

Obsah

Předmluva	7
Co z toho mám? – úvod pro muže	9
Sex nebo čokoláda – úvod pro ženy	12
1. Kde zůstaly harmonické pocity?	15
Naše po staletí trvající formování	16
Výkonnostní stres při sexu	22
2. „Sex v sedmém nebi“ prakticky	29
Jak „to“ znovu najdu?	29
Nulové kolo	31
„Sex v sedmém nebi“ – předehra	33
Od nuly k pohybu – energie se probouzí	41
3. První zkušenosti s nulovým kolem	45
Nechat sebou pohybovat	48
Nuda	50
Jemná energie	52
Co může „sex v sedmém nebi“ způsobit	54
Pomalost léčí	56
4. K čemu můžeme energii použít	63
Hrát si s energií	63
Pozvat při početí zdravé děti	66
Turbo-metoda na přeprogramování starých vzorů	72

5. To nejdůležitější v přehledu	79
6. První zkušenosti naprosto jiného druhu	85
7. Zásadně důležité poznatky o vztahu	103
Omyl: U všech ostatních to funguje skvěle	103
Vztah muž – žena	106
Sex a partnerství	113
Dodatek	125