

Оглавление

Предисловие к трилогии.	8
КНИГА, КОТОРОЙ НЕТ	
Предисловие	16
ЧАСТЬ I. ИГРА В ЖИЗНЬ.	21
Глава 1. Реалии.	22
Мечтать, но не иметь	25
Что наша жизнь?	26
Глава 2. Вы недовольны	32
Как мы хотели...	33
Как есть (мы перестали говорить «нет»)	36
Как будет (меньше разговоров)	39
Глава 3. Теория, которой нет.	41
Призма	43
Семьдесят баллов не у каждого	44
ЧАСТЬ II. «ТЕОРИЯ, КОТОРОЙ НЕТ» В ДЕЙСТВИИ	47
Глава 4. Мана	48
Глава 5. Эхо.	54

ЧАСТЬ III. НАСТРОЙКА ПРИЗМЫ	61
Глава 6. Десять параметров и семьдесят очков	62
Глава 7. Ответственность	69
Глава 8. Решимость	74
Глава 9. Социальный метаболизм	80
Глава 10. Азарт	86
Глава 11. Харизма	92
Глава 12. Реакция	98
Глава 13. Фокусировка	104
Глава 14. Обучаемость	109
Глава 15. Выносливость	116
Глава 16. Трезвость	121
Глава 17. Что с этим всем делать?	127

ДРУГАЯ КНИГА, КОТОРОЙ НЕТ

Введение	134
Глава 1. Пять сегментов саморазвития	140
Наследие	150
Деньги	159
Образование	172
Здоровье	185
Семья	196
Глава 2. Десять способов увеличения потока маны	208
Секс	208

Влюбленность	210
Красота	212
Ощущение гармонии с самим собой	215
Новые впечатления	216
Движение со скоростью «один новый навык в год»	220
Бескорыстные поступки	222
Поиск и использование правильной музыки	225
Работа с ментором	229
Увеличение времени на отдых	233
Глава 3. Десять инструментов сокращения расхода маны	237
Не берите потребительские кредиты	237
Выполняйте обещания	241
Избавьтесь от прокрастинации	243
Выбирайте правильные продукты питания	247
Уменьшите количество спиртного	249
Уменьшите время серфинга в Интернете	253
Избавьтесь от сомнений в собственной исключительности	255
Измените свое окружение	258
Берите жизнь в ручное управление и откажитесь от автопилота	263
Увеличьте физические нагрузки	266
Спасибо, что дочитали до конца	270

ТРЕТЬЯ КНИГА, КОТОРОЙ НЕТ

Введение	273
Величайшая проблема поколения	274

Я приветствую будущего «нового вас»	276
Эхо — реакция мира на ваши действия	278
 ЧАСТЬ I. ВОПРОСЫ ПРО ТО, ЧТО УЖЕ СЛУЧИЛОСЬ	281
Вопрос № 1. Какой навык я освоил?	284
Вопрос № 2. От какой вредной привычки я отказался?	292
Вопрос № 3. В каком новом интересном месте я побывал?	298
Вопрос № 4. С какими интересными людьми я познакомился?	307
Вопрос № 5. Что я сделал для реализации своей миссии? (+ большой поступок)	317
 ЧАСТЬ II. ВОПРОСЫ ПРО ТО, ЧТО ПРОИСХОДИТ СЕЙЧАС	325
Вопрос № 6. Что мне говорит ощущение момента «здесь и сейчас»?	326
Вопрос № 7. Как я могу стать продуктивнее уже сейчас?	336
Вопрос № 8. Какая цель в настоящее время мотивирует меня двигаться вперед?	343
Вопрос № 9. Кому я помогаю в достижении цели (кому отдаю)?	349
Вопрос № 10. Чем я недоволен на данный момент больше всего?	353
 ЧАСТЬ III. ВОПРОСЫ ПРО ТО, ЧТО БУДЕТ ВПЕРЕДИ	361
Вопрос № 11. Требуют ли корректировки мои цели и миссия?	363
Вопрос № 12. Какие мне нужны результаты?	368
Вопрос № 13. Какая у меня карта приоритетов?	376

Вопрос № 14. Что должно быть в моем инструментарии?	385
Вопрос № 15. Какие у меня будут элементы преображения? . . .	393
Последний вопрос: чем я сейчас отличаюсь от «НОВОГО СЕБЯ?»	398
Заключение	404
Отзывы	405
Как со мной связаться	405
Что дальше?	405
Послесловие	406
Ответы на вопросы читателей	407
Послесловие к трилогии	441