
Spis treści

CZĘŚĆ 1. CEL I PRZESZKODY

- | | |
|--|----|
| 1. Życie bez żalu
<i>Zacznij od spojrzenia na koniec</i> | 13 |
| 2. Odciągani od sensu
<i>Pozwalanie, by gorsze wypierało lepsze</i> | 29 |

CZĘŚĆ 2. PRZESZKODY PARALIŻUJĄCE WOLĘ

- | | |
|---|----|
| 3. Marzenia w cieniu
<i>Pokonywanie przeszkody strachu</i> | 45 |
| 4. Zranieni
<i>Pokonywanie przeszkody dawnych błędów</i> | 67 |

CZĘŚĆ 3. PRZESZKODA MNIEJSZEGO DOBRA

5. Potwór własnego Ja	87
<i>Pokonywanie przeszkody szczęścia</i>	
6. Starczy tego dobrego	103
<i>Pokonywanie przeszkody pieniędzy</i>	
7. Śmieci na drodze do celu	127
<i>Pokonywanie przeszkody dobytku</i>	
8. Na fali	149
<i>Pokonywanie przeszkody poklasku</i>	
9. Plaże się nudzą	169
<i>Pokonywanie przeszkody relaksu</i>	
10. Migające światelka	191
<i>Pokonywanie przeszkody technologii</i>	

CZĘŚĆ 4. KONIEC KSIĄŻKI, POCZĄTEK BARDZIEJ ZNACZĄCEGO ŻYCIA

11. Przeżyj historię, którą chciałbyś opowiedzieć	219
<i>I przygotuj się na niespodzianki</i>	
Ćwiczenie dodatkowe: Odkryj swoje cele	235
Podziękowania	247
Przypisy	249
O autorze	261