

Poděkování	9
Předmluva K ČESKÉMU VYDÁNÍ	11
Předmluva PROČ JSME NAPSALY TUTO KNIHU	15
Úvod PROMILUJTE SE STŘEDNÍM VĚKEM	23
Kapitola 1 POTENCIÁL <i>Síla a skryté dary menopauzy</i>	29
Kapitola 2 BIOLOGIE <i>Zkroťte hormony</i>	39
Kapitola 3 ÚVOD DO TANTRY <i>Nemáte porouchané tělo</i>	57
Kapitola 4 TANTRICKÁ ORIENTACE <i>Oběh sexuální energie</i>	73

Kapitola 5 TANTRICKÁ MAPA <i>Klíče lásky na cestu</i>	85
Kapitola 6 TANTRICKÉ ÚZEMÍ <i>Dovnitř, dolů a skrz</i>	111
Kapitola 7 TANTRICKÝ ZDROJ <i>Zapojte prsa a srdce</i>	119
Kapitola 8 TANTRICKÁ CESTA <i>Do hloubky, pomalu, divoce</i>	135
Kapitola 9 LÉČENÍ <i>Od bolesti k rozkoši a dál</i>	155
Kapitola 10 EMOČNÍ PODSVĚTÍ <i>Vyklizení haraburdí z minulosti</i>	167
Kapitola 11 ZPĚT DO TĚLA <i>Děloha: z pustiny do divočiny</i>	199
Kapitola 12 TRANSFORMACE <i>Láska je stav bytí</i>	229
Doporučená literatura a zdroje	235