

Содержание

Дорога к себе	3
Важнейшие человеческие потребности	4
Выживание	4
Прикосновение	5
Внимание	7
Руководство	8
Принятие и одобрение	10
Умение хоронить свои потери	13
Поддержка	14
Преданность и доверие	15
Достижения	17
Развлечения, побег от обыденности	19
Сексуальность	22
Свобода	25
Забота	27
Любовь без всяких условий	29
Духовный суверенитет личности	30
Семья — зона психологического комфорта	37
Задание на сегодня (упражнения в медитации)	42