

---

# OBSAH

Úvod .....	9
První kapitola UMĚNÍ POMALÉHO SEXU .....	25
Druhá kapitola TŘI PŘÍSADY POMALÉHO SEXU .....	43
Třetí kapitola JAK PROVÁDĚT ORGASMICKOU MEDITACI .....	67
Čtvrtá kapitola ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ .....	99
Pátá kapitola DESETIDENNÍ PROGRAM ORGASMICKÉ MEDITACE PRO ZAČÁTEČNÍKY .....	125
Šestá kapitola CO BY MUŽI MĚLI VĚDĚT O ŽENÁCH .....	147
Sedmá kapitola CO BY MĚLY ŽENY VĚDĚT O MUŽÍCH .....	157
Osmá kapitola POMALÝ SEX A BĚŽNÝ SEX .....	169
Devátá kapitola ČTYRMĚSÍČNÍ ORGASMUS .....	191
Příloha: orgasmická meditace pro muže .....	207