

Spis treści

1. Szczęście i wolność.....	7
2. Chcę zmienić moje życie.....	11
3. Klasówka z historii.....	16
4. Drobne doświadczenie	26
5. Powtórka z ćwiczeń	33
6. Dlaczego zmiana jest trudna	43
7. Pani od fizyki.....	48
8. Żelazne tabliczki.....	58
9. Nauka oddychania	65
10. Kiedy umiesz kochać	74
11. Dobry i uczciwy	81
12. Wiewiórka w czasach wojny.....	88
13. Prosty matematyczny wzór	96
14. Borsucza nora	99
15. Przybywa ryś.....	103
16. Trzy rzeczy	110
17. Trzy pytania	112
18. Czy wciąż czekasz.....	119
19. Pierwsze ćwiczenie	124

20. Wiewiórka i świnie.....	130
21. Świnie i ludzie.....	138
22. Potwierdzenia fałszywych kodów.....	145
23. Świadome decyzje	151
24. W poszukiwaniu straconego czasu.....	154
25. Mój wybór	159
26. Podejmuję decyzję	166
27. Pozytywne działanie	171
28. Sztorm na oceanie	180
29. Budujemy szalupę ratunkową	183
30. Kiedy zaczynasz tonąć.....	192
31. Instrukcja obsługi mojego życia	198
32. Co wiesz o żeglowaniu	208
33. Odpowiedzi	230
34. Ręce rzeźbiarza.....	243
35. Po klasówce	262
36. Życie jest jak pociąg.....	266
37. Teoria i praktyka.....	281
38. W czerwonej szafie.....	283
39. Ty i on, ty i ona	290
40. Co, jak i dlaczego	299