

SPIS TREŚCI

1. Wstęp	9
2. Co nam robi lęk?	11
3. Czego mężczyźni się boją, a kobiety nie mają o tym pojęcia?	15
4. Najbardziej dewastujący lęk	21
5. Czego ty chcesz?	25
6. Jak rozpoznać maminsynka?	31
7. Tragiczne skutki nieodciętej pępowiny	37
8. W związku z maminsynkiem	42
9. Dlaczego wybieramy samotność?	49
10. Trzymaj się swojej roli. Instrukcja dla kobiet	55
11. Jeden z najlepszych uniwersytetów	58
12. Co to znaczy być mężczyzną?	61
13. Mistrz świata, czyli bezdomny macho	70
14. Randkowanie 2021	75
15. Niezobowiązujące... spotkania	81

16. Dlaczego seks jest taki ważny?	86
17. Ryba jak ma podejść, to podejdzie	92
18. Tajemnice satysfakcjonujących związków	98
19. O super mocach księży i seminaryjnych schroniskach	106
20. Czy jest możliwa przyjaźń między księdzem a kobietą?	113
21. Relacja z Bogiem kontra psychopatologia religii	120
22. Mężczyźni ze wspólnot katolickich mają dziś zły PR ...	125
23. Zegar biologiczny tyka	130
24. Świadome rodzicielstwo	136
25. Ojcostwo po przejściach	139
26. Zdradzani w relacjach	145
27. Związki mężczyzn po rozwodach	151
28. Kryzys wieku średniego	155
29. Dojrzałość w cenie	160
30. Cały czas tracimy, ale tracimy po to, by zyskać	164