

Spis treści

Słowo wstępne Julii Cameron	11
Słowo wstępne Billa Addisona	13
Przedmowa do wydania trzydziestego – jubileuszowego	17
Przedmowa do wydania drugiego	21
Wstęp	27
Umysł, pióro i papier początku	33
Pierwsze myśli	37
Pisanie jako praktyka medytacyjna	41
Kompostowanie	45
Artystyczna systematyczność	48
Lista tematów dla praktykujących pisanie	51
Walcząc z tofu	56
Utarczki z wewnętrznym krytykiem	60
Elkton w stanie Minnesota: to, co masz przed oczami	62
Podłącz się pod podziemny zbiornik	65
Nie jesteś swoim wierszem	68
Mężczyzna zjada samochód	71

Pisanie nie jest jak hamburger z McDonalda	74
Obsesje	77
Oryginalne szczegóły	81
Potęga detali	83
Pieczenie ciasta	86
Życ dwa razy	89
Pisarze mają dobre sylwetki	91
Słuchanie	93
Nie bierz ślubu z muchą	96
Nie próbuj zdobyć miłości pisaniem	98
Jakie są twoje najgłębsze pragnienia?	101
Składnia	103
Nerwowo popijając wodę	109
Nie mów, tylko pokaż	112
Potęga konkretności	115
Duże skupienie	117
Zwyczajne i niezwykłe	119
Rozmowa jako przestrzeń treningowa	123
Pisanie jako akt wspólnotowy	126
Jeden dodać jeden równa się Mercedes-Benz	129
Bądź jak zwierzę	131
Wypowiadaj zdania twierdzące i odpowiadaj na pytania	134
Działanie w zdaniu	137
Pisanie w knajpkach i kawiarniach	140
Pracownia pisarska	146
Duża sprawa: erotyka	149
Turysta we własnym mieście	152
Pisz gdziekolwiek	154

Poszerzaj zakres	156
Wzbudzając współczucie	158
Tortury wątpliwości	162
Odrobina słodczy	164
Nowa chwila	166
Dlaczego właściwie piszę?	168
Każdy poniedziałek	172
Jeszcze o poniedziałkach	175
Spontaniczne budki z poezją	177
Poczucie przestrzeni	181
Duże pole do błędzenia	185
O naturze chodzących ideałów	190
Żadnych przeszkód	195
Ukochany posiłek	198
Korzystaj z samotności	200
Niebieska szminka i papieros zwisający z kącika ust	202
Powrót do domu	204
Krąg opowieści	208
Maraton pisania	212
Stań murem za swoim tekstem	216
Zaufaj sobie	220
Samuraj	222
Czytanie i korekty	225
Nie chcę umierać	231
Epilog	233
Posłowie. Wywiad z autorką	235
Przypisy	253