

# Оглавление

Напоминание .....	7
1. По-настоящему живая .....	11
2. Как мы теряем связь с собственным телом .....	33
3. Тело на пределе .....	54
4. Внешность и образ тела .....	86
5. Чувствовать чувства .....	109
6. Вы не сломлены .....	132
7. Удовольствие и наслаждение .....	156
8. Священная плоть .....	182
9. Жить телом .....	207
Эпилог: письмо моему телу .....	225
Примечания .....	229
Благодарности .....	252
Об авторе .....	254