

pieprz to i żyj pełnią życia!

# f\*\*k it!

Oto jest odpowiedź!



*John C. Parkin, Gaia Pollini*

Tytuł oryginału: F\*\*k it is the Answer

Tłumaczenie: Zbigniew Waśko

ISBN: 978-83-283-2727-6

Copyright © 2014 by John C. Parkin and Gaia Pollini

Originally published in 2014 by Hay House (UK) Ltd

Interior images: 229, 231, 233, 240 © Gaia Pollini; 234 – 35,  
238 © Michelangelo Gratton/Getty Images; 236 – 37 © Shutterstock

All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any information storage retrieval system, without permission from the Publisher.

Polish edition copyright © 2017 by Helion SA

All rights reserved.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Wszystkie znaki występujące w tekście są zastrzeżonymi znakami firmowymi bądź towarowymi ich właścicieli.

Autor oraz Wydawnictwo HELION dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz Wydawnictwo HELION nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Drogi Czytelniku!

Jeżeli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj pod adres

<http://sensus.pl/user/opinie/fitoto>

Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

Wydawnictwo HELION

ul. Kościuszki 1c, 44-100 GLIWICE

tel. 32 231 22 19, 32 230 98 63

e-mail: [sensus@sensus.pl](mailto:sensus@sensus.pl)

WWW: <http://sensus.pl> (księgarnia internetowa, katalog książek)

Printed in Poland.

- [Kup książkę](#)
- [Poleć książkę](#)
- [Oceń książkę](#)

- [Księgarnia internetowa](#)
- [Lubię to! » Nasza społeczność](#)

 do przyjaciela.



Pieprzyć to. Tak byśmy to ujęli.  
Jesteś uroczy dokładnie taki, jaki jesteś.  
No dobra, a jakie było pytanie?

O tak, ko

# ochnanie.



Tu mówią



Bóg ■ Zostaw to mnie.



Poczuj pulsującą w Tobie siłę życia.

I co teraz?





# PROGRAM PARTNERSKI

GRUPY WYDAWNICZEJ HELION

- 
- A central image showing four hands, two from the top and two from the bottom, holding four interlocking puzzle pieces. Three pieces are olive green, and one piece at the bottom right is red. The hands are positioned as if they are about to assemble the pieces.
1. ZAREJESTRUJ SIĘ
  2. PREZENTUJ KSIĄŻKI
  3. ZBIERAJ PROWIZJĘ

Zmień swoją stronę WWW  
w działający bankomat!

**Dowiedz się więcej i dołącz już dzisiaj!**

<http://program-partnerski.helion.pl>

GRUPA WYDAWNICZA

 **Helion SA**

## Nabierz dystansu do ważnych i nieważnych wyborów życiowych!

- Czy mogę zjeść to ciastko?
- Czy muszę ubrać się elegancko?
- Czy moi dzisiejsi goście nie zostali ostatnio weganami?
- Czy mam pojechać do Meksyku, a może na Islandię?
- Czy uda mi się znaleźć czas na spotkanie z przyjaciółmi?

Liczba pytań, na które musimy odpowiedzieć sobie każdego dnia, wszystkich nas przyprawia o zawrót głowy, a niektórych nawet o nerwicę i rozstrój żołądka. Każde działanie poddajemy analizie, jakby chodziło co najmniej o życie, a nie o drobiazgi niewarte większej uwagi. Jeśli przygnębia Cię konieczność ustawicznego podejmowania decyzji „tak” lub „nie”, ułatw sobie życie i... **pieprz to!**

Filozofia **pieprz to!** pozwala ukoić skołataną nerwy, przestać przejmować się ciągłymi wyborami i zająć się tym, co naprawdę ważne. Ta książka jest zaś skarbnicą odpowiedzi na pytania, które dreczą Cię każdego dnia. Ułóż się wygodnie, weź ją do ręki i otwórz w dowolnym miejscu. Znajdziesz tam odpowiedź, która na pewno pomoże Ci rozwikłać problem, choć niekoniecznie tak, jak sobie to wyobrażasz. Złap dystans do siebie i swoich problemów i zobacz, co proponują Ci John i Gaia. To w końcu eksperci, którzy w swoim własnym życiu praktykują **pieprz to!** z fantastycznym skutkiem!

Zdaj się na los, poczuj magię przypadkowej odpowiedzi, która uwolni Twoje najgłębsze, ukryte pragnienia. Twoje — nie ciotki, żony, męża, szefa czy sprzedawcy samochodów. A jeśli nie będziesz zadowolony z tego, co przeczytasz... cóż... **zrelaksuj się i pieprz to!**


**John C. Parkin i Gaia Pollini** powiedzieli „pieprzyć to” swoim posadom w londyńskich mediach i przenieśli się do Włoch, gdzie zostali terapeutami prowadzącymi własny ośrodek odnowy duchowej. Nauczyli już tysiące ludzi, jak się mniej przejmować, i spędzają życie głównie na upowszechnianiu filozofii **pieprz to!** w formie spotkań, muzyki, kursów internetowych, a nawet czekolady o nazwie „Pieprz to!”.

Osobowość Odnowa

 sensus

 Księgarnia internetowa:  
<http://sensus.pl>

 Zamówienia telefoniczne:  
**0 801 339900**

 **0 601 339900**

Sprawdź najnowsze promocje:  
● <http://sensus.pl/promocje>  
Książki najchętniej czytane:  
● <http://sensus.pl/bestsellery>  
Zamów informacje o nowościach:  
● <http://sensus.pl/nowosci>

Hellon SA  
ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice  
tel.: 32 230 98 63  
e-mail: [sensus@sensus.pl](mailto:sensus@sensus.pl)  
<http://sensus.pl>

