

# Spis treści

Przedmowa.....	5
----------------	---

## NIE PRZEGAPIĆ ŻYCIA

Zamiast wstępu.....	11
Zerknięcie w przyszłość.....	13
Trud rozeznawania.....	17
O nic się (zbyt) nie martwcie.....	21
Życie w trybie makro.....	25
Spojrzenia pełne wiary.....	29
Obserwować żabę.....	33
Czym się karmię?.....	37
Poruszenia i znaki Bożej obecności.....	43
Moi przyjaciele w niebie.....	49

Jakie życie, taka starość.....	53
Kamienie w ogrodzie .....	57
Mapa życia.....	61
Pozbyć się lęku .....	67
Ludzkie zwierciadła.....	71
Sakrament chwili obecnej.....	77
Listy do nieba.....	83
Modlitwy niewysłuchane?.....	89
Rozumieć się bez słów .....	95
Sztuka świętowania .....	101
„Dzieci wasze nie są dziećmi waszymi” .....	105
„Temu zaś, który działającą w nas mocą...” .....	111

JUŻ DZIŚ MOŻE BYĆ LEPIEJ — ZACHĘTY  
DLA MAŁŻEŃSTW (I NIE TYLKO)

Przymknij oczy .....	117
Małżeński GPS .....	121
Różaniec zamiast randki.....	125
Doskonałość niechciana .....	129
Co się stało?.....	133
Erozja jedności.....	137
Najważniejszy dzień.....	141
Przecież się staram .....	145
Smutna słabość .....	149
Zagubione marzenia .....	153
Zgubne zwątpienie .....	157
Słodkie jarzmo .....	161

Celebrowanie życia.....	165
Usuń filtry.....	169
Wspierać i doceniać .....	173
Czuć się „u siebie”?.....	177
Właściwa perspektywa.....	181
Uciążliwe nawyki.....	185
Wiesz, co się liczy .....	189
Zadbać o siebie .....	193
A ty co wolisz?.....	197
Dziecko w nas .....	201
Kocham nas!.....	205
Małżeństwo a rodzicielstwo .....	209
Błędne koło.....	213
Wytyczyć granice.....	217
Moc błogosławieństwa.....	221
Sztuka małżeństwa .....	225

#### PRZEKRACZAJ SIEBIE I STAWAJ SIĘ SOBĄ

Zamiast wstępu.....	231
Optimist.....	233
Boże inspiracje.....	237
Mam tę moc .....	243
Pięćset kilometrów? .....	249
„Pacimy, babuś” .....	255
Lusterko wsteczne .....	259
W ramionach Ojca .....	263
Mentalna szafa .....	267

Odroczona gratyfikacja.....	273
Przeklęty mąż.....	279
Nie skundleć.....	285
Skarby samopoznania .....	289
Biały ogród .....	295
<i>Vitis Cascade</i> .....	301