

# 101 Wege deine Frau zu lieben.

1. Nimm dir jeden Abend eine Stunde Zeit, um allein mit deiner Frau zu sein. Sprich darüber wie der Tag lief. Macht Witze miteinander. Pfligt eure Freundschaft. Sprecht ehrlich über das, was in eurem Leben vorgeht. Helft einander. Ermutigt einander. Betet zusammen. Mache Urlaub mit deiner Frau ohne Kinder, ohne Arbeit, ohne dein Handy und den Laptop.
2. Mache Urlaub mit deiner Frau ohne Kinder, ohne Arbeit, ohne dein Handy und den Laptop.
3. Nimm etwas von deinem Budget und gebrauche es um deine Frau zu daten.
4. Nimm an einer Hochzeit teil. Sitze in der letzten Reihe und gebrauche die ganze Zeit um deiner Frau Erinnerungen an deine Hochzeit ins Ohr zu flüstern.
5. Verbringt einen Abend damit, darüber nachzudenken, was ihr schon alles gemeinsam durchgemacht habt, und wie Gott euch in all dem beigestanden ist.
6. Verbringt einen Abend damit an eurem Kuss zu arbeiten. Lerne wieder neu deine Frau überall zu küssen
7. Widmet einen Abend der Woche und lest zusammen ein gutes Ehebuch.
8. Kürze deinen Terminplan und gebrauche die Zeit um deine Frau zu daten.
9. Plane ein Indoor-Picknick. Leg eine Picknick-Decke in eurem Wohnzimmer aus. Öffne eine Flasche Wein und ein biete ein paar leckere Sachen an, die man mit der Hand essen kann.
10. Wähle ein Wochenende an dem du auf die Kinder aufpasst und schicke deine Frau zu einem Erholungswochenende.
11. Schlaft doch mal nackt nebeneinander.
12. Findet ein verheiratetes Ehepaar, deren Ehe kriselt. Adoptiert sie für 5 Monate. Geht einmal im Monat gemeinsam aus und begleitet sie in dem Prozess heil zu werden in ihrer Ehe. Dies wird auch eurer Ehe helfen, mehr als ihr euch vorstellen könnt.
13. Nach dem nächsten Ehekrach, mach du den ersten Schritt
14. Bete für deine Frau. Bete für sie jeden Tag.
15. Erinnerere deine Frau an das Evangelium.
16. Wiederhole ein Date, an das ihr euch beide erinnert. - Denk an ein besonderes Date, das euch beiden etwas bedeutet, wo ihr euch zu erst getroffen habt oder wo du ihr den Antrag gemacht hast.
17. Mache eine Liste von 10 Dingen, die deine Frau gerne tut. Jedes Mal, wenn du deine Frau ausführst, macht doch eines dieser Dinge an eurem Abend.
18. Wählt ein neues Hobby miteinander. Tut etwas neues, von dem ihr beide begeistert seid.
19. Treib Sport mit deiner Frau. Schwitzt gemeinsam.
20. Nenne deiner Frau die Gründe, warum sie dein bester Freund ist. Sprich danach mit deine Frau über einen Bereich eurer Freundschaft an dem du arbeiten und den du entwickeln willst.

21. Sage deiner Frau, dass sie wunderschön aussieht, und bringe deinen Kindern bei es ebenso zu tun.
22. Verbringt einen Abend damit euch zu lieben und lest dabei Das Hohelied von Salomo.
23. Stelle sicher, dass ihr in einem Hauskreis seid, unterwegs auf einer Mission in einer gesunden Gemeinde, in der das Evangelium gepredigt wird.
24. Macht das klassische Date. Führe deine Frau zum Essen aus und schau mit ihr den Kinofilm, den sie sehen will.
25. Tanze mit deiner Frau. Gebrauche dein Wohnzimmer, deinen Garten, oder geht in einen Club.
26. Schau in der Lokalzeitung nach kostenlosen Date-Ideen. Konzerte im Park, Jazz-Abende im lokalen Club, usw.
27. Bring deine Frau zum Lachen. Werde gut darin Dinge zu sagen und zu tun, die deine Frau zum Lachen bringen.
28. Kauf deiner Frau als Zeichen deiner Liebe Blumen. Es muss nicht immer ein teurer Strauß vom Floristen sein.
29. Frage deine Frau regelmäßig folgende Fragen: Wie geht es dir? Was fühlst du?
30. Wie gehts dir in deine Beziehung zu Jesus? Wie kann ich dich und die Familie besser lieben? Wie kann ich für dich beten? Gibt es irgendwelche Änderungen, die wir vornehmen müssen?
31. Bitte deine Frau dir auch regelmäßig diese Art von Fragen zu stellen.
32. Kitzle deine Frau.
33. Nimm deine Frau mit auf die Bowlingbahn. Sei geduldig und freue dich mit ihr, wenn die Kugel ein paar Pins um wirft.
34. Kritisiere deine Frau weniger. Mache ihr mehr Komplimente.
35. Markiere den Geburtstag deiner Frau, deinen Hochzeitstag und Muttertag in deinem Kalender und nimm dir vor, diese Tage besonders zu gestalten.
36. Sprich mit deiner Frau über ihre Freundschaften. Frage sie danach, wie es steht um die Beziehungen zu ihren Freunden. Bete für ihre Freundschaften.
37. Informiere dich über die Termine von Flohmärkten. Wenn die Zeit dann dran ist, mach deiner Frau doch den Vorschlag einen Flohmarkt zu besuchen.
38. Bete Gott mit deiner Frau an.
39. Bereite deiner Frau das Abendessen vor.
40. Denk an eine Sache, die deine Frau als Mädchen niemals hatte und geb ihr das.
41. Schreib deiner Frau eine Liebesnotiz. Sage ihr immer wieder, was sie dir bedeutet.
42. Massiere deine Frau.
43. Bereite deiner Frau einen Orgasmus.
44. Tu etwas mit deiner Frau, vor dem ihr beide Angst habt.

45. Steck deine Frau ins Bett. Küss sie. Bete über sie. Streichel ihr Haar während sie einschläft.
46. Verbringt einen Abend zusammen, indem ihr die Sterne bestaunt und über die Träume spricht, die ihr für eure Zukunft habt.
47. Achte darauf, welchen Film deine Frau gerne mal mit dir schauen will. Schlag ihr diesen doch beim nächsten freien Abend vor.
48. Lade deine Frau ein, dich auf der Arbeit zu besuchen, dass sie deine Arbeitswelt kennenlernen kann und besser versteht, womit du zu tun hast.
49. Mach deiner Frau Komplimente zu ihrer inneren Schönheit.
50. Mach deiner Frau Komplimente zu ihrer äusseren Schönheit.
51. Nimm an einem Wettbewerb mit deiner Frau teil: Ein Laufwettbewerb, ein Kuchenback-Wettbewerb, ein Tanzwettbewerb. Tu etwas mit deiner Frau, bei dem ihr euch mit anderen messen könnt.
52. Bring deiner Frau das Frühstück ans Bett.
53. Wählt im nächsten Monat ein Buch der Bibel und studiert es gemeinsam. Nehmt euch 20 Minuten an einigen Abenden in der Woche und lest, diskutiert und betet durch ein kürzeres Buch der Bibel, zum Beispiel Epheser oder Philipper.
54. Kehrt zu euren Wurzeln zurück. Besucht den Ort wo du und deine Frau aufgewachsen sind. Lernt mehr über den Hintergrund des Anderen.
55. Sage deiner Frau, wie sehr du dich auf sie verlässt und wie sehr du sie brauchst. Teile ihr mir mit, wie viel es dir bedeutet, wenn sie dir nachgeht.
56. Bete mit deiner Frau.
57. Verliere einen Ehekampf. Lass deine Frau gewinnen.
58. Erzähl deiner Frau, was in dir vorgeht - wovor du Angst hast, wovon du begeistert bist, und wo du Hilfe brauchst.
59. Mach deiner Frau ein Schaumbad. Sie soll alles stehen und liegen lassen und reinhüpfen. Abhängig von ihrer Stimmung, hüpf doch mit ihr rein.
60. Überrasch deine Frau, in dem du die Wohnung putzt während sie zum Einkaufen weg ist.
61. Mach deiner Frau ein handgemachtes Geschenk irgendeiner Art.
62. Beobachte deine Frau diese Woche ganz genau, und stelle eine Liste zusammen von all den liebenswerten Eigenschaften die deine Frau an den Tag legt. Besprich diese Liste am Ende der Woche mit deiner Frau und sage ihr, wie sehr du sie wertschätzt in dem was sie ist und noch werden wird.
63. Halte oft die Hand deiner Frau, in der Öffentlichkeit und zu Hause.
64. Sage deiner Frau, dass du sie liebst.
65. Sage, deiner Frau, dass Jesus sie noch mehr liebt als du.
66. Verbringt einen Abend zusammen in dem ihr nackt, ein Bibelstudium über Sprüche 5,18-19 macht. *„Dein Brunnen sei gesegnet; freu dich der Frau deiner Jugendtage, der lieblichen Gazelle, der anmutigen Gämse! Ihre Liebkosung mache dich immerfort trunken, an ihrer Liebe berauscht dich immer wieder!“*

67. Verschreibe deiner Frau einen Tag „Bettruhe“. Bring sie dazu einen Tag Auszeit zu nehmen, zu entspannen und nichts produktives zu tun.
68. Wählt eine Fernsehshow die du und deine Frau lieben und schaut sie zusammen jede Woche.
69. Macht euch mit Wein vertraut. Wenn du und deine Frau beide Alkohol trinken, beginnt damit zusammen Dinge über Wein zu lernen. Probiert jede Woche verschiedene Weine und findet heraus, welche Art von Wein ihr beide mögt.
70. Überrasch deine Frau, indem du ein Abo einer Zeitschrift bestellst, die deine Frau gerne liest.
71. Ruf deine Frau mitten am Tag an, nur um ihr zu sagen: „Ich liebe dich.“
72. Gib deiner Frau eine Fussmassage.
73. Sag die Arbeit für einen Tag ab und unternimm etwas besonderes mit deiner Frau.
74. Pass auf die Kinder auf, während du deine Frau ins Cafe schickst um eine oder zwei Stunden alleine zu genießen.
75. Nimm Tanzstunden mit deiner Frau.
76. Lade ein verheiratetes Paar für einen Abend ein, und sprich zusammen mit deiner Frau darüber wie wichtig es ist, seine Frau zu daten. Beabsichtige eine „Date-Bewegung“ in deiner Nachbarschaft, Freundeskreis oder Gemeinde in Gang zu setzen.
77. Bitte um Vergebung, wenn du deine Frau verletzt hast.
78. Welche Eigenschaft an dir nervt deine Frau am meisten? Finde sie heraus und stell sie ab.
79. Buche einen Fotografen und macht ein paar schöne Bilder von dir und deiner Frau. Bring diese Bilder in deinem Zuhause an.
80. Dusche mit deiner Frau.
81. Schule deine Kinder darin süße Sachen zu deiner Frau zu sagen.
82. Studiere deine Frau. Lerne sie kennen und achte darauf wie sie tickt. Es gibt immer noch mehr zu lernen.
83. Erinner dich an Dinge, die deiner Frau wichtig sind.
84. Sorge dafür, dass deine Frau die Möglichkeit bekommt ihre Familie zu sehen, wenn sie weiter weg wohnt.
85. Frage deine Frau nach ihrem Tag. Erzähl ihr von deinem Tag. Tu dies jeden Tag.
86. Richte eine Waschschüssel mit lauwarmen Wasser, füge eine wohlriechende Seife hinzu und wasche deiner Frau die Füße.
87. Knuddel deine Frau.
88. Besuche die Kirche in der ihr geheiratet habt und dankt Gott für eure Ehe, und betet durch euer Eheversprechen. Dann geht aus und trinkt ein wenig Champagner oder esst einen Kuchen.
89. Schwärme von deiner Frau vor anderen Menschen.

90. Bring dich in Form. Achte mehr auf dich selbst um deiner Frau willen - nimm ein wenig ab, verpass dir nen neuen Haarschnitt, wirf die alten Klamotten raus die du seit deinem Studium trägst und kauf ein paar neue Sachen in denen du gut aussiehst, usw...
91. Achte darauf, wenn deine Frau besonders geschafft, ausgelaugt und gestresst ist. An solchen Tagen spring du ein und entlasste deine Frau, indem du Verantwortung übernimmst für Bereiche um die sie sich sonst kümmert.
92. Pass auf die Kinder auf und schick deine Frau zur Fusspflege.
93. Lade die besten Freunde deiner Frau ein und koch was schönes für deine Frau und ihre Freunde.
94. Halte frische Trocken-Radier Marker im Badezimmer beriet. Schreib deiner Frau hin und wieder ne ermutigende Notiz, die sie liest wenn sie aufwacht.
95. Esst hin und wieder getrennt von euren Kinder. Lasst die Kinder ihre Pasta an einem Kindertisch essen während du mit deiner Frau bei Kerzenschein das Essen genießt.
96. Gib deiner Frau jeden Samstag einen Mini-Urlaub. Pass auf die Kinder auf, während deine Frau den Samstagmorgen für sich nimmt um aufzutanken.
97. Schreibe auf eine schöne Karte die 5 Top-Gründe auf, warum du deine Frau als Braut gewählt hast. Führe deine Frau zum Essen in ihrem Lieblingslokal aus und geh mit ihr diese 5 Gründe durch, einen nach dem anderen, während du ihr in die Augen schaust. Gib ihr die Karte später.
98. Kreier ein Foto-Album für deine Frau, in dem einige der besten Erinnerungen eurer Ehe enthalten sind.
99. Begeht euch auf ein Abenteuer in der Natur. Tut etwas, was keiner von euch bisher getan hat.
100. Schaffe eine „Wähle deine Abenteuer-Eheabend“ mit 3 Etappen. Biete deiner Frau für jeden Bereich zwei Optionen. Zum Beispiel, Etappe 1: Maniküre oder Massage; Etappe 2 Restaurant A oder Restaurant B; Etappe 3: Dessert oder Aperitif.
101. Bereite ein Picknick vor. Vielleicht erscheint es dir irgendwie veraltet, aber diese gute Idee wird so oft übersehen. Packt also euren Picknickkorb, nehmt ne Flasche Wein mit und sucht euch einen schönen Ort.

Weitere Artikel finden sich auf meinem Blog [www.nachfolgen.de](http://www.nachfolgen.de)