



IWONA WENDEL

OD JUTRA NIE BIORĘ!

**czyli jak żyć z długami,
pozbyć się strachu
i odzyskać swoje życie**



NIE TYLKO DLA DŁUŻNICZEK!

Od jutra nie biore!

©Copyright Iwona Wendel 2017

<http://www.jakwyjsczdługow.pl/>

DARMOWY FRAGMENT

Wydanie: I

Rok wydania: 2017

ISBN 978-83-63770-05-1

Od jutra nie biore!

Czyli jak żyć z długami, pozbyć się strachu i odzyskać swoje życie.

Nie tylko dla dłużniczek.

Autorka dołożyła wszelkich starań, by zawarte w tym poradniku informacje były kompletne i rzetelne. Nie bierze jednak żadnej odpowiedzialności za ich wykorzystanie, ani związane z tym naruszenia praw. Autorka nie ponosi też żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w poradniku.

Niniejsza publikacja, ani żadna jej część nie może być kopiowana, ani w jakiegokolwiek sposób reprodukowana, powielana, ani odczytywana w środkach publicznego przekazu bez pisemnej zgody autorki. Wykonywanie kopii metodą kserografii, fotografii, a także kopiowanie poradnika na wszelkich nośnikach, udostępniania i przesyłanie drogą elektroniczną powoduje naruszenie praw autorskich.

Zabronione są jakiegokolwiek zmiany w zawartości publikacji oraz odsprzedaż.

Wszelkie prawa zastrzeżone

All rights reserved

DARMOWY FRAGMENT

[Kup książkę](#)

<u>Wstęp</u>	<u>3</u>
<u>1. Najważniejsza osoba</u>	<u>7</u>
<u>2. Zdradzaj tylko z gorącą laską</u>	<u>10</u>
<u>3. Ucz się z telewizji</u>	<u>12</u>
<u>4. Inwestuj w siebie</u>	<u>14</u>
<u>5. Małe kwoty są najważniejsze</u>	<u>16</u>
<u>6. Jak nie ma pasji, dobra i obsesja</u>	<u>17</u>
<u>7. Pozbaw ich władzy</u>	<u>19</u>
<u>8. Rozmówki, wydanie kieszonkowe</u>	<u>21</u>
<u>9. Podwójne zaprzeczenie</u>	<u>23</u>
<u>10. Zostań mistrzem driftingu</u>	<u>24</u>
<u>11. Zabawa czy zadanie</u>	<u>26</u>
<u>12. Doświadczenie czy lekcja</u>	<u>29</u>
<u>13. A co jeśli nie chcesz zarabiać</u>	<u>31</u>
<u>14. Zapomnij o długach</u>	<u>33</u>
<u>15. Nie pokazuj im, że przeciekasz</u>	<u>35</u>
<u>16. Poślij mnie do diabła</u>	<u>37</u>
<u>17. "Zabierz" dziecku pieniądze</u>	<u>39</u>
<u>18. My home is my castle</u>	<u>42</u>
<u>19. Bierz przykład z plemników.</u>	<u>44</u>
<u>20. Siej nasionka.</u>	<u>46</u>
<u>21. Pobaw się a kuku.</u>	<u>47</u>
<u>22. Wyrzuć śmieci.</u>	<u>49</u>
<u>23. Odczaruj samotność.</u>	<u>51</u>
<u>24. Pogadaj ze swoim ochroniarzem.</u>	<u>53</u>
<u>25. Odrzuć kule.</u>	<u>56</u>
<u>26. Masz prawo.</u>	<u>58</u>
<u>27. Z tym, że nie na pewno.</u>	<u>59</u>
<u>28. Nikt nie bawi się tak dobrze, jak o tym pisze.</u>	<u>61</u>
<u>29. Nie bierz przykładu z pomidorówki.</u>	<u>63</u>
<u>30. Czy już jesteś ćpunem?</u>	<u>64</u>
<u>31. Tak miało być.</u>	<u>66</u>
<u>32. Strugaj wariata.</u>	<u>68</u>
<u>33. Zagoń stres do roboty.</u>	<u>70</u>
<u>34. Pomyłone pieniądze.</u>	<u>72</u>
<u>Podsumowanie</u>	<u>74</u>

Wstęp

Życie z długami jest bardzo trudne. Nikt, kto tego nie doświadczył, nie jest w stanie zrozumieć, lub choćby wyobrazić sobie codziennego strachu, jakiego doświadcza dłużnik.

Takie życie może przytłoczyć, wpędzić w ciężką depresję i już na zawsze pozbawić siły, radości i nadziei.

Jednak nie musi tak być. Istnieją sposoby, aby życie z długami było tak samo radosne i wartościowe, jak bez problemów finansowych.

Wiem to bo zaznałam i jednego i drugiego – najpierw przeżyłam piekło, a potem sama krok po kroku odkryłam drogę wyjścia.

Na początku chciałam nazwać ten poradnik "Psychoterapia dla ubogich", ponieważ wiem, że dokładnie tak opisałyby go wszelkiej maści autorytety od psychoterapii. Każdy z nich prychnąłby pogardliwie "ot, psychoterapia dla ubogich". Dlaczego więc nie miałabym ich uprzedzić i powiedzieć "tak, owszem, to poradnik dla osób, które potrzebują pomocy, a nie stać ich na długoletnią i kosztowną terapię".

Przez wiele lat musiałam sobie radzić sama. Bardzo potrzebowałam pomocy. Miałam szalejącą nerwicę i bardzo głęboką depresję. Rwałałam na sobie ubrania, rozwalalam zabawki mojej córki (na szczęście nie w jej obecności), rzucałam wszystkim, co miałam pod ręką.

Albo godzinami szlochałam. Był to szloch przechodzący w zawrodość, wycie - tak głębokie że aż bolesne. Miałam podrażnioną całą krtań. Codziennie myślałam o samobójstwie i wpadałam w jeszcze głębszą depresję, bo ze względu na córkę, nie wolno mi było tego robić.

Czułam się samotna, opuszczona, niekochana. Czułam się głupia, przegrana i pozbawiona wszelkich praw. Każdy mój krok okazywał się błędem, straciłam zaufanie do siebie. Nie miałam pojęcia jak się zachować - nie wierzyłam, że mogę coś zrobić dobrze. Brakowało mi schematów działania. Miałam wrażenie, że albo sytuacja jest bez wyjścia, albo ja jestem za głupia, żeby to wyjście zauważyć.

Nic dziwnego, że w takim stanie nie potrafiłam znaleźć sposobu na wyjście z długów. Potrzebowałam albo terapii, albo magicznych sztuczek, dzięki którym, wiedziałabym, jak się zachować w konkretnej sytuacji, jak się obronić, jak walczyć o siebie.

Z czasem zadziałał mój instynkt samozachowawczy i powoli sama zaczęłam tworzyć siebie na nowo. Na początku na siłę, sztucznie, wręcz czułam się z tym głupawo. Ale zadziałało. Wróciłam do żywych i mogłam stawić czoło problemom. Bez tych sztuczek nie podniosłabym się z kolan.

Niektóre z tych rad - ćwiczeń, wprowadziłam świadomie, a niektóre pojawiły się same i dopiero po jakimś czasie zdałam sobie sprawę, że to co nieświadomie robiłam, miało bardzo pozytywny skutek.

Z poradnika dowiesz się, jak przestać się bać windyktorów i komornika, jak budować pewność siebie, jak chronić siebie i Twoją rodzinę. Nauczysz się prostych tricków, które pozwolą Ci pozostać sobą i czerpać radość z życia.

Niektóre z tych rad mogą przeczyć temu, co usłyszysz na psychoterapii - i nie ma w tym nic złego. Długoterminowa terapia rządzi się innymi prawami niż tymczasowe środki zaradcze.

To wygląda trochę tak, jak łatanie dziury plastrem. Na dłuższą metę tak nie naprawiasz, ale gdy zalewa Ci dom, robisz wszystko, aby ograniczyć straty. Zanim przyjdzie specjalista, czyli hydraulik, zalepiasz dziurę plastrem.

Bardzo wierzę w terapię, zwłaszcza gdy mam do czynienia z dobrym terapeutą - a o takiego niestety nie jest łatwo. Każdemu, kogo na to stać, polecam profesjonalną pomoc. Depresja to bardzo ciężka i poważna choroba - nie wolno jej bagatelizować.

Zrób wszystko, aby było Cię stać na pomoc psychoterapeuty. A w między czasie poczytaj, jak sobie radziłam w czasach, gdy tonęłam w długach i nie miałam nawet na życie, a co dopiero na terapię. Sama podejmij decyzję, czy te kroki będą dla Ciebie dobre, bo ja nie mogę wziąć za to odpowiedzialności. Sprawdź, co do Ciebie przemawia, co Ci się podoba, co będzie dla Ciebie naturalne, a co budzi Twój opór.

Mam nadzieję, że moje doświadczenia, zawarte w tym ebooku, pomogą Ci nabrać swego rodzaju dystansu do długów, jako pewnego elementu życia, który mimo że nie sprawia radości, jest pewną częścią Twojej obecnej rzeczywistości. Coś jak sprzątanie, prasowanie, czy długie dojazdy do pracy - trudno się z tego cieszyć, ale przecież dorosły człowiek nie rujnuje swojego życia, aby na to narzekać.

Piszę ten tekst jakbym rozmawiała z przyjaciółką - do niej właśnie się zwracam. To jakby zapis moich wskazówek właśnie dla niej. Dlatego nie

obraż się Drogi Męski Czytelniku, że tym razem zwracam się do Ciebie w rodzaju żeńskim.

Wierzę, że ten poradnik jest brakującą częścią układanki, zaraz po poradniku "Jak wyjść z długów" i „Jak zarobić pieniądze”. To jest trzeci element - jak to wszystko wytrzymać. Trzeba działać na 3 polach: zarządzać długami, zarabiać pieniądze i zadbać o psychikę - bo to nasza psychika doprowadziła do długów i to psychika najbardziej z powodu długów cierpi.

Przygotowując kurs [ZA ROK BEZ DŁUGÓW](#) dokładnie wiedziałam, że psychika i zmiany w myśleniu są najważniejszą częścią procesu wychodzenia z długów. Uczestnicy kursu również to potwierdzają, ponieważ najwięcej próśb od nich dotyczy właśnie takiego wsparcia.

Mam nadzieję, że moje, zebrane tu doświadczenia, przyniosą Ci codzienną ulgę i dadzą siłę, potrzebną do odzyskania spokoju i stworzenia wspaniałego życia.

Życzę Ci tego i jestem całym sercem z Tobą, Droga Przyjaciółko (i Przyjacielu).

2. Zdradzaj tylko z gorącą laską

Miałam taki moment, gdy dawałam się pokonać depresji i leczyłam się oglądaniem seriali. Najczęściej był to serial komediowy "Przyjaciele". Mogłam oglądać (do tej pory mogę) kilkanaście razy ten sam odcinek. W końcu wojowniczką, która od zawsze we mnie mieszkała, zaproponowała: "hej, a gdyby tak zabawić się i w każdym odcinku znaleźć mądrość / radę / sposób na długi?".

Gra okazała się strzałem w dziesiątkę, ponieważ przestałam bezmyślnie gapić się w ekran, byłam czujna i szukałam perełek. A jak się szuka, to wiadomo, łatwiej znaleźć.

I tak na przykład już na zawsze w moim domu zagościła **zasada Joey'a** (jeden z 6 głównych bohaterów). Nie wiem, na ile znasz ten serial, więc opowiem Ci tę historię, jakbyś go nie oglądała. Jest taki moment, gdy będąca w ciąży Phoebe (1 z 6 głównych postaci) nabiera ogromnej ochoty na mięso, pomimo że jest wegetarianką. Zaczyna wcinać co jej się pod rękę nawinie i ma w związku z tym ogromne poczucie winy - zdradza w końcu swoje życiowe ideały. Joey - znany z podbojów seksualnych - powstrzymuje ją, mówiąc "**jeżeli już musisz zdradzać, rób to z naprawdę gorącą laską**" i wyjmuję z lodówki piękny, soczysty stek.

W naszym domu kierujemy się tą zasadą bardzo często. Na przykład wtedy, gdy po dłuższym okresie diety bezcukrowej pękamy i planujemy

wieczór ze słodyczami. Nie kupujemy wtedy byle czego, tylko jedziemy do naprawdę genialnej cukierni.

Jeśli leniuchujemy to świadomie i na całego, bez wyrzutów sumienia. Jeśli szalejemy - czyli wydajemy więcej niż zaplanowane - musi to być coś ekstra. Nie zadowolamy się byle czym.

Tobie też to radzę - Jeśli potrzebujesz poczuć, że nie jesteś niewolnikiem wierzycieli, niech to nie będą fajki, głupie gazety, czy sukienka, która nagle wpadła Ci w oko. Niech to będzie świadomie wybrane coś naprawdę ekstra - masaż relaksujący, czy świeża farba, bo odrosty widać już z kosmosu.

Gdy pracuję z uczestnikami kursu [ZA ROK BEZ DŁUGÓW](http://www.jakwyjsczdlugow.pl) i pomagam im znaleźć konieczne oszczędności w budżecie, często widzę małe lub większe kwoty, które uciekają na byle co. Na gazetkę dla dziecka, bo akurat była dodana jakaś tandetna zabawka, na szybką niezdrową przekąskę, czy czasem nawet jakieś witaminy, których nawet nie biorą, ale w gazecie pisali, że warto. Nie można sobie wszystkiego odmawiać – wiadomo – ale czy nie lepiej zebrać te wydane tu i tam drobne kwoty i pójść całą rodziną do kina?

Cieężko pracujesz, aby spłacić swoje długi i zabezpieczyć siebie i rodzinę. Jeśli więc uznasz, że należy Ci się nagroda, że tych 50, 100 złotych nie oddasz wierzycielowi, ale przeznaczysz na siebie – niech to będzie naprawdę coś wartego tej „zdrady”.

Jeśli zdradzasz - niech to będzie gorąca laska.

Z tą radą wiąże się następna.

4. Inwestuj w siebie

"Co?! Inwestuj? Przecież ja mam długi!".

Właśnie tak, inwestuj. I nie mam tu na myśli inwestycji w siebie jako zastrzyków z botoksu.

Jako dłużnik, a raczej jako dłużniczka, nie musisz stać się nagle biczownikiem i chłostać się ostro po plecach.

Dość długo nie chciałam się pogodzić z opinią różnych lekarzy, którzy diagnozowali u mnie depresję. Moja wewnętrzna siła, mój uparty charakter nie przyjmował depresji do wiadomości.

Pewnego dnia wpadły mi w ręce moje zdjęcia z czasów, gdy pracowałam w korporacji. Przez chwilę myślałam, że patrzę na zupełnie obcą kobietę.

Nie, nie chodzi o to, że ta na zdjęciu świetnie zarabiała i stać ją było na dobre ciuchy.

Chodzi o to, że ta kobieta ze zdjęcia codziennie myła głowę, malowała paznokcie i bardzo uważała na to, jak wygląda wychodząc z domu.

Tak naprawdę to był moment, kiedy zdałam sobie sprawę, że lekarze mają rację, mam depresję. Przestałam być dla siebie ważna. Przestałam poświęcać uwagę i czas samej sobie, uznałam, że nie są tego warte. Przestałam nawet patrzeć w lustro, bo nie podobało mi się to, co

widziałam.

Nie chodzi o brak świetnych ciuchów, czy kosmetyków. Chodzi o zrobienie najlepszego użytku z tego, co masz do dyspozycji: woda i szampon pozwalają codziennie umyć głowę (gdy tak jak ja musisz to robić codziennie, bo inaczej wyglądasz jak fleja). Zwykła mascara na rzęsach, lub lakier na paznokciach to dowód, że zależy Ci na tym, jak wyglądasz.

Dbanie o to, co ubierasz, jak wyglądasz. Przez parę lat nosiłam tylko dwie pary jeansów i kilka spranych koszulek bawełnianych - mimo że w szafie wisiały nawet fajne rzeczy. Nie patrzyłam czy seledynowy kolor t-shirtu pasuje do blado-bordowych spodni. Ważne, żeby były wyprane (ten jeden bastion nie padł pomimo depresji).

Złapałam się na tym, że przestało mi przeszkadzać, iż odwożę córkę do szkoły a mam od 3 dni nie mytą głowę. Teraz bardzo się tego wstydzę, bo wiem, że to jak wyglądałam miało wpływ na to, jak ona była postrzegana. Aż cud, że nikt nie wezwał do mnie opieki społecznej.

Inwestuj w siebie to, co możesz, a jeśli nie masz nic, zawsze pozostaje Ci... czas i uwaga. Ofiaruj sobie uwagę, poświęcaj samej sobie czas. Jesteś ważna, nie odpuszczaj, nie przegap momentu, w którym będzie Ci obojętnie jak wyglądasz.

I nie chodzi też tylko o wygląd. Daj sobie prawo do relaksu, do radości, do spotkań z fajnymi ludźmi, do czytania pięknych książek. Inwestuj w siebie tyle, ile tylko możesz.

5. Małe kwoty są najważniejsze

Mam nadzieję, że do tej pory zaufałaś mi na tyle, aby nie pukać się w głowę czytając o tym, że małe kwoty są najważniejsze.

Jeśli Twoje długi wynoszą kilka, kilkanaście lub kilkadziesiąt tysięcy, 17 złotych będzie dla wierzyciela kroplą w morzu potrzeb. Oczywiście jeśli wpłacisz je na konto wierzyciela, będzie to dowód na Twoją dobrą wolę, ale znacząco nie zmieni kwoty długu.

Za 17 złotych możesz kupić ciekawe kursy - na przykład na temat promocji firmy na Facebooku, zarabiania na blogu, czy zarabiania w sieci. Internet pełen jest darmowej wiedzy, a jeśli wyczerpiesz możliwości nauki z darmowych materiałów, za naprawdę niewielkie pieniądze możesz kupić kurs, na którym ktoś krok po kroku nauczy Cię nowego zawodu, pomoże podnieść Twoje kompetencje, lub powie Ci jak skutecznie sprzedawać Twoje produkty. To również idealny sposób na wyuczenie nowego zawodu i stworzenie dodatkowego dochodu.

Na dłuższą metę wierzyciel zyska na tym bardziej niż na drobnym przelewie.

Jeśli masz nadwyżkę w postaci 17 złotych, nie pędź z nimi do komornika, nie kupuj za nie fajek czy "Twojego stylu". Znajdź fajny kurs i zdobądź nowe kwalifikacje.

Jeśli nauczysz się dobrze lokować małe kwoty, dużo lepiej pójdzie Ci z większymi - to taki trening na sucho.

7. Pozbaw ich władzy

Z mojego i moich czytelników doświadczenia wiem, że gdy wpadasz w długi, egzekwujący zaczynają się zachowywać tak, jakbyś nagle przestała mieć jakiekolwiek prawa obywatelskie. Czujesz to w głosie dzwoniących, w ich tonie, w słowach, które dobierają.

Gdy jesteś wypłacalnym klientem banku, słyszysz słodki głosik, który ma Cię zapewnić, że nic nie jest ważniejsze od Twojego szczęścia. Ale niech tylko noga Ci się powinie, od razu każdy, nawet dłubiący podczas rozmowy w nosie, początkujący windykator, czuje że jest od Ciebie lepszy. Nawet przysłowiowa Pani Monika, która nawet nie jest doświadczonym windykatorem, po prostu czyta z kartki to, czego uczą na szkoleniu. Jej nie interesuje, co masz do powiedzenia. Ona ma tylko dwie opcje: wydusić z Ciebie obietnicę spłaty, lub dać Ci odczuć, że oto Twoje życie zamieni się w jeszcze gorszy koszmar, bo powiedziałaś, że "naprawdę, przysięgam, niech mi pani wierzy, nie mam".

Przestań ich "zbyttnio" szanować. Szanuj na tyle, na ile trzeba szanować żywą istotę, ale nie płaszcz się przed nimi. Jeżeli nie rozumieją, lub nie słuchają, co do nich mówisz, trudno.

Pytaj dzwoniących "Jak Pani / Pan ma na imię?" a potem zwracaj się do nich po imieniu.

Bądź tą, która kończy rozmowę. Mów "wydaje mi się, że mówimy w kółko o tym samym, nie mogę zaproponować nic ponadto, co przed chwilą

powiedziałam, gdy tylko sytuacja się zmieni, niezwłocznie państwa poinformuję, miłego dnia, do usłyszenia".

Działaj z pozycji siły.

Rozsądny windykator uzna Twoją siłę jako gwarancję spłaty długów. Nierozsądny... cóż, pozostanie nierozsądny bez względu na to, czy będziesz go całować po rękach (lub innej części ciała) czy nie.

Tak naprawdę nie dotyczy to tylko windykatorów.

Zauważyłaś, że w naszej kulturze przyjęte jest mówienie "panie doktorze, panie dyrektorze, pani magister, pani profesor".

A gdyby tak lekarz, do którego chodzimy był po prostu panem Andrzejem?

A dyrektorka w szkole naszego dziecka panią Krystyną? Prezes w firmie panem Zbigniewem?

Od tego się zaczyna, tytuły mają nam wskazywać nasze miejsce, ale poza przyjętym zwyczajem nie istnieje żadne uzasadnienie, aby rozmawiając z lekarzem zwracać się do niego per panie doktorze. Ludziom imponuje siła.

Nie stawiaj nikogo ponad sobą.

8. Rozmówki, wydanie kieszonkowe

Nie uważasz, że to trochę nie fair, że windyktor, zanim odbędzie pięciominutową rozmowę z Tobą, uczy się godzinami, co i jak mówić, a potem najczęściej i tak ma jakiś skrypt z tekstami na każdą okazję?

Nie sądzisz, że należy wyrównać Wasze szanse?

A jeśli Ty również przygotujesz sobie taki skrypt?

Jeszcze długo dzwoniący telefon będzie wywoływał w Tobie pewne emocje, dlatego warto, abyś się nauczyła paru kategorycznych zwrotów, żeby się nie zastanawiać, co powiedzieć, jak przedstawić swoje stanowisko.

Nie myśl sobie, że ci, którzy dzwonią są pozbawieni uczuć. O nie, wielu z nich naprawdę jest poruszonych naszymi historiami i problemami. Właśnie dlatego uczy się ich konkretnych odpowiedzi, aby nie dali się ponieść emocjom i nie posłuchali, co im podpowiada serce, tylko mówili wyuczonymi tekstami.

Gdy zaczynamy naszą przygodę z windyktorami, wydaje nam się, że po drugiej stronie siedzi osoba, która ma kodeksy prawne w małym paluszku, a na dodatek jest to osoba, która jednym słowem może wywrócić nasze życie do góry nogami.

Prawda wygląda zupełnie inaczej, to po prostu ludzie, którzy są lepiej przygotowani do rozmowy.

Zainterесuj się tematem negocjacji, asertywności i stwórz swój własny słowniczek.

Kilka przykładów podałam w rozdziale "Pozbaw ich władzy", czyli np. pytanie "Jak ma Pan / Pani na imię?". Nawet gdy dzwoniący się przedstawia, imię i nazwisko najczęściej nam umyka. Warto wtedy dopytać o imię i zacząć rozmowę w stylu "Pani Renato, jak już Państwu pisałam w moim piśmie z dnia....".

Jest to oczywiście pewne spoufalanie się, ale hej, oni wiedzą o nas wszystko (z datą urodzenia włącznie), więc nie ma w tym bezpośrednim zwrocie nic złego, za to ustawia rozmówców w równorzędnej pozycji wobec siebie.

Pamiętaj, nie chodzi o to, abyś kogoś obrażała, tylko o równe szansę, abyś nie wkopała się w przysięgi i tłumaczenia, bo to nie tylko Ci nie pomoże, ale sprawi że stracisz wiarygodność.

Czy ktoś, kto błaga i płacze do słuchawki, kto płacze się w wyjaśnieniach zdoła nagle stanąć na nogi i spłacić dług?

*Bądź stanowcza, a zrobisz wrażenie osoby silnej
i godnej zaufania.*

DARMOWY FRAGMENT

Podsumowanie

Muszę przyznać, że nawet nieźle się bawiłam przy pisaniu tego ebooka. To daje mi ogromną nadzieję, że wszystkie te rady i sztuczki przyniosą Ci ulgę i uwolnią Cię od strachu, smutku i braku nadziei. Bardzo chciałabym Ci zwrócić Twoje życie, przekonać Cię, że masz prawo być sobą, śmiać się, kochać, planować i bawić. Twoje życie cały czas trwa. Nie odwieszaj go na czas wychodzenia z długów, nie rób sobie przerwy. Ta chwila, ta godzina, ten dzień, miesiąc i rok – już nigdy się nie powtórzą.

Ludzie muszą stawiać czoła różnym tragediom, przy których długi są dziecinną zabawą. To część życia. NASZEGO życia. Być może sąsiad ma fajny samochód, ale czy na pewno zamieniłabyś się z nim w 100% miejscami? Czy jednak podoba Ci się Twoje ciało, nie zrezygnowałabyś ze swojego dziecka, kochasz swoją rodzinę.

Twoje życie jest wspaniałe dlatego, że jest Twoje. Zrób wszystko, nawet najbardziej wariacką rzecz, żeby pozostać sobą i nie oddać nawet jednej chwili swego życia obcym ludziom, oddając im władzę do odebrania Ci radości i poczucia, że jesteś kimś wyjątkowym.

Kiedy tylko możesz, śmiej się i kochaj, kochaj, kochaj!

Iwona Wendel, Kwiecień, 2017