

# SPIS TREŚCI

Od Autora ..... 7

## 1. Serpenty i wiraże myśli i emocji

1. „Aby mierzyć drogę przyszłą, trzeba wiedzieć, skąd się wyszło” ..... 13
2. Gdy zapiszę swoje marzenia, łatwiej staną się rzeczywistością ..... 17
3. Myśli i marzenia zmieniają rzeczywistość . ..... 21
4. Jeżeli wiesz, dokąd idziesz, każdy krok prowadzi cię do celu ..... 26
5. Maksimum osiągnąć . ..... 30
6. Wystarczy przeliczyć swoje codzienne 24 godziny na 100 dolarów ..... 33
7. Mam problem – zamiast się martwić, szukam, pytam, rozważam ..... 37
8. Po co się martwić, co ludzie powiedzą . ..... 40

## 2. Zatłoczone centra życia biznesowego

1. Każdy chciałby być doceniony i szanowany ..... 45
2. Diamenty i skarby mojego życia są zwykle blisko .... 49
3. Przedsiębiorczość zmienia świat na lepszy ..... 55
4. Każdy wiele potrafi i dużo może ..... 61
5. Jeżeli praca jest przyjemnością, to życie jest zabawą .. 65
6. Warto często i szczerze spoglądać w swoje odbicie w lustrze ..... 68

## 3. Krainy wytchnień i spotkań z ciekawymi ludźmi

1. Mam problem – nie martwię się i nie kręcę w kółko .. 73
2. Na zmiany na lepsze nigdy nie jest za późno ..... 77



3. Książki mogą nas wiele nauczyć . . . . .	80
4. Otacza nas wiele dobra . . . . .	85
5. Świat może być pełen życzliwości . . . . .	88
<b>4. Remonty, naprawy i modernizacje dróg własnych i publicznych</b>	
1. Każda przegrana może być wygraną . . . . .	93
2. Czasami wystarczy tylko chcieć . . . . .	97
3. Trzeba mieć ważne cele w życiu . . . . .	101
<b>5. Doły, przełomy i wyboje – nasze ograniczenia</b>	
1. Mój własny „uniwersytet zdrowego rozsądku” . . . . .	107
2. Co mnie nie zabije, to mnie wzmocni . . . . .	111
3. Warto mieć przed oczami autorytety . . . . .	116
4. Warto zadać sobie pytanie: co w tym dobrego . . . . .	121
5. Jeżeli będę patrzeć na dobrą stronę życia . . . . .	125
6. Jeżeli myślisz, że możesz i myślisz, że nie możesz . . . . .	127
7. „Konsekwentna konsekwencja” to klucz do sukcesów . . . . .	130
<b>6. Drogi i bezdroża talentów i zdolności</b>	
1. Cele i pasja wpływają na długie i szczęśliwe życie . . . . .	135
2. Sztuka jest dobra na wszystko . . . . .	138
3. Wielkie sprawy zwykłego człowieka . . . . .	141
<b>7. Mosty i przeprawy przez wody życia i zdrowia</b>	
1. Denerwować się to mścić się na własnym zdrowiu za głupotę innych . . . . .	147
2. Woda podstawą mojego zdrowia . . . . .	150
3. Myśleć o stu latach życia . . . . .	154
4. WIMED to także – Widzieć Inaczej MEDycynę . . . . .	158
<b>8. Stabilna przystań życia rodzinnego</b>	
1. Pracowitość i odpowiedzialność to kapitał . . . . .	165

2. Jak człowiek lepiej rozumie siebie .....	169
3. Maksimum efektywności w pracy, maksimum czasu dla rodziny .....	172
Bibliografia .....	177