

# Благодарность автора

Я хотел бы поблагодарить Мелиссу Кирк, Джесс Биб и всех сотрудников New Harbinger Publications за их поддержку, время и ценные отзывы. Я также благодарен многочисленным друзьям и коллегам, которые внесли свой вклад и помогли мне сохранить рассудок, в том числе Синтии Браун, Кандиде Финк, Элио Гицци, Джилл Грин, Дженис Каплан, Кэрол Манн, Орен Мейсон, Эми Зальцман, Стиву Зальцингеру, Дженнифер Свенсон, Ари Такману, Крису Уилларду, Деборе Йост и Лидии Зиловской. Я выражаю особую благодарность многим мастерам осознанности, которых я читал и с которыми встретился в своей жизни. И, наконец, спасибо моей семье и родителям за их нескончаемую поддержку, юмор и мудрость, которые направляли меня тогда и сейчас.

Частично эта книга составлена из моих сообщений в блоге на Huffington Post и Psychology Today. Спасибо сотрудникам обоих сайтов, а также многим другим группам, которые поддержали мою работу.