

Содержание

Предисловие

Глава 1. Взаимосвязь любви

- 1.1. Потребность любить и способность любить: любовь и эмоциональная зависимость
- 1.2. Точка боли и точка любящего присутствия

Глава 2. О психологических типах: структурах характера

- 2.1. Как нас формирует любовь: о структурах характера
- 2.2. Шизоидная структура характера
- 2.3. Оральная структура характера
- 2.4. Мазохистическая структура характера
- 2.5. Психопатическая структура характера
- 2.6. Истерическая структура характера
- 2.7. Реинкарнационный подход и структуры характера

Глава 3. Терапия структуры характера и контакт с высшим я

- 3.1. Право на существование: шизоидная структура характера
 1. «Водоросль»
 2. «Магнит»
 3. «Ванька-встанька»
 4. «Матушка-земля»
 5. «Ядро Земли»
 6. «Базовая опора»
 7. «Это твоё тело»
 8. «Карта телесных напряжений»
 9. «Скольжение»
 10. «Дерево»
 11. «Горизонтальное заземление»
 12. «Хорошая матка»
 13. «Ты! Ты!...»
 14. «Фейсинг»
 15. «Твой скелет»
 16. «Пуповинный контакт»
 17. «Стихия земли»
 18. «Дыши!»
 19. «Я тебе рад!»
 20. «Я и Мир»
- 3.2. Удовлетворение потребностей: оральная структура характера
 21. «Корни: напитывание»
 22. «Наполнение центра: дыхание»
 23. «Наполнение из центра»
 24. «Сосуд»
 25. «Теплый животик»
 26. «Наполняя себя теплом»
 27. «Ай да чудо-крем!»
 28. «Встреча с Внутренним Ребенком»
 29. «Подарок Внутреннему Ребенку»
 30. «В чем нуждается ребенок»
 31. «Воздушный шарик и насос»
 32. «Убаюкивание»
 33. «Обезьяньи объятия»
 34. «Мама, ты где?»
 35. «Мама моя!»
 36. «Работа с сосанием и кусанием»
 37. «Половинки лица»
 38. «Толерантность к фрустрации потребностей»
 39. «В мире животных: хороший родитель»
 40. «Позвоночник-ось»
- 3.3. Потребность в автономии: мазохистическая структура характера
 41. «Контур тела»
 42. «Где заканчивается твоё тело?»
 43. «Чешуя»
 44. «Раскрасить тело цветом... безопасности»
 45. «Представь вокруг себя границу»
 46. «Веревочка»
 47. «Безопасное место»
 48. «Око тайфуна»
 49. «Дорога в убежище»
 50. «Гарант безопасности»
 51. «Страж границ»
 52. «Я — дракон»
 53. «Скажи «Нет!»

54. «Съешь!»
55. «Останови!»
56. «Лифт»
57. «Волшебный кристалл»
58. «Воин, который защищает»
59. «Роль война»
60. «Внутренний воин»
- 3.4. Потребность в автономии: психопатическая структура характера
61. «Позвоночник-змея»
62. «Гибкие границы»
63. «Как ты ходишь, когда ты чувствуешь...»
64. «Покажи свои чувства»
65. «Танец чувств»
66. «Чувства как телесные метафоры»
67. «Огонь: работа с гневом и Силой»
68. «Кран»
69. «Контейнирование гнева»
70. «Отказ»
71. «Дорога к цели»
72. «Расслабление руки»
73. «Расслабление лица»
74. «Закрытые веки»
75. «Кукла на шарнирах»
76. «Текучая вода»
77. «Передача контроля»
78. «Достоинство»
79. «На равных»
80. «Контакт с сердцем»
- 3.5. Право на любовь и сексуальность: истерический тип
81. «Жажда у ручья»
82. «Исследование паттернов взаимодействия с партнером»
83. «Потолкушки»
84. «Эротический музыкальный инструмент»
85. «Пьяный танец»
86. «Шейкер»
87. «Право на экспрессию сексуальности»
88. «Выражение сексуальности»
89. «Сосуд с водой»
90. «Крутить хвостом»
91. «Отталкивание»
92. «Сладостный голос любви»
93. «Нелюбимая часть тела»
94. «Где в теле живет сексуальность?»
95. «Телесные проявления мужской и женской идентичности»
96. «Скульптура сексуальности»
97. «Сексуальная походка»
98. «Интеграция сердечности и сексуальности»
99. «Любовный треугольник»
100. «Право на удовольствие»
- 3.6. Установление контакта с Сущностью, или Высшим Я
101. «Мантра»
102. «Интеграция 3 центров»
103. «Медленный поток»
104. «Бутодانس»
105. «Интегрирующий танец»
106. «Вдохновение»
107. «Восходящее солнце»
108. «Помести в сердце то, что любишь»
109. «Поток любви»
110. «Круг любви»
111. «Жемчужина в груди»
112. «Любящие глаза-1»
113. «Любящие глаза-2»
114. «Точка индивидуации»
115. «Жизненный Путь: растождествление с навязанным сценарием»
116. «Восстановление взаимосвязи любви»
117. «Внутреннее золото»
118. «Костер трансформации»
119. «Храм в облаках»
120. «Золотой поток любви»

Список литературы