

# СОДЕРЖАНИЕ

От автора .....	9
Я тебя вижу. Я тебя понимаю. Я тебя люблю .....	11
<b>Часть первая. ДОВОДЫ В ПОЛЬЗУ БЛИЗОСТИ</b>	
Глава 1. БОЛЬШЕ ЧЕМ СЕКС .....	21
Глава 2. ДОКОПАТЬСЯ ДО СУТИ .....	32
Глава 3. МАТРИЦА РАДИКАЛЬНОЙ БЛИЗОСТИ .....	39
<b>Часть вторая. ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ БЛИЗОСТЬ</b>	
Глава 4. КАК ВЫ СЕБЯ ОЩУЩАЕТЕ? .....	53
Глава 5. СЛИЗЫВАТЬ МЕД С ОСТРИЯ БРИТВЫ .....	64
Глава 6. ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ НЕЗАВИСИМОСТЬ .....	79
Упражнения для развития эмоциональной близости .....	90
<b>Часть третья. ФИЗИЧЕСКАЯ БЛИЗОСТЬ</b>	
Глава 7. ОВЛАДЕЙТЕ СВОИМ ИНСТРУМЕНТОМ .....	99
Глава 8. ДВОЙНАЯ СПИРАЛЬ «РАЗУМ—ТЕЛО» .....	123
Глава 9. СУВЕРЕНИТЕТ — ВАШЕ ПРАВО ПО РОЖДЕНИЮ .....	142
Упражнения для развития физической близости .....	155

## **Часть четвертая. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ БЛИЗОСТЬ**

Глава 10. ПРОСТРАНСТВО МЕЖДУ .....	187
Глава 11. МИФ О ПРИВЯЗАННОСТИ .....	201
Глава 12. ГЛУБОКОЕ И НЕИЗМЕННОЕ ПРИСУТСТВИЕ .....	212
Упражнения для развития энергетической близости .....	221

## **Часть пятая. СОЗДАЕМ СИНЕРГИЮ**

Глава 13. ОБЪЕДИНЕНИЕ ВСЕХ ЧАСТЕЙ .....	231
Глава 14. ПОДДЕРЖАНИЕ РАДИКАЛЬНОЙ БЛИЗОСТИ .....	245
Инструментарий для работы с психологической травмой, направленный на самоуспокоение и саморегуляцию .....	254
Благодарности .....	257