

# Männer sind vom Mars – Frauen von der Venus

## Das Problem mit der Zeit!

**Wer kennt das nicht: Sie will, aber er macht lieber Überstunden. Oder: Er will, aber sie hat Migräne. Der Stress des Lebens als Lustkiller.**

Die ersten warmen Sonnenstrahlen entlocken nicht nur der Natur reges Leben, sondern erwecken auch unsere Liebeshormone aus dem Winterschlaf! Die bunten Blüten erfreuen nicht nur das Auge, sondern auch die wachsende Zahl der Liebespärchen, die ihre Zuneigung vor aller Augen zeigen. Klingt doch gut, oder?

Alles scheint viel aufregender. Nicht nur die Natur blüht nach einer langen Pause wieder auf, auch wir. Die neuen Düfte von Frühlingsluft entfachen unsere animalischen Triebe und wir können uns nicht mehr zurückhalten. Somit kreisen unsere Gedanken des öfteren um die schönste Sache der Welt: Aber, selbst, wenn beide eigentlich wollen: Oftmals kreieren sich Männer und Frauen die Hindernisse, die der Liebe im Weg stehen, selbst – wenn auch nicht immer bewusst. Was tun, damit auf Dauer keine Frustration entsteht?

Eine Lösung ist, regelmäßig eine Stunde für die Liebe offen zu halten. Die klare Zeitdauer und die Absicht, sich zu lieben, lassen beide Partner gezielt auf diese Augenblicke gemeinsamen intimen Erlebens zusteuern. Intimität, Knistern, Erotik sind der Klebstoff, der notwendig ist, damit eine Beziehung dauerhaft und erfüllend bleibt. Ein wenig Phantasie genügt, um abwechslungsreiche und unvergessliche Liebesstunden zu gestalten.



Apropos „Phantasie“: mit einem guten Beispiel geht da die Universität Siena voran und bietet einen Uni-Kurs für Herzensachen an: Sieben Monate lang können die Teilnehmer im Kurs „Die Kultur der Gefühle und Emotionen“ bei Soziologieprofessor Enrico Cheli lernen, wie man tiefer fühlt, intensiver liebt und vor allem richtig über das eigene Seelenleben redet. Das Interesse sei groß, heißt es in der Universität.

Dr. Love hingegen ist überzeugt, dass mann/frau nicht unbedingt einen Kurs besuchen muss. Mit ein bisschen Kreativität lassen sich die schönsten Gefühle auch praktisch umsetzen.

Hier ein paar **Anregungen**, um in der gemeinsamen Zeit unvergessliche Momente zu erleben:

- \* Gemeinsames Bad. Kerzenschein, Sekt und Blütendüfte bringen in Wallung.
- \* Verwöhnmassage mit Federn, Fingern und Öl. Massieren öffnet die Sinne und füllt das Herz.
- \* Spezielle Liebesplätze [zum Zelebrieren leidenschaftlicher Schäferstündchen]
- \* Liebesbriefe entflammen die Gefühle immer wieder aufs Neue!
- \* Kuschelige Sofa-Abende
- \* Gemeinsame kleine Rituale, die nur der Partner kennt. [-> Liebescode]

Aber nicht nur Kreativität bringt mehr Pepp ins Sexleben, sondern Frühlingszeit ist auch Fitnesszeit. Bekanntlich treibt Sport die sexuelle Lust ins Unermessliche. Was also liegt näher, als ein Abo im Fitnessstudio, um ein paar Kilos vom ungeliebten Winterspeck Ade zu sagen und gleichzeitig die sexuellen Gelüste zu stimulieren.

**Diese Anregung scheint mir die Beste: zuerst ein paar Stunden zu zweit am Trainingsgerät und danach gemeinsam in die Umkleidekabine oder die Dusche. Was daraus gemacht wird, liegt an Dir!**

Was könnte schöner sein, als nach einem anstrengenden Workout sich nochmals bei der schönsten Sache der Welt voll auszupeinern?

Also, ab ins Fitnessstudio!

Einen aufregenden Start in die Welt der Frühlingsgefühle wünscht

dr. love



Dr. Love  
dr.love@htu.tugraz.at

