

Obsah

Poděkování	/	11
Úvod	/	13
První část — Mars a Venuše začínají znovu	/	19
Kapitola 1.: Mars a Venuše začínají znovu	/	21
Kapitola 2.: Proč to tolik bolí?	/	29
Kapitola 3.: Emocionální zpoždění	/	36
Kapitola 4.: Truchlení nad ztrátou lásky	/	47
Kapitola 5.: Jak neuvíznout v pocitu ztráty	/	53
Kapitola 6.: Dobrý konec dělá dobrý začátek	/	64
Kapitola 7.: Cvičení lepšího pocitu	/	75
Kapitola 8.: Hledání odpuštění	/	84
Kapitola 9.: Loučení s láskou	/	90
Kapitola 10.: Oprostit se od pocitu křivdy	/	109
Kapitola 11.: Zásada 90 : 10	/	117
Kapitola 12.: Zahojení bolavých míst v duši	/	125
Kapitola 13.: Nezapomínejte na žádnou lásku	/	146
Kapitola 14.: 101 způsob, jak si zahojit zlomené srdce	/	157

Druhá část — Začínáme znovu na Venuši	/	167
Kapitola 1.: Sestavení dlouhého seznamu	/	169
Kapitola 2.: Nové nároky seznamovacích schůzek	/	172
Kapitola 3.: Scházejte se, ale nespěte s ním	/	174
Kapitola 4.: Idealizace minulosti	/	177
Kapitola 5.: Uváznutí v žalu	/	179
Kapitola 6.: Nová láska jako zrada	/	181
Kapitola 7.: Sex a sebevědomí	/	183
Kapitola 8.: Sex, pocit povinnosti a sebeúcta	/	185
Kapitola 9.: Očekávání, že se pohne země	/	188
Kapitola 10.: Filmy kontra reálný život	/	191
Kapitola 11.: Přitahování nesprávného partnera	/	193
Kapitola 12.: Přehánění romantičnosti	/	195
Kapitola 13.: Žena hledá citlivého přítele	/	197
Kapitola 14.: Soustředěnost jen na to negativní	/	200
Kapitola 15.: Kdo vlastně potřebuje muže?	/	202
Kapitola 16.: Ženy, které jsou dobrovolně přetíženy	/	206
Kapitola 17.: Péče o jiné	/	212
Kapitola 18.: Ženin strach z důvěrností	/	214
Kapitola 19.: Moje děti mě potřebují	/	216
Kapitola 20.: Ale moje děti zárlí	/	221
Kapitola 21.: Svě city dejte najevo spíše činy než slovy	/	226
Kapitola 22.: Učit se být šťastný o samotě	/	231
Kapitola 23.: Všechno nebo nic	/	234
Třetí část — Začínáme znovu na Marsu	/	241
Kapitola 1.: Muž po zklamání ze ztráty	/	243
Kapitola 2.: Sex po rozchodu	/	248
Kapitola 3.: Pozitivní závislost	/	251
Kapitola 4.: Práce, peníze, láska	/	253
Kapitola 5.: Láska není všechno	/	256
Kapitola 6.: Poučit se z vlastních chyb	/	259
Kapitola 7.: Nemusíme přestat milovat	/	261
Kapitola 8.: Neopětovaná láska	/	262
Kapitola 9.: Převzít zodpovědnost za oprostění se od ztráty	/	264

Kapitola 10.:	Spřízněné duše nejsou dokonalé	/	268
Kapitola 11.:	Přílišný spěch	/	270
Kapitola 12.:	Poznat spřízněnou duši	/	271
Kapitola 13.:	Žít podle fantazie	/	273
Kapitola 14.:	S nimi není život možný a bez nich také ne	/	276
Kapitola 15.:	Nekonečné hledání	/	278
Kapitola 16.:	Držet se zpátky	/	281
Kapitola 17.:	Být versus dělat	/	284
Kapitola 18.:	Více znamená lépe	/	286
Kapitola 19.:	Hledání rovnováhy	/	290
Kapitola 20.:	Jak si vybrat tu pravou	/	295
Kapitola 21.:	Naučit se říct sbohem	/	298
Kapitola 22.:	Sebedestruktivní sklony	/	302
Kapitola 23.:	Najít sílu přizpůsobit se	/	310
Na závěr	/		316