

OBSAH

	Úvod	8
ČÁST 1: TĚLO	Kapitola 1 Vaše tělo je posvátné	14
	Kapitola 2 Jóni a lingam	20
	Kapitola 3 Komunikace hlavy a pánve	32
ČÁST 2: SEX	Kapitola 4 Sebepotěšení	40
	Kapitola 5 Orgasmus	48
	Kapitola 6 Fyzická mechanika sexuálního aktu	60
	Kapitola 7 Početí, antikoncepce a bezpečný sex	66
ČÁST 3: ENERGETICKÉ CYKLY	Kapitola 8 Systém čakr	76
	Kapitola 9 Řeč doteku	82
	Kapitola 10 Ženský sexuální cyklus	88
	Kapitola 11 Mužský sexuální cyklus	92
ČÁST 4: KREATIVNÍ MILOVÁNÍ	Kapitola 12 Kreativita při koitu	98
	Kapitola 13 Sexuální akt v jinu, sexuální akt v jangu	106
	Kapitola 14 Naplněný sex v partnerství	116
	Kapitola 15 Milostná předehra a dohra	120
ČÁST 5: VĚKY LÁSKY	Kapitola 16 Smyslnost dítěte	128
	Kapitola 17 Sexuální probuzení v období dospívání	134
	Kapitola 18 První sexuální zkušenosti	136
	Kapitola 19 Sexualita v mladém věku	138
	Kapitola 20 Sexualita ve středních letech	142
	Kapitola 21 Smyslnost pro starší	148
ČÁST 6: NAPLNĚNÍ	Kapitola 22 Smysly v milostné hře	154
	Kapitola 23 Komunikace mezi milenci	162
	Kapitola 24 Smyslný, harmonický svět	168
	Kapitola 25 Sňatek lásky a meditace	172
	Kapitola 26 Od sexu k nadvědomí	178
	Kapitola 27 Moudrost starých	182
	Menu cvičení	186
	Zdroje	188
	Rejstřík	189
	Poděkování	191