se naučili mít se rádi a odpouštět sobě i druhým... Faktem je, že touha zmizet na druhý konec světa nás díky tomu již nepřepadá tak často jako dřív. Jenže jakmile se ocitneme tváří v tvář další ráně osudu, pocit vzteku a frustrace nás paradoxně zachvátí s nevídanou silou a znovu si zoufáme: „*Ale vždyť já se tak snažím! Proč se mi pořád nic nedaří?*“

Jak z tohoto začarovaného kruhu ven? Jak dosáhnout toho, aby se nám konečně dařilo lépe, abychom se dali dohromady a znovu našli radost a vnitřní mír?

Dokud mi ještě zbývala trocha energie, nechávala jsem se unášet svým vrozeným optimismem a den co den jsem hledání odpovědí na tyto existenciální otázky odsouvala na neurčito. Pokaždé jsem si našla nějaký dobrý důvod, proč se dál trmáčet tou samou vyšlapanou cestou. Jako kůň jsem za sebou s vypětím sil vláčela náklad emocí, který byl rok od roku těžší. Tehdy jsem si ho však neuvědomovala. Pro všechny ty kapesníčky, kterými

jsem si v zoufalství utírala slzy, jsem ho nebyla schopna vidět. To se ovšem změnilo jednoho strašlivého dne, kdy moje tělo prostě vypovědělo službu. Vsedě, vstoje i vleže mě sužovala příšerná bolest v zádech vystřelující do nohou. Krátce nato mi diagnostikovali dvojitý výhřez ploténky. Na ten se sice neumírá, ale z pohledu zvířete zvyklého hnát se cvalem neměla má bolestivá nehybnost ke smrti daleko.

Teď už jsem opravdu nemohla dál předstírat, že to zvládám a jsem v pořádku. Jelikož jsem se nemohla ani hnout, pustila jsem se do bilancování. Poslední čtyři roky se se mnou život nemazlil. Rozvod s prvním manželem ještě stále narušoval vztahy v rodinném kruhu mých nejbližších. Po profesní stránce jsem si potom, co mi odmítli jeden rukopis a několik námětů na dokumentární pořady, úplně přestala věřit. Následně došlo ke strašné tragédii: moje mladší sestra, se kterou jsme se v posledních třech letech nesmírně sblížily, upadla do kómatu a po několika měsících zemřela. Nedlouho poté jsem přišla i o jednu z nejlepších kamarádek. Podlehla vyčerpání, které bylo důsledkem psychického týrání ze strany manžela. A to vše završila událost sice méně vážná, ale představující onu pověstnou poslední kapku: neuvěřitelně hrubý slovní útok blízkého člověka, kterému jsem nechtěně ublížila. Dva dny poté mě ochromil již zmíněný dvojitý výhřez ploténky. Navzdory péči svého milujícího manžela Stéphanu jsem plakala bolestí a hrůzou v mukách, kterým mě podrobovalo mé vlastní tělo. Člověk nemusí být Freud, aby pochopil, že to, co mě obrazně řečeno srazilo na kolena, nebyla jen ona naposled zmíněná příhoda, ale tíha celé předcházející série ran osudu. Byla jsem jako hlemýžď s popraaskanou ulitou, kterého někdo násilím drží ve sluneční výhni. Pochopila jsem, že se prostě musím dát dohromady a že nic důležitějšího teď neexistuje.

Vrhla jsem se na příručky osobního rozvoje a hltala jednu po druhé v naději, že mi ukážou cestu ven ze současného zmaru.

Tehdy mě obzvlášť zaujala slova psychiatra a zakladatele analytické psychologie Carla Gustava Junga: „Jestliže se z nepříjemných událostí svého života nijak nepoučíme, nutíme kosmické vědomí k tomu, aby je opakovalo tak dlouho, dokud lekci daného životního dramatu skutečně nepochopíme. To, co popíráme, nás zotročuje. A to, co přijmeme, nás promění.“ Jinými slovy, dokud svá emoční zranění skutečně *neuzdravíme*, vesmír – neboli to, co Jung nazývá *kosmickým vědomím* – zařídí, abychom přitahovali osoby a situace, díky nimž budeme tato zranění prožívat znovu a znovu, abychom dostali *šanci* pochopit jejich smysl, zpracovali je a osvobodili se od nich.

Čas šel dál a já jsem tuhle Jungovu myšlenku nemohla pustit z hlavy. V mém profesním životě se totiž v poslední době dělo cosi velice zářejícího. Zatímco minulých patnáct let jsem bez přestávky režírovala populárně-naučné dokumenty a filmy o zvířatech, celý poslední rok televizní stanice všechny mé projekty systematicky odmítaly. Nechácala jsem, proč se to děje, a pěkně mě to štvalo. Snažila jsem se zachovat klid a namlouvala si, že kladná odpověď nakonec určitě přijde. Měsíce však ubíhaly jeden za druhým a nedělo se vůbec nic. A tak jsem se ocitla bez práce. Začala jsem žít z podpory v nezaměstnanosti a s pocitem studu. Pak podpora skončila a já byla na mizině.

Jednoho dne si mě paní z úřadu práce zavolala na pohovor, aby zjistila, jak na tom jsem s hledáním zaměstnání. Okamžitě jsem si to vyložila jako útok na svou osobu. „Všechno je v nejlepším pořádku, píšu další román, mám spoustu námětů na filmy, na žádný pohovor nejdu, nemá to smysl,“ odpověděla jsem jí s diplomacií vzteklého hlídacího psa. Úřad práce však mé aktuální duševní rozpoložení nehodlal brát v potaz a o pár týdnů později jsem se chtě nechtě musela dostavit na pobočku pro umělce na volné noze. Tváří v tvář sympatické úřednici jsem ale okamžitě složila zbraně. Začala jsem jí nadšeně vyprávět o svých nápadech, a dokonce jsem se jí svěčila se svým velkým snem –

napsat televizní seriál. Po dvouhodinovém rozhovoru jsem jí podala ruku na rozloučenou. „Neuedvla jste tady svoji e-mailovou adresu,“ upozornila mě. Vysvětlila jsem jí, že už ji nikam nepíšu, abych neztrácela čas a nebyla zahlcená zbytečnými informacemi. „Ale to je škoda, mohly by vám chodit nabídky rekvalifikačních kurzů,“ nedala se. Chvíli procházela nějaké stránky na počítači, jako bych nebyla na odchodu, a pak řekla: „Třeba zrovna tady, podívejte: přišla nám nabídka master class kurzů pořádaných filmovou školou Luca Bessona.“ To mě zaujalo, a tak jsem se zase posadila. Úřednice mi podala deset vytištěných stránek s nabídkou různých kurzů. Namátkou jsem si od ní jednu vzala a přečetla si název: „Jak napsat televizní seriál“. Spadla mi čelist a srdce mi začalo zběsile tlouct. Okamžitě mi na mysli vytanula Jungova slova o tom, že se z nepříjemných událostí máme poučit. Nebýt nezájmu televizních stanic, nebyla bych nezaměstnaná. Nebýt mé nezaměstnanosti, nedošlo by k pohovoru na úřadu práce. Nebýt pohovoru na úřadu práce, nikdy bych se o tomto kurzu nedozvěděla. Co když mi nedostatek práce, který jsem vnímala jako strašnou nespravedlnost, ve skutečnosti pomáhal dosáhnout toho, po čem jsem tolik toužila?

Zjistila jsem, že kurz psaní seriálů je drahý a začíná za tři týdny. Nesměla jsem tedy ztrácet čas. Poděkovala jsem úřednici a běžela domů napsat žádost a přiložit všechny potřebné dokumenty pro organizaci AFDAS, která umělcům proplácí rekvalifikační kurzy. Celá roztřesená jsem se s žádostí v ruce dostavila k přepážce. „Je mi líto,“ zněl neúprosný verdikt úřednice, když mi ji zase vracela. „Žádosti lze podávat nejpozději měsíc před zahájením kurzu, ale ten váš začíná už za tři týdny. Je po termínu.“ Zmocnil se mě zmatek. Horečně jsem přebíhala mezi pochybnostmi a jistotou. Jestli měl Jung pravdu, musím se té master class zúčastnit.

„Musí existovat nějaké řešení,“ prohlásila jsem nejistě. Něco mi říkalo, že to, co se tady odehraje, bude mít dopad na všechna

má životní břemena. Jestli mě do toho kurzu vezmou, udělám všechno pro to, abych pochopila, čemu se mě má životní drama snažit naučit.

„Nejste náhodou spisovatelka?“ zeptala se najednou úřednice.

„To jsem.“

„Protože pokud doložíte, že jste si během dvou let vydělala 9000 eur jako spisovatelka nebo scenáristka, pak by to ještě šlo. Pro tyto profese je nejzazší termín pro přihlášení tři týdny před začátkem kurzu, tedy dnes.“

Chvátala jsem tedy domů pro doklad o příjmech. A zanedlouho přišla dobrá zpráva – proplacení kurzu bylo schváleno. Týden nato mi volali z filmové školy, aby mě pozvali na pohovor, a krátce poté bylo jedno z osmi míst v kurzu moje! Bylo to celé naprosto neuvěřitelné! A to jsem tehdy ještě netušila, že to není všechno. O pár měsíců později mi ředitel této filmové školy, který znal mé romány, kvůli odchodu dosavadního vyučujícího svěřil vedení kurzu „Psaní scénáře a vytváření postavy“ pro první a druhý ročník. Třešničkou na dortu pak bylo, když mě jistý producent oslovil, abych napsala seriál pro televizi.

Teď už mi to bylo jasné: nezaměstnanost, kterou jsem prožívala jako hroznou tragédii, byla ve skutečnosti schodištěm vedoucím k naplnění mého snu.

Toho dne jsem pochopila, že všechno má svůj smysl.

A co dál? Jak se uzdravit a posunout se v životě dál? Před lety jsem jako novinářka a režisérka potkala celou řadu osobností, které mě podněcovaly, abych se na rány osudu zkusila podívat trochu jinak. Tehdy mě to nijak zvlášť neoslovovalo, ale od té doby se moje racionální vidění světa otrásl v základech. Nejrůznější léčitelé a lidé, kteří pracují s biomagnetismem, média i šamani, mi tenkrát popisovali své léčebné postupy a způsoby, jak se dát znovu dohromady. Nešlo o biologii ani psychologii,

ale o jakousi práci s energií. Tento přístup se diametrálně lišil od všeho, s čím jsem se do té doby setkala. Nemohlo by mi teď něco z toho přece jen pomoci?

Rozhodla jsem se tedy, že tyto techniky vyzkouším. Týden po týdnu, měsíc po měsíci jsem se tak zotavovala a zbavovala rodových zranění, osvobozovala se od svých strachů a pocitů viny a postupně se uzdravovala. Můj život a mé vidění světa prošly zásadní proměnou.

Později jsem se rozhodla tyto metody práce s energií sdílet formou seminářů. Měla jsem nesmírnou radost, když na ně začali přijíždět také terapeuti, psychologové, a dokonce i lékaři ze všech koutů Francie. Za ty roky se mi dostalo svědectví od nespočtu neznámých lidí, kterým tyto postupy změnily život. Bylo jich tolik, že jsem si jednoho dne řekla: nastal čas se o toto drahocenné poznání podělit. Kniha, kterou držíte v rukou, je ovocem mé dosavadní cesty.

S její pomocí se můžete osvobodit od tíže svých bolavých emocí a znovu se napojit na svou vnitřní sílu, která je pramenem vaší životní energie.

## ZÁVĚR

Společně jsme objevili jiný pohled na život. Poznali jsme, jak zásadní věci se mohou ukrývat za neúspěchem či nemocí. Cesta, kterou jste s touto knihou prošli, vás znovu propojila s vaším tělem. Budete s ním teď hovořit jako s důvěrným přítelem, který vás doprovází, a navrátíte mu jeho léčivé schopnosti. Nyní již umíte naslouchat tajemstvím své duše, která vám tichým hlasem stále opakuje, že uzdravit svá zranění je veledůležitým úkolem, pro něž jste se rozhodli ještě předtím, než jste se inkarnovali. Teď už také víte, že překážky, životní zkoušky a frustrace jsou poselstvími, která nám vesmír posílá, abychom se do hloubky proměnili. Získali jste nové nástroje a přístup ke zdroji neuvěřitelného vnitřního klidu. Některé potíže, s nimiž jste se dříve často potýkali, dokonce úplně zmizí. A když se problémy objeví, s úžasem zjistíte, že automaticky děláte krok stranou a s nadhledem každou těžkost proměňujete v cennou zkušenost. Při každém zádrhelu si okamžitě vzpomenete, že se o slovo hlásí něco, co je potřeba odhalit a v léčivém procesu obrátit pozitivním směrem. Víte, že vaše potíže jsou ve skutečnosti hnojivem, které té nádherné květině, jíž jste, pomáhá růst jinak, nově, lépe. Nehnojí se snad růže, aby mohly dosáhnout svého plného majestátu? Naučili jste se také všimnout si zranění, která se ve vašem životě opakují, a pochopili jste, že mají původ v minulosti, a to často v neúspěchu či jiné traumatické události, jejíž energii jste zdědili po rodičích, prarodičích nebo jiných předcích, mnohdy



těch, jejichž jméno nosíte. Nyní již také víte, že v těle uloženou energii původního emočního otřesu i jeho nedávných opakování můžete očistit prováděním rituálů uvedených v této knize. Doba, kdy jste ze svého neštěstí obviňovali druhé, nepřítelů osudu, mikroby, viry či jakýkoli jiný vnější faktor, je nenávratně pryč. Teď už chápete, že řešení je ve vás, a že když změníte pohled na věc, můžete se svých potíží jednou provždy zbavit.

Získali jste také mocné spojence v neviditelných silách, které nás obklopují a na něž se můžete obracet v kteroukoli denní či noční hodinu. Víte, že k vám mohou promlouvat i prostřednictvím snů. Jste si vědomi, že v tomto ohledu je jednou z nejtěžších výzev umět upozadit mysl a rozum a nedbat na to, když vám dokola omílají, že přece existuje jen to, co je vidět. Ale až na vlastní kůži opakovaně zažijete blahodárné výsledky těchto neviditelných sil, pochyby se rozplynou. Skrze jemnohmotné, energetické napojení se o vás budou vaši neviditelní průvodci a pomocníci starat a vy jim budete bez přestání děkovat.

S každou další stránkou v této knize jste se mohli přesvědčit, že se nejedná o žádné čáry máry, nýbrž o procesy se zcela hmatatelnými výsledky ověřené zkušeností mnoha lidí. Zjistili jste, že skutečně účinným, a možná tím nejvyšším nástrojem osvobození z pout utrpení a nezdaru je vaše cesta ke skryté moci odpuštění. Je to ozdravný nektar, který dokáže odplavit staré bolesti, životní zkoušky i vážné nemoci. Jakmile se po této cestě vydáte, bude hořkost, kterou v sobě možná již dlouho nosíte, den ode dne ustupovat a láska a porozumění postupně naplní vaše srdce. Nastoupíte-li tuto cestu s hlubokým a upřímným záměrem, povede vás k nové vitalitě a vnitřní pohodě, která je klíčem k probuzení vaší životní energie. Vězte, že váš život se právě začal měnit k lepšímu.

## Když přijde nemoc

1. Jestliže onemocníte, využijte tuto příležitost a snažte se pochopit, co vám tělo daným symptomem říká.
2. Máte-li obavy, vyhledejte pomoc terapeuta či lékaře nebo si vezměte léky. To vám pomůže odpojit mysl, která je přesvědčená, že bez léku či vnějšího zásahu se člověk vyléčit nemůže. Mějte na paměti, že někdy úplně stačí placebo.
3. Zaměřte se na to, jakou informaci vám tělo – váš drahocenný spojenec – sděluje. Pátrejte po bolestivé události, která byla spouštěčem nemoci. Pokládejte si otázky. S kým jste se viděli? Slyšeli jste něco nepříjemného? Pomoci vám může i symbolika nemocí.
4. Mluvte se svým tělem. Pěkně nahlas a přesvědčivě (**s energií**) vyjádřete vůli se uzdravit, abyste oslovili 99 % toho, co vás tvoří (tedy energetickou informaci). Například: „Děkuji ti, tělo. Pochopila jsem, že za touto nemocí stojí ten a ten emoční problém. Teď můžeš odstranit symptomy, budu na vyčištění této emoce pracovat.“
5. Představujte si, jak příslušnou část těla čistíte a bolest s výdechem odchází.
6. Zamyslete se nad emočním zraněním (nespravedlností, odmítnutím, opuštěním, ponížením či zradou), na které tato nemoc poukazuje. Je opakováním jiného, důležitějšího zranění, k němuž došlo v době vašeho dětství nebo které jste zdědili po předcích.

7. Pokud jste zažili silný otřes nebo manipulaci, proveďte rituál zotavení duše, abyste se opět „scelili“ a přestali ztrácet energii.

8. Očistěte bolestivá spojení s příslušnými osobami.

9. Propojte se se svým vnitřním dítětem, abyste se zbavili pocitů viny, které také mohou mít za následek vaše bloky a strachy.

10. Osoby či události, které vám přicházejí do života, jste si přitáhli, abyste mohli uzdravit následky původního otřesu. Jednou jim budete schopni odpustit, a dokonce jim i poděkovat za to, že vám umožnily se proměnit.

11. Nespěchejte na sebe a odpusťte si – odpusťte své duši za to, že vám předtím, než jste se inkarnovali, připravila tolik výzev.

12. Dejte si dostatek času na uzdravení. Opakujte tyto kroky každý den, dokud symptom nezmizí.

### **Když přijde životní zkouška**

1. Těžká životní situace představuje příležitost zahojit staré zranění.

2. Nahlas sami pro sebe vyjádřete vztek, strach, stud, frustraci nebo smutek, které cítíte.

3. Vhodnou formou sdělte to, co cítíte, dotyčné osobě. Není-li to možné osobně, představte si ji (například jak sedí na židli naproti vám).

4. Určete, o jaké zranění se jedná: o zradu, nespravedlnost, odmítnutí, ponížení či opuštění.

5. Přestaňte toto zranění způsobovat jak sobě, tak svému okolí.

6. Pokud si tváří v tvář určitému člověku nebo své budoucnosti připadáte ztracení, znamená to, že jste přišli o část své duše. Proveďte tedy rituál zotavení duše, který je pro vaši situaci nejvhodnější.

7. Vyčistěte (případně přerušte) bolestivá spojení s dotyčnými osobami skrze negativní emoce.

8. Vysledujte cykly, které se stále opakují, a vyčistěte (nebo přerušte) bolestivá spojení s rodinnými příslušníky, kteří tyto otřesy ve vašem nitru způsobili.

9. Znovu se propojte se svým vnitřním dítětem, abyste se zbavili pocitů viny, které jsou příčinou vašich bloků a strachů.

10. Osoby či události, které si vaše duše přitáhla do života, vám pomáhají uzdravit původní otřes. Jednou jim budete schopni odpustit, a dokonce jim i poděkovat za to, že vám umožnily stát se tím, kým jste.

11. Nespěchejte na sebe a odpusťte si – odpusťte své duši za to, že vám předtím, než jste se inkarnovali, připravila tolik výzev.

12. Opakujte tyto rituály k osvobození duše pokaždé, když dojde k reaktivaci nějaké bolestivé emoce.

Tyto rituály můžete čas od času doplnit o rituály zakořenění a různé očištné rituály, například vyčištění postele.

## REJSTŘÍK

alergie 50  
Alzheimerova choroba 51, 177  
angína 45, 50  
anorexie 50  
artróza 50  
astma 99  
bolest hlavy 52  
bolest zad 56, 59  
bradavice 66  
bronchitida 53, 99  
bulimie 53  
cévní mozková příhoda 51  
degenerativní onemocnění 51  
diabetes 41, 53  
ekzém 52, 73–76, 123, 189  
endometrióza 51  
epilepsie 51  
flebitida 56  
herpesvir 51  
horečka 51  
klouby 50  
koleno 52, 58  
kyčel 52, 58  
lupenka 52  
migréna 52, 122  
nadváha 68  
obezita 53  
premenopauza 67  
prostata 54  
průjem 54

přetržený sval 41  
psoriáza 52  
rakovina 54  
revma 50  
rýma 55, 122  
sebepoškozování 55  
sedací nerv 52  
skolióza 56  
střevní chřipka 57, 122  
svědění 52  
syndrom karpálního tunelu 55, 204  
šedý zakal 55  
štítná žláza 55  
tinnitus 55  
vážné onemocnění 53  
vyhřezlá ploténka 56  
zablokovaný krk 37, 41  
zácpa 56  
zánět 56  
zánět močových cest 66  
zánět středního ucha 56  
zánět žil 56  
zápal plic 53  
zarostlý nehet 57  
zarudnutí kůže 52  
zlomenina 53  
ztráta hlasu 57  
zuby 57

## OBSAH

Předmluva	5
ČÁST PRVNÍ: SPRÁVNÁ DIAGNÓZA	11
Kapitola 1: Rozpoznání emočních zranění	13
Kapitola 2: Jak se vymanit z koloběhu emočních zranění	19
<i>Rituál č. 1: Jak se vymanit z koloběhu emočních zranění</i>	31
Kapitola 3: Každá nemoc má svůj význam	33
Kapitola 4: Jak se vymanit z koloběhu zdravotních potíží	43
<i>Rituál č. 2: Jak najít spouštěč</i>	47
Kapitola 5: Emoční symbolika zdravotních potíží	49
Kapitola 6: Změna je ve vašich rukou	59
Kapitola 7: Sebeuzdravení	65
<i>Rituál č. 3: Sebeuzdravení</i>	69
<i>Rituál č. 4: Podpoření záměru</i>	71
Kapitola 8: Utište obavy racionální mysli	73
ČÁST DRUHÁ: ZÍSKEJTE NAZPĚT SVOU MOC	79
Kapitola 1: Energetický restart	81
<i>Rituál č. 5: Scelení duše po prožitém šoku</i>	83
<i>Rituál č. 6: Scelení duše po manipulaci nebo šikaně</i>	89

Kapitola 2: Emoční dědictví	95
Kapitola 3: Konečně se osvobodíte!	103
<i>Rituál č. 7: Osvobození od emočního dědictví</i>	104
<i>Rituál č. 8: Přerušování bolestivého spojení</i>	107
Kapitola 4: Zbavte se bloků	113
<i>Rituál č. 9: Utěšení</i>	118
Kapitola 5: Skrytá moc odpuštění	127
ČÁST TŘETÍ: DENÍK EMOČNÍHO ZDRAVÍ	137
Kapitola 1: Už nikdy sami	139
<i>Rituál č. 10: Navázání kontaktu s průvodcem, s průvodkyní</i>	143
<i>Rituál č. 11: Nalezení jména vašeho průvodce či průvodkyně</i>	146
Kapitola 2: Překonejte své strachy	151
<i>Rituál č. 12: Rozpoznání a překonání strachů</i>	159
Kapitola 3: Duše místa	161
<i>Rituál č. 13: Navázání kontaktu s duší místa</i>	162
Kapitola 4: Jak se chránit	167
<i>Rituál č. 14: Zakořenění</i>	167
<i>Rituál č. 15: Čištění buněk</i>	170
<i>Rituál č. 16: Očista</i>	172
<i>Rituál č. 17: Energetický rituál stromu</i>	173
<i>Rituál č. 18: Nalezení štěstí</i>	176
Kapitola 5: Lepší spánek	177
<i>Rituál č. 19: Energetické čištění postele</i>	181



Kapitola 6: Rozvíjení intuice	183
<i>Rituál č. 20: Rozvíjení intuice</i>	186
Kapitola 7: Léčení popálenin	189
<i>Rituál č. 21: Zařikávání ohně</i>	191
Kapitola 8: Zůstat naživu	193
<i>Rituál č. 22: Navázání spojení s blízkým zesnulým</i>	197
Kapitola 9: <i>Upgradujte svůj život</i>	199
Závěr	207
Poděkování	213
Rejstřík	215

Natacha Calestrémé  
KLÍČ K VAŠÍ ENERGIÍ

Z francouzského originálu *La clé de votre énergie*,  
vydaného roku 2020 nakladatelstvím Albin Michel v Paříži,  
přeložila Sabina Poláková.  
Redigoval Jan Bružeňák.

Vydalo nakladatelství Rybka Publishers,  
Karmelitská 16, 118 00 v Praze na jaře roku 2021.

[www.rybkapub.cz](http://www.rybkapub.cz)