

Obsah

Předmluva	9
I. V ZAJETÍ PORNOGRAFIE	13
1. Utajená vášeň	15
2. Zrádná touha	25
II. KROKY KE SVOBODĚ	43
3. Poznejte vliv vlastní minulosti	45
4. Připusťte si svá zranění	65
5. Hledejte principy zdravé sexuality	77
III. PĚT DIMENZÍ ZDRAVÉ SEXUALITY	91
6. Tajná řeč těla – fyzický rozměr sexuality	93
7. Dimenze jednání – jak vystoupit z bludného kruhu nutkavého chování	113
8. Uzdravení zraněných emocí – citový rozměr sexuality	135
9. Vztahová dimenze sexuality – základní kámen intimity	157
10. Nejhlubší proměna – duchovní rozměr sexuality	179
11. Cesta k uzdravení	191