

1575301

ЕРІК ГРЕЙТЕНС

СТІЙКІСТЬ

ТЯЖКО
ВИБОРЕНА
МУДРІСТЬ

ДЛЯ
ЛІПШОГО
ЖИТТЯ

ВИДАВНИЦТВО

ФАБУЛА
#PRO

Ерік Грейтенс, у минулому «морський котик», написав свою книжку насамперед для солдатів, які повернулись додому з війни й не знають, як жити далі. Автор показує, як протистояти болю, практикувати співчуття, розвинути покликання, знайти наставника і створити щастя. Його поради будуть також корисні кожному, хто хоч раз стикався з життєвими труднощами. «Стійкість: тяжко виборена мудрість для ліпшого життя» допоможе впоратися зі слабкістю, віднайти мужність і знову рухатися вперед.

Зміст

Примітка для читачів	7
ЛИСТ 1. <i>Твоя власна лінія фронту</i>	12
ЛИСТ 2. <i>Чому стійкість?</i>	23
ЛИСТ 3. <i>Що таке стійкість?</i>	39
ЛИСТ 4. <i>Початок</i>	58
ЛИСТ 5. <i>Щастя</i>	82
ЛИСТ 6. <i>Моделі</i>	106
ЛИСТ 7. <i>Особистість</i>	123
ЛИСТ 8. <i>Звички</i>	145
ЛИСТ 9. <i>Відповідальність</i>	161
ЛИСТ 10. <i>Покликання</i>	174
ЛИСТ 11. <i>Філософія</i>	194
ЛИСТ 12. <i>Практика</i>	220
ЛИСТ 13. <i>Біль</i>	233
ЛИСТ 14. <i>Опанування болю</i>	248
ЛИСТ 15. <i>Розмірковування</i>	284
ЛИСТ 16. <i>Друзі</i>	306
ЛИСТ 17. <i>Наставники</i>	323
ЛИСТ 18. <i>Команди</i>	350

ЛИСТ 19. <i>Лідерство</i>	358
ЛИСТ 20. <i>Свобода</i>	369
ЛИСТ 21. <i>Історія</i>	380
ЛИСТ 22. <i>Смерть</i>	393
ЛИСТ 23. <i>Шабат</i>	400
Слова вдячності.....	405
Примітки.....	407
Бібліографія.....	420