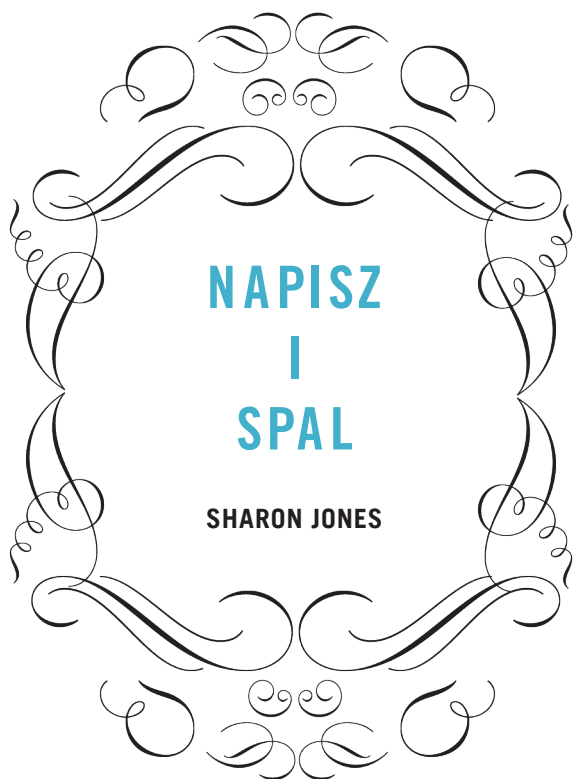








TLUMACZENIE AGATA WRÓBEL

## **Długopis pozwoli ci powiedzieć więcej niż klawiatura**

Styl pisma – podobnie jak głos albo odcisk palca czy stopy – jest czymś w pełni indywidualnym. Równie wiele mówi o nas jednak nie tylko to, JAK piszemy, ale także W JAKIM CELU sięgamy po kartkę i długopis. Pisanie jest sposobem na wyrażenie siebie.

W czasach, gdy każda informacja i zdjęcie momentalnie obiegają internet, warto doceniać urok jednorazowości. Czy sądzisz, że twoje dzieci albo wnuki będą się kiedyś przekopywać przez stos twoich starych postów na Facebooku?

Wyjdź poza wirtualną rzeczywistość – było nie było, tylko w realnym świecie możemy poczuć się w pełni sobą. Weź długopis i zostaw po sobie coś niepowtarzalnego. Coś, co przetrwa próbę czasu.

## KILKA SŁÓW WSTĘPU

---

Właśnie stoisz przed szansą, żeby zmierzyć się z najważniejszymi życiowymi pytaniami.

Gdzie jesteś dzisiaj? Jak wyglądała twoja droga do tego miejsca? Co jeszcze przed tobą?

Książka, którą trzymasz w rękach, roi się od ekscytujących ćwiczeń, eksperymentów myślowych i dociekliwych pytań – a wszystkie one dotyczą najbardziej zajmującego tematu na świecie: ciebie.

Możesz podejść do swoich zapisków na pełnym luzie albo ze śmiertelną powagą. Albo jedno i drugie. Wybór należy do ciebie.

Ale kiedy dotrzesz już do końca, pamiętaj: zakop ten dziennik głęboko pod ziemią, schowaj, zamknij na klucz... albo spal.

---

W świecie opętanym manią dzielenia się z innymi  
każdym najdrobniejszym szczegółem życia  
zachęcam cię do pójścia pod prąd: ten jeden raz  
zostaw wszystko dla siebie.



# TA KSIĄŻKA JEST O TOBIE

---

Oto twój sekretny dziennik – czarne *dossier*, ukryte przed niepowołanymi oczami. Przestrzeń, w której możesz wyrzucić z siebie wszystko, co leży ci na wątrobie, nie przejmując się zdaniem otoczenia. W której nie musisz nikogo udawać.

To wywiad rzeka z samym sobą, rewolucyjny eksperyment z tobą w roli obiektu i finałowego rezultatu.

W dorosłym życiu nieustannie próbujemy się przypodobać innym. Zapomnij o nich na chwilę. Zrób sobie kawę, usiądź przy świetle lampki, otwórz tę książkę i daj się porwać przygodzie.

Niektóre elementy są luźno powiązane z resztą – jak fusy z herbaty, które układają się w przypadkowy wzór na dnie kubka; inne krok po kroku poprowadzą cię ścieżką samopoznania.

Czas zagrać z samym sobą w „prawdę czy wyzwanie”. Czy zdobędziesz się na szczerość, kiedy nikt nie patrzy?

# ŚLUBOWANIE



Nie rozpoczynaj, dopóki nie odważysz się być w pełni sobą. To nie jest zwykła książka. Nie możesz jej tak po prostu otworzyć i beztrudnie zatopić się w lekturze. Zapomnij. To droga dla wtajemniczonych.

Zanim postawisz pierwszy krok – jak głupiec z kart Tarota, który stoi nad przepaścią – zatrzymaj się na chwilę i uważnie wyczytaj w Trzy Święte Zasady:

- BĘDĘ NIEZMORDOWANIE I Z BRUTALNĄ SZCZEROŚCIĄ ODPOWIADAĆ NA WSZYSTKIE PYTANIA.
- NIE ZAWAHAM SIĘ ZDAĆ NA MAGICZNĄ MOC PRZYPADKU, ŻEBY ZNALEŹĆ ĆWICZENIE, KTÓRE NAJLEPIEJ KORESPONDUJE Z MOIM OBECNYM STANEM WEWNĘTRZNYM.
- DOTRĘ W KAŻDY ZAKAMAREK MOJEGO MENTALNEGO LABIRYNTU I NIE COFNĘ SIĘ PRZED OTWARCIEM ŻADNYCH DRZWI.

Jeśli przyrzekasz dzielnie kroczyć po szlachetnej ścieżce prawdy i samopoznania, witaj w klubie! Przepisz ręcznie słowa przysięgi:

Niniejszym ślubuję wierność Trzem Świętym Zasadom.

---

Możesz zaczynać. Nie trać wiary, a na początek na chybił trafił wybierz stronę (czy raczej daj się wybrać).





**NAPISZ I SPAL**



# PRAWDA



*Nie ukryjesz się przed prawdą,  
ale prawda może ukryć się przed tobą.*

Jak głosi znany bon mot, artyści posługują się kłamstwem, by powiedzieć prawdę. Tej ostatniej nie sposób jednak oddać w pełni słowami, zwłaszcza jeśli człowiek pisze sam o sobie.

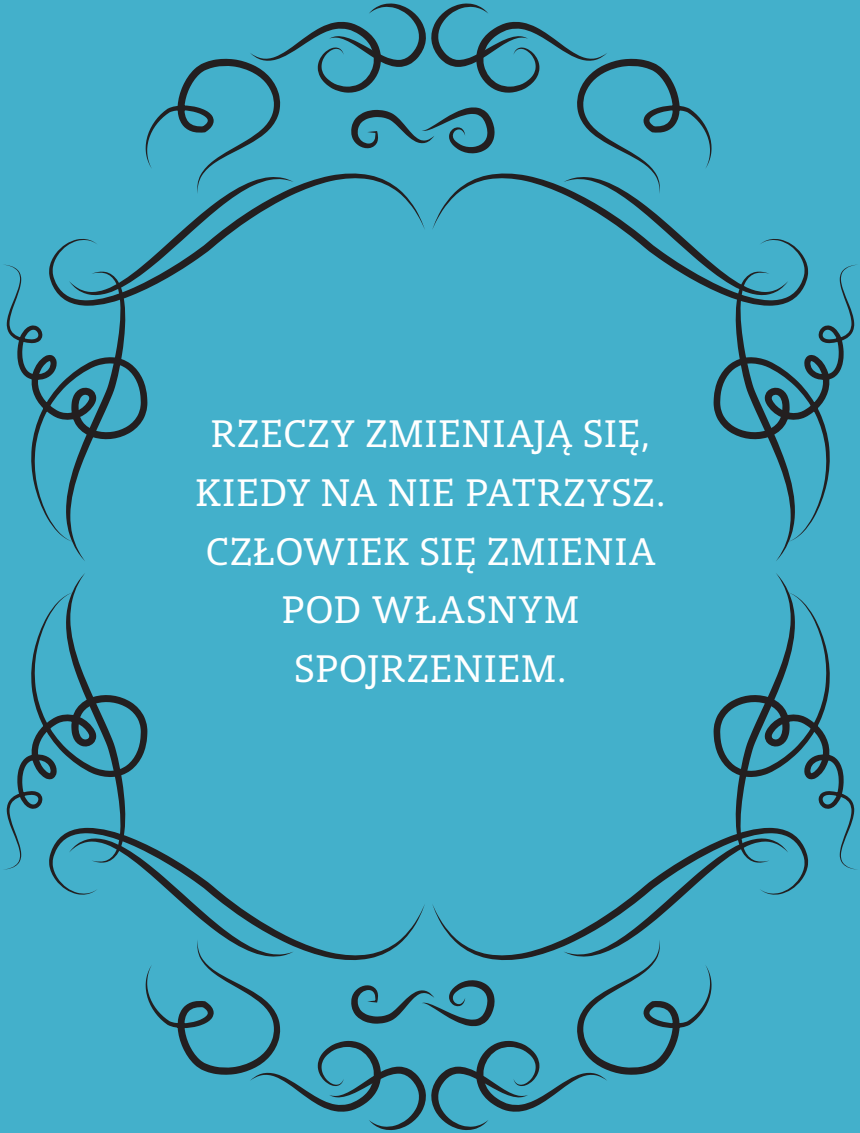
Czasem kłamstwo polega na przemilczeniu czegoś. Czasem na przekręceniu jakiegoś faktu. W każdej historii jest element fikcji, bo opowieść jest czymś innym niż samo doświadczenie – między chwilą a słowem istnieje przepaść nie do zasypania.

Na jaki poziom szczerości potrafisz się zdobyć? Jak się czujesz, mówiąc prawdę?

I kluczowa kwestia – co widzisz, a co ci umyka, kiedy patrzysz sam/sama na siebie?

Bez względu na to, do czego posłuży ci ta książka, odpowiadając na pytania, uczciwie wsłuchaj się w swój wewnętrzny głos.

To jedyny sposób, żeby ustrzec się przed kłamstwem.



RZECZY ZMIENIAJĄ SIĘ,  
KIEDY NA NIE PATRZYSZ.  
CZŁOWIEK SIĘ ZMIENIA  
POD WŁASNYM  
SPOJRZENIEM.

**WCZORAJ**



# PRZESZŁOŚĆ

Nie jesteś w stanie zmienić tego, co wydarzyło się w twoim życiu, ale obraz przeszłości, który przechowujesz w głowie, bez przerwy ewoluuje. Za każdym razem, kiedy wspominasz minione doświadczenia, widzisz je w nowym świetle.

Wszyscy mamy skłonność do „przepisywania” historii swojego życia na potrzeby doraźnych celów. A gdyby zrobić coś odwrotnego? Poszukać w niej nowych wątków, które wywrócą do góry nogami twój stosunek do teraźniejszości?

W tej grze zasady ustala tylko jedna osoba. Ty.

Do dzieła.

---

Moje najwcześniejsze wspomnienie:

---

W dzieciństwie chciałem/chciałam zostać...

---

Kiedy myślę o przeszłości, najbardziej tęsknię za...



---

Moje dzieciństwo określone jednym słowem to:

---

Mój pokój był obwieszony plakatami...

---

Najbardziej poruszający gest dobroci, który zawsze będę mieć w pamięci:

---

Postacie historyczne, które podziwiam:

## NAJPIĘKNIEJSZY PIERWSZY RAZ



*Każdy „pierwszy raz” przetacza się  
przez nasze życie jak trzęsienie ziemi,  
bezpowrotnie odmieniając  
mentalny krajobraz.*

*Te niezdarne, choć emocjonujące inicjacje  
umacniają nas i formują jako ludzi.*

*Na własne nieszczęście zbyt często  
tudzimy się jednak, że to, co pierwsze,  
będzie trwało wiecznie.*

# MOJE POCZĄTKI



Pierwsza przyjaźń: .....

Pierwsza miłość: .....

Pierwsza kupiona kasetka/płyta CD: .....

Pierwsze zagraniczne wakacje: .....

Pierwsza praca: .....

Pierwszy samochód: .....

Pierwszy koncert: .....

Pierwsza szkoła: .....

Pierwszy pocałunek: .....

Pierwszy nauczyciel: .....

Pierwsze doświadczenie z alkoholem: .....

Kiedy ostatni raz robiłeś/robiłaś coś po raz pierwszy?

.....

## PODRÓŻ W PRZESZŁOŚĆ



*Wybierz się na przechadzkę  
po ogrodzie wspomnień,  
zanurz we mgle  
na wpót zapomnianych dni,  
wstuchaj w melodię  
starych dobrych czasów...*

# PODRÓŻ W PRZESZŁOŚĆ



---

Ukochana muzyka z dzieciństwa:

---

Pierwsza rzecz kupiona za własne pieniądze:

---

Początek mojej dorosłości:

---

Osoba, która wywarła największy wpływ na moje życie:

---

Człowiek, którego kochałem/kochałam jak nikogo innego:

---

Największe życiowe wyzwanie:

---

Co chciałbym/chciałabym zmienić, jeśli można byłoby przeżyć życie na nowo:



## MIĘDZYNARODOWY BESTSELLER

*Ta książka sprawiła, że śmiałam się i płakałam,  
napełniła mnie radością i zainspirowała.*

**Camryn Banks, tiktokerka**

**Zatrzymaj się na chwilę i odpowiedz sobie na pytania:**  
Jak się teraz czujesz? Jak stałaś się tym, kim jesteś? Dokąd  
zmierzasz? Co się stanie, gdy osiągniesz swój cel?

W świecie, gdzie Facebook, Instagram czy TikTok zachęcają  
do dzielenia się wszystkim ku uciesze tłumu, ta książka pro-  
ponuje ci coś zupełnie innego. Przy niej możesz być szczerą  
do bólu i pisać, pisać, pisać... tylko dla siebie. Znajdziesz tu  
porady i pytania, które pozwolą ci dotrzeć do twojego wnętrza  
i odkryć prawdziwą siebie. A kiedy skończysz, możesz  
tę książkę głęboko schować... albo spalić.

Nikt nie przeczyta tego, co napisałaś. Nikt nie dowie się,  
jaka jesteś naprawdę. Nikt cię nie oceni.



**CZY JESTEŚ GOTOWA  
OPowiedzieć SOBIE NAJBARDZIEJ SZCZERĄ  
HISTORIĘ SWOJEGO ŻYCIA?**



  
WYDAWNICTWO  
OTWARTE

ISBN 978-83-8135-085-3



9 788381 350853

Cena detali 39,99 zł

