

Láska je svobodná	9
Okamžiky pohledů do očí	9
Láska je svobodná – a přemáhá nás	10
Smrtečný šíp	12
Neznámé	13
Hra mezi mužem a ženou	15
Na počátku byl sex aneb Mužství a ženství	18
Mužství	18
Ženství	22
Muž dává, žena přijímá	24
Mužská a ženská tvořivost	25
Ženská a mužská zranitelnost	26
Velcí muži a velké ženy	30
Mužství přichází skrze otce...	31
... Ženství přichází skrze matku	35
Ženský aspekt v muži, mužský aspekt v ženě	38
Sex a láska	40
Staré a nové	40
Osvobození ženy	41
Co muži potřebují a co ženám dělá dobře	43

Ženy – silné pohlaví	46
Muži – slabé pohlaví	48
Sex bez lásky?	51
Nutnost lásky	52
Milovat, ne hledat lásku	54
Láska jako stav bytí	55
Láska jako úkol	57
Každodenní láska	59
Dětské nároky a dospělé potřeby	59
Žárlivost	63
Hranice porozumění	66
Dohoda místo porozumění	68
Zraněnost	69
Sdělit co cítím, ne diskutovat	71
Dívat se na sebe	72
Dávání a brání ve vztahu	73
Ten druhý a láska jako přání a jako skutečnost	76
Následovat srdce	78
Láska a rodina	80
Vliv původní rodiny na partnerský vztah	80
Od mileneckého páru k rodičovství aneb Vztah a děti	81
Rodina o více rodinách	87
Vazba	91
Vyrovnání	94
Když děti odejdou z domu...	98

Stupně zralosti lásky	100
Láska a vědomí	100
Jak se naše vědomí vyvíjí a jak ovlivňuje náš milostný život	105
Čtyři stupně ke zralé lásce	107
1. stupeň: <i>Láska jako identifikace, sex jako přirozený pud</i>	107
2. stupeň: <i>Láska jako loajalita, sex jako manželská povinnost, vztah jako příslušnost</i>	111
3. stupeň: <i>Láska jako pocit, sex jako sebepoznávání, vztah jako seberealizace</i>	120
4. stupeň: <i>Láska srdce: Láska jako setkání, sex jako výměna, vztah jako přátelství</i>	126
Ještě jednou: Svobodná láska – Sám, ve spojení a svobodný	131