

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ: Ваша жена не газонокосилка	11
--	----

ЧАСТЬ I. ВАШЕ СЕКСУАЛЬНОЕ «Я»

Глава 1. Законы сердца	17
Глава 2. Сексуальное «я» в действии	28
Глава 3. Будь моей деткой	41
Глава 4. Эгоистично твой	56
Глава 5. Искусство простоты	72
<i>Практическая часть: Сексуальное возбуждение как таковое</i>	<i>84</i>
Глава 6. Две дороги к оргазму	88

ЧАСТЬ II. ЖЕНЩИНЫ И МУЖЧИНЫ

Глава 7. Женщина в зеркале	107
Глава 8. Мужчины за работой	126
Глава 9. Тайны полового акта	145
<i>Практическая часть: половой акт с проникновением, без проникновения и «ленивый секс»</i>	<i>162</i>
Глава 10. Почему женщины теряют интерес к сексу	166
Глава 11. Почему у мужчин бывают осечки в постели	184
Глава 12. Эмоционально опираться на себя	199

ЧАСТЬ III. СЕКС НА ВСЮ ЖИЗНЬ

Глава 13. Эрос и вера в себя	221
Глава 14. Стать парой	234

Глава 15. Может ли секс пережить моногамию?	248
Глава 16. Осознанность, сердечность и молитва	263
<i>Практическая часть: секс-настройки для пар</i>	272
Глава 17. Забота о сексуальной душе	276
Глава 18. Детство кончилось	290
ПРИЛОЖЕНИЕ. Одиннадцать классических секс-узлов, и как их распутать	303
ПРИМЕЧАНИЯ	323