

Содержание

Введение	11
АКТ ПЕРВЫЙ. КАК ПРИДАТЬ ЖИЗНИ СМЫСЛ	15
1. Жертва, злодей, герой и проводник: четыре роли, которые мы играем в жизни	17
2. Герой признает свою силу действовать	37
3. Герой выбирает жизнь, наполненную смыслом	53
4. Элементы для трансформации	79
5. Герой знает, чего он хочет	92
6. Утренний ритуал: как направить вашу историю в нужное русло	112
АКТ ВТОРОЙ. СОЗДАЙТЕ СВОЙ ПЛАН ЖИЗНИ	121
7. Прощальная речь, чтобы оглянуться на всю свою жизнь	124
8. В хорошей прощальной речи рассказывается, кого и что любил герой	140
9. Хорошая прощальная речь помогает сделать историю увлекательной	158

СОДЕРЖАНИЕ

10. Напишите прощальную речь самому себе	174
11. Определите долгосрочные и краткосрочные планы	188
12. Герой добивается результата	210
13. Ежедневник героя на задании	222
14. Самая важная роль	239
15. История всегда продолжается	252
АКТ ТРЕТИЙ. ВАШ ПЛАН ЖИЗНИ И ЕЖЕДНЕВНИК ...	259