



334257

Spis treści

Na wejście	7
1. „My” – kto to jest?	14
Krew nie jest gęstsza od atramentu	18
Trudne sytuacje jednoczą	19
Strach działa silniej niż bieda	20
Więź powstaje poza strachem i nędzą	23
Za linią horyzontu też coś jest	26
2. Kim jesteśmy?	30
Nie jesteśmy zwierzętami	32
Posiadamy wyjątkowy mózg	34
Nabywamy szczególnych doświadczeń	38
Mamy szczególne potrzeby	43
Żyjemy w szczególnych wspólnotach	46
3. Jak to się stało, że jesteśmy właśnie tacy?	49
Cena potrzeby przynależności	52
Mechanizmy dopasowania	57
Pułapka dopasowania	60
4. Co też sobie wmówiliśmy?	63
Jak konstruujemy własną rzeczywistość	65
Nasze wyobrażenia są jak kajdany	68

Nasze doświadczenia określają nasze wartościowania	70
Błądzić jest rzeczą ludzką	74
Nie jesteśmy maszynami	78
Nie jesteśmy też zawodnikami	81
Koniec ideologii	83

5. Co z siebie uczyniliśmy?

Entuzjazm to nawóz dla mózgu	91
Czym zachwycamy się sami z siebie	94
Kto wzbudza w nas entuzjazm	97
Wątpliwe wzorce	101
Godni pożałowania poganiacze osłów	106
Sprytni łowcy szczurów	107
Jak tracimy umiejętność odczuwania zachwyty	111
	113

6. Kim moglibyśmy być?

Zamiast murów i zasieków moglibyśmy budować mosty	116
Zamiast pozwalać kształtować się przez życie, moglibyśmy stać się twórcami własnego życia	123
Zamiast postępować jak dotychczas, moglibyśmy spróbować przekroczyć własne granice	126
Zamiast wykorzystywać zasoby, moglibyśmy też rozwijać nasze własne możliwości	129
Rozwijanie potencjałów w życiu indywidualnym	155
Rozwijanie potencjałów w ludzkiej wspólnocie	164
	190

Na wyjście

200
