

## Kapitel 1

### ZERBROCHEN: Gib deiner Liebe nochmals eine Chance

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| 1. ELIMELECH – DER KÖNIGLICHE DICKSCHÄDEL | 12 |
| 2. NOOMI – DIE LIEBLICHE, DIE WONNE       | 18 |
| 3. ORPA – DIE ZURÜCKGEKEHRTE              | 21 |
| 4. RUTH – DIE HINGEGEBENE, DIE FREUNDIN   | 22 |

## Kapitel 2

### SINGLE: Auf der Suche nach dem Partner des Lebens

|                                        |    |
|----------------------------------------|----|
| 1. SEHNSUCHT NACH GUTEN FREUNDSCHAFTEN | 32 |
| 2. SEHNSUCHT NACH GOTT                 | 37 |
| 3. SEHNSUCHT NACH DEM HIMMEL           | 42 |

## Kapitel 3

### VERLIEBT: Flirten, bis sich die Balken biegen

|                                          |    |
|------------------------------------------|----|
| 1. BOAS, DER GLÜCKLICHE SINGLE           | 48 |
| 2. DIE SONNENSEITE DES SINGLE-LEBENS     | 50 |
| 3. DIE SCHATTENSEITEN DES SINGLE-LEBENS  | 50 |
| 4. DER FRÜHLING IST DA                   | 52 |
| 5. EIN SOLIDER CHARAKTER ÜBERZEUGT IMMER | 54 |
| 6. ICH HABE WAS ZU VERSCHENKEN           | 57 |
| 7. SCHAFFE KLARE VERHÄLTNISSE            | 60 |

## Kapitel 4

### PARTNERWAHL: Das ist mein Traumpartner

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| 1. ES KNISTERT                   | 65 |
| 2. BREZEL DICH AUF!              | 68 |
| 3. NUTZE DEN RICHTIGEN ZEITPUNKT | 69 |
| 4. GEHE EIN RISIKO EIN!          | 70 |
| 5. WERDE KONKRET!                | 71 |
| 6. NIMM EINE NIEDERLAGE IN KAUF! | 73 |
| 7. WÜRDIGE DEN MUT!              | 73 |

|                              |    |
|------------------------------|----|
| 8. BLEIB DEINEN WERTEN TREU! | 74 |
| 9. LASS LOS!                 | 77 |
| 10. VERTRAUE!                | 78 |

## Kapitel 5

### «DATING»:

#### Ich habe die große Liebe meines Lebens gefunden 79

|                                                   |    |
|---------------------------------------------------|----|
| 1. REALISTISCH KENNENLERNEN                       | 81 |
| 2. DATING – RESPEKTVOLLER RAHMEN ZUM KENNENLERNEN | 88 |
| 3. EINE MUTIGE ENTSCHEIDUNG TREFFEN               | 95 |

## Kapitel 6

### FINANZEN: Wir wären so gerne Millionäre! 97

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| 1. NUTZE DEINE MÖGLICHKEITEN | 99  |
| 2. ERSTELLE EIN BUDGET       | 101 |
| 3. HAPPY BUDGET              | 102 |

## Kapitel 7

### HEIRATEN: Wir trauen uns 113

|                                                |     |
|------------------------------------------------|-----|
| 1. ACHT SCHLECHTE GRÜNDE, WARUM VIELE HEIRATEN | 114 |
| 2. DER LIEBESTEST                              | 117 |
| 3. GEDANKEN AN DIE VERLOBUNG                   | 118 |
| 4. BITTE UM DIE HAND DEINER BRAUT              | 119 |
| 5. ZELEBRIERE DEINE VERLOBUNG                  | 120 |
| 6. DIE PHASEN DER VERLOBUNGSZEIT               | 122 |
| 7. DIE HOCHZEIT                                | 124 |

## Kapitel 8

### SEXUALITÄT: Gottes geniale Idee 131

|                                          |     |
|------------------------------------------|-----|
| 1. DEINE SEXGESCHICHTE                   | 132 |
| 2. LIEBESKILLER ADE                      | 133 |
| 3. DU TÖRNST MICH AN                     | 135 |
| 4. WAS MEINE SINNLICHEN BEDÜRFNISSE SIND | 136 |
| 5. KREATIVITÄT MACHT SPASS               | 136 |

|                                           |     |
|-------------------------------------------|-----|
| 6. ÜBUNG MACHT DEN MEISTER                | 137 |
| 7. HORMONELLE VERDRAHTUNG                 | 138 |
| 8. VISUELLE ORIENTIERUNG                  | 138 |
| 9. KULTURELLE PRÄGUNG                     | 139 |
| 10. DIE DREI TOP-BEDÜRFNISSE DER FRAUEN   | 139 |
| 11. DIE DREI TOP-BEDÜRFNISSE DER MÄNNER   | 141 |
| 12. DU BIST HEISS                         | 143 |
| 13. EINFACHE GRATISTIPPS ZU KRITIKPUNKTEN | 144 |
| 14. LADE GOTT IN DEINE SEXUALITÄT EIN     | 145 |

## Kapitel 9

### EHE: So aufregend kann Liebe sein

|                                                  |     |
|--------------------------------------------------|-----|
| 1. DIE SECHS PHASEN EINER EHE                    | 147 |
| 2. ICH BIN DANKBAR FÜR DICH                      | 149 |
| 3. ICH SCHÄTZE DEINE UNTERSCHIEDLICHE ART        | 152 |
| 4. ICH VERSÜSSE DEIN LEBEN MIT KOMPLIMENTEN      | 153 |
| 5. ICH GENIESSE JEDE SEKUNDE MIT DIR             | 155 |
| 6. DU BIST SO INTERESSANT                        | 156 |
| 7. DU LÄSST MEIN HERZ NOCH IMMER HÖHER SCHLAGEN! | 158 |

## Kapitel 10

### KIDS: Ein Erbe hinterlassen

|                                           |     |
|-------------------------------------------|-----|
| 1. KINDER SIND EIN ERFRISCHENDES GESCHENK | 165 |
| 2. KINDER MACHEN ENORM SPASS              | 167 |
| 3. KINDER WÜNSCHEN SICH VORBILDER         | 170 |
| 4. KINDER SEHNEN SICH NACH LIEBE          | 173 |