

Inhaltsverzeichnis

Danksagung	9
Vergiss alles, was du über Männer, Frauen, Liebe und Sex denkst!	11
Wenn du nicht selbst für dein Glück sorgst, tuts keiner!	22
Die enttäuschte Göttin – erst angepasst, dann angepisst	29
Der liebe Gott war mal eine Frau	29
Lange Haare, kurzer Verstand?	32
Warum Frauen immer noch an zweiter Stelle kommen ..	35
Finde deinen Knacks – und lerne, ihn zu lieben!	45
Der Ort, an dem vieles sichtbar wird: das Schlafzimmer	50
Können Sie mir etwas gegen schlechten Sex verschreiben?	52
Warum bereits das Frühstück unser (Liebes-)Leben beherrscht	54
Dein Mann würde alles für dich tun, wenn er nur wüsste, was du dir wünschst!	60
Was wäre die beste Version deiner selbst?	63
Es reicht nicht zu wissen, was du willst – frag dich lieber, wer du bist!	63
Wie liebt und lebt es sich außerhalb vom Hamsterrad? ..	66
Wer bist du, wenn du wirklich »du« bist?	69
Was Menschen motiviert, sie selbst zu werden	72
Neugier macht den Unterschied	76
Die heimlichen Herrscherinnen	82
Dressierte Männer	82
Topping from the bottom	88
Männer sind Schweine? Frauen auch!	91

Die Top 6 der Frauengemeinheiten	96
Die Sache mit dem Unterton	104
Du bist nicht dein Rucksack	109
Wahre Liebe lässt sein	111
Frau sein ohne Kompromisse – dein Körper gehört dir!	115
Das verklemmte 21. Jahrhundert	115
Mach die Augen zu und denk an England!	121
Die brave Tochter und weitere Rollen, die nicht zu uns passen	123
Warum das Thema »Sex« gerade für Frauen so bedeut- sam ist	127
Warum Männer dicke Frauen lieben	132
Wahre Schönheit und warum keine Kamera sie abbilden kann	138
Der radikale Break: ab heute nie wieder schlechten Sex	141
Die männliche Kraft gibt, die weibliche Kraft nimmt	142
Warum die Frau beim Sex vergessen wurde	145
Frag nicht deinen Kopf. Frag deinen Körper und deine Sinne!	151
Wir sitzen unsere Sexualchakra platt und diskutieren dann über guten Sex	154
Das Fundamentalste, was wir über Sex denken, ist eine Lüge	159
Eigentlich wollen Frauen, dass sich die Welt nach ihnen richtet	163
Die Frau versucht, es dem Mann recht zu machen. Dadurch bekommt der Mann garantiert den schlechtesten Sex seines Lebens.	165
Wenn Frauen für Sex bezahlen würden, wäre vieles anders	169
Hier geht es schon los: Ich will einen reichen Mann	169

Es wird Zeit, das Muster »reicher Mann sucht schöne Frau« endlich zu sprengen!	173
Heute kaufe ich mir Sex. Und vorher geh ich zum Fri- seur	177
Liebe und Beziehungen jenseits der Geschlechter	184
Als Frau mal aus der Rolle fallen: Unterwerfung light ...	190
Ekstase im Kontrollverlust	193

Wahre Gentlemen sind im Service für Frauen – auch im Bett	200
Slow Sex und das Ende des Rammelns	200
Fast Food oder Fünf-Gänge-Menü	207
Wenn Amors Pfeil nicht schießt, sondern streichelt	211
»Wir sind fast monogam« – die neue Verhandlungsmoral in Beziehungen	215

Das Katapult in dein neues Leben	220
Welche Kompromisse machst du noch in deinem Leben?	220
Tue, was du liebst und liebe, was du tust – was du von deinen Kindern lernen kannst	223
»Frau zu sein war wesentlich komplexer« – Leben aus beiden Perspektiven	227
»Mach das Beste draus« ist keine Option mehr	239
Warum Wut vor Mut kommt und was man sonst noch fürs Sterben braucht	243
Willst du die rote oder die blaue Pille? Ausstieg aus der Matrix	248

Warum es nicht egal ist, wen du heiratest	255
Selbstverwirklicht lieben und leben	255
Was echte Power Couples auszeichnet	259
Ausstieg aus der Gewöhnlichkeit	271

Wahre Freiheit – heute komme ich zuerst	275
Hundertprozent Ich	275
Was dich erwartet: Kontrollverlust, Risiko, Neuanfang	280
Ab heute keine Kompromisse mehr!	280
Weiterführende Links	282
Weitere Empfehlungen	283
Weiterführende Literatur	284