

Obsah

Poděkování	11
Předmluva	12
Předmluva Harvilla Hendrixe	15
Úvod: Nastavení na lásku	22

KAPITOLA PRVNÍ

Párová bublina: Jak si vzájemně zajistit pocit bezpečí a jistoty	29
------------------------------------------------------------------------	----

KAPITOLA DRUHÁ

Válčíci/milující mozek: Jak udržovat lásku při životě	47
-------------------------------------------------------------	----

KAPITOLA TŘETÍ

Poznejte svého partnera: Jak doopravdy funguje?	71
-------------------------------------------------------	----

KAPITOLA ČTVRTÁ

Saňte se expertem na toho druhého: Jak partnera potěšit a uklidnit	100
-----------------------------------------------------------------------------	-----

KAPITOLA PÁTÁ

Starty a přistání: Jak využít ranní a večerní rituály	119
-------------------------------------------------------------	-----

KAPITOLA ŠESTÁ

Lidé, za kterými vždycky jdete: Jak být pro druhého pořád k dispozici	133
--------------------------------------------------------------------------------	-----

KAPITOLA SEDMÁ

Ochrana párové bubliny: Jak začlenit lidi z vnějšku 152

KAPITOLA OSMÁ

Hádat se dobře: Jak vyhrát a zároveň nechat vyhrát partnera 174

KAPITOLA DEVÁTÁ

Láska na blízko: Jak znovu rozdmýchat lásku
pohledem do očí 196

KAPITOLA DESÁTÁ

Žijte spokojeněji a zdravěji: Jak vás může partnerský život
uzdravit 210

Poznámka na konec 219

Odkazy 220