

# TURINYS

ĮVADAS 11

PRADŽIA

Mano kelionė į žiemos šalį 21

PIRMA DALIS

## Žiema kaip vertybė

1. Na taip, o ko tikėjotės? 47
2. Leisiu sau pagulėti 66
3. Kaip pažvelgsi, tą ir pamatysi 97
4. Dėmesio – žodžiai 125

ANTRA DALIS

## Ypatingų potyrių metas

5. Žiemiškos nuotaikos 151
6. Vakarai, šviesos ir ritualai 181

TREČIA DALIS

**Netūnokite namuose**

7. Ne cukrinis, neištirpsi 207  
8. Vonios, prakaitas ir ledinis vanduo 240  
9. Duokit kelią! 267

EPILOGAS

**Išsaugokime žiemą** 292

PADĖKOS 300

ŠALTINIAI IR PASTABOS 307

NORINTIEMS SUŽINOTI DAUGIAU 322