

SPIS TREŚCI

Wstęp	7
Spotkanie ze sobą	16
Dziedzictwo	40
Oddech	60
Łzy	72
Emocje	84
Doświadczyć cudu bliskości	102
Wdzięczność i empatia wobec siebie	130
Zakończenie	145
Lista potrzeb i emocji	149