

DIESES  
**BUCH**  
KANN DEIN  
**LEBEN**  
ÄNDERN.

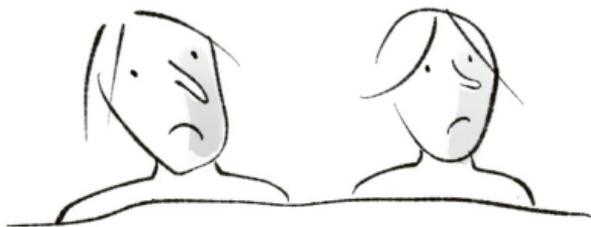
(NATÜRLICH NUR,  
WENN DU ES  
WILLST ...)

EIN NEUES  
**BEWUSST-**  
**SEIN** FÜR  
DIE **LIEBE**

WIE WIR  
ZUM **SEX**  
KAMEN

**Wir kamen zum Sex, weil wir keinen mehr hatten.**

Seit zwölf Jahren waren wir ein Paar. Wir hatten drei Kinder, viel Stress, wenig Zeit – und keine Lust mehr.



Normalerweise läuft es so: Wir fühlen uns zueinander hingezogen, fallen leidenschaftlich übereinander her und wissen (mehr oder weniger genau), was wir tun müssen, um den anderen zum Höhepunkt zu bringen. Denn darum geht es. Sex ohne Orgasmus ist schlechter Sex.

Irgendwann lässt die Anziehung nach. Die Lust verschwindet, keiner weiß so recht,

wohin. Wir akzeptieren es. So ist das eben. Oder wir suchen uns einen anderen Partner, eine andere Partnerin, jemanden, mit dem alles wieder neu und aufregend ist. Mit dem Sex wie ein Rausch ist. Zumindest eine Zeit lang.

Doch diese Fixierung auf ewiges Feuerwerk ist ein Problem. Das ständige Höher-Schneller-Weiter treibt uns nämlich nicht zu-, sondern auseinander. Um gut im Bett zu sein (und wer will das nicht sein), müssen wir uns anstrengen. Sex wird zur Leistung, die wir bringen müssen. Der Orgasmus ist die Ziellinie, die es zu erreichen gilt. Auf der Strecke bleibt dabei ... die Beziehung.