



СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ ХИДЕТОСИ НАКАТЫ	11
ВСТУПЛЕНИЕ	15
ГЛАВА 1: Происхождение, характеристики и актуальность ваби-саби	25
ГЛАВА 2: Упрощение и красота	49
ГЛАВА 3: Жизнь в единении с природой	93
ГЛАВА 4: Принятие и умение отпускать	125
ГЛАВА 5: Рефрейминг неудач	157
ГЛАВА 6: Налаживание контактов	187
ГЛАВА 7: Гармоничный карьерный путь	213
ГЛАВА 8: Умение ценить моменты	243
ПОСЛЕСЛОВИЕ: А теперь соберем все вместе	271
БЛАГОДАРНОСТЬ	275
ОБ АВТОРЕ	279
ПРИМЕЧАНИЯ	282
ДЛЯ ТЕХ, КТО СОБИРАЕТСЯ ПОСЕТИТЬ ЯПОНИЮ	292
БИБЛИОГРАФИЯ	297