

# Оглавление

<b>Отзывы о книге .....</b>	<b>9</b>
<b>Благодарности .....</b>	<b>10</b>
<b>Примечание .....</b>	<b>11</b>
<b>Как возникла эта книга .....</b>	<b>12</b>
<b>Введение .....</b>	<b>18</b>
<b>Прежние партнеры .....</b>	<b>27</b>
Первая помощь .....	28
Уплата долга .....	32
Свобода желать .....	34
Зажечь собственный огонь .....	36
Похоронить кольца .....	39
Вынести наружу .....	44
Кукольный дом .....	45
Уборка .....	48
С достоинством доделать необходимое .....	49
Посмотреть под другим углом .....	51
Не говорить (больше) ничего плохого .....	55
Что было хорошего .....	56
Удаление ороговелости .....	58
Обрубить старые связи .....	62
От одного к другому .....	65
Открыть двери .....	68

<b>Груз прошлого .....</b>	<b>72</b>
Здесь и сейчас .....	73
Развернуть старые шаблоны .....	76
Аффирмации .....	79
Чувствовать свое желание .....	82
Изменить жесткий шаблон .....	86
Ребенок, подросток, взрослый .....	89
Пугало .....	93
Место покоя .....	95
Порвать оковы: попросить о помощи .....	98
Отпустить старое напряжение .....	102
По следам мистера Неподходящего/ миссис Неподходящей .....	104
Расчистить путь .....	106
<b>Предки, семья, дети .....</b>	<b>109</b>
Генеалогическое древо .....	110
Отпустите друг друга .....	113
Изменить связь .....	115
Быть замужем за отцом или женатым на матери .....	117
Я хочу секса .....	119
Сердце родителя и сердце партнера .....	120
<b>Чего вы хотите? .....</b>	<b>124</b>
Я ничего не хочу .....	125
Похоронить принца/принцессу своей мечты .....	127
Идеальный ежедневник .....	129
Коллаж .....	132
Мост между фантазией и реальностью .....	134
Искать не лягушек, а головастика .....	136
«Объявление о знакомстве» .....	139
Другими глазами .....	141
Любовное письмо .....	145
Придать энергии своему желанию .....	148

<b>Взгляд в зеркало</b> .....	<b>150</b>
Спросить пятерых друзей .....	154
Проверка реальности .....	154
Что я делаю не так? .....	158
Спросить мистера Подходящего/ миссис Подходящую .....	159
Как все было — по мнению других .....	160
<b>Создать пространство</b> .....	<b>163</b>
Пространство для себя самого .....	164
Открыться .....	169
Освободить место .....	170
Поддерживать свой внутренний ландшафт .....	172
Грязные носки .....	175
<b>Привлекательны и свободны</b> .....	<b>179</b>
Кто занят, тот желанен .....	180
Всем на зависть .....	183
Ваша вывеска .....	185
Разослать свое сообщение .....	187
Привлекателен тот, кто дает .....	190
Рыбак рыбака видит издалека .....	191
Давать и брать: что возможно уже сегодня? .....	192
<b>Взаимодействие с будущим партнером</b> .....	<b>195</b>
Кролик под столом .....	196
Подарки для будущего партнера .....	198
Фигура таинственного другого .....	201
По следам мистера Подходящего/ миссис Подходящей .....	204
Защитите вашего будущего партнера .....	205
Я дам себя найти .....	209

<b>Полевая работа .....</b>	<b>212</b>
Завязывать контакты на улице .....	214
Игра в кости .....	216
Наблюдать за тем, как устанавливают контакт другие .....	218
Сейчас или никогда!.....	220
Люди так не делают!.....	222
Интуитивное движение в группе .....	223
Относитесь к сигналам серьезно .....	225
Подойти к другому .....	227
Расти как дерево .....	229
Корректировать свои цели .....	232
Привлекать других .....	235
<b>Об авторе .....</b>	<b>237</b>