

Bärbel Mohr

*Sex wie auf Wolke 7*

**Eine Gebrauchsanweisung**

## **Inhalt**

Vorwort	7
Was habe ich davon? –	
Die Einleitung für Männer	9
Sex oder Schokolade –	
Die Einleitung für Frauen	13
<b>1. Wo sind die harmonischen Gefühle geblieben?</b>	<b>17</b>
Unsere jahrhundertealte Prägung	18
Leistungsstress beim Sex	23
<b>2. Wolke-7-Sex praktisch</b>	<b>31</b>
Wie finde ich »es« wieder?	31
Die Nullrunde	33
Das Wolke-7-Sex-Vorspiel	35
Von null zur Bewegung –	
Die Energie erwacht	42
<b>3. Erste Erfahrungen mit der Nullrunde</b>	<b>47</b>
Sich bewegen lassen	50
Langeweile	52

Die feine Energie	54
Was Wolke-7-Sex bewirken kann	56
Langsamkeit heilt	58

#### **4. Wozu wir die Energie verwenden können** **65**

Spielen mit der Energie	65
Gesunde Kinder bei der Zeugung einladen	68
Die Turbomethode zur Umprogrammierung alter Muster	74

#### **5. Das Wichtigste im Überblick** **82**

#### **6. Erste Erfahrungen völlig verschiedener Art** **87**

#### **7. Grundsätzlich wichtige Erkenntnisse über Beziehung** **104**

Der Irrtum: Bei allen anderen läuft's prima	104
Die Mann-Frau Beziehung	107
Sex und die Partnerschaft	115

Anhang