

Obsah

1. Dobrodružství začíná	7
2. Manuál bdělé pozornosti: překážky, časté dotazy a tipy	21
3. Manuál bdělé pozornosti: praxe	33
4. Procítění	51
5. Láska s otevřenýma očima	68
6. Šíleně vědomá láska	87
7. Velké O	110
8. Stiskněte „Play“	126
9. Dobrý sex je bezpečný sex	143
10. Uvolněte se a jděte na to	160
11. Nemůžu dosáhnout uspokojení	177
12. Fantazii se meze nekladou	194
13. Hluboké zakončení	210
14. Sexuální Fénix	224
15. Plavte až za své obzory	240
Prameny	251
Poznámky	252
Zdroje	254
O autorce	256
Poděkování	257
O knize napsali	259