

Содержание

| | |
|---|-----|
| Предисловие | 5 |
| Выражение признательности | 10 |
| Глава 1. Радость | 11 |
| Свобода от вины | 11 |
| Ощущение жизни тела | 26 |
| Глава 2. Капитуляция перед собственным телом ... | 40 |
| Капитуляция нарциссического эго | 40 |
| Заземленность и реальная действительность | 57 |
| Глава 3. Плач: эмоция, несущая разрядку | 76 |
| Глава 4. Соппротивление плачу | 116 |
| Я не поддамся | 116 |
| Капитуляция воли: отчаяние | 132 |
| Глава 5. Гнев: эмоция, которая излечивает | 160 |
| Глава 6. Любовь: эмоция, дающая удовлетворение | 209 |
| Капитуляция перед любовью | 209 |
| Зрелая любовь | 234 |
| Глава 7. Измена любви | 250 |
| Глава 8. Сексуальное злоупотребление | 290 |
| Глава 9. Страх: парализующая эмоция | 324 |
| Глава 10. Страх смерти | 370 |
| Глава 11. Страсть, секс и радость | 423 |
| Глава 12. Страсть и дух | 449 |
| Капитуляция перед Богом | 449 |
| Пляшущий дух | 467 |