

차례

- ▶ 프롤로그 – 별빛을 따라, '길'과 '자리'를 거닐다 _ 5
- ▶ 첫 독자가 들려드리고 싶은 이야기 _ 9
- ▶ 추천사 _ 13

Part 1

가야 할 여정 Ultimate Identity

Chapter 1. 이제 어디로 가야 하지? / 31

- 비상이다! 비상! _ 33
- 안개 속 전우들이 건넨 마지막 인사 _ 39
- 경보가 멈춘 뒤에야 들린, 내면의 울림 _ 43
- 어둠이 가르쳐 준 빛의 의미 _ 48
- 현자들과의 여정 속, 내 안에서 깨어난 질문들 _ 54
- 나를 바꾼 통찰과 결단 _ 62
- * 당신에게 던지는 코칭 질문-멈춤의 시간, 나를 깨우는 질문들 _ 67

Chapter 2. 걸어온 삶 속에서 축적된 자원을 발견하다 / 69

- 꿈의 씨앗이 심어진 곳 _ 71
- 꿀빵 소년의 이정표가 된 세 개의 별 _ 78

- 가능성을 깨운 선택의 날들 _ 84
- 낮선 세계, 꿈의 첫걸음 _ 89
- 살아 낸 날들이 만든 단단한 리더십 _ 95
- 골목대장에서 시작된 리더십 _ 103
- * 당신에게 던지는 코칭 질문-내 삶에 숨겨진 보물을 찾는 질문들 _ 111

Chapter 3. 새로운 항해를 시작하다 / 113

- 길을 잃고 다시 그린 삶의 지도 _ 115
- 리더십 프로그램과의 만남 _ 119
- 동서양 철학을 융합한 리더십 여정 _ 126
- 세계적 리더십 전문가와의 교류 _ 134
- 운명적인 코칭과의 만남 _ 140
- 나는 지금도 궁극의 정체성을 향한 항해 중 _ 145
- * 당신에게 던지는 코칭 질문-새로운 삶의 여정으로 안내하는 질문들 _ 150



있어야 할 자리 Presence

Chapter 4. 셀프 코칭으로 삶을 나답게 건너다 / 155

- 코칭이란 _ 157
- 셀프 코칭이란 _ 163
- 삶을 움직이는 셀프 코칭 _ 168
- 한 방향 정렬 기초 다지기 _ 183
- 발원, 초발심의 기초 다지기 _ 185
- '목적' 설정을 위한 기초 다지기 _ 196

'목표' 설정 기초 다지기 _ 199

나의 중심-정체성 찾기 _ 211

셀프 코칭의 궁극적 의미, 건너가는 힘 _ 226

* 당신에게 던지는 코칭 질문-삶의 원을 완성하는 질문들 _ 230

Chapter 5. 지금 여기에서 나를 살아 내다 / 233

아, 내가 지금 여기 있구나 _ 235

0에서 시작하는 지금 여기의 삶 _ 239

운전대를 잡는 자는 멀미하지 않는다 _ 243

고독, 인생을 깊게 꿰이는 비밀 양념 _ 249

YES와 NO, 내가 선택한 삶의 말들 _ 254

카이로스가 찾아오는 순간 _ 261

속삭이는 절규 _ 265

아직 도착하지 않은 나에게 보내는 초대 _ 270

한국 코칭의 진정한 도약을 염원한다 _ 275

내가 진심으로 남기고 싶은 유산 _ 282

* 당신에게 던지는 코칭 질문-가야 할 여정과 있어야 할 자리를 묻는 질문들 _ 289

▶ 에필로그-나는 나였다, 그리고 충분했다 _ 291

▶ 감사의 말 _ 297