



LÁSKA A VZTAHY 17. 12. 2019

10 rad, díky kterým bude váš milenecký vztah stále plný lásky a vzrušení

Každý milenecký vztah, který má být pevný a odolný, není založený jen na lásce, ale především na důvěře. Svému protějšku musíte důvěřovat, jinak se...

Milenecký vztah, to jsou pocity vzrušení při každém pohledu nebo dotyku. Každodenní těšení se na další rande. To vše můžete zažívat i po několika letech vašeho vztahu. Je pouze potřeba vědět, jak vztah neustále přiživovat.

Usnout na vavřínech a nechat si proklouznout lásku mezi prsty, nechce nikdo. Poradíme vám, jak si milenecký vztah udržet. A i nadále jej mít plný lásky, vzrušení a krásných chvil.

Milenecký vztah je založený na důvěře

Každý **milenecký vztah**, který má být pevný a odolný, není založený jen na lásce, ale především na důvěře. Svému protějšku musíte **důvěřovat**, jinak se vám v hlavě budou míti myšlenky, které budou milenecký vztah postupně nahlodávat. [Pak už není daleko k partnerské krizi](#).

A jak si důvěru získat? Mluvte spolu a proměňujte slova v činy. Také se nebojte ukázat svou zranitelnost a **hovořte o svých pocitech**. Pečlivě váš **milenecký vztah** udržujte.

5 tipů na skvělý milenecký vztah pro muže

Na muže i na ženy se musí trochu jinak, jelikož každé pohlaví slyší na něco trochu jiného. Co by měli dělat muži, aby si **udrželi se ženou jiskřící milenecký vztah**?

Naslouchejte jí

Ženám je potřeba **naslouchat a věnovat čas** i trpělivost všemu, co vám říkají a co je zajímavé. I když se vám to někdy zrovna nehodí, neodmítejte ji vyslechnout. Tím také získáte mnohem lepší představu o tom, co si přeje, na co myslí anebo naopak co ji trápí. To vám **pomůže při komunikaci a upevnění vztahu i důvěry**. I pro to, abyste udrželi svůj milenecký vztah.

Rozmazlujte ji

Každý žena touží být **jednou za čas rozmazlována**. Nemusí dostávat každý den brilianty nebo drahé parfémy. Muži si občas rozmazlování pletou s co nejdražšími dárky. To ale většina žen nepotřebuje a ani nechce. V čem tedy spočívá ono rozmazlování? Stačí, když ženě jednou za čas **namasírujete v posteli nohy** anebo ji při filmu poškrabete na zádech. Takové rozmazlování nic nestojí a udělají na ženu mnohem větší dojem. Žena bude cítit, že je skutečně milovaná a že vám na ní záleží.

Nelžete jí

To poslední, co ženy chtějí, je lhaní a nevěra. Buďte ke své drahé polovičce upřímní dokonce i v tom, zda jí nějaký kousek oblečení sluší nebo ne. Mnohdy je **těžké říci pravdu**, ale ženy to ocení. Pravda je sice někdy trpká, ale pokud si chcete udržet zdravý milenecký vztah, tak pak je **pravdomluvnost správná cesta**.

Překvapujte ji

Malá překvapení udělají s ženou divy. A nemysleme jen překvapení v posteli. Zkuste ji jednou za čas překvapit nějakou maličkostí. Například ji **napusťte vanu**, připravte jí něco dobrého k snědku anebo si vezměte na dobrý drink. [Můžete jí i složit básničku](#), je to čistě na vás. Rozhodně však zapomeňte na ten typ překvapení, které ženu vylekají. Žádná žena určitě netouží po překvapení ve stylu jiné ženy v ložnici, že?



Oddávejte se něžnému milování

Ideální milenecký vztah vyžaduje také něžné milování. Většina žen má mnohem raději, když je **muž citlivý a všímavý**, a to především za dveřmi ložnice. Udělejte si proto alespoň dvakrát za měsíc čas

na romantické milování se vším všudy. **Zhasněte, zapalte svíčky** a do sklenek nalijte dobré víno. Uvidíte, že krásné milování je jeden ze způsobů, jak milenecký vztah udržet stále žhavý.

5 tipů na stále vzrušující milenecký vztah pro ženy

A na co by měly myslet naopak ženy, aby byl váš **vztah s partnerem** pořád jako nový a vzrušující?

Chvalte ho

Každý muž, i když to nepřizná, chce být **v očích ženy vnímán jako hrdina**. Proto byste měli svého muže jednou za čas pochválit, a to klidně i za drobné věci, které pro vás dělá. Uvařil dobrý oběd anebo když složil skříň? Chvalte slovně i třeba polibkem. Muž bude spokojený a vy taktéž.

Překvapte ho

I muži mají rádi překvapení, a ne vždy se musí týkat postele. Překvapení například spočívá i v tom, že se **jinak nalícíte, oblečete si na sebe něco vyzývavějšího** anebo si uděláte jiný účes. Pokud je muž alespoň trochu všímavý, pak bude i z takových malých změn nadšený. Přeci jen přinášíte do vztahu těmito maličkostmi **nový vítr a náboj**.

Poznejte jeho tužby

Ptejte se, vyzvídejte a komunikujte. Zajímejte se o to, **jaké má váš partner představy**, co by ho v ložnici potěšilo a co se vám stydí třeba i navrhnout. Snažte se být otevřené a **vyslechněte jeho touhy**. Neznamená to však, že byste měla přistoupit na vše. Buďte k partnerovi upřímná a pokud se vám něco nezamlouvá, ozvěte se. Upřímnost je pro [kvalitní a šťastný milenecký vztah](#) skutečně důležitá.

Dejte mu čas

Každý z nás občas potřebuje čas sám na sebe. Utřídit si myšlenky anebo si prostě a jednoduše odpočinout. Nezaslívejte svému protějšku, pokud chce zajít s **přáteli na pivo bez vás** anebo pokud má některé koníčky, které s vámi nechce sdílet. Když mu důvěřujete, nemusíte se obávat, že by bez vás podnikl něco nekalého.

Řešte věci v klidu

Když se vyskytne nějaký problém, snažte se jej **společně vyřešit v klidu a s chladnou hlavou**. Některé ženy, stejně jako i někteří muži, jednají v afektu. Někdy mají také jasnou představu o své neomylnosti a nevidí věci objektivně. Zkuste si s partnerem o každém problému promluvit bez předsudků a s klidem.