

Spis treści

- 8 **Mój algorytm**
- 10 **Zawsze mi się chce - Anna Dymna**
- 24 **Motywacja ART - Mariola Pietroń-Ratyńska**
- 26 **Galeria obrazów Marioli Pietroń-Ratyńskiej**
- 30 **Arteterapia - Jolanta Łysakowska**
- 34 **Twórczość - Kinga Magdoń**
- 36 **Sport i arte - Łukasz Zorian Mięgisz**
- 40 **Języki i świat - Alicja Kozłowska**
- 41 **Konno - Paulina Puchała**
- 42 **Zaufanie do siebie - Małgorzata Mączyńska**
- 44 **Pieniądze - Marta Kobińska**
- 46 **Czytanie pisma - Jolanta Kawaler**
- 47 **Planowanie - Beata Morawska**
- 48 **Policzmy sobie - Robert Berger**
- 52 **Demotywowanie - Andrzej Wojtyniak**
- 53 **Nawyki - Sylwia Żuber**
- 54 **Stres a działanie - Kuba Sienkiewicz**
- 58 **Szczęście - Peter Kołakowski**

- 62 Bezdomność – Tomasz Kacprzak**
- 66 Cele w szczęściu – Katarzyna Miler**
- 68 Pozytywnie – Mariusz Kamiński**
- 70 Odwrócenie gry – Damian Szczepański**
- 72 Resetowanie**
- 76 Tak, jak chcę! – Robert Mikulec**
- 80 Świat otworem – Monika Skiba**
- 82 Odnaleźć siebie – Marcin Londzin**
- 84 Za granicą... – Anna Pichola**
- 88 Cały świat! – Wojciech Machnik**
- 90 Życiowe zagadki**
- 92 Polityka i strach – Arkadiusz Górąj**
- 94 Ludzie i polityka – Edwin Leśniak**
- 96 Polityka z motywacją – Ryszard Kalisz**
- 99 Galeria obrazów Marioli Pietroń-Ratyńskiej**
- 100 Satysfakcja – Anna Cichowska**
- 102 Zadaniowość – Kamila Sanok**
- 103 Intuicja – Patrycja Rusek**
- 104 Żeby chcieć – Krzysztof Szymański**
- 108 Nastawienie – Krystian Alabrudziński**
- 110 Współzależnienie – Maria Stemplewska**
- 112 Droga do zmiany – Damian Ziętara**

- 114 **Szybkie uczenie – Ireneusz Czyżewski**
- 116 **Świadomość – Ewelina Wyspiańska-Trojnarz**
- 118 **Dieta cud – Katarzyna Koćwin**
- 120 **Nasze ciało – Krzysztof Klimek**
- 122 **Energia – Paweł Myjkowski**
- 124 **Mój czas**
- 126 **O wrażliwości – Kasia Więckowska**
- 128 **Asertywność – Magdalena Sławska**
- 132 **Uznanie – Judyta Jankowska**
- 134 **Wypalenie – Katarzyna Łazowska-Ciężka**
- 135 **Biznes – Ewa Szpakowicz**
- 136 **Do celu – Anna Łapińska**
- 138 **Perfekcjonizm – Jowita Trzaska**
- 140 **Strach przed... – Magdalena Turek**
- 142 **Emocje – Izabella Małkiewicz**
- 144 **Stare marzenia**
- 146 **Chcieć więcej – Wojciech Orzechowski**
- 150 **Trudności – Arkadiusz Bąk**
- 154 **Na pewno serce? – Danuta Witek**
- 158 **Docenianie**