

Содержание

Благодарности.....	5
Предисловие.....	7
Предисловие. Увлекательный поиск чудес внутри себя.....	11
Введение. встречаемся с негативными ожиданиями и решаемся заглянуть внутрь.....	15
Внутренний театр. Акт I. Заглянем внутрь.....	21
Антракт. Вырваться из эмоциональной тюрьмы.....	39
Акт II. Кто главный?.....	45
Что мы узнали? Осознание частей своей личности – первый шаг к ответственности за свою жизнь.....	53
Колесо ресурсов. Ваши тело, ум, чувства, ощущения, взаимодействия, душа, контекст и планетарные части и их отношения друг с другом.....	57
Готовность рисковать. Шаг в неизвестность навстречу новым возможностям.....	63
Знаменитые лица. Лица знаменитостей внутри вас.....	69
Карусель. Изучение наших собственных лиц.....	75
Кто из них вы? У вас множество самых разных лиц, но вы – это вы.....	81
Вы – живой мобиль. Свобода и баланс частей личности создают гармонию.....	89
Рисуем свою дорожную карту. Учимся исследовать свои ре- шения, пути и новые возможности и наслаждаться ими.....	97