

BELIEVE IN YOURSELF

Published in 2017 by Helen Exley \* London in Great Britain.

Illustrated by Juliette Clarke © Helen Exley Creative Ltd 2017.

Design and creation by Helen Exley © Helen Exley Creative Ltd 2017. All the words by Pam Brown, Dalton Exley, Charlotte Gray, Hannah Klein, Pamela Dugdale, Pamela Brown and Stuart&Linda Macfarlane are © Helen Exley Creative Ltd 2017.

### AI ÎNCREDERE ÎN TINE!

Copyright © 2018 Editura HELEN EXLEY.COM

Publicată în 2017 de Helen Exley \* London în Marea Britanie.

Ilustrații de Juliette Clarke © Helen Exley Creative Ltd 2017.

Design și concept de Helen Exley © Helen Exley Creative Ltd 2017.

Toate textele de Pam Brown, Dalton Exley, Charlotte Gray,

Hannah Klein, Pamela Dugdale, Pamela Brown și Stuart&Linda

Macfarlane sunt © Helen Exley Creative Ltd 2017.

Traducere: Ioana Văcărescu

ISBN 978-606-8290-79-9

Toate drepturile sunt rezervate Editurii HELEN EXLEY.COM.

Nicio parte din acest volum nu poate fi copiată fără permisiunea

scrisă a Editurii HELEN EXLEY.COM.

Drepturile de distribuție în străinătate aparțin în exclusivitate editurii.

Editura HELEN EXLEY.COM Bd. Constructorilor, nr. 20A, sector 6,  
București, cod 060512

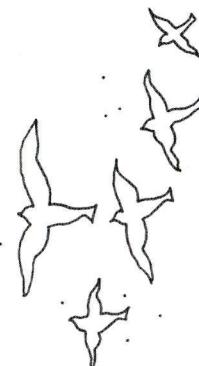
Departamentul Vânzări: 021 402 26 82; 021 402 26 88  
Fax: 0371 601 971

Comenzi la: mihaela.voda@exley.ro  
<http://www.all.ro>  
[www.exley.ro](http://www.exley.ro)

Ne puteți găsi pe și .

# AI ÎNCREDERE în TINE!

O COLECȚIE DE CITATE  
Helen Exley



*Trăim fără pasiune  
atunci când ne mulțumim  
cu prea puțin –  
când ducem o viață  
care știm că nu este  
tot ce ar putea fi.*

NELSON ROLIHLAHLA MANDELA, 1918 – 2013

Am învățat două lucruri deosebit de importante: că ești atât de puternic și de rezistent pe cât îți dai singur voie să fii. Și că cea mai grea parte a fiecărui drum, a fiecărui demers, este primul pas, prima decizie.

ROBYN DAVIDSON

**A**m fost pus la încercare toată viața. Mi-au fost puse la încercare voința, curajul, puterea. Iar acum îmi sunt testate răbdarea și rezistența... Am învățat să îmi trăiesc viața pas cu pas, să trag aer în piept și să trăiesc fiecare clipă, dar a fost un drum tare lung. Am pornit într-o călătorie a iubirii, a căutării unui Adevăr, a păcii și a înțelegерii. Încă mai învăț.

MUHAMMAD ALI, 1942 – 2016

Între tine și tot ce ți-ai dorit vreodată se află doar teama.

GEORGE ADDAIR

Fă lucrul de care îți este teamă și teama va pieri, fără îndoială.

RALPH WALDO EMERSON, 1803 – 1882

Există o vitalitate, o forță vitală, o energie, o însuflețire care prin intermediul tău este transpusă în acțiune; și pentru că tu ești o ființă unică în univers, această expresie a forței vitale este și ea unică. Dacă tu o blochezi, nu va mai putea exista niciodată – va fi pierdută pentru totdeauna, lumea noastră nu se va putea bucura de ea.

MARTHA GRAHAM, 1894 – 1991

Decizia de a merge înainte trebuie să fie luată de tine. Nu se va întâmpla de la sine. Va trebui să te ridici în picioare și să spui: „Nu-mi pasă cât de dificil este, nu-mi pasă cât de dezamăgit sunt, nu voi lăsa eșecul acesta să mă opreasă. Îmi voi continua viața!“.

JOEL OSTEEN

Estimează-ți în mod onest capacitatele, iar apoi adaugă 10% peste valoarea la care te-ai gândit.

NORMAN VINCENT PEALE, 1898 – 1993

*Din punct de vedere aerodinamic,  
bondarul nu ar trebui să poată zbura.  
Însă bietul bondar nu știe lucrul acesta,  
așa că își vede linistit de zbor.*

MARY KAY ASH, 1915 – 2001

Prea mulți oameni supravaluează ceea ce *nu sunt* și subapreciază ceea ce *sunt*.

MALCOLM S. FORBES, 1919 – 1990

Nu spune niciodată

„Nu pot face față unei asemenea situații“.

Îl poți face față. Poți să rezistești  
și poți ieși învingător.  
Ai încredere în tine!

Ești mai puternic decât crezi.

HANNAH KLEIN

Nu aștepta ca totul să fie perfect.

Lucrurile nu vor fi niciodată perfecte.

Vor exista întotdeauna provocări,  
obstacole și situații neplăcute. Și ce dacă?

Pune-te pe treabă chiar acum.

Cu fiecare pas făcut, vei deveni  
din ce în ce mai puternic, mai priceput,  
vei avea mai multă încredere în tine  
și vei cunoaște succese tot mai mari.

MARK VICTOR HANSEN

Zboară, fii liber!

Avântă-te în înaltul cerului

și zboară departe.

Ai aripi puternice.

Vor fi momente în care

ți se va cere

să faci eforturi mari.

Îți doresc să ai

puterea,

anduranța

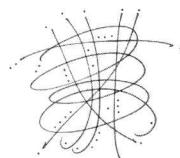
și înțelepciunea necesare.

PAM BROWN, 1928 – 2014



*Atunci când simți  
amenințarea unui pericol,  
să nu te întorci niciodată cu spatele,  
gata să o iei la fugă.  
  
Dacă faci asta, pericolul va deveni  
de două ori mai mare.  
  
Însă dacă reacționezi prompt  
și fără să eziți, vei reuși  
să reduci pericolul la jumătate.*

SIR WINSTON CHURCHILL, 1874 – 1965



*Am studiat viațile unor bărbați măreți și ale unor femei celebre, iar ceea ce am descoperit a fost că bărbații și femeile care au ajuns departe au fost cei care și-au făcut treaba cu dedicăție, care s-au implicat cu multă energie și cu entuziasm.*

HARRY S. TRUMAN, 1884 – 1972

*... se întâmplă atât de des ca oamenii să se lase învinși de situații – și nu pentru că acele situații ar fi fost imposibile, ci doar pentru ei le-au crezut imposibile.*

SIR JACKIE STEWART

*Trebuie să fii pasionat pe care îți propui să-l faci. Nu e loc de jumătăți de măsură. Nu poți să pornești la drum spunându-ți „Păi... hai că vedem ce-o să iasă“. Ca să te bucuri de realizări și de succese, trebuie să fii cu totul dedicat țelului final.*

SIR STEVE REDGRAVE