



GOLDMANN

Lesen erleben

Buch

Lust auf mehr Lust? Wer die prickelnde Erotik der ersten Nächte nicht nur fortsetzen, sondern stetig steigern und verändern will, sollte dieses Buch lesen und Lou Pagets 365 aufregende Tipps und Techniken ausprobieren.

Für jeden Tag des Jahres hält die gefragte Sexpertin einen heißen Tipp parat, mit dem die Flamme der Leidenschaft (wieder) angefacht wird: Wie man auch im Alltag eine lustvolle Atmosphäre schafft, wie man den Partner mit einer kleinen Überraschung so richtig in Stimmung bringt, oder wie man gemeinsam die geheimsten sexuellen Fantasien auslebt. Denn Vertrauen und Vertrautheit einer langen Partnerschaft sind eine ideale Voraussetzung für atemberaubenden Sex.

Autorin

Lou Paget ist die Sex-Expertin und -Beraterin Nr. 1. Seit 1993 veranstaltet sie ihre stets ausgebuchten Seminare zu den Themen Sexualität und Partnerschaft. Ihre Bücher haben sich millionenfach verkauft und führen seit Jahren die Bestsellerlisten an.

Außerdem von Lou Paget im Programm

Die perfekte Liebhaberin (16263; 16607 mit CD)

Der perfekte Liebhaber (16343; 16605 mit CD)

Der Super-Orgasmus (16378)

Lou Paget

Die perfekte Leidenschaft

365 Tipps und Techniken,
die sie und ihn verrückt machen

Aus dem Amerikanischen
von Beate Gorman

GOLDMANN



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100
Das für dieses Buch verwendete FSC®-zertifizierte Papier
Classic 95 liefert Stora Enso, Finnland.

7. Auflage

Vollständige Taschenbuchausgabe Oktober 2005

© 2004 der deutschsprachigen Ausgabe Wilhelm Goldmann Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH

© 2003 der Originalausgabe Lou Paget

Originaltitel: How to Keep the Fires Burning 365 Days a Year

Originalverlag: Gotham Books, a division of Penguin Group (USA), Inc.

Umschlaggestaltung: Uno Werbeagentur, München

Umschlagfoto: Photonica/Barnaby Hall

Redaktion: Annette Baldszuhn

Satz: Barbara Rabus

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

WR · Herstellung: Han

Printed in Germany

ISBN 978-3-442-16565-0

www.goldmann-verlag.de

*Für meine Schwestern
Diane Paget-Dellio (Raptor),
Sherry Paget (Wiz)
und Kathie Ireland (Katerena)
mit all meiner Liebe*

*Für all die Menschen,
die ihr Leben, ihre Liebe und ihre
Erfahrungen mit mir geteilt haben und
die um dieses Buch gebeten haben*

Inhalt

Zu diesem Buch 25

Die Einstellung perfekter Liebhaber und Liebhaberinnen

1. Sex verändert sich im Laufe einer Liebesbeziehung ... 35
2. Sex ist mehr als Geschlechtsverkehr 36
3. Erlauben Sie sich etwas 37
4. Es gibt immer noch mehr zu lernen 38
5. Behandeln Sie sie wie eine Lady 39
6. Meine Herren, zeigen Sie ihr, wie wichtig es
Ihnen ist, dass sie zum Höhepunkt kommt 40
7. Meine Damen, oraler Sex ist nicht nur etwas
für die Zeit *vor* der Ehe 41
8. Lassen Sie ihn den Mann spielen 43
9. Es geht immer um das Hier und Jetzt 44
10. Zeigen Sie Ihre Verwundbarkeit 45
11. Das Vermächtnis des Vertrauens 46
12. Ihre Beziehung ist Ihr Zufluchtsort 47
13. Auch der Geist verliebt sich 48
14. Konzentrieren Sie sich auf das Positive 49
15. Die Synergie zwischen Liebe und Lust 49

16. Gewähren Sie einander Rechte	51
17. Bauen Sie Nähe auf	52
18. Häufigkeit ist dynamisch	53
19. Die Ruhe vor dem Sturm	53
20. Genießen Sie das Gefühl, das Sie beim Liebespartner auslösen	54
21. Seien Sie ruhig einmal »unanständig«	54
22. Offen für Anregendes aller Art	55
23. Clevere Verbraucher sein	56
24. Zeigen Sie Mut und offenbaren Sie Ihre geheimsten Fantasien	58
25. Ändern Sie Ihren Look, um dem Liebespartner einen Gefallen zu tun	59
26. Verschließen Sie die Ohren nicht vor Klagen	60
27. Wut ist nicht immer gut	60
28. Respekt statt Schuldzuweisungen oder Abwehrhaltung	61
29. Das Geschenk des Gebens	62
30. Die Köstlichkeit des Nehmens	62
31. Guter Sex ist keine Frage des Alters	63
32. »Ich steh noch immer total auf sie«	64
33. Die Verbindung von Tränen und Sex	65
34. Finden Sie Zugang zu Herz und Seele des Liebespartners	66
35. Rechthaberei ist eine Bedrohung für Ihre Beziehung . . .	68
36. Seien Sie stolz aufeinander	69
37. Räumen Sie Sex eine Sonderstellung ein	70

38. So wie Sie den Liebespartner morgens um acht behandeln, werden Sie abends um acht behandelt	71
39. Nicht selbstzufrieden werden	72
40. Sex ist gesund	73
41. »Sie hält mich jung«	74
42. Triumphvirat der Lust	74
43. Errichten Sie ein starkes Fundament	75
44. Akzeptieren Sie, dass manche Probleme unlösbar sind	76
45. Versteifen Sie sich nicht zu sehr auf einen Orgasmus . . .	77
46. Geben Sie sich immer als Anfänger	78
47. Schätzen Sie, was Sie haben	79
48. Gemeinsame Wertvorstellungen sind wichtig	82
49. Der Wert Familie	82
50. Der Wert Spiritualität	84
51. Der Wert Arbeit	85
52. Der Wert Geld	86
53. Machen Sie dem Liebespartner den Hof	87
54. »Ich weiß nicht, was es ist«	89
55. Sex nach Jahreszeit	90
56. Fahrpläne gelten nur für den Bahnverkehr	91
57. Hegen Sie größere Erwartungen	92
58. Reduzieren Sie Ihre Erwartungen	93
59. Sex als Belohnung	94
60. Lassen Sie sich nicht zu einer Vorstellung hinreißen	95

61. Machen Sie das Liebesspiel zu einer bewussten Entscheidung	96
62. Ihre Bindung besteht vierundzwanzig Stunden lang – jeden Tag	97
63. Unterschiedliche Charaktere, unterschiedlicher Kommunikationsstil	98
64. Üben Sie Nachsicht mit sich selbst	98
65. Üben Sie Nachsicht mit dem Liebespartner	99
66. Alle Aspekte Ihrer Beziehung wirken sich auf Ihr Liebesleben aus	100
67. Eine Trennung der verschiedenen Bereiche Ihrer Beziehung kann die einzelnen Bereiche gefährden . . .	101
68. Seien Sie »Tuning« gegenüber offen	102
69. Verlassen Sie Ihre sexuelle Behaglichkeitszone	103
70. Meine Herren, was Ihrer Partnerin wichtig ist, sollte auch Ihnen wichtig sein	103

Das Verhalten perfekter Liebhaber und Liebhaberinnen

71. Sprechen Sie miteinander wie frisch Verliebte	107
72. Meine Herren, zeigen Sie ihr, dass sie unwiderstehlich ist	108
73. Meine Damen, zeigen Sie ihm, dass er unwiderstehlich ist	109
74. »Ich kann einfach nicht genug von ihr bekommen« . . .	109
75. Fühlen Sie Ihrer Beziehung ständig auf den Zahn	110

76. Meine Damen, erkennen Sie an, was er für Sie tut . . .	112
77. Meine Herren, schenken Sie ihr all Ihre Aufmerksamkeit	113
78. Schieben Sie Probleme nicht auf die lange Bank	117
79. Lernen Sie aus Fehlern der Vergangenheit	119
80. Weichen Sie von gewohnten Pfaden ab	121
81. Werden Sie deutlich	122
82. Versiegeln Sie Ihre Lippen	123
83. Bitte keine Vergleiche	125
84. Tanzen Sie nach Ihrer eigenen Pfeife	126
85. Lassen Sie die Romantik nicht sterben	126
86. Bringen Sie einander nie in Verlegenheit	128
87. Verlieren Sie Ihre Würde nicht	129
88. Diplomatie im Schlafzimmer	130
89. Lassen Sie den Gesprächsfaden nicht abreißen	130
90. Lernen Sie, Kompromisse einzugehen	131
91. Ein bisschen Eifersucht darf sein	132
92. Fordern Sie einander nicht heraus	133
93. Ein Streit ist nicht immer etwas Negatives	134
94. Beim Streiten fair bleiben	136
95. Mangelnde Körperpflege ist ein Lustkiller	139
96. Wenn Sie um etwas bitten, werden Sie es bekommen . .	140
97. Geben Sie Ihrer Beziehung Zeit	140
98. Warten hat durchaus seinen Reiz	141
99. Nur nichts überstürzen	142
100. Geld besitzt eine Eigendynamik	143

101. Behandeln Sie Ihre Beziehung wie ein Lebewesen . . .	144
102. Unterstützen und respektieren Sie die persönlichen Bestrebungen des Liebespartners	145
103. Gewähren Sie einander Freiraum	146
104. Kämpfen Sie in schwierigen Zeiten um Ihre Beziehung	147
105. Hören Sie auf Ihre innere Stimme	148
106. Die Macht liebevoller Berührungen	149
107. Schalten Sie den Fernseher aus	152
108. Keine Kinder im Bett	153
109. Ein Zuhause für die Sinne	154
110. Umarmen Sie einander	154
111. Sorgen Sie für emotionale Sicherheit	155
112. Meine Herren, vergessen Sie nicht, dass Sie Hände und Finger haben	157
113. Verwandeln Sie Klagen in Bitten	157
114. Rufen Sie sich magische Momente in Erinnerung	160
115. Bringen Sie den Liebespartner zum Lachen	160
116. Freunde und Verwandte sind wichtig	161
117. Lassen Sie den Liebespartner fabulieren, ohne zu korrigieren	162
118. Verbringen Sie Zeit allein	163
119. Verbringen Sie Zeit allein – zu zweit	164
120. Essen Sie oft gemeinsam	165
121. Steht Ihr Liebespartner auf Ihrer Liste ganz oben?	165
122. Fantasievolles Dinner for two	166

123. Wer eine Reise tut ...	167
124. Kleine Fluchten aus dem Alltag	168
125. Sex als Planspiel	168
126. Achten Sie auf Ihren Körper	169
127. Spornen Sie den Liebespartner an, auf sich zu achten	171
128. Ein gepflegtes Äußeres zieht an	171
129. Sorgen Sie für Ihr seelisch-geistiges Wohlbefinden	173
130. Machen Sie Komplimente	174
131. Meine Herren, tun Sie das, was Sie sagen	175
132. Körperkontakt verbindet	176
133. Meine Damen, demonstrieren Sie ihm mit einer Umarmung, dass Sie ihn wollen	177
134. Starten Sie mit Zärtlichkeiten in den Tag	178
135. Suchen Sie nicht nach Problemen	179
136. Kleidungsstücke – nur für vier Augen bestimmt	179
137. Meine Damen, gönnen Sie ihm eine Verschnaufpause, wenn er heimkommt	180
138. Führen Sie keine Fehlerliste	181
139. Freuen Sie sich an den kleinen Dingen	182

Das Spielebuch für perfekte Leidenschaft

140. Meine Damen, Sie sollten wissen, was ihn in Stimmung bringt	185
141. »Liebling, ich hätte heute Abend gern ein Stück Pizza«	186

142. Meine Herren, Sie sollten wissen, was sie in Stimmung bringt	186
143. Meine Herren, Sie sollten wissen, was ihr die Lust raubt	188
144. Meine Herren, sorgen Sie für Verbundenheit	189
145. Meine Herren, zeigen Sie ihr, wie wunderbar Sie ihren Körper finden	190
146. Fotos sagen die Wahrheit	191
147. Meine Herren, Sie sind auch unter Tags gefragt	191
148. Meine Damen, Sie sollten wissen, was ihm die Lust raubt	192
149. Was sind Ihre drei erogenen Topzonen?	193
150. Eine »In/out-Liste« für Ihr Liebesleben	194
151. »Was mir an dir besonders gefällt«	195
152. Beim Vorspiel gilt: Weile statt Eile	195
153. Schnitzeljagd (es geht um <i>ihn</i>)	196
154. Rote Ampel, grüne Ampel (es geht um <i>sie</i>)	197
155. Die Sockenschublade (es geht um <i>ihn</i>)	198
156. Ein Anruf, der alles sagt (es geht um <i>sie</i>)	198
157. Nachricht für ... (es geht um <i>sie</i>)	199
158. Zuschauen erlaubt (es geht um <i>sie</i>)	200
159. Prolog für eine Privatshow	200
160. Tanz ins Glück	201
161. Ein heißer Partyflirt – mit Ihrem Liebespartner	201
162. Lob und Ernte	202
163. Kritik darf nicht wehtun	202
164. Fasten führt zu einem sexuellen Festmahl	203

165. Appetizer – nicht nur aus der Konditorei	204
166. Leidenschaft ohne Kilometerzähler	204
167. Auch Küssen will gelernt sein	205
168. Hören Sie nie auf zu küssen	206
169. Meine Damen, setzen Sie seinen Körper zu Ihrem Vergnügen ein	208
170. Gelegenheit macht Liebe	209
171. So verwandeln Sie einen ruhigen Abend in einen weniger ruhigen	210
172. Meine Damen, machen Sie den Anfang	211
173. Es muss nicht immer das Schlafzimmer sein	212
174. Meine Damen, huschen Sie nach dem Sex nicht gleich ins Bad	213
175. Meine Herren, erhöhen Sie den Einsatz, um ihr Vergnügen zu bereiten	214
176. Erweitern Sie Ihre Bibliothek	215
177. Keine Angst, wenn's klebrig wird	216
178. Bitte nicht immer im gleichen Stil	216
179. Versteckspiel für Erwachsene	217
180. Schweigen ist Gold	217
181. Sex mit verbundenen Augen	218
182. Erfüllung bei behaglichem Sex	218
183. Die besten Stellungen, um ein Baby zu zeugen	219
184. Noch mehr Tipps, um schwanger zu werden	221
185. Sex in der Schwangerschaft	221
186. »Mitternachtssex«	226

187. Wie Paare mit Kindern auf ihre Kosten kommen	227
188. Morgens in Höchstform	228
189. Die »Morgenlatte«	228
190. Liebe am Nachmittag	229
191. »Flüstere mir was Unanständiges ins Ohr«	229
192. Sex unter der Dusche	230
193. Sex in der Badewanne	231
194. Sex im Dampfbad	231
195. Nackt baden	232
196. Sex, wenn Sie nicht in Stimmung sind	232
197. Stimmung lässt sich erzeugen	233
198. Schmökern Sie in erotischen Büchern	234
199. Lesen Sie das <i>Kamasutra</i>	235
200. Schauen Sie sich Erotikfilme an	235
201. Füttern Sie einander	236
202. Köstliche Aphrodisiaka	237
203. Erweitern Sie Ihre sinnlichen Möglichkeiten	238
204. Stimulieren Sie Ihren Geruchssinn	238
205. Nehmen Sie Ihre Liebe mit	239
206. Mehr sehen, mehr erleben	240
207. Verwöhnen Sie Ihre Ohren	241
208. Musik fürs Liebesspiel	241
209. Lassen Sie Berührungen sprechen	242
210. Der »Wirbel«	243
211. Verfeinern Sie Ihren Geschmack	244
212. Verwandeln Sie Ihr Schlafzimmer in ein Liebesnest . . .	244

213. Meine Damen, bereiten Sie das Bett für Ihren Partner	245
214. Weibliche Penisstudien	246
215. Meine Damen, tun Sie ihm den Gefallen	247
216. Meine Herren, lernen Sie sie von Grund auf kennen	247
217. Meine Herren, genießen Sie jeden Zentimeter ihres Körpers	248
218. Meine Damen, genießen Sie den ganzen Mann	249
219. Das überraschende Vergnügen der analen Penetration für ihn	250
220. Meine Herren, helfen Sie ihr, »den Schnellzug zu erreichen«	251
221. Meine Damen, übernehmen Sie die Führung	252
222. Sex an nicht vertrauten Orten	252
223. Sex, wenn andere in der Nähe sind	253
224. Spieglein, Spieglein an der Wand	254
225. Kunst am Körper	254
226. Bitten Sie um ein paar Schläge auf den Po	255
227. Verwöhnen Sie Ihren Liebespartner mit einer Kopfhautmassage	256
228. Sorgen Sie mit einer Massage für Entspannung	256
229. Meine Herren, waschen und bürsten Sie ihr Haar	257
230. Liebesbotschaften im Sandkasten	258
231. Meine Damen, rasieren Sie ihn	258
232. Meine Herren, rasieren Sie sie da, wo es sonst niemand sieht	259

233. Warum Sie Gleitmittel verwenden sollten	259
234. Hilfreiche Tüchlein	260
235. Andere geht Ihr Sexualleben nichts an	261
236. Lachen erlaubt	262

Das Archiv der Klassiker

237. »Ode an Bryan«	265
238. »Eins, zwei, drei«	268
239. »Das raffinierte Y«	270
240. »Korbflechterei«	271
241. Die Kunst, ihr mit dem Mund Vergnügen zu bereiten . .	272
242. Direkt oder im Profil?	273
243. Meine Herren, beim Cunnilingus ist eine variable Zunge gefragt	273
244. Etwas für zartere Blumen	274
245. Die Nase kennt sich aus	275
246. Die Kivin-Methode	275
247. Dick, weich, feucht und warm	277
248. Bitte nicht wie in Pornofilmen	278
249. Ein Tipp fürs Saugen	278
250. Wenn die Zunge müde wird	279
251. Damit der Nacken nicht steif wird	280
252. Lustvolles ABC	280
253. Schau mir in die Augen	281
254. »Ring und Siegel«	282

255. Meine Damen, passen Sie auf die »Stiefkinder« auf . . .	284
256. Meine Damen, klimpern Sie auf dem Frenulum	285
257. Die zehn verschiedenen Arten des weiblichen Orgasmus	286
258. Klitorisorgasmus	287
259. Vaginaler Orgasmus/Muttermundorgasmus	287
260. Orgasmus durch Stimulation des G-Punktes/ der AFE-Zone	288
261. Harnröhrenorgasmus	289
262. Orgasmus durch Stimulation der Brüste/Brustwarzen . .	289
263. Orgasmus durch Stimulation des Mundes	290
264. Analer Orgasmus	290
265. Gemischter Orgasmus	291
266. Zonenorgasmus	291
267. Orgasmus durch erotische Fantasien	292
268. Der Kameramann kann's	292
269. Die vier Stellen, an denen ein Mann »kommen« kann	293
270. Acht Varianten, wie Männer zum Orgasmus kommen	293
271. Analer Sex – Entlarvung von Vorurteilen	294
272. Sauberkeit ist bei analem Sex Priorität	295
273. Ohne Entspannung läuft nichts	295
274. Sechs aus Hundert – die besten Stellungen	296
275. Stellung 1: Frau oben	297
276. Stellung 2: Mann oben	299
277. Stellung 3: Nebeneinander	302

278. Stellung 4: Von hinten	304
279. Stellung 5: Sitzend/kniend	306
280. Stellung 6: Im Stehen	308
281. Meine Damen, beurteilen Sie selbst, wie erregt Sie sind	310
282. Bewusstere Atmung – besserer Sex	310
283. Tantrische Techniken des sexuellen Vergnügens	311
284. Die »Hirsch-Übung« für den Mann	314
285. Der Trick mit dem Waschlappen	317
286. Mehrfache Orgasmen beim Mann	317
287. Mehrfache Orgasmen bei der Frau	319
288. Muskeltraining für Ladies	320
289. Trainingsgeräte für Ladies	321
290. Hüftkreise	322
291. Meine Damen, saugen Sie ihn in sich auf	324

Erotische Fantasien für perfekte Leidenschaft

292. Geben Sie sich gegenseitig die Erlaubnis, Ihre erotischen Fantasien zu diskutieren	327
293. Gestehen Sie eine erotische Fantasie, die Sie bisher nicht auszusprechen wagten	328
294. Welches Gefühl schürt Ihre erotische Fantasie	329
295. Erlauben Sie sich künstlerische Freiheit	329
296. Dominanz/Unterwerfung	330
297. Voyeur/Exhibitionist	331

298. Ménage à trois	332
299. Swingen	333
300. Meine Damen, lassen Sie ihm den Spaß an der Verkleidung	334
301. Ein Mann für gewisse Stunden	335
302. Prostituierte und Freier	335
303. Offizier und Lady	336
304. Telefonsex	338
305. »Papa, ich war böse«	338
306. Verführerisches Schulmädchen	339
307. Der willenlose Patient	340
308. »True Lies«	340
309. »Verdammt in alle Ewigkeit«	341
310. »Bull Durham«	342
311. Obszöne Bemerkungen	343
312. Schreiben Sie Ihr eigenes erotisches Drehbuch	344
313. Entdecken Sie Spielzeug, um Ihr Liebesspiel zu bereichern	345
314. Gleitmittel für grenzenlosen Spaß	346
315. Vibratoren – für innen und außen	347
316. Bondage Light	351
317. Sinnes- und Geschmacksverstärker	352
318. Dildos	352
319. Geformtes Spielzeug aus Gummi	353
320. Analspielzeug	355
321. Penisgeschirr	356

322. Achtung Kamera! 357
323. Legen Sie ihm Ihre Perlenkette um 357

Häufig gestellte Fragen und neue Informationen zum Thema Sex

324. Wie stelle ich fest, ob meine Partnerin
den Orgasmus nur vortäuscht? 361
325. Wie sage ich es meinem Partner, dass ich
den Orgasmus vorgetäuscht habe? 363
326. Wie kann ich beim Geschlechtsverkehr
zum Orgasmus kommen? 364
327. Es ist mir peinlich, meinem Mann zu sagen,
dass ich sexuelle Fantasien habe. Ist mit mir
irgendetwas nicht in Ordnung? 366
328. Worin besteht der Unterschied zwischen
einer sexuellen Fantasie und einem Fetisch? 367
329. Wie kann ich erotische Fantasien in meine
Beziehung einbringen? 368
330. Wie kann ich mir sicher sein, dass ich beim
oralen Sex gut schmecke und rieche?
Ich habe Angst, meinen Freund abzutörfen. 370
331. Ich mache mir Gedanken, ob mein Sperma
zu intensiv schmeckt. Wie lässt sich das feststellen? . . . 371
332. Mein Partner hat Probleme, seine Erektion
aufrechtzuerhalten, wenn er mich oral befriedigt.
Was kann ich tun? 372
333. Wie kann ich es erreichen, dass meine Frau
mich öfter oral befriedigt? 373

334.	Wie kann ich einen G-Punkt-Orgasmus bekommen? . .	374
335.	Ich würde gern öfter analen Sex haben. Warum stehen manche Menschen eigentlich darauf?	375
336.	Was hat es zu bedeuten, wenn sie/er Spielzeug einsetzen möchte?	377
337.	Wie oft sollte man Sex haben? Mein Mann möchte mindestens einmal am Tag mit mir schlafen, aber ich bin oft zu müde.	377
338.	Wann sollte ich mit meinen Kindern über Sex reden? .	378
339.	Was ist weibliche Ejakulation?	379
340.	Ejakulieren alle Frauen?	379
341.	Ich möchte eine neue Position ausprobieren. Wie schlage ich das am besten vor?	380
342.	Warum verwendet meine Freundin einen Vibrator? . . .	381
343.	Wird meine Freundin durch die Verwendung eines Vibrators gegenüber meinen Berührungen weniger empfindlich?	381
344.	Wo bekomme ich Sexspielzeug?	382
345.	Könnte Spielzeug zu einem Störfaktor unseres Liebeslebens werden?	382
346.	Ich hätte es wahnsinnig gern, wenn meine Frau beim oralen Sex schlucken würde. Wie kann ich das Thema ansprechen?	383
347.	Mein Mann möchte mit mir erotische Filme ansehen. Heißt das, mit unserem Sexleben ist etwas nicht in Ordnung?	384
348.	Mein Mann behauptet, es sei normal, dass er masturbiert. Stimmt das?	384



Lou Paget

Die perfekte Leidenschaft

365 Tipps und Techniken, die sie und ihn verrückt machen

Taschenbuch, Broschur, 416 Seiten, 12,5 x 18,3 cm

ISBN: 978-3-442-16565-0

Goldmann

Erscheinungstermin: September 2005

Lust auf mehr Lust? Wer sich nicht damit abfinden mag, dass es im Bett mit den Jahren immer ruhiger wird und Routine die prickelnde Erotik der Flitterwochen ablöst, muss den neuen Sexratgeber von Lou Paget lesen und ihre 365 aufregenden Tipps und Techniken ausprobieren. Auf ihre unverwechselbare, erfrischende Art erklärt Lou, was Paare, die ein Leben lang heißen Sex miteinander haben, anders machen als andere, und regt mit ihren wahren Geschichten zum Nachmachen an.

Jeden Tag wartet ein heißer Tipp der fragten Sexpertin auf die Leserinnen und Leser, mit dem die Flamme der Leidenschaft (wieder) angefacht wird: zum Beispiel wie man auch im Alltag eine lustvolle Atmosphäre schafft, wie man den Partner mit überraschenden Tricks wieder so richtig scharf macht, oder wie man gemeinsam die geheimsten sexuellen Fantasien auslebt. Denn Vertrauen und Vertrautheit einer langen Partnerschaft sind eine ideale Voraussetzung für atemberaubenden Sex.