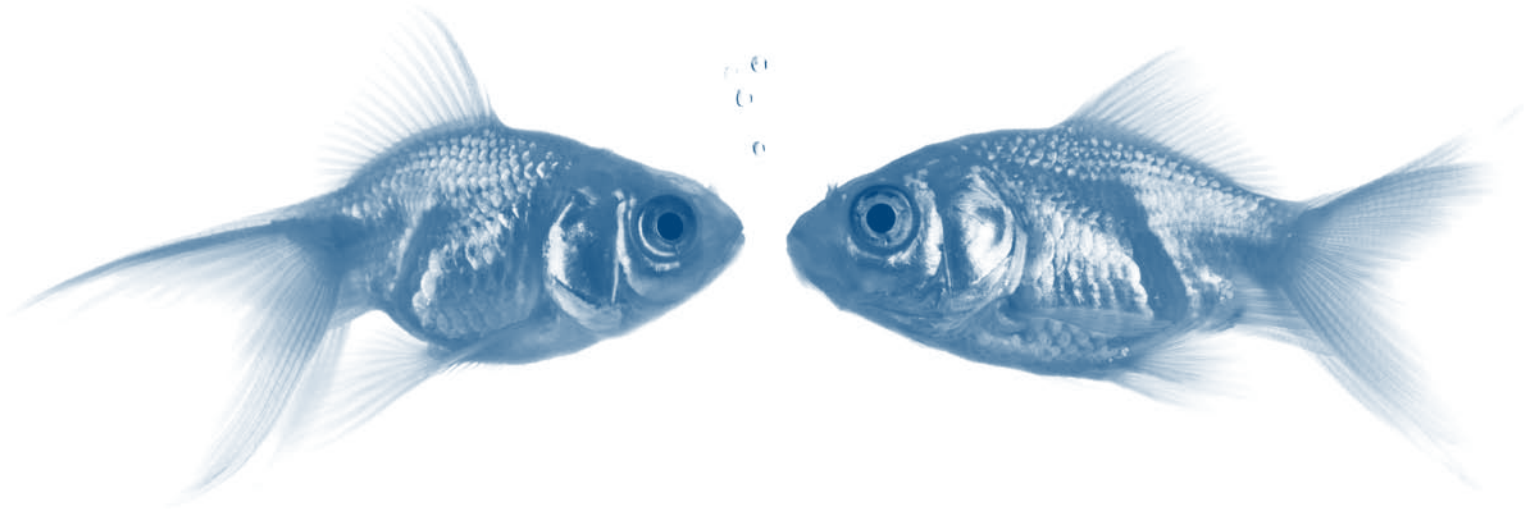


Küssen Sie sich täglich



**Küssen ist eine Tätigkeit,
bei der man beide Hände braucht.**

Der lange intensive Kuss mit einer kräftigen Umarmung ist wie eine Frischzellenkur der Emotionen, vor allem, wenn er mindestens 30 Sekunden dauert. In kurzer Zeit erwachsen die inneren und tiefen Gefühle zu einem Vulkan der Erregung und Zuneigung. Wenn Sie sich diesen Kuss täglich gönnen, verhungert die Liebe nicht.

Der Kuss ist das edelste und preiswerteste Gericht, mit dem Sie Ihren geliebten Partner beglücken können. Und der Vorteil: Sie haben alle Zutaten dabei – immer und überall.

*Lesen Sie sich mindestens
einmal im Leben
gegenseitig ein Buch vor*

„Kein Lesen ist der Mühe wert, wenn es nicht unterhält.“

WILLIAM SOMERSET MAUGHAM [1874-1965]

Lesen soll Spaß machen, auch in der Ehe. Selbst wenn sich die Geister beim Thema Lesen scheiden und mancher die Schlagzeilen der „Bild“-Zeitung spannender findet als Thomas Mann; die einen Herz-Schmerz-Taschenbücher lieben und die anderen eben Psychothriller: Lesen bleibt Phänomen und Bestandteil der Menschheit.

Lesen Sie sich als Ehepaar gegenseitig etwas vor. Dem anderen zuhören, ihn dabei ansehen oder entspannt die Augen schließen und Bilder wachsen sehen, den Inhalt ins Herz lassen und kostbare Zeit miteinander verbringen, das ist wahres Glück.

Die Auswahl des Buches ist dabei nicht so wichtig, obwohl ein Ehebuch interessant wäre. Lesen Sie etwas, was Sie beide kennen lernen wollen. Oder einfach etwas Lustiges und Unterhaltsames. Diese Vorlesezeit hat in Ihrer Beziehung eine ganz besondere Qualität.



Nehmen Sie Ihren Partner nicht immer ernst

„Das widerspricht allen Regeln der Kommunikation!“ – „Das ist mir egal. Ich will jetzt keine Regeln einhalten!“

Es ist bei allem Bemühen um richtigen Umgang und inspirierende Gespräche manchmal auch das Leben selbst, das alles über den Haufen schmeißt. Sie schütteln manchmal nur noch mit dem Kopf.

Der bittere Regelernst macht eine Beziehung oft hart und brüchig. Ein klein wenig Gelassenheit hilft, einen kurzen Aussetzer zu überbrücken. Sie dürfen gerne mal (allein) über Ihren Partner lächeln. Drücken Sie sinnbildlich ein Auge zu, wo es mit Logik und Verstand nicht weitergeht, und setzen Sie barmherzige Liebe dafür ein.

Es ist ein Überlebenselixier für Alltagssituationen Ihrer Ehe. Machen Sie diesen Punkt nicht zu Ihrer Grundhaltung. Verwenden Sie ihn eher wie einen Reservekanister, damit die Ehefahrt weitergehen kann.

