

TURINYS

Pratarmė antrajam Sauliaus Pečiulio knygos leidimui.....	5
Pratarmė. Dr. Arūnas Germanavičius.....	7
1. Įvadas: Tu esi tikras stebuklas.....	11
2. Ar tikrai įmanoma sėkmė? Didelė sėkmė? Labai didelė sėkmė?.....	16
3. Fragmentai iš asmeninės ligos istorijos.....	28
4. Kas yra „normalu“ ir kas yra „nenormalu“? Kur prasideda psichikos liga?.....	50
5. Su kokiomis sunkinančiomis aplinkybėmis tenka susidurti?.....	53
6. Meilė, tikėjimas ir viltis - pagrindiniai raktai į sėkmę.....	57
7. Pirmą paslaptis: Tavo problema daug kam turi būti paslaptis.....	66
8. Antra paslaptis: Tavo kūrybiškumas gali pateisinti bet kokią „stogo nuvažiavimą“.....	69
9. Trečia paslaptis: Tavo atsakomybės jausmas yra pagrindinė vertybė, vedanti į gerus santykius su aplinkiniais.....	71
10. Ketvirta paslaptis: jeigu Tavo originalumas yra kai kam nepriimtinas - tiesiog vaidink „normalų“, užsidėk „normalumo“ kaukę.....	74
11. Penkta paslaptis: reikia mokytis iš klaidų ir stengtis eiti pirmyn - ne degradavimo, o asmenybės tobulėjimo keliu.....	77
12. Šešta paslaptis: alcheminė transformacija - kaip paversti savo „trūkumus“ savo pranašumais?.....	81
13. Septinta paslaptis: naudok specialias psichotechnikas sėkmei užtikrinti.....	87
14. Aštunta paslaptis: nieko nekaltink ir dėkok Dievui (ar likimui) už visa gera, ką turi savo gyvenime.....	90

15. Devinta paslaptis: savipagalba - reikia ne tik naudotis psichinės sveikatos priežiūros sistema, bet ir aktyviai dalyvauti joje padedant kitiems likimo draugams.....	95
16. Dešimta paslaptis: gyvenimas yra spektaklis - visas problemas priimk lengvai ir su humoro jausmu.....	99
17. Svarbiausios išvados.....	103
18. Vietoje pabaigos: psichiatrija reformų kelyje.....	106
Vertėjo baigiamasis žodis.....	114
Padėkos.....	116