

POSKRAMIANIE SWOJEGO GREMLINA®



Zdumiewająco prosta metoda,
by samemu sobie zejść z drogi

RICK CARSON



Książka Ricka Carsona, przedstawiająca słynną Metodę Poskramiania Gremlina™, nie jest po prostu kolejnym zbiorem życiowych porad, zaś tytułowy *gremlin* – tkwiący w każdym z nas – nie jest po prostu twoim wewnętrznym krytykiem, z którym masz podjąć walkę. Gremlin jest kimś więcej. Towarzyszy ci w każdej chwili życia: mówi ci, kim jesteś i jak się czujesz, stale podstępnie narzuca ci interpretację każdego twojego przeżycia. Raz występuje jako twój wróg, innym razem jako najlepszy przyjaciel; czasem pozwoli ci na radość, ale najczęściej będzie cię pogrążał w smutku i pustce. Z gremlinem nie wolno walczyć, ani nawet się kłócić, bowiem to właśnie wzmacnia owego potwora umysłu. Pomimo tego, pomimo całego gremlinowego sprytu, Rick Carson od kilkadziesiąt lat tysiącom

ludzi pomaga skutecznie przechytrzyć – *poskromić* – własnego gremlina, odkrywać życie na nowo, doceniać je coraz bardziej każdego dnia i naprawdę się nim cieszyć.

Metoda Carsona, choć dotyka najgłębszych pokładów naszego jestestwa, jest wesoła i lekka, w przystępny sposób traktuje najtrudniejsze problemy, a przede wszystkim jest niebywale skuteczna. Proponuje radykalne ulepszenie życia, co zapewne wymaga odrobiny wysiłku, nie wymaga natomiast wysilania się. Przeczytaj książkę Ricka Carsona, a będziesz zdumiony, jak wiele może zmienić już samo czytanie. Metodę Poskramiania Gremlina™ stworzono dla Ciebie, byś wreszcie rozkwitł, tak jak na to zasługujesz.



KOS

Wydawnictwo KOS

www.kos.com.pl

tel. 032 258 40 45