

Wie man sich bettet , so liegt man!

Bin ich schon bereit mit meinem Partner zusammenzuziehen? Gibt es für unsere Beziehung eine harmonische Zukunft? Passen unsere Lebenspläne zusammen, oder werden wir uns in ganz verschiedene Richtungen entwickeln? Für solche und noch viele andere Fragen, die uns beschäftigen, wenn wir über unsere Partnerschaft nachdenken oder vor Entscheidungen stehen, die unser Leben verändern, gibt es unzählige Ratgeber. Diese werfen jedoch meist noch mehr Probleme auf und verunsichern einen, anstatt für mehr Klarheit zu sorgen. Nicht so das vorliegende Buchlein von Evany Thomas, welches dem Thema Partnerschaft mit viel Humor, Frische und einem gewissen Augenzwinkern begegnet.

In "Die geheime Sprache des Schlafens" werden mittels charmanter Strichzeichnungen 39 Schlafpositionen vorgestellt und deren tiefergehende Bedeutung vor allem im Hinblick auf ein harmonisches Miteinander mit dem Partner erklärt. Beim Durchblättern lässt sich schnell herausfinden, ob man eher zu den Sonnen-, Wind-, Meeres- oder Waldschläfern gehört. Sonnenpaare beispielsweise wenden sich immer der gleichen Seite des Bettes zu und haben mit "Löffelchen", "Sicherheitsgurt" und "Rodelschlitten" verschiedene Positionen zur Auswahl, welche ihren Bedürfnissen nach einer erholsamen Nachtruhe entsprechen.brigens sind für Paare, die gerne vor dem Einschlafen gemeinsam fernsehen, Sonnenstellungen ideal. Partnern, die ihre persönliche Freiheit schützen, sind die verschiedenen Schlafpositionen des Meeresschläfers anzuraten. Als "Synchronschwimmer", "Pöppchengirlande" oder "Cliffhanger" kommt man so gut durch die Nacht.

Zusätzlich zur Beschreibung der einzelnen Schlafpositionen, welche durch die Illustrationen von Amelia Bauer anschaulich dargestellt werden, sodass sie leicht im heimischen Bett nachgeahmt werden können, gibt es noch eine Legende, die neben hilfreichen Hinweisen vor allem zum Schmunzeln anregt. So ist die "Reißverschluss"-Stellung nicht nur für Menschen geeignet, die den ganzen Tag auf den Beinen sind, sondern auch für Schnarcher empfehlenswert. Morgenmuffel sollten die "Feuerwehrmann"- oder die "Treppchen"-Position wählen, um morgens frischer in den Tag zu starten. Und Menschen mit Magenbeschwerden wird angeraten, die "Jojo"- oder die "Brot und Butter"-Stellung mal auszuprobieren, um ihre Verdauungsprobleme im Schlaf zu lindern.

"Die geheime Sprache des Schlafens" verrät mehr über die Befindlichkeiten von Paaren, als man auf den ersten Blick erwartet. Es hilft auf humorvolle Weise die eigene Wohlfühlzone zu bestimmen und mit dem Partner abzustimmen. Auch das Experimentieren wird empfohlen, um neuen Schwung in die Beziehung zu bringen und sich gemeinsam weiterzuentwickeln. Das charmante, liebevoll gestaltete Buchlein lädt zum gemeinsamen Durchblättern und Schmunzeln ein, sodass man sich um unterhaltsame und abwechslungsreiche Abend- sowie Nachtstunden mit dem Partner keine Sorgen mehr machen muss.

Kathrin Grimm 30.08.2010

Quelle: [www.literaturmarkt.info](http://www.literaturmarkt.info)