

SPIS TREŚCI

WSTĘP	11	17. Życie zawiera lokowanie błędów	157
1. „Stare dzieje” przeminęły – teraz dziejesz się TY!	19	18. Gorzki prezent... ..	163
2. Presja, czyli samonacisk	27	19. Plan na dzisiaj: żyć życie należycie, czyli „zamierzam” sobie ..	167
3. Wielkie słowa – małymi kroczkami... ..	37	20. Syndrom oszusta, czyli witaj w Narodowym Parku Poznania Swojej Prawdy	171
4. Jestem „prawie”, czyli zaufaj życiu, nie serfuj... dryfuj	43	21. Emocje nie mają płci	181
5. Wyspy Zielonej Beznadziei, czyli podróż do „za często”	53	22. Niedzielne myśli przestraszające	191
6. Zapachy dzieciństwa, czyli... dom	59	23. Za górami, za lasami, za czyimiś sukcesami żyła sobie wyklęta, nikomu niemiłe widziana, a wszystkim znana... zazdrość	197
7. List do miłości... pisany znad Morza też Wzruszenia i Gór Trudu i Satysfakcji	69	24. Dzwoniła do mnie dzisiaj pani „spektywa”, ale zgodziła się na formę per SPEKTYWA zmienna, czyli kości asertywności zostały rzucone	207
8. Rodzina z wyboru, czyli to Ty decydujesz	75	25. List do Osoby z utraconej nadziei, czyli pozdrowienia z TAK-sobie ..	213
9. „inDZIEJ”, czyli „DZIEJ się”	87	26. Starość to decyzja	219
10. Podróż do Lajkowa, czyli komu oddajesz piloty do swojego samopoczucia	93	27. Słomiany zapał, czyli nic piękniejszego, niż zmieniać zdanie ..	225
11. Konanie przez przeKONANIE	103	28. A jak wiemy, słowo ciałem się stać potrafi – najważniejsze, żeby szczęśliwym	231
12. Wielkie stracholęki i małe odwagi, czyli list do osoby z Lękowa ..	119	29. Za wszystko w życiu płacimy cenę, czyli jagody niewygody z Boru Wyboru	243
13. Nie przepraszaj szarych ludzi za swoje kolory tylko dlatego, że ich rażą	129	30. Nie bądź sobie kulą u nogi, bądź swoim kołem ratunkowym ..	251
14. Dziękuję, żeby... „zaszczęścić”	137	31. Rozmowa, czyli bilet na wakacje w Porozumieniu	257
15. Nie musisz zasłuŻYĆ, żeby ŻYĆ, czyli człowiek sukcesu to ten, kto się nim czuje	141	32. A co, jeśli głównym wydarzeniem naszego życia ma być wydarzenie się sobie?	263
16. Nie zamierzam być najlepszą WERSJĄ siebie – zamierzam być sobą	149	33. „Musisz” wyjść ze swojej strefy komfortu, czyli ucałuj swoją niegotowość	269
		34. Wypadałoby... czyli rzecz o Poczuciu Własnej Własności	277
		35. List do osoby z Załęknienia, czyli idź po-MOC	283
		36. Najwspanialsza Osoba Osoba – na horyzoncie Wyspa Bezzłudna Spokój	295
		PODZIĘKOWANIA	303