

Obsah

<i>Poděkování</i>	VII
<i>Předmluva</i>	IX
<i>Úvod</i>	XIII
<i>Stát se celistvým</i>	XIX
<i>Naše nejniternější sexuální potřeby a touhy</i>	XXI
<i>První kapitola</i>	
Časté omyly a jejich řešení	1
První omyl: Nesprávné pochopení dohody	6
Druhý omyl: Hranice versus dohody	8
Třetí omyl: Uzavírání dohod v nevhodnou dobu	10
Čtvrtý omyl: Pravé pocity zůstávají skryté	11
Pátý omyl: Předpoklad, že dohoda je hotová	14
Šestý omyl: Ignorování malých prohřešků	15
Sedmý omyl: Zapomínání na dohody mezi sebou a Duchem	18
Praktické klíče k uzavírání dobrých dohod	20
<i>Druhá kapitola</i>	
Sexuální dohody v monogamních vztazích	27
Časté otázky	30
<i>Třetí kapitola</i>	
Otevírání vztahů	39
Co činí otevřený vztah funkčním?	43
Otázky a odpovědi o otevírání vztahů	47

Čtvrtá kapitola

Udržování a dodržování sexuálních dohod	57
Budování důvěry	57
Nesprávně vložená důvěra	58
Odložení nedůvěry	59
Vztahy jako duchovní praxe	60
Moudré dohody	62
Sexuální dohody a významné změny	63
Pohyb ve vlnách	65
Když se člověk stane nezadaným	66
Nové operační systémy	68
Sexuální vášně	68
Sexuální prázdnota	69
Zkoumání různých možností v sexualitě	72
Náhodný sex	72
Sexuální dohody s partnery stojícími mimo náš vztah	74
Celibát	76
Sexuální požitkářství	77
Transformační sex	79
Užívat si sex bez pocitů viny	81
Klíče k poznávání sexuálních možností	83
<i>Doslov</i>	85