



**Magiczny
Kraków**

Wygraj książkę z Wydawnictwa Literackiego!

2025-09-17

Szczęście samo nie przyjdzie. Ale możesz mu wyjść naprzeciw.

Dostrzeżenie w sobie szczęścia to proces. Na początku tej drogi są emocje i zachowania, które blokują jego doświadczanie: gniew, złość, wstyd, poczucie winy, krytykanctwo, narzekanie... Na końcu – pozytywne mechanizmy, dzięki którym możemy spojrzeć na życie zupełnie inaczej. To akceptacja, wdzięczność, zaufanie, przebaczenie, radość i śmiech.

Ewa Woydyłło, ceniona psycholożka i terapeutka, oddaje w nasze ręce instrukcję obsługi szczęścia – konkretną i zwięzłą, odnoszącą się do codziennych sytuacji, a także błędów, które popełniamy. To najbardziej intymna z książek autorki – dzieląc się własnymi historiami, pokazuje źródła, z których sama czerpie energię i poczucie szczęścia.

„Gorliwie agituję do szczęścia nie z hedonistycznych pobudek, tylko humanistycznych. Powiem oczywistość: szczęśliwym się po prostu lepiej żyje, szczęśliwi lepiej pracują, weselej odpoczywają, piękniej kochają. Nie wywołują wojen i nie mordują. Ludzie szczęśliwi nie nienawidzą, więc też nie krzywdzą. I sobie też nie szkodzą. Same plusy. Krótko mówiąc, szczęście się opłaca”. (fragment książki)

KONKURS

Mamy dla Was konkurs! Nagrodą jest kilka egzemplarzy książki „najlepszego! Jak dbać o własne szczęście”. Wystarczy odpowiedzieć na pytanie: czym dla Ciebie jest szczęście? Odpowiedzi ślijcie na adres: konkurs.mk@um.krakow.pl do niedzieli, 21 września, do godz. 20.00. Do zgłoszenia należy dopisać formułę: „Akceptuję regulamin konkursu oraz zapoznałem się z Obowiązkiem Administratora o przetwarzaniu danych osobowych”. W tytule maila napiszcie: WYDAWNICTWO LITERACKIE. Zwycięzców o nagrodzie poinformujemy indywidualnie. Książki odbierzecie osobiście, w Urzędzie Miasta Krakowa.

- [**Informacja administratora o przetwarzaniu danych osobowych**](#)