

Spis treści

ZAPROSZENIE DO NADZIEI	9
CZĘŚĆ PIERWSZA. CZYM JEST NADZIEJA?	15
<i>Whisky i fasolowy sos suahili</i>	17
<i>Czy nadzieja jest czymś prawdziwym?</i>	23
<i>Czy kiedykolwiek straciłaś nadzieję?</i>	27
<i>Czy nauka potrafi wyjaśnić zjawisko nadziei?</i>	44
<i>Dlaczego czujemy nadzieję w trudnych czasach?</i>	50
CZĘŚĆ DRUGA. CZTERY POWODY DO NADZIEI WEDŁUG JANE	59
Powód pierwszy: Wspaniały ludzki intelekt	61
<i>Od prehistorycznej małpy do władcy świata</i>	64
<i>W połowie grzesznik, w połowie święty</i>	69
<i>Nowy uniwersalny kodeks moralny</i>	75
<i>Mądra (?) małpa</i>	80
Powód drugi: Wytrzymałość natury	87
<i>Żaloba ekologiczna</i>	96
<i>Wola życia</i>	104
<i>Przyśposuj się albo gin</i>	109
<i>Troskliwa Matka Natura</i>	112
<i>Ocaleni od wyginięcia</i>	116
<i>Gobelin życia</i>	122
<i>Przyroda jest nam potrzebna</i>	133

Powód trzeci: Siła młodych ludzi	139
<i>Miłość w miejscu pozbawionym nadziei</i>	147
<i>„Nie chcę waszej nadziei”</i>	156
<i>Miliony kropelek tworzą ocean</i>	161
<i>Troska o przyszłość</i>	166
Powód czwarty: Niezłomny duch ludzki	175
<i>Gdy postanowię wspiąć się na Everest</i>	178
<i>Duch, który się nigdy nie poddaje</i>	185
<i>Pielęgnowanie niezłomnego ducha u dzieci</i>	195
<i>W jaki sposób niezłomny duch ludzki</i> <i>pomaga nam się otrząsnąć po traumie</i>	197
<i>Potrzebujemy siebie nawzajem</i>	202
CZĘŚĆ TRZECIA. POSŁANNICZKA NADZIEI	209
<i>Życiowa wędrówka</i>	211
<i>Wyzwania w Afryce</i>	234
<i>Od nieśmiałej młodej kobiety do międzynarodowego mówcy</i>	236
<i>„Nazwijmy to misją”</i>	239
<i>Czy to zbieg okoliczności?</i>	244
<i>Duchowa ewolucja</i>	249
<i>Kolejna wielka przygoda Jane</i>	255
ZAKOŃCZENIE. PRZESŁANIE NADZIEI OD JANE	265
PODZIĘKOWANIA	279
LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA	287
ŹRÓDŁA ILUSTRACJI	299
O AUTORACH	301