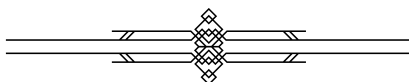


# Оглавление



Вступление		11
Глава I	Идеальный мужчина	17
<b>ЧАСТЬ ПЕРВАЯ. СТАЛЬ</b>		<b>31</b>
Глава II	Основная роль мужчины	33
Глава III	Мужчина-наставник	50
Глава IV	Как руководить женщинами и детьми	69
Глава V	Мужчина-защитник	95
Глава VI	Мужчина-добытчик	112
Глава VII	Семейные финансы	132
Глава VIII	Мужчина — строитель общества	152
Глава IX	Мужественность	171
Глава X	Характер	200
Глава XI	Уверенность в себе	234
Глава XII	Здоровье	251
<b>ЧАСТЬ ВТОРАЯ. БАРХАТ</b>		<b>263</b>
Глава XIII	Умение понимать женщин	266
Глава XIV	Мягкость, нежность и любовь	297
Глава XV	Внимательность	304
Глава XVI	Молодость духа	323
Глава XVII	Смирение	334
Глава XVIII	Очищение и утонченность	348
Заключение		361