

Spis treści

Wprowadzenie	9
Toksyczni ludzie na horyzoncie	13

sztuczna druga połówka

Spersonalizowane szkolenie	31
Erozja tożsamości	47
Wielki finał	89

droga do odzyskania siebie

Dlaczego to tyle trwa?	109
Etapy rozpacz — część I	115
Etapy rozpacz — część II	139

wolność

Patrząc wstecz, krocząc do przodu	175
Introspekcja i lęki	183
Szacunek do samego siebie	197

Trzydzieści oznak siły	209
Duchowość i miłość	217
Głupiec i Świat	229
Szersza perspektywa	235
 Posłowie	 253
Słowa uznania	255
Materialy	259
Załącznik	265