



# BYĆ KOBIETĄ

SPOJRZENIE DOJRZAŁEGO MĘŻCZYZNY

*Tak niewiele potrzeba zmienić w sobie,  
by Świat stał się wspaniały dla mnie, a ja – dla Świata.*

**BOGDAN WAWRZYŃCZYK**

# BYĆ KOBIEȚĄ

[Kup książkę](#)



**BOGDAN WAWRZYŃCZYK**

# **BYĆ KOBIEȚĄ**

**SPOJRZENIE DOJRZAŁEGO MĘŻCZYZNY**

## **Być kobietą. Spojrzenie dojrzałego mężczyzny**

Copyright by Bogdan Wawrzyńczyk  
Printed in Poland, 2020

Autor: Bogdan Wawrzyńczyk

Wydanie I  
Warszawa, 2020

ISBN 978-83-957003-1-6

Projekt okładki, ilustracje: Agnieszka Winiarska  
Projekt typograficzny i skład: Barbara Wrzos, Graphito.pl  
Asysta: Joanna Wilk, Karolina Juskowiak  
Korekta: Aleksandra Madej

Wydawca:  
Wydawnictwo autorskie BBW  
e-mail: [bbwexpo@wp.pl](mailto:bbwexpo@wp.pl)  
[facebook.com/bogdan.wawrzynczyk](https://facebook.com/bogdan.wawrzynczyk)



[Kup książkę](#)

*Z kłód, które rzucają nam pod nogi,  
można wiele zbudować.*

Johann Wolfgang von Goethe

*Tak niewiele potrzeba zmienić w sobie,  
by świat stał się wspaniały dla mnie,  
a ja – dla Świata.*

# PRZEDMOWA

Drogie Czytelniczki, oddaję do Waszych rąk, umysłów i serc – przede wszystkim serc, najbardziej subiektywną książkę, jaką do tej pory mogliście przeczytać.

Zebrałem tu efekty wieloletnich obserwacji, dociekań, doświadczeń oraz informacje z setek artykułów i książek traktujących o życiu, poczynawszy od starożytnych Indii, aż do kultury europejskiej, mądrości narodów Ameryki Południowej i Północnej oraz rosyjskiej Syberii. Mędrcy tego świata, bez względu na szerokość geograficzną i epokę, mówili i mówią o podstawowym celu istnienia człowieka na Ziemi, którym jest Miłość – kochająca życzliwość oparta na szacunku do siebie, do każdej innej istoty oraz Matki Natury.

**CELEM tej książki i zawartych w niej odpowiedzi  
jest budowanie harmonii wewnątrz nas samych, w relacjach  
z innymi oraz światem przyrody.**

Wiesz, że jesteś Najważniejszą Osobą dla siebie i świata? I to z wielu powodów. To Ty możesz dać i często już dałaś nowe życie, to Ty karmisz dziecko i troszczysz się o życie i zdrowie rodziny. To również Ty masz największy wpływ na swój związek, małżeństwo oraz atmosferę we własnym domu, a – przede wszystkim – Ty możesz kreować własne życie, by stało się radością i szczęściem dla Ciebie, najbliższych oraz środowiska, w który funkcjonujesz.

Ale to również Ty możesz niszczyć życie swoje i najbliższych oraz przyczyniać się do degradacji tego świata.

Wielowiekowe starania wielu odważnych ludzi doprowadziły do stanu prawnego, w którym człowiek (zarówno kobieta jak i mężczyzna), jego godność i honor, stały się naczelną i niezbywalną wartością. W roku 2018 minęło 70 lat od proklamowania Karty Praw i Godności Człowieka

i to bez względu na płeć. A w historii bywało z tym różnie. I tak, w niepodległej Polsce w 1918 roku proklamowano prawa wyborcze kobiet, a np. w Szwajcarii stało się to dopiero w 1969 roku. Zrównanie praw kobiet i mężczyzn w XX wieku zapoczątkowało nową erę w świadomości kobiet na całym świecie. To nowe zjawisko ma ogromny wpływ na rozwój społeczeństw, szczególnie po II Wojnie Światowej. W ten sposób pojawiła się nowa wartość – „człowiek” oraz zakończyło, przynajmniej oficjalnie – niewolnictwo. Bez wątpienia jest to największe osiągnięcie ludzkości na przestrzeni ostatnich 3000 lat.

Dzisiaj żyjemy w świecie zdominowanym przez media i politykę, które narzucają nam, co i jak myśleć, czyniąc z nas *de facto* „bioroboty” pozbawione refleksji i pozbawiające wolności wyboru innych. Wygląda to na powrót niewolnictwa. Najgroźniejsza jest jednak rozbudzana do granic wytrzymałości planety konsumpcja, pociągająca za sobą nierówności społeczne, zanieczyszczenie środowiska, wzrost lęku, zmianę modelu społecznego oraz promocję nowych postaw i zachowań, na które często nie jesteśmy gotowi.

Cywilizacja globalna jest nastawiona na rozwój konsumpcji dóbr materialnych, a nie budowę świadomości i podnoszenie duchowej jakości życia człowieka, co sprawia, że przestajesz się liczyć i zaczynasz być traktowana jak bezmyślna maszynka do pochłaniania wszelkiej konsumpcyjnej materii. Coś o tym wiedzą szefowie agencji reklamowych, którzy 70% swoich kampanii kierują właśnie do... kobiet.

Ostatnie 30 lat w Polsce przyniosło nowe masowe zjawiska – rozwoły młodych małżeństw, coś, co praktycznie nie występowało w latach 50 i 60. XX wieku. Dzisiaj to lawina. Co drugie małżeństwo rozpada się po 3-7 latach. Kolejne dzieci wychowywane przez samotne matki, a już co drugie w Polsce znajduje się w takiej sytuacji. Upadek dobrych obyczajów, wulgarny język obecny w mediach i na ulicy, zanik sąsiedzkich relacji, chłopcy wychowywani na bezradne panienki i krzykliwe dziewczynki, a wokół samotność w tłumie.

Czy zmiany następują tylko na zewnątrz, czy również w nas?

**Zadajmy sobie pytanie, czy dobrobyt cywilizacji Zachodu prowadzi do powstawania nowego, przyjaznego i serdecznego człowieka, żyjącego w harmonii z samym sobą, drugim człowiekiem i przyrodą?**

I czy Ty czujesz się szczęśliwa i potrafisz dawać radość i uśmiech innym? A czy przypadkiem nie jest tak, że zaczynasz czuć się coraz bardziej osamotniona, załęczniona i niepewna przyszłości?

Zawsze warto zadawać sobie pytania o drogę, którą narzuca nam współczesna cywilizacja.

Ta książka jest o tym, że tak niewiele potrzeba, by podnieść jakość swojego życia, sięgać po szczęście, dobre relacje i harmonię oraz o tym, że w Twoim dorosłym Życiu tak wiele zależy od Ciebie, a przede wszystkim od tego, jak Ty będziesz rozwijała swoją świadomość i tworzyła własną rzeczywistość.

Jednak, by tak było, potrzebna jest Twoja odwaga, odpowiedzialność za własne postępowanie, polegająca na kreowaniu dobrych wzorców i tworzeniu serdecznej atmosfery.

Twoja kobieca intuicja i skrywana, wewnętrzna mądrość wiele podpowiadają. Warto do nich sięgnąć. Osiągniesz to jednak dopiero wtedy, gdy odizolujesz się od medialnego, religijnego, politycznego i społecznego nacisku.

I chwila refleksji:

*/.../Utraciliśmy Raj, a tym samym równowagę. Sami tak zdecydowaliśmy. Utraciliśmy Raj, ale w konsekwencji staliśmy się Stwórcami – ludźmi. Możemy własną wolą decydować o swych wyborach, życiu, zaczęliśmy stwarzać siebie i swoją rzeczywistość. Od tej chwili życie zaczęło toczyć się według naszych własnych wyobrażeń. Odrzuciliśmy wzorzec Boskiej szczęśliwości i ruszyliśmy własną drogą. I tak od setek pokoleń idziemy w cierpieniu i trudzie, skamląc o miłość, akceptację, czułość, wątpiąc, czy aby na pewno Bóg istnieje, a jeśli istnieje, to czy jest Miłością. Byliśmy pełni dumy i niepokory, przekonani, że na Ziemi człowiek jest Panem i może ustalać nowe reguły kierując się prawem silniejszego.*

Anna Ciesielska, „Filozofia Życia”



# WSTĘP

„BYĆ” czy „Mieć”?

To nurtujące ludzkość pytanie jest właśnie powodem napisania tej książki. Na naszych oczach wydarza się planetarna katastrofa ideologii „Mieć” opartej na „bogu pieniądzu”. Ludzkość koncentruje swoją uwagę na posiadaniu coraz większej ilości niepotrzebnych rzeczy, które rzekomo mają dać człowiekowi szczęście.

A tak nie jest. Bowiem istotą ludzkiego istnienia jest miłość – kochająca życzliwość oparta na szacunku i ciepłych relacjach z sobą i otaczającym światem.

Wbrew tytułowi nie jest to książka kierowana tylko do Pań. Lekturę polecam również Panom z życzeniem, by stawali się wrażliwymi „wojownikami”, troszczącymi się o swoje kobiety i potomstwo.

Książka składa się z wybranych tematów, które dotyczą różnorodnych aspektów naszego i Twojego życia, dotykając trzech podstawowych obszarów ludzkiej egzystencji – relacji: „JA – JA”, „JA – MY”, i „JA- ŚWIAT”.

**Nasze życie na „wodnej planecie” to przede wszystkim relacje międzyludzkie.**

Przychodzimy na świat w określonym środowisku rodzinnym, uczymy się porozumiewać z drugim człowiekiem za pomocą gestów i słów, naśladujemy dane nam wzorce zachowań. Funkcjonujemy od najmłodszych lat w środowisku rodziny, przedszkola, szkoły, by w wieku dorosłym, samodzielnie funkcjonować w społeczeństwie.

Ogromny wpływ na nasz rozwój i poziom życia duchowego ma cywilizacja, która bezwzględnie narzuca nam nowe wzorce postaw, zachowań i konsumpcji, już ewidentnie zagrażającej życiu na Ziemi. Tylko, czy moje „Ja” ma tego świadomość?

Zatraciliśmy perspektywę spojrzenia na przyszłość, którą jeszcze posiadały minione pokolenia, myślące o przyszłości swoich dzieci i wnuków. Onegdaj dziadek kupował drewno dębowe, składał w jeziorze, by wnuk mógł za 80 lat wyciągnąć doskonałej jakości budulec na meble – *vide* słynne szafy gdańskie. Dzisiaj babcia myśli, że kocha wnuka, bo nosi za nim tornister do szkoły, tworząc osobowość narcystyczną pozbawioną empatii i jakiegokolwiek szacunku do innych. A ten młodzieniec będzie tworzył przyszłe życie, nasze życie. Gdy jesteś matką, warto się głęboko zastanowić nad tym, kogo tworzysz. Problem stał się już tak nurtujący, że nawet media podjęły się promocji hasła: „Matko, nie rozpieszczaj swojego syna”.

W książce tematy są ujęte tak, by można było je czytać wybiórczo i wracać do zagadnień, które nas zainteresowały, a które gdzieś zagubiliśmy, zapomnieliśmy, a może nie mieliśmy świadomości, jak ważne są dla jakości naszego/Twojego życia.

Ta książka to – przede wszystkim – odpowiedź, by uwierzyć we własne możliwości i nie bać się podejmowania decyzji dla tworzenia świadomego życia w harmonii z samą sobą, innymi i światem Natury.

Zapraszam serdecznie w podróż po Świecie wartości, jaką jesteś przede wszystkim... Ty sama.

**Twoje ŻYCIE – Twoje wybory – Twoje decyzje – Twoje działania – Twoja Odpowiedzialność za własne życie i szczęście, które przynależy odważnym ludziom.**

*Według tolteckiej tradycji do odkrycia naszej prawdziwej natury, na którą składają się szczęście, wolność i miłość, niezbędne jest udoskonalanie trzech podstawowych umiejętności.*

*Pierwszą z nich jest Mistrzostwo Świadomości. Sztuka ta naucza nas, jak być świadomym tego, kim się jest naprawdę. Świadomość jest pierwszym stopniem do wolności, bo nie możemy być wolni, jeśli nie wiemy, jacy jesteśmy, lub jakiej wolności poszukujemy.*

*Drugą umiejętnością jest Mistrzostwo Transformacji (dokonywania zmian – przypis Autora), która naucza, jak stać się duchowym rycerzem*

*i śledzić nasze działania, abyśmy mogli wyswobodzić się z wiedzy, która nas krępuje. Ta sztuka pokazuje nam, jak zmienić sen naszego życia, zmieniając zawarte układy i wpojone nam przekonania.*

*Mistrzostwo Miłości jest wynikiem dwóch pierwszych umiejętności. Według Tolteków<sup>1</sup> wszystko zostało stworzone z Miłości.*

*Miłość jest Życiem. Kiedy udoskonalamy Miłość, jednoczymy się z Duchem Życia, które nas przenika. Już nie jesteśmy ani ciałem, ani umysłem, ani duszą lecz Miłością, a wtedy każde nasze działanie jest wyrazem Miłości.*

*Doskonaląc Świadomość, Transformację i Miłość, odzyskujemy naszą boskość i jednoczymy się z Bogiem.*

Don Miguel Ruiz, „Ścieżka Miłości”

---

<sup>1</sup> Toltekowie – pradawny naród zamieszkujący tereny Ameryki Południowej, szanowany przez inne ludy za swoją mądrość i sztukę życia. Po podboju Ameryki przez Hiszpanów, został zdziesiątkowany i uległ rozproszaniu. Jednak przetrwała filozofia toltecka, której jednymi z najwybitniejszych przedstawicieli dzisiaj są Don Miguel Ruiz i jego syn, Don Miguel Ruiz Jr. oraz szamani żyjący w zgodzie z Naturą.

*/.../Każdy z nas ma tylko jedno Życie,  
którego nie wolno zmarnować, zgubić.  
Życie jest cudem i darem.*

Andrzej Jankowski

# PORANEK

## PORANNA POBUDKA TO TWOJE CODZIENNE NARODZINY

---

Początek dnia jest niezmiernie ważny. Nastrój, w który się wprawiasz i który stworzysz, będzie Ci towarzyszył przez cały dzień, czyniąc go przyjaznym i pięknym lub wrogim i pełnym negatywnych emocji.

Znamy takie powiedzenie: „wstał lewą nogą”. Mówiąc szczerze, to jego sprawa i niekoniecznie ma to być problem dla wszystkich w jego otoczeniu. Nadmierne EGO i narcyzm lubią epatować swoim istnieniem, jednak warto pokłonić się Życiu i pamiętać, że są także inni na tym świecie.

Codziennie rano:

1. Bądź wdzięczna – podziękuj za to, że tu jesteś i mogłaś się obudzić.
2. Daj uśmiech sobie i światu.
3. Obdaruj siebie i wszystkich radością.
4. Serdecznie przywitaj się ze wszystkimi.
5. Nigdy nie okazuj nikomu wrogości i – broń Boże – nie KRZYCZ na nikogo (krzyk jest zawsze aktem agresji)!

**I dzień staje się wspaniały.**



**NAJWAŻNIEJSZY DZIEŃ W ŻYCIU – DZISIAJ**  
**(Wczoraj już było (i nie wróci), a jutro – dopiero nastąpi lub... nie)**

PS. Jeszcze jedno: Jeżeli chcesz dobrze zacząć dzień, proszę, nie włączaj żadnych wiadomości, w których dominują katastroficzne, tragiczne, i promujące agresję informacje. Zaoszczędzisz na abonamencie i własnym zdrowiu. Jeżeli tylko możesz, rozkoszuj się ciszą, która uspakaja umysł.

Zadbaj również o to, by zagwarantować członkom Twojej rodziny komfort intymności, po prostu nie wchodź do pokoju córki lub syna bez pukania. Taki drobiazg, a wszystko zmienia.

**Twoje pozytywne nastawienie o poranku,  
będzie zaraźliwe dla wszystkich.**

ŻYCIE  
TO SIŁA.  
IDZIE TAM,  
DOKĄD JĄ SKIERUJESZ

# O AUTORZE



BOGDAN WAWRZYŃCZYK

Filozof, pedagog, wykładowca, mówca motywacyjny, edukator.

Studia: Wyższa Szkoła Pedagogiki w Bydgoszczy, Uniwersytet Warszawski, Francuski Instytut Zarządzania i Marketingu w Warszawie.

Pokaz siły z jakim spotkał się w latach 80-tych, zaowocowały napisaniem pracy pt. „Postawa humanistyczna człowieka”, czym pragnął zwrócić uwagę na najcenniejsze wartości ludzkiego życia, a przede wszystkim relacji międzyludzkich opartych na szacunku i zrozumieniu.

Karierę naukową rozpoczął w Warszawie, w zakładzie dydaktyki medycznej w Centrum Medycznym Kształcenia Podyplomowego, jako asystent naukowy, tam też pogłębiał wiedzę z zakresu medycyny akademickiej. Następnie podjął pracę jako pedagog – wychowawca, redaktor, dyrektor marketingu, przedsiębiorca, lobbysta – promotor gospodarczy, edukator, animator kultury, promotor Polski, wykładowca i szkoleniowiec.

Poznał bardzo wiele środowisk. Mieszkał w 37 miejscach w Polsce i za granicą – Szwajcarii, Francji, Niemczech i USA.

Poznał osobiście kilkanaście tysięcy osób, co dzisiaj owocuje (w połączeniu z nauką akademicką) wiedzą na temat człowieka i jego relacji z samym sobą, drugim człowiekiem i przyrodą.

Zajmował się promocją gospodarczą, zorganizował 10 kongresów i konferencji ogólnopolskich przedsiębiorców, wydając w tym czasie 4 książki z zakresu estetyki i wzornictwa.

Przez ostatnich dziesięć lat podróżował po Polsce. Osobiście odwiedził ponad 1000 miejscowości, czego efektem było zorganizowanie 22 autorских wystaw plenerowych pt. „Polska NAJ” oraz napisanie dwóch książek o Polsce.

Praktycznie od czasów studiów jest... powiernikiem i doradcą kobiet, które dzielą się z nim swoimi życiowymi doświadczeniami i problemami.

Prowadzi wykłady motywacyjne i gabinet porad z zakresu rozwoju świadomości, relacji międzyludzkich, erologii związku i doradztwa życiowego. Autor ponad 200 artykułów i 7 książek. Swoim życiem potwierdza wyznawane wartości.

# SPIS TREŚCI

|                                                            |  |    |
|------------------------------------------------------------|--|----|
| Podziękowania                                              |  | 5  |
| Przedmowa                                                  |  | 9  |
| Wstęp                                                      |  | 13 |
| Woda, Planeta, Ziemia, Natura, Ojczyzna, Gleba, a nawet... |  |    |
| Firma są rodzaju żeńskiego                                 |  | 17 |
| Kim jestem? Istota i sens życia                            |  | 19 |
| Kobiecość. Ciepło-Wdzięk-Uroda-Elegancja-Seksapil          |  | 21 |
| Dlaczego jestem taka ważna dla siebie i świata?            |  | 23 |
| W dorosłym życiu (prawie) wszystko „leży w moich rękach”   |  | 25 |
| Wyobrażenie a rzeczywistość                                |  | 27 |
| Energia                                                    |  | 30 |
| Umysł / Myśli                                              |  | 33 |
| Słowa                                                      |  | 35 |
| Intencje i ich wpływ na relacje z innymi                   |  | 39 |
| Twoja postawa wobec świata oparta na miłości               |  | 41 |
| Uważność                                                   |  | 43 |
| Działanie                                                  |  | 46 |
| Twoja Misja na Ziemi                                       |  | 48 |
| Życiowe role                                               |  | 50 |
| Ludzie nie zmieniają się, jednak ja mogę zmieniać siebie   |  | 52 |
| Poranek. Poranna pobudka to Twoje codzienne narodziny      |  | 55 |
| Zdrowie                                                    |  | 58 |
| Woda                                                       |  | 64 |
| Higiena osobista                                           |  | 65 |
| Kosmetyki                                                  |  | 67 |
| Czas                                                       |  | 69 |
| Moda i jej wpływ na Twoje                                  |  | 71 |
| Sukienka – atrybut kobiecości i zdrowia                    |  | 74 |
| Wpływ otoczenia na Ciebie                                  |  | 78 |
| Media i ich przemożny wpływ na nasze życie                 |  | 80 |
| Relacje międzyludzkie – podstawa naszej egzystencji        |  | 84 |

|                                                           |  |     |
|-----------------------------------------------------------|--|-----|
| Powitanie i wszystko jasne                                |  | 88  |
| Strach. Lęk. Nienawiść – filary naszego samounicestwienia |  | 90  |
| Samotność                                                 |  | 94  |
| Miłość – kochająca życzliwość                             |  | 97  |
| Akt miłosny – zbliżenie czy tylko Seks?                   |  | 100 |
| Związek                                                   |  | 102 |
| Małżeństwo, Rodzina, Dom                                  |  | 106 |
| Rozwód                                                    |  | 110 |
| Macierzyństwo                                             |  | 112 |
| Dom rodzinny – w nim wszystko się zaczyna                 |  | 114 |
| Wychowanie dzieci                                         |  | 117 |
| Zwierzęta w domu                                          |  | 119 |
| Edukacja                                                  |  | 122 |
| Twoje miejsce narodzin                                    |  | 124 |
| Praca                                                     |  | 126 |
| Buduj, nigdy nie niszcz!                                  |  | 128 |
| Zadbaj o Matkę Naturę i Naturalny Porządek Rzeczy         |  | 130 |
| Cywilizacja globalna i jej wpływ na Ciebie i Twoje Życie  |  | 133 |
| Gospodarka i Ty???                                        |  | 136 |
| Co warto robić w Życiu?                                   |  | 138 |
| Czego nie warto robić w swoim życiu?                      |  | 139 |
| Co Ci najbardziej przeszkadza w życiu                     |  | 141 |
| Czego potrzebuje mężczyzna?                               |  | 143 |
| Pochodzenie słowa „Kobieta”                               |  | 147 |
| Sukces                                                    |  | 151 |
| Te słowa dedykuję... mężczyznom                           |  | 153 |
| Myśli zebrane                                             |  | 155 |
|                                                           |  |     |
| Bibliografia – wybrane pozycje                            |  | 157 |
| Internet – YouTube                                        |  | 159 |
| Informacja o autorze                                      |  | 161 |
| Spis treści                                               |  | 163 |
| Zamiast zakończenia                                       |  | 165 |

# ZAMIAST ZAKOŃCZENIA

Ta książka nie ma zakończenia, za to może być początkiem Twojego nowego życia.

Doskonale zdaję sobie sprawę z tego, iż spotkają nas w życiu sprawy trudne, przykre, niosące ból.

Przez całe życie słyszę od wielu osób, że trzeba płacić rachunki, chodzić do pracy, ludzie są niedobrzy, świat jest okropny itp. Narzekania, które – nie bójmy się tego przyznać – wynikają z nas samych. Kiedy jednak otworzymy oczy, dostrzeżemy rzeczy wspaniałe i fenomenalne, a najcudowniejsze jest to, że dane jest nam przeżyć na planecie Ziemia tę piękną podróż, zwaną Życiem. To jednak zależy od nas samych, naszego nastawienia, własnej pracy, samodoskonalenia się i dawania radości sobie samym i innym. Pomimo wielu utrudnień cywilizacyjno-społecznych możemy znaleźć upragnioną radość istnienia, którą nosimy w sobie. Niezbędny jest jednak wysiłek, by ją wydobyć, praca nad sobą i podejmowanie nowych decyzji. A to wymaga odwagi i siły.

Niestety, globalny świat i cywilizacja Zachodu zmierzają w kierunku zniszczenia podstaw naszej egzystencji oraz człowieka. Brzmi mało optymistycznie, jednak warto przetrzeć oczy i obudzić się. Najwyższy czas na dokonywanie głębokich zmian w nas samych i społeczeństwie. Żaden inny gatunek, tylko właśnie *Homo Sapiens* (do dzisiaj nie rozumiem skąd wzięło się to – „sapiens”?!), dokonuje rzeczy absolutnie niezrozumiałych, w imię kapitalistycznej ideologii, której celem jest tylko zysk! I gdzie tu miejsce na człowieka i jego radość istnienia?

Nie funkcjonujemy sami w przestrzeni, są obok nas inni ludzie, cywilizacja i ginąca Natura, od której odgradzamy się wysokim murem. Dlatego proponuję wejrzeć w siebie, spojrzeć na własną egzystencję i zastanowić się: kim jestem i co robię?!

A zacząć możesz w każdej chwili, bowiem jesteśmy wyposażeni w doskonałe instrumenty, które dane są nam po to, by tworzyć pełne radości, zdrowia i harmonii nasze, własne Życie.

Miłość – to budowanie, a nie niszczenie, warto o tym zawsze pamiętać.

I jeszcze jedno:

**DZISIAJ jest najważniejszy dzień  
w Twoim i naszym życiu, bo istnieje tylko... dziś.**

Uczyń go przyjaznym. Zacznij od „Poranka”.

Instrukcja obsługi książki.

1. Wybierz interesujący Cię temat.
2. Przejrzyj, zastanów się i pomyśl o swoim życiu.
3. Zacznij lekturę od rozdziału „Poranek”.
4. I zacznij Życ.



*Myślę, że kobiety są niemądre, udając, że są równe mężczyznom. Są znacznie lepsze i zawsze były.*

*Cokolwiek dasz kobiecie, ona to powiększy. Jeśli podasz jej nasienie, da ci dziecko. Jeśli dasz jej mieszkanie, ona da ci dom. Jeśli dasz jej artykuły spożywcze, da ci posiłek. Jeśli się uśmiechniesz, da ci swoje serce. Pomnaża i powiększa to, co jest jej dane. Więc jeśli dasz jej bzdury, przygotuj się na tonę gówna.*

William Golding (1911–1993)  
brytyjski pisarz i poeta

Mędracy tego świata, bez względu na szerokość geograficzną i epokę, mówili i mówią o podstawowym celu istnienia człowieka na Ziemi, którym jest Miłość – kochająca życzliwość oparta na szacunku do siebie, do każdej innej istoty oraz Matki Natury.

**CELEM tej książki i zawartych w niej  
podpowiedzi jest budowanie harmonii  
wewnątrz nas samych, w relacjach  
z innymi oraz światem przyrody.**

Wiesz, że jesteś Najważniejszą Osobą dla siebie i świata? I to z wielu powodów. To Ty możesz dać i często już dałaś nowe życie, to Ty karmisz dziecko, troszczysz się o życie i zdrowie rodziny. To również Ty masz największy wpływ na swój związek, małżeństwo oraz atmosferę we własnym domu, a – przede wszystkim – Ty możesz kreować własne życie, by stało się radością i szczęściem dla Ciebie, najbliższych oraz środowiska, w którym funkcjonujesz.