



**КАК**

**СТАТЬ**

**ИДЕАЛЬНЫМ**

**ЛЮБОВНИКОМ**

Ковалева Марианна Сергеевна

18+

# Марианна Ковалева

## Как стать идеальным любовником

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=70052497](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70052497)  
SelfPub; 2023*

### Аннотация

Во все времена женщины бросали одних мужчин и сходили с ума по другим. Иногда они уходили от умных богатых красавцев – к бедным, некрасивым, но любимым мужчинам. Внушить женщине страсть, которой невозможно сопротивляться, может только особенный любовник. Он поднимет женщину на пик сексуального счастья, заставляет постоянно мечтать о встрече с ним. Нужно изучить и применить на практике секреты искусства секса из этого пособия– и результат будет обеспечен! Пособие поможет Вам понять, почему женщины в сексе ведут себя именно так, а не иначе. Уметь возбуждать женщину до такой степени, чтобы она сама умоляла Вас о сексе. Научиться доставлять женщине несколько оргазмов за одно занятие сексом. Понять, что может отпугнуть женщину в сексе и чего нельзя делать категорически. Добиться, чтобы женщина хотела секса с Вами вновь и вновь. Узнать самые эффективные для удовлетворения женщины способы применения сексуальных игрушек, ролевых игр и тантрического секса.

# Содержание

Глава №1. Женские эрогенные зоны.	5
Глава №2. Как возбудить женщину физически	19
Конец ознакомительного фрагмента.	55

# **Марианна Ковалева**

## **Как стать идеальным любовником**

**Часть первая. Возбуждение женщины таким образом, чтобы она сама начала умолять Вас о половом акте.**

# Глава №1. Женские эрогенные зоны.

Секс играет огромную роль в жизни каждого мужчины. Любой уважающий себя мужчина мечтает, чтобы женщины, с которыми он был, вспоминали его всю жизнь, а его любимая гордилась и восхищалась его способностями в постели. Но далеко не все понимают, что никто и никогда не рождается идеальным любовником.

Чтобы доставить женщине в сексе незабываемое удовольствие, чтобы она вновь и вновь хотела оказаться с вами в постели, мужчина должен многому научиться. И это обучение должно происходить всю жизнь. Тем более, если вы претендуете не только на тело женщины, но и на ее чувства. Невозможно построить счастливые отношения, ничего не умея в сексе.

Многие мужчины почему-то думают, что и так все в сексе умеют, что им нечему учиться. Они очень ошибаются. Чтобы стать идеальным любовником, вам придется изучить женское тело, женскую психологию в сексе. Искусство секса состоит из мельчайших деталей, которые вам предстоит узнать, понять и начать применять на практике.

Итак, начнем с экскурса по женскому телу, а точнее, по

женским эрогенным зонам. Каждый мужчина знает, что для удачного секса он просто обязан возбудить женщину, начав именно с воздействия на женские эрогенные зоны. Поэтому, мужчина должен знать, где они находятся и как их возбуждать.

**Губы.** Женские губы обладают большой чувственностью, там находится огромное количество нервных окончаний. Любое воздействие на эту эрогенную зону ассоциируется у женщины с сексом. Но, конечно же, правильное воздействие. Все мужчины привыкли, что женские губы можно только целовать. О поцелуях чуть позже. Сейчас об альтернативном способе ласк женских губок. Вы можете очень нежно, но в то же время решительно взять женщину ладонью за затылок, а пальцами второй руки чрезвычайно осторожно и трепетно проведете по ее губам.

Ни одна женщина не останется к этому равнодушна. Этим жестом вы показываете женщине как раз то, что и нужно ей для возбуждения – свою мужскую силу в сочетании с нежностью. То есть, взяв ее за затылок своей ладонью, вы демонстрируете ей, что она в ваших руках, а нежные прикосновения к ее губам покажут ей вашу нежность и восхищение ею. Не спешите целовать ее. Насладитесь сами и дайте насладиться ей прикосновениями к ее прекрасным губам. Едва касаясь ее губ, водите по ним пальцем, при этом смотрите ей в глаза. Женщина ощущает при этом приятную щекотку на губах, которая очень возбуждает и настраивает на эроти-

ческий лад.

Многим мужчинам не нравится, если у женщины на губах помада. Им неприятно даже целовать женщину с накрашенными губами, а прикосновение к ее губкам накрашенным помадой может вообще стать для мужчины проблемой. Во-первых, мужчины должны понять, что женщины красят губки именно для вас, чтобы вам нравиться, поэтому не возмущайтесь, а цените это. Мужчины часто просто боятся поцеловать накрашенную женщину, боясь испортить ей макияж, размазать помаду.

Во-вторых, мужчины должны запомнить, что женщины для того и красятся, чтобы их макияж портился от мужских поцелуев. То есть ни одна женщина никогда не обидится, что вы стерли или размазали ее помаду, дотронувшись до ее губ или поцеловав ее. Поверьте, в ее сумочке припасено еще много помады, и она всегда успеет накраситься заново. Поэтому смело дотрагивайтесь до ее накрашенных губок и наслаждайтесь тем, как женщина начинает психологически отдаваться во власть мужчины от такого, казалось бы, простого, но действенного приема.

После прикосновений к ее губам как раз пришло время поцеловать их. Поцелуй – это не так просто, как кажется. С помощью поцелуя вы можете как усилить зарождающееся у женщины возбуждение, так и безнадежно погасить его. Разным женщинам нравятся абсолютно разные поцелуи. Одни женщины безумно возбуждаются от глубоких поцелуев с

участием языка, другим же такие поцелуи кажутся отвратительными, и они предпочитают нежно целоваться лишь самими губами.

Самое главное правило для любого поцелуя – он не должен быть слишком слюнявым. Слишком слюнявый поцелуй покажется любой женщине омерзительным, больше ей никогда не захочется с вами целоваться. Еще одно золотое правило удачного поцелуя – у вас не должно быть неприятного запаха изо рта. Если вы только что покурили – забудьте о поцелуях. Если вы ели острую еду с приправами, колбасу, лук или чеснок – то тем более о поцелуях с женщиной лучше забудьте. Ситуацию можно исправить с помощью спрея для рта, мятной конфеты, жвачки, которые всегда должны быть у вас под рукой, особенно тогда, когда вы пытаетесь соблазнить женщину.

Как же узнать, как любит целоваться женщина, чтобы не допустить ошибку и не поцеловать ее так, как ей не нравится? Очень просто, весь секрет заключается в том, чтобы отдать женщине инициативу в поцелуе и таким образом узнать, как она целуется. После нежных прикосновений к ее губам вы можете так же, держа ее рукой за затылок, аккуратно подвинуть поближе к себе. Не спешите наброситься на нее с поцелуем.

Дотроньтесь губами до ее губ очень медленно и трепетно, прикоснувшись своими губами к ее губам, замрите, прочувствуйте и дайте прочувствовать ей этот волнительный мо-

мент. А уж затем нежно обхватите своими губами ее губки. Все, начало поцелуя положено, теперь вы полностью отдаете инициативу ей, пусть она продолжает поцелуй так, как ей нравится, а ваше дело повиноваться ей и запоминать, чтобы потом всегда целовать ее именно так, как нравится ей.

**Носик.** Кто бы мог подумать, но женский носик тоже является эрогенной зоной, не такой ярко выраженной, но все же, женщинам очень приятны нежные поцелуи в носик.

**Щечки.** Щечки у женщин – еще одна не очень выраженная эрогенная зона, но все же прекрасно дополняющая другие ласки. Женские щечки можно нежно гладить пальчиками, можно и нужно целовать. Это очень мило и романтично, когда мужчина целует женщину в щечки, женщинам это очень нравится. Только для эффекта целовать щечки нужно подольше, а не чмокнуть один раз и все. Зацелуйте ее щечки, вот увидите, ей понравится.

**«Третий глаз».** Точка между бровями, то есть зона «третьего глаза» является сильной эрогенной зоной, способной все мысли женщины настроить на эротический лад. «Включается» эта точка исключительно нежным поцелуем. А еще можно ласково взять женщину за щечки и подуть на точку «третьего глаза». Вы даже не представляете, насколько приятные при этом ощущения у женщины.

**Волосы и кожа головы.** Скорее всего, мужчины об этом и не догадываются, что на голове у женщины в волосах спрятано множество эрогенных зон. Нужно только правильно их

стимулировать. Попробуйте начать нежно перебирать волосы женщины, только очень осторожно, не дергая за них, не запутывая, а просто перебирать прядочку за прядочкой. Вы увидите, как женщина замрет от удовольствия, а теперь перебирайтесь к коже головы, запустите руку в ее волосы, помассируйте ей голову, затылок. Попробуйте – и сами увидите эффект.

**Ушки.** У очень многих женщин ушки являются ярко выраженной эрогенной зоной. Самая чувствительная часть женского ушка – мочка уха. Женские ушки любят разное воздействие. Их можно целовать, можно облизывать языком, а мочку ушка можно и даже нужно немножко покусать. От покусываний мочки уха многие женщины начинают сильно возбуждаться. Если у женщины сережки – ничего, придется покусывать ушко вместе с сережкой.

**Шея.** Шея у женщин – одна из основных эрогенных зон. Одни женщины больше любят, когда им целуют шею спереди, другим больше нравится, когда шею целуют сзади. Что больше нравится вашей женщине – выясните по ее реакции. Шею женщины ласкают только губами и языком, ни в коем случае не хватайте ее за шею руками. Можно лишь нежно провести по ее шее пальцами перед тем, как целовать. Особенно приятно будет женщине, если вы чуть касаясь кожи, пощекочите ее шею сзади, запуская пальцы в волосы.

**Плечи.** Мужчины даже не представляют, насколько сильно могут возбудить женщину ласки ее плеч. Для начала про-

ведите очень нежно руками по ее плечам, причем сразу по двум, погладьте ее так какое-то время. Затем начните целовать ее плечи. После переходите к ласкам с помощью языка. Облизывайте ее плечики круговыми движениями, надавливая языком как можно сильнее. А теперь начните ласкать ее плечи руками. Обычный массаж плеч может стать очень возбуждающим, если вы начнете делать его после поцелуев и облизываний.

Массажируя ее плечики, вы можете одновременно целовать ее в шею. Уделите ее плечам побольше времени, помассируйте их хорошо, аккуратно отведите их назад, расправьте. Дело в том, что на плечах женщины находится множество скрытых эрогенных зон, которые проявляются после того, как на них будет оказано продолжительное и довольно сильное влияние, в виде массажа. Зато потом, когда эти эрогенные зоны проснутся, малейшее прикосновение к ее плечам будет доставлять женщине огромное удовольствие.

**Руки.** Мужчины часто забывают о женских руках. Но руки женщины, также как и плечи, это сплошная эрогенная зона, только скрытая, поэтому ее нужно пробудить. Начните с массажа предплечий, аккуратно, но уверенно массируйте их, причем одновременно оба предплечья, это усиливает эффект. Затем разогретые предплечья можно начать нежно целовать, водить по ним языком вверх и вниз, можно водить языком по извивистой линии, то есть змейкой. Затем уделив достаточное внимание предплечьям, можно переходить к за-

пястьям. Здесь спрятана очень сильная эрогенная зона.

Воздействовать на нее можно еще вначале вашей сексуальной прелюдии. Воздействие на эту зону вызывает моментальный отклик в половых органах женщины, а ее мысли настраивает на сексуальный лад. Находится эта волшебная зона на внутренней стороне запястья, сразу под ладошкой, там, где тоненькая нежная кожа и видны просвечивающиеся через нее сосудики. Весь секрет в том, что эта эрогенная зона «включается» от самых нежных воздействий. Нежные-нежные поцелуи сыграют здесь намного больше роли, чем полизывания языком.

Этой сильной эрогенной зоной, требующей как можно более слабого и нежного воздействия можно пользоваться, чтобы «завести» женщину и настроить ее мысли на секс в местах, не подходящих для секса, например, на прогулке, в обществе других людей. Со стороны это будет выглядеть, как вроде бы вы целуете ей руку, но этот маленький приемчик даст огромный эффект. Женщина даже сама не поймет, почему ее мысли вдруг резко стали о сексе, а в половых органах разлилось приятное тепло.

Еще одна эрогенная зона – это внутренняя сторона локтя, там, где сгибается рука. Поцелуи сюда не оставят равнодушной ни одну женщину.

**Пальчики.** Не нужно забывать о ее пальчиках. Они так любят, когда их целуют, берут в рот и немного посасывают, даже покусывают. А также женщинам очень нравится, ко-

гда мужчина аккуратно массирует своими пальцами каждый пальчик женщины, после чего целует его. Женщины очень любят, когда мужчины целуют им руки. Мужчины, умейте этим пользоваться, уделите ее ручкам и пальчикам побольше времени и ласки.

**Животик.** Женский животик тоже очень любит ласку. Его можно целовать, облизывать языком. Женский животик любит исключительно ласковое обращение. Никаких грубых надавливаний и хватания руками. Ласки животика нравятся многим женщинам, но не всем. У некоторых прикосновения губами к животику вызывают просто щекотку. Вы сразу поймете это по реакции женщины. В таком случае, оставьте ее животик в покое. Вместо поцелуев вы можете просто нежно гладить его руками. Пупочек – еще одно чувствительное место на женском животике. Но опять же, прикосновения к нему у одних женщин вызывают возбуждение, а другим – просто очень щекотно и неприятно.

**Спина.** На спине у женщин находится множество очень сильных эрогенных зон, нужно только уметь на них правильно воздействовать. В ямочке между лопатками у женщин находится эрогенная зона, которую называют «кошачье место». «Включается» она только при очень нежных поцелуях и облизывании языком. Чем нежнее будут ваши ласки этой зоны, тем сильнее это будет возбуждать женщину.

По обе стороны позвоночника находятся целые цепочки сильных эрогенных зон. Эти зоны настолько чувствитель-

ные, что поцелуи могут, наоборот, вместо возбуждения вызывать неприятную щекотку. Лучше ласкать руками позвоночник женщины и чувствительные зоны по обе стороны от него. Эти зоны «работают» только при массажировании и надавливании на них пальцами.

Поэтому, не нужно бояться приложить немного усилия. Приятнее всего будет женщине в том случае, если вы большие пальцы рук поставите по обе стороны позвоночника и круговыми движениями пальцев начнете массировать эти эрогенные зоны. Усилия при этом должны быть средние – и не сильные, иначе, женщине будет больно, но и не слабые, иначе, не будет эффекта.

Еще одна удивительная эрогенная зона находится у женщины прямо на позвоночнике, примерно сантиметров на пять выше копчика. Чтобы уж точно найти эту зону массируйте круговыми движениями позвоночник сразу четырьмя пальцами, поставив их выше на 5 см от копчика. Надавливайте посильнее, не бойтесь, эта эрогенная зона требует более сильного воздействия. «Пробуждается» она при более длительном массажировании, то есть на нее нужно уделить минут пять-десять. Зато эффект будет потрясающим. К тому же, массажирование этой зоны во время секса усиливает возбуждение женщины и может даже приблизить оргазм.

**Бедра.** Бедра женщины тоже любят ласку, к тому же, они находятся в непосредственной близости от половых органов, поэтому возбуждение от ласк бедер передается и в половые

органы женщины. Бедра женщины нужно ласкать сразу оба, двумя руками. Очень приятно женщинам, когда мужчина берет ее обеими руками за бедра и начинает их массировать круговыми движениями, пытаясь развести их назад еще сильнее. После этого можно приступать и к нежным поцелуям бедер, и к просто ласковым поглаживаниям руками.

**Ножки.** Ножкам женщины следует уделить особое внимание и не забывать о них. Все женщины просто балдеют, если мужчина берет ее ножку, когда она лежит на спине, и начинает целовать ее от ступни и до самых бедер. Причем целовать нужно медленно, не спешить. Женщинам очень нравится, когда мужчина берет ее ножку в руки и гладит ее, проводит по ней пальцами, всей ладонью, любит ее ножками. Ведь она так старалась – делала эпиляцию, втирала в ножки кремы и лосьоны, мужчины, вы просто обязаны оценить эту красоту и старания. Также, женщинам очень нравится, когда мужчина массирует ее ножки. Только делать это нужно всей ладонью, а не пальцами, иначе сделаете женщине синяки.

**Ступни.** У некоторых женщин ступни, а особенно пальчики на ногах, являются сильно выраженной эрогенной зоной, так что массаж пальчиков приводит женщину просто в экстаз. Помассируйте ей пальчики, не забывайте и о нежных поцелуях ступней и каждого пальчика. На женщину это оказывает еще и сильное психологическое влияние. Ну кому не понравится, когда целуют ножки? Пальчики также можно брать в рот и аккуратно покусывать.

А теперь переходим к самым главным эрогенным зонам. Конечно же, к ним нужно переходить только после длительных ласк вышеописанных эрогенных зон.

**Грудь.** Женская грудь – сильнейшая эрогенная зона, но нужно уметь воздействовать на нее правильно, иначе, вместо возбуждения, вы наоборот можете отбить у женщины всякое желание секса. Прежде всего, мужчины должны запомнить раз и навсегда, что независимо от размера, грудь женщины очень нежная и чувствительная. Ни в коем случае нельзя сильно сжимать, мять женскую грудь! Хоть большую, хоть маленькую! Это причинит женщине сильную боль. Грудь любит только нежнейшие ласки, поглаживания руками, очень слабое и аккуратное сжатие, поцелуи, ласки языком.

**Сосочки** являются самым чувствительным местом женской груди. Их можно поглаживать пальцами, брать в рот, посасывать, даже покусывать. Что именно нравится вашей женщине, вы выясните, судя по ее реакции на ваши действия. Одним женщинам очень нравятся покусывания сосочков, другие же любят только нежные ласки языком. У каждой женщины бывают дни, когда ласки сосочков ей очень неприятны, это часто бывает перед месячными, в это время сосочки становятся болезненными. Нужно быть внимательным к своей женщине и при малейших признаках, что ваши ласки груди ей неприятны, хотя то же самое раньше ей нравилось, вы должны их прекратить и переключиться на другую часть ее тела.

**Ягодицы.** У всех женщин ягодицы являются сильной эрогенной зоной. Вот только «включается» она по-разному. Одним женщинам нравятся исключительно поцелуи и поглаживания ягодиц. Другие же от таких нежностей испытывают просто щекотку. Они любят, когда мужчина сильно двумя руками массирует и сжимает ее ягодицы, причем, чем сильнее, тем лучше.

**Анальное отверстие.** Не у всех женщин эта часть тела является эрогенной зоной. Эрогенной она будет только том случае, если у женщины есть там чувствительные нервные окончания. Такая женщина будет склонна к анальному сексу, даже сама того, возможно, не подозревая, если еще его не пробовала. Чтобы определить, есть ли у вашей женщины эрогенные зоны вокруг ануса, вы можете погладить его пальцами. Если вы видите по реакции женщины, что ей это приятно, то продолжайте.

Если же при малейших попытках дотронуться до ее анального отверстия вы встречаете резкое сопротивление со стороны женщины, вплоть до того, что у нее пропадает возбуждение, то, скорее всего, чувствительных окончаний у нее там нет, и анус не является у нее эрогенной зоной. Если при многократных попытках ласкать руками ее анус вы все равно встречаете ее протест и сопротивление – оставьте вашу женщину в покое, ласки ануса не могут принести ей удовольствия, так как у нее просто нет там чувствительных зон.

Если же ласки ануса пальцами ей нравятся, то вы можете

переходить к ласкам языком, попытаться осторожно вводить палец в ее анальное отверстие, конечно же, используя смазку. Если ей нравится, у вас есть все шансы на анальный секс с этой женщиной.

**Клиитор, большие и малые половые губы, влагалище** – это сильнейшие и самые главные эрогенные зоны каждой женщины. Но переходить к ним нужно в самую последнюю очередь. О тонкостях и способах ласк женских половых органов будет подробно рассказано следующей главе.

## Глава №2. Как возбудить женщину физически

Женский организм устроен так, что без сильного возбуждения хорошего секса ни за что не получится. Без возбуждения женский организм совершенно не готов к сексу, поэтому все действия мужчины, которые нравятся возбужденной женщине, невозбужденной будут очень неприятны. *Это особенность женской половой системы.* При отсутствии возбуждения, в спокойном состоянии длина женского влагалища составляет всего лишь 6-10 см. И только во время возбуждения, когда кровь приливает к стенкам влагалища, оно растягивается и увеличивается в длину, становится способным принять в себя мужской член.

Если же мужчина вводит свой возбужденный член в невозбужденное влагалище женщины, то ощущения у женщины при этом, мягко говоря, просто ужасные. Кроме того, при возбуждении женское влагалище выделяет природную смазку, благодаря ей введение члена становится комфортным как для женщины, так и для мужчины. Без смазки введение члена для женщины – это просто мучение, особенно, если мужчина имеет половой орган внушительных размеров.

К чему это все? Да к тому, что мужчина, который хочет

стать идеальным любовником, должен раз и навсегда уяснить себе, что секс для женщины начинается с возбуждения. Нет хорошего и качественного возбуждения – не будет хорошего секса, и все останутся недовольны, и мужчина, и женщина. Идеальный любовник для женщины – это тот мужчина, который, прежде всего, заботится о ее удовольствии. Существует прямая закономерность – если мужчина заботится об удовольствии женщины, то она будет получать удовольствие в сексе, а значит, будет доставлять удовольствие и мужчине.

Женщина доставляет мужчине истинное удовольствие уже одним тем, что он видит, что ей по-настоящему хорошо с ним, что она не притворяется и не играет, а просто наслаждается своими ощущениями. Как бы ни старалась женщина доставить мужчине удовольствие, что бы она для этого ни делала, но если она сама при этом не будет испытывать удовольствия, то мужчина сразу это прочувствует. То есть самый простой способ доставить удовольствие самому себе – это доставить его женщине, а уж автоматически она доставит огромное удовольствие вам своими настоящими и не наигранными реакциями на ваши действия.

Огромным мужским заблуждением является то, что женщина может возбудиться просто от одного вида обнаженного мужчины. Это совершенно не так. В этом смысле мужчина и женщина отличаются друга от друга кардинально. Это мужчине стоит лишь посмотреть на прекрасное женское тело, и он уже чувствует волну возбуждения. Женщины же мо-

гут смотреть сколько угодно на обнаженного мужчину и не испытать никакого возбуждения. Да, в какой-то мере визуальный фактор тоже влияет и на женщин.

Обнаженное мужское тело возбуждает женщину, но так сказать, только в комплексе с другими действиями мужчины. Женщине мало просто посмотреть на мужское тело. Она должна почувствовать прикосновение мужских рук, прижаться к мужчине и прочувствовать своей кожей тепло его тела, должна услышать его теплое дыхание на своих губах... Но женщина не может возбудиться от того, что просто смотрит на обнаженного мужчину, пусть даже обладающего самым красивым и мускулистым телом. Женщина будет любоваться им только с эстетической стороны, но не более. И ей будет хотеться его прикосновений, а не просто смотреть на него.

То же самое касается вида мужского полового члена. Его вид в какой-то мере возбуждает женщину, но это возбуждение мизерное и недостаточное. К тому же, мужчина может даже погасить желание женщины, показав свой член неэстетично и даже цинично. Никогда нельзя снимать трусы, становиться посреди комнаты и махать своим членом перед женщиной. Ни в коем случае нельзя насильно тянуть женщину к своему члену, чтобы она его поцеловала.

Также очень некрасиво смотрится член, выглядывающий из-под приспущенных брюк, шорт или трусов. Мужчина должен снимать с себя всю одежду и трусы тоже! Чуть при-

спустить брюки и трусы допустимо только при экстремальном сексе, если вы занимаетесь им в каком-то экстремальном месте, где вам в любой момент может кто-то помешать, поэтому нужно успеть за секунду одеться.

Самый лучший вариант – это снять трусы в постели, не демонстрируя женщине свой член, она сама его увидит, не переживайте, и оценит, и будет его ласкать. Но только не нужно заставлять ее это делать. Лучше всего даже не снимать трусы сразу. Вначале, лаская женщину, просто нежно возьмите ее за руку и ненавязчиво, аккуратно положите ее руку на свой член. А потом уже, когда снимете трусы, так же ненавязчиво положите ее руку на свой обнаженный член. Это идеальный вариант.

Не нужно думать, что женщина возбудится от открытой демонстрации вашего мужского достоинства. Ей наоборот может не понравиться, если вы будете бегать по комнате, показывая ей свой член, или будете пытаться изобразить жалкое подобие стриптиза, если совершенно не умеете его танцевать. Женщина обязательно оценит ваше мужское достоинство, но не нужно ей его преподносить слишком демонстративно. Нежный и ненавязчивый вариант куда лучше.

Я надеюсь, вы раз и навсегда запомнили и уяснили, что женщина не возбуждается от одних только визуальных факторов. *Женщина ждет от мужчины конкретных действий по ее возбуждению.* Как же возбудить женщину? В предыдущей главе были описаны женские эрогенные зоны. Как вы

могли заметить, у женщины является эрогенной зоной все тело. Возбуждение женщины всегда нужно начинать с разогрева всего ее тела. Потом переходить к второстепенным эрогенным зонам. А только в самом конце, уделив внимание всему ее телу, переходить к ласкам груди и половых органов.

По тому, какие предварительные ласки любит женщина, представительниц прекрасного пола можно разделить на три типа. Первые – любят исключительно *нежные ласки*. Вторые – любят *грубости и мужскую силу*. Третьи – любят и то, и другое, *в зависимости от настроения*.

Рассмотрим, как возбудить женщину *первого* типа. Они любят нежность, нежность и еще раз нежность. Только ласку, поцелуи, облизывание языком. Никаких грубых сжиманий, похлопываний, сильных объятий. Такая женщина любит исключительно нежное и трепетное обращение. Она хочет чувствовать себя в постели принцессой, к которой мужчина боится прикоснуться, боится сделать неправильное движение. Если вы сильно похлопаете такую женщину по попе или предложите ей привязать ее к кровати – она ужасно обидится на вас, вплоть до того, что это будет ваша последняя встреча.

В арсенале идеального любовника для возбуждения такой нежной женщины должны быть разные перышки, помпончики из кроличьей шерсти, шелковые шарфы, лепестки роз. Начинать возбуждение женщины нужно, как вы уже поняли, с разогрева всего тела. Разогревать тело нежной женщины нужно исключительно нежными поглаживаниями. Са-

мый главный секрет разогрева всего тела – вы должны ласкать абсолютно все ее тело, от макушки до кончиков пальцев на ногах. Положите женщину сначала на живот и начинайте обеими руками гладить ее от головы и до кончиков пальцев на ее ногах. После переверните ее на спинку и гладьте ее тело спереди.

Вы должны уделить этому хотя бы 5 минут, это минимум, а в идеале – минут 10-15, если вы никуда не спешите. А вообще, спешка в сексе никогда не приводит ни к чему хорошему. Идеальный любовник умеет наслаждаться не только процессом самого секса, но и процессом возбуждения женщины, когда он может восхищаться ее прекрасным телом. Так вот, гладить так все тело женщины нужно непрерывными движениями, женщина должна чувствовать ваши руки, множество ваших прикосновений, именно это будит ее фантазию и пробуждает все эрогенные зоны.

Только самый главный секрет разогрева всего тела нежной женщины – конечно же, исключительная нежность. Вы можете нанести на ее тело массажное масло, это сделает ваши прикосновения еще более нежными. Никаких грубых сжиманий и надавливаний. Кроме этого, целуйте ее тело, ласкайте с помощью языка. Такие женщины очень любят поцелуи всего тела, зацелуйте ее, поцелуйте каждый сантиметр ее тела. Такие женщины обожают ласки с помощью перышек, помпончиков из кроличьей шерсти.

Для усиления эффекта возбуждения вы можете завязать

ей лаза шелковым шарфом или же ласкать ее тело этим шарфом. После того, как вы разогреете таким образом все ее тело, вы можете переходить к конкретным эрогенным зонам, используя советы из предыдущей главы. И только после того, как вы уделили внимание ее второстепенным эрогенным зонам, можно переходить к ласкам груди и половых органов.

Как же возбудить женщину *второго* типа, которая любит грубости и мужскую силу. Прежде всего, ее любовь к грубостям обусловлена тем, что чувствительные нервные окончания такой женщины находятся не на поверхности кожи, а чуть глубже, поэтому, чтобы до них, так сказать, добраться и «включить» их, недостаточно нежных поглаживаний. Такие женщины очень любят, когда мужчина сильно сжимает руками их ягодицы, когда массирует ее тело, не просто кожу, а мышцы.

Такие женщины обожают, когда их хлопают по попе, сильно прижимают к себе, когда мужчина со страстью набрасывается на нее и грубовато хватает руками. В арсенале идеального любовника для такой женщины должны быть наручники или хотя бы шарфики для привязывания, так как такие женщины очень любят быть привязанными к кровати. А так же запаситесь плеткой или, в крайнем случае, ремнем, чтобы похлопать ее по попе. Тело такой женщины тоже нужно разогреть. Но она совсем не любит нежные поглаживания и поцелуи ее тела.

Вернее, любит, но никакого особого возбуждения при

этом не испытывает. Она возбуждается, когда мужчина своими сильными мужскими руками массирует ее тело. Поэтому, разогрев ее тела начните с поглаживаний всего ее тела, но эти поглаживания должны быть мужскими, сжимайте с силой ее ягодицы, помассируйте мышцы на спине, ногах, руках. Проводите руками по ее телу не нежно и ласково, а с усилием и некоторой грубостью и похотливостью.

Правила все те же, сначала разогреваете ее тело, а затем переходите к второстепенным эрогенным зонам, только воздействуете на них, конечно же, не ласками и поцелуями, а по-мужски грубовато, с усилием, можете даже немного любя покусать такую женщину, ей понравится. Только после этого, можно переходить к ее груди и половым органам. Однако ласки груди все равно должны оставаться нежными, даже, если женщина любит грубоватые ласки всего тела. Грудь – это часть тела женщины, которая никогда и ни при каких обстоятельствах не терпит грубого обращения.

*Третий* тип женщины самый непредсказуемый. Она любит и те, и другие ласки, все зависит от ее настроения на данный момент. Бывает сложно угадать, что же она хочет именно сейчас. Чем больше вы будете вместе с такой женщиной, тем лучше вы научитесь угадывать ее настрой. Хотя, все равно, это будет возможным не всегда. Поэтому, лучше ненавязчиво спросите, чего же ей хочется сегодня. Зато с такой женщиной не соскучишься.

Совет по поводу первого секса с новой партнершей. Если

вы занимаетесь сексом с этой женщиной впервые, то вы, конечно же, не можете знать, что же ей нравится. Поэтому первый секс с новой женщиной всегда должен быть нежным и ласковым. Если она любит грубости, она сама вам намекнет во время секса или после. Но не нужно экспериментировать, будьте в первый раз самым нежным. Время покажет, что же ей нравится на самом деле. Ничего страшного, если она любит грубости, а вы в первый раз окажетесь нежным. Намного хуже, если она любит исключительно нежный секс, а вы в первый раз решите побыть грубым.

А теперь советы по поводу того, как же воздействовать на самые главные эрогенные зоны каждой женщины – *половые органы*. Это и есть один из самых главных приемов физического возбуждения женщины. Разогрев всего тела, ласки второстепенных эрогенных зон – это подготовка половых органов женщины к тому, чтобы ласкать их. Если вы уделите время разогреву ее тела и воздействию на второстепенные эрогенные зоны, то половые органы женщины уже будут готовы к ласкам.

Кстати, если у женщины, пока вы ласкали все ее тело, еще не появилась смазка, это вовсе не значит, что вы ласкали ее тело плохо. У многих женщин смазка начинает выделяться только при конкретном воздействии на влагалище. Ласкать половые органы любой женщины нужно аккуратно и нежно, не зависимо от того, любит ли она грубости или нежности. Начать ласки половых органов лучше всего с ласк клитора.

О приемах орального секса, которые тоже можно и нужно использовать в предварительных ласках дальше есть целая глава.

Здесь же хочется дать советы о том, как ласкать клитор женщины без помощи языка. У многих мужчин кожа на руках очень грубая, поэтому любые, даже очень нежные прикосновения к клитору, доставляют женщине неприятные ощущения. Чтобы улучшить ситуацию, используйте массажное масло. Его можно накапать на половые органы женщины, а также немного втереть в кожу своих рук, чтобы она стала не такой грубой. Капать холодное масло на половые органы женщины категорически нельзя! Даже если оно комнатной температуры, на половых органах оно покажется женщине жутко холодным. Не поленитесь разогреть масло заранее. Просто нагрейте воды в кружке и положите туда пузырек с массажным маслом. В крайнем случае, если вы этого не сделали, накапайте масло сначала себе на руки, а потом разотрите его на половых органах женщины.

Ласкать клитор женщины нужно очень аккуратно и нежно, чуть-чуть прикасаясь пальцем, смоченном в массажном масле. Ни в коем случае нельзя сильно надавливать на клитор. Нужно, чтобы ваш палец с помощью массажного масла или же смазки скользил по нему. Можно делать круговые движения, скользя пальцем вокруг клитора. К тому же, делать это нужно непрерывными движениями, не отвлекаясь. Весь секрет в непрерывности движений.

Под клитором располагается уретра, прикрытая двумя складочками кожи, откуда выходит моча. По размеру она намного больше клитора, поэтому, неопытные мужчины часто принимают ее за клитор. Это место у женщины очень нежное и чувствительное. Но чувствительное не в том смысле, что его нужно ласкать, а в том, что его не нужно трогать вообще – ни руками, ни языком, это доставляет женщине боль, неприятные ощущения, а к тому же может привести к попаданию туда микробов, воспалению мочеочечника и неприятнейшему женскому заболеванию – циститу. Поэтому, мужчины, ласкаем только клитор и только влагалище – руки прочь от уретры.

Как правильно ласкать влагалище женщины? Большие и малые половые губки любят только нежные прикосновения. Просто недопустимо тереть их изо всей силы руками. Этим вы сделаете женщине только натертости и воспаления. Ласкайте половые губки женщины с помощью смазки или массажного масла, нежно скользя по ним пальцами взад-вперед. Еще женщинам очень нравится, когда мужчина обхватывает ее лобок своей рукой, таким образом, в его руке оказываются все ее половые органы. Тепло мужской руки на ее половых органах очень возбуждает женщину.

Самый главный совет – никогда не засовывайте пальцы во влагалище женщины, когда она еще не возбуждена! То есть делать это нужно в самом конце сексуальной прелюдии, а не в ее начале! Основное время прелюдии вы уделяете всему те-

ду вашей женщины, а уж ласки влагалища оставляете «на закуску». Введение пальцев во влагалище понравится женщине только тогда, когда она уже возбуждена. Если же возбуждения еще нет, то это доставит женщине очень неприятные ощущения и вообще отобьет желание секса. Вводить палец во влагалище женщины нужно сначала только один. Делать это нужно осторожно и не спеша. Ни в коем случае не нужно сразу же делать быстрые движения во влагалище. Дайте женщине привыкнуть к вашему пальцу. Вы можете лишь выводить его и вводить снова. Через какое-то время можно ввести уже два пальца.

Тоже осторожно и тоже дать вначале женщине привыкнуть к двум пальцам. Затем можно попытаться найти точку G. Она есть практически у всех женщин. Просто не все мужчины умеют ее стимулировать. Находится она приблизительно на глубине 5 см от входа во влагалище, на передней стенке. Но у каждой женщины все очень индивидуально. Поэтому, чтобы уж точно попасть на нее, введите два пальца во влагалище на всю глубину, и слегка надавливая на переднюю стенку влагалища промассируйте ее всю несколько минут без остановки.

Ни в коем случае нельзя очень сильно надавливать пальцами на стенки влагалища, не нужно очень быстро двигать пальцами туда-сюда, имитируя вибрацию. Этим вы доставите женщине вместо возбуждения неприятные ощущения. Да, пальцами во влагалище двигать нужно, но лишь вводить их и

выводить и слегка вибрировать, слегка массируя стенки влагалища.

Если вы обладатель мужского достоинства внушительных размеров, а особенно, внушительной толщины, то вы должны подготовить женщину к введению вашего полового члена. Это необходимо во избежание натертостей, воспалений следующих за этим и вообще неприятных ощущений у женщины. Нужно много смазки, чем больше смазки, тем легче войдет член и тем приятнее будут ощущения.

Но прежде всего, вы должны подготовить влагалище женщины. После введения двух пальцев вы должны аккуратно ввести три пальца, остановиться, снова дать женщине привыкнуть, подвигать ими туда-сюда. А затем попытаться немного развести их в стороны, таким образом, расширяя вход во влагалище и подготавливая его к проникновению члена. Уделить этому обязательно нужно несколько минут. Если получится, введите сомкнутые четыре пальца, но не глубоко, а растягивая только вход во влагалище. Это получится, если будет много смазки.

И вообще, в арсенале идеального любовника всегда должна быть смазка. Даже если у женщины выделяется своя природная смазка в достаточном количестве, то дополнительная смазка из секс-шопа или аптеки никогда не помешает. Смазку можно и нужно использовать как для возбуждения влагалища с помощью пальцев, так и непосредственно для самого секса. Запомните – много смазки быть не может, ее может

быть только мало.

## Глава №3.

### Как возбудить женщину психологически

Сейчас существует огромное количество литературы на тему секса, но везде упускается один самый важный момент – много пишут о том, как возбудить женщину физически, но нигде не рассказывают о том, как возбудить женщину еще и *психологически*. Таким образом, подавляющее большинство мужчин даже не догадываются о самом главном факторе женского возбуждения – о психологическом факторе.

Дело в том, что женская психология устроена так, что женщина воспринимает все события с чувственной, эмоциональной стороны. Для женщины самое главное – это эмоции и чувства, а не доводы разума и физическое наслаждение. Физическое удовольствие для женщины, безусловно, важно и нужно. Но толкает женщину на секс с мужчиной в первую очередь вовсе не желание физического удовлетворения!

Женщина занимается сексом с мужчиной даже не ради оргазма, а ради того, чтобы получить заряд свежих эмоций, впечатлений, чтобы прочувствовать, прежде всего, душевную близость со своим мужчиной. Именно жажда эмоций, возникающих в процессе самого секса, а также до секса, в процессе возбуждения, и после секса заставляет женщину хотеть секса снова и снова.

Задача идеального любовника – давать женщине положи-

тельные эмоции. Женщина хочет до, после и во время секса только положительных эмоций и ярких переживаний. Если же мужчина доставляет женщине одни лишь негативные эмоции, связанные с сексом, то пусть не удивляется, если его женщина в скором времени начнет отказываться от секса с ним, а то и вовсе потеряет к сексу всякий интерес.

Самый главный источник негативных эмоций для женщины до секса – это, конечно же, неумелое возбуждение, а то и вовсе его отсутствие. Если во время секса мужчина груб, холоден, думает только о себе, да и вообще, если сам секс длится очень короткий промежуток времени и женщина не успевает испытать оргазм – вот вам и целая гамма эмоций, только самых ужасных и негативных. Если после секса, даже самого хорошего, мужчина отворачивается от женщины и сразу же забывает о ней – это для женщины целая трагедия.

Женщина ищет в сексе положительных эмоций и впечатлений, а если не находит их там по вине мужчины, то просто теряет интерес к сексу и превращается в унылую серую гражданку, постепенно теряя всю свою красоту, сексуальность и привлекательность.

Идеальный любовник должен, прежде всего, хорошо знать женскую психологию, а именно тот факт, что женщина воспринимает сексуальную близость с мужчиной не просто как физический половой акт. Для женщины это намного больше – это близость духовная, это возможность выразить свои душевные чувства к мужчине и посмотреть, как он вы-

ражает свои чувства.

Даже если у нее нет особых чувств к своему сексуальному партнеру, то все равно, что бы женщина ни говорила на словах, все равно она будет воспринимать секс с ним и с духовной стороны тоже. Конечно, это не будет таким ярким и острым переживанием, как секс по любви, но все же, даже от секса с нелюбимым мужчиной женщина ждет, прежде всего, эмоциональных переживаний – интриги, чего-то интересного, нового, неизведанного.

Один из главных секретов идеального любовника – это умение возбудить женщину не только физически, но еще и морально. Без морального возбуждения женщина не сможет получить полное удовлетворение в сексе. Женщине мало одного физического возбуждения – в этом и есть особенность женского организма и всей женской психологии в сексе. Если женщину возбудить морально, то ее можно будет легко возбудить и физически.

Именно моральное возбуждение само «включает» все физиологические реакции возбуждения, мужчине нужно будет лишь приложить некоторые усилия, чтобы еще больше разогреть тело женщины, находящиеся в состоянии сексуальной готовности.

Без морального возбуждения мужчине придется действовать лишь в рамках одних лишь физиологических реакций тела, в рамках обычных условных рефлексов. Возбудить женщину физически можно, даже если она совсем не хочет

секса. Рефлексы тела будут откликаться, даже если женщина этого не хочет. Например, если какое-то время стимулировать пальцами влагалище женщины, то смазка выделится, но это совсем не признак того, что женщина хочет секса, это обыкновенный рефлекс организма, обыкновенная физиологическая реакция, которая происходит без участия сознания человека.

Действовать лишь в рамках рефлексов женского тела – очень неправильный подход. Да, тело можно возбудить, даже если оно не хочет секса, возбудить чуть ли не насильно. Но это так и останется лишь физическим возбуждением. Настоящее полное возбуждение женщины – это возбуждение и физическое, и моральное. Если мужчине удастся возбудить женщину морально, то дальше ему же будет проще – женское воображение уже взбудоражено, она уже заинтересована, заинтригована, уже пошла начальная, еле уловимая волна физического возбуждения, которое мужчине нужно лишь вовремя подхватить и продолжить.

В большинстве случаев моральное возбуждение у женщины предшествует физическому возбуждению, и именно моральное возбуждение вызывает отклик в теле и сексуальные реакции. Но у каждой женщины бывают и исключительные случаи, когда все начинается только с физического возбуждения. Такое может быть, если женщина устала, без настроения, в том случае, если ее мысли заняты какими-то серьезными проблемами, вытесняющими все мысли о сексе. Если в

Этот момент мужчина начнет возбуждать женщину, то вполне вероятно, что ее тело отзовется, но это будут лишь физиологические реакции. Но даже в этом случае идеальный любовник должен вызвать у женщины и моральное возбуждение, которое последует вслед за физическим.

Рассмотрим теперь подробнее, что же такое это загадочное для мужчин моральное возбуждение женщины. Моральное возбуждение у женщины может возникнуть намного раньше, чем вы окажетесь вместе с ней в постели. Морально возбуждается женщина от интриги, от ожидания чего-то интересного, нового, от ожидания положительных эмоций, которые она получит от секса. Женщинам очень нужен секс – ничуть ни меньше, чем мужчинам. Просто женщины намного больше, чем мужчины, нуждаются в новизне в сексе, в ярких и новых впечатлениях. Если женщина прекрасно знает, что ее ждет в сексе с вами, то ей уже не интересно.

Идеальный любовник всегда непредсказуемый, он умеет каждый раз заинтриговать женщину до секса и умеет в сексе быть разным. Быть разным – это совсем не значит, что каждый раз нужно придумывать разные невообразимые позы и заниматься сексом стоя на ушах. Совсем нет. Быть разным – это значит совершенно по-разному возбуждать женщину, эрогенных зон на женском теле хватает, так что простора для творчества и фантазии хоть отбавляй.

Вы не должны каждый раз действовать одинаково и стандартно. Да, общих правил придерживаться нужно – сначала

разогреть все тело, потом ласки второстепенных эрогенных зон, после этого уже грудь и половые органы. Но это не нужно делать по четкой и придуманной однажды инструкции. Если женщина наперед знает каждое ваше движение, что вот сейчас вы поцелуете ее, а сейчас погладите, а сейчас поцелуете в шею, потискаете за грудь, а вот сейчас скользнете рукой к половым органам – ей уже не интересно, теряется интрига и новизна ощущений. И ни о каком моральном возбуждении не может быть и речи.

Идеальный любовник в сексе всегда *непредсказуем*, женщина никогда не может угадать наперед его действия, она не может знать, какую часть ее тела, как и с помощью чего он начнет ласкать. Для идеального любовника женское тело – это огромный простор для творчества и фантазии, он должен уметь наслаждаться процессом возбуждения женщины, пытаясь сделать его каждый раз не таким, как в прошлый раз. Это очень привлекает женщин, если женщина не знает, чего ждать от секса с мужчиной, если она не может наперед предугадать его действия в сексе – то именно это и вызывает у нее моральное возбуждение даже тогда, когда этот мужчина просто рядом с ней и совсем не намекает на секс.

Но мало быть непредсказуемым в сексе, нужно еще и уметь заставлять женщину ждать следующего секса с Вами, ждать взволнованно, мечтать о сексе с вами, представлять моменты вашего следующего секса. Как же это сделать? Да очень просто, стоит лишь понять, что моральное возбужде-

ние может начаться у женщины задолго до секса. Моральная сексуальная прелюдия должна начинаться не тогда, когда вы уже лежите вместе в постели, а намного раньше. Для морального возбуждения женщины можно и нужно использовать ваши совместные прогулки, свидания, даже когда вы просто сидите рядом и смотрите телевизор, то женщину можно морально возбудить.

Вся Ваша жизнь, каждый день Ваших отношений – это и есть тонкая моральная прелюдия к сексу. Идеальный любовник должен уметь очень тонко и ненавязчиво, но в то же время эффективно морально возбуждать свою женщину каждый день и каждый час, а не только тогда, когда вы ложитесь в кровать.

Вот конкретные способы, как морально возбудить вашу женщину. На совместной прогулке почаще целуйте ее, обнимайте и шепчите ей на ушко, что она самая сексуальная в мире, самая желанная, что вы хотите ее. Не забывайте о том, что женщина любит ушами, что женщинам очень нужны ласковые слова. Женщинам необходимо постоянно слышать о том, что она для вас является сексуально привлекательной, что она вас возбуждает. Если она будет как можно чаще слышать от вас такие слова, то ее мысли будут все чаще и чаще настраиваться на мысли о собственной сексуальности и мысли о сексе.

Чтобы женщина хотела секса с мужчиной, она должна знать, что она для него является сексуально привлекатель-

ной! К тому же, женщине мало сказать такие слова один раз. Каждая женщина хочет слышать эти слова каждый день! Как можно чаще говорите женщине слова о том, что она сексуальная, возбуждающая, что она будоражит ваше воображение, что вы мечтаете о сексе с ней. Такие слова, сказанные на прогулке, вмиг настроят ее мысли на сексуальный лад. Женщины очень любят, когда мужчина говорит ей, что хочет ее. Только говорить это нужно не в грубой форме с употреблением нецензурных и пошлых выражений, а очень нежно, ласково и романтично.

Вот вы не спеша идете по улице и разговариваете о чем-то, совершенно не касающемся секса или же просто молчите. Остановитесь неожиданно, прижмите женщину к себе, поцелуйте и прошепчите ей на ушко слова о том, как вы восхищаетесь ею, что она очень сексуальная, что вы мечтаете о том, чтобы снова испытать счастье близости с ней, скажите, что она всегда прекрасна в сексе, что она самая лучшая, что вы хотите только ее. Ну и так далее в таком стиле. Женщинам такие слова нужны, как воздух. Особенно будоражат женское воображение такие слова, сказанные неожиданно, например, на прогулке, во время ужина, или когда вы просто вместе смотрите телевизор.

Еще больше возбудит женщину, если вы прошепчите ей на ушко эти слова, чтобы их услышала только она, когда вы не одни. Например, если вы в компании друзей или родственников, или на каком-то мероприятии, то прошепчите

ей на ушко, что вы мечтаете поскорее остаться с ней наедине, так как она здесь самая сексуальная и возбуждающая.

Конечно же, эти слова не нужно говорить по десять раз на день. Нужно умело выбирать момент, чтобы нежно и романтично сказать ей это, когда она совсем не ожидает таких слов от вас. Женщины любят ушками, поэтому слова являются сильнейшим сексуальным стимулятором и помогают создать моральный настрой на секс у женщины. Чем чаще вы будете говорить женщине такие слова, тем чаще вы будете настраивать все ее мысли на волну мыслей о сексе, что и есть залогом морального возбуждения.

Такие слова можно не только говорить, их еще и можно, и нужно писать в смс, если вы не рядом со своей женщиной. С помощью простого смс сообщения можно очень сильно возбудить женщину, если вы не поленитесь и напишете ей в смс маленький рассказик о том, как вы ждете момента, чтобы прикоснуться к ее желанному телу, напишете о том, что вы будете с ней делать, как ваши руки будут ласкать ее тело, как ваши губы будут целовать ее сосочки, как ваши пальцы будут проникать в ее возбужденное влагалище и нежно гладить ее клитор. И поставьте три точки в конце.

А в следующей смс напишете, что продолжение она узнает вечером, что ее ждет незабываемое удовольствие. Интрига и еще раз интрига, именно умение держать женщину заинтригованной, умение заставить ее ждать секса с вами – вот самый главный способ всегда держать ее в состоянии легко-

го морального возбуждения. А ждать женщина будет только тогда, когда мужчина сможет создать ореол загадочности, недосказанности с помощью намеков и обещаний незабываемого удовольствия.

Во время прогулки тоже можете начать намекать женщине, что ее ждет нечто особенное, что ей должно очень понравиться, и все время целуйте ее, страстно прижимайте к себе, ласкайте ее грудь и ягодицы через одежду, а потом и забравшись рукой под одежду. Все это будоражит воображение женщины, все ее мысли всю прогулку будут о предстоящем сексе и том, что же особенного и интересного вы придумали для нее.

Никогда не забывайте почаще благодарить женщину за прекрасный секс, восхищаться какой она была прекрасной и страстной и говорить, что вы ждете секса с ней снова и снова. Женщин очень возбуждает сама мысль о том, что мужчине нравится секс с ней, и он с нетерпением ждет секса с ней снова.

Как же продолжить моральное возбуждение женщины, когда вы уже оказались вдвоем в постели, как не разочаровать ее и не разрушить ту интригу, которую вы так старательно создавали? Если вы будете интриговать ее целый день, а вечером предложите ей скучный, обычный, стандартный и предсказуемый секс, то она разочаруется и больше никакие ваши старания заинтриговать ее и заставить ждать секса с вами не приведут к успеху. Вы не должны разочаровать ее, вы долж-

ны подтвердить все ее ожидания.

Женщины любят тайны, загадки, новые ощущения. Чтобы внести в вашу сексуальную прелюдию атмосферу загадочности и неизведанности, поможет простой прием – завяжите вашей женщине глаза шелковым шарфом. Когда у женщины завязаны глаза, то она уже становится очень сильно заинтригованной и взволнованной. Она будет воспринимать каждое ваше прикосновение в несколько раз острее, чем с открытыми глазами.

Женщин одновременно и пугает, и притягивает полная неизвестность – что же вы будете с ней делать. Именно это двойное чувство – сильного любопытства и в то же время взволнованности, это и есть моральное возбуждение женщины. Женщины очень противоречивые создания, им нравится неизвестность и в то же время пугает их, им нравится быть во власти мужчины, и в то же время не очень нравится. Чувство, которое возникает на грани этих двух противоречий, безумно будоражит женское воображение и вызывает сильное моральное возбуждение.

Завязывание глаз – один из очень хороших приемов заинтриговать женщину. Она начинает чувствовать себя полностью во власти мужчины. Если ваша женщина любит грубости в сексе, то вы можете не только завязать ей глаза, но и привязать ее к кровати или стулу, что добавит ощущениям особой остроты.

Морально возбуждается женщина не от ваших действий,

направленных на ее физическое возбуждение. От этого женщина возбуждается физически. Морально женщина возбуждается от различных романтических и необычных элементов вашей сексуальной прелюдии. Для женщины важна даже обстановка в комнате, где вы будете заниматься сексом. Украсьте комнату множеством зажженных свечей, а в следующий раз их можно будет зажигать не все, а лишь несколько или вообще одну. Таким образом, в комнате каждый раз будет создаваться новое освещение. Эксперименты с освещением очень нравятся женщинам. Можно зажечь светильник и набрасывать на него прозрачные шарфы разного цвета, это придаст освещению мягкий цветной оттенок.

Лепестки роз на постели – этот прием морального возбуждения женщины уже считается классическим, сколько раз вы уже слышали о нем, читали, но сколько раз вы воплотили это в реальности? Ни разу? А чего вы ждете? Рассыпанные на постели лепестки роз никогда не наскучат ни одной женщине! Этот прием морального возбуждения можно использовать, конечно, не каждый раз, но почаще. Лепестками роз можно не посыпать постель, их можно спрятать, а затем, когда женщина возбудится от ваших ласк, начать посыпать ими ее тело. Это же можно делать, когда у нее завязаны глаза, ощущения у нее будут фантастические, а какой она будет счастливой, когда вы снимете шарфик с ее глаз, и она увидит свое прекрасное тело, усыпанное лепестками роз!

Ласкать женщину можно с помощью розы, возьмите розу

и начните водить ею по всему телу женщины, касаясь также груди, половых органов. От этого, казалось бы, простого, но такого красивого приема, женщина очень сильно морально возбудится и вообще будет просто в восторге.

Если ваша женщина любительница исключительно грубо-стей, тогда моральное возбуждение ей доставят привязывания ремнями или пристегивание наручниками. Завяжите ей глаза и начните водить по ее телу кубиком льда – ей должно понравиться. Кроме того, доставьте ей удовольствие – похлопайте ее по попе плеткой, а если ей нравится, то помучайте ее с помощью вибратора и разных секс-игрушек.

Женщину очень заинтригует, если вы днем напишете ей с смс, что вечером хотите попробовать с ней секс в каком-нибудь интересном месте. Она будет весь день думать об этом и пытаться догадаться, что же вы такое придумали. А этим интересным местом может стать пол, стул, стол, кресло, кухня, коридор, ванная и даже шкаф! Не забывайте о том, что сексом можно заниматься не только на кровати. Для женщины новизна в сексе заключается даже в том, чтобы переместиться с давно надоевшей кровати на пол или на стол, или еще куда-нибудь.

Что же делать, если, не смотря на все ваши старания, женщина не хочет секса или вы видите, что она уступает вам, чтобы не обидеть вас, но на самом деле все ее мысли заняты какими-то проблемами. Есть еще один способ возбудить женщину одновременно – и физически, и морально. Его

можно и нужно использовать в процессе предварительных ласк. А если уж женщина совсем не возбуждается и не хочет секса, тогда лягте с ней рядом, обнимите ее, положите ее голову себе на плечо.

Одну руку положите на ее половые органы и представьте, как из вашей ладони струится сексуальная энергия прямо в ее половые органы, наполняет их красным светом, вызывая возбуждение. Полежите так, представляя красный свет сексуальной энергии в ее половых органах, хотя бы минут 5-10.

Через это время, а может, потребуется и немного дольше, вы увидите эффект, женщина вдруг оживится и вполне возможно, что сама начнет приставать к вам. Представляя, как ее половые органы наполняются сексуальной энергией, вы на самом деле влияете на ее энергетические потоки, активизируя сексуальное желание. К удивлению женщины, ее мысли вдруг могут повернуть в сексуальное русло и она ощутит тихую волну морального возбуждения, да и физического тоже.

Ваша задача лишь развить ситуацию дальше. Однако этот прием энергетического воздействия может не сработать, если у мужчины у самого ослаблена энергетика или она вообще находится на низком уровне. Этот прием подходит для энергетически сильных мужчин.

**Часть 2. Как заставить женщину испытывать множественный оргазм**

## Глава №4.

### Лучшие позы для полового акта

Каждый мужчина хоть раз в жизни заглядывал в Камасутру. И наверняка не один раз, а много раз. Делалось это для того, чтобы найти какие-то интересные, необычные, изощренные позы для секса. Почему-то мужчины считают, что чем оригинальнее поза, тем больше удовольствия в сексе получит он и его женщина. Но, к сожалению, в реальной жизни все далеко не так.

Многие позы из Камасутры, вернее их подавляющее большинство, совершенно не рассчитаны на обычных, неподготовленных людей. Некоторые позы являются совершенно невыполнимыми без хорошей растяжки, гибкости и подвижности суставов. Попытавшись заняться сексом в трудновыполнимой позе, вы рискуете вместо незабываемого удовольствия просто сделать себе или вашей женщине травмы, растяжения мышц и связок, в лучшем случае – синяки.

В Камасутре существует множество совершенно абсурдных поз, заниматься сексом, в которых можно не дольше 2-3 минут, иначе потом все превращается в пытку. Например, поза, в которой мужчина стоит, а женщина запрыгивает на него, обхватывает его ногами, и он ее держит. Какой бы миниатюрной не была женщина, но длительное время удерживать даже самую хрупкую женщину не сможет ни один мужчина. Поэтому такая поза и подобные ей подходят лишь для

2-3 минутного развлечения во время секса, долго вы в ней не продержитесь при всем желании.

Еще одна «уникальная» поза. Мужчина сидит на стуле, а женщина садится сверху. Мужчинам очень нравится эта поза. Но двигаться в ней нужно женщине! Мужчины, сядьте на стул и попытайтесь хотя бы 3 минуты без остановки немного привставать и снова садиться. Ну как ощущения? Мышцы начинают жутко болеть. На сколько вас хватило, от силы на 3 минуты? А почему вы тогда хотите, чтобы женщина находилась в этой позе чуть ли не полчаса, да еще и удовольствие получала? В общем, таких жутких и совершенно неприменимых к реальной жизни поз в Камасутре полно.

А чего стоит поза, когда женщина становится на мостик, а мужчина входит в нее! Если она у вас не гимнастка с уникальной гибкостью спины, то в такой позе она не выстоит и минуты. А «удивительная» поза «тачка», в которой женщину переворачивают вниз головой! А сколько вы, мужчины, выстояли бы так – головой вниз? Наверно не очень долго, а если и выстояли бы, то секс – это самое последнее, о чем бы вы думали в тот момент.

В общем, если ваша женщина не гимнастка с феноменальной гибкостью, способная закидать ноги себе на шею, а обычная женщина, то забудьте обо всех этих нелепых и даже порой опасных позах.

На самом деле, существует сего пять поз для секса. Все остальное – это лишь вариации этих поз с незначительны-

ми изменениями. Эти пять поз и являются *самыми лучшими, самыми простыми*, в них можно заниматься сексом длительное время, для их исполнения не нужно специальной физической подготовки. Эти позы известны всем, они уже стали классическими. Но, как известно, все гениальное просто! Не нужно листать Камасутру в поисках изощренных поз. Лучше научитесь маленьким тонкостям и особенностям основных пяти поз для секса – и вы станете идеальным любовником.

**Поза «Мужчина сверху».** Все уже давным-давно знают эту позу, как самую классическую. Вот только мало женщин могут испытывать в ней оргазм. Все дело в том, что при обычном варианте исполнения этой позы, когда женщина лежит на спине на кровати, а мужчина входит в нее, получается так, что клитор женщины остается без внимания. Все движения мужского члена происходят внутри влагалища, а на клитор не оказывается никакого воздействия. К тому же, в такой позе мужской член входит во влагалище женщины таким образом, что практически совсем не стимулирует чувствительную точку G. Секрет этой позы очень простой.

Стоит лишь подложить женщине под ягодицы подушку – и ситуация кардинально меняется. В этом случае меняется угол проникновения члена во влагалище, он начинает попадать туда, куда нужно, стимулируя все чувствительные точки. К тому же, мужчина может проникать очень глубоко, доставая до шейки матки. А самое главное достоинство – на-

конец-то начинается стимуляция клитора, который в такой позе начинает прижиматься к телу мужчины при движениях. Вы можете поэкспериментировать с разными подушками – с маленькой, большой, двумя подушками, выбрав ту высоту, в которой вам обоим наиболее нравится.

Эта поза, когда мужчина сверху, кажется женщинам очень романтичной и наименее пошлой и развратной. В этой позе очень удобно страстно целоваться в процессе секса. К тому же, женщина в этой позе начинает чувствовать себя во власти мужчины, полностью в его руках, а себя ощущает беспомощной, не способной ничего сделать.

Это чувство очень возбуждает женщин. Женщинам нравится оказываться в мужской власти, что бы они там ни говорили. Женщинам нравится чувство своей беспомощности в сексе и чувство безграничного доверия мужчине, который в позе «мужчина сверху» полностью контролирует ситуацию. Именно тот факт, что мужчина контролирует глубину проникновений, их силу, частоту, чрезвычайно возбуждает женщину.

Поза «мужчина сверху» идеальна для начала секса. Лучше всего в большинстве случаев начинать половой акт именно с этой позы, а затем перейти в любую другую. Именно в этой позе женщине проще всего привыкнуть к половому члену мужчины в своем влагалище, именно эта поза наиболее удачна с анатомической точки зрения для введения члена. Поэтому, старайтесь практически всегда хотя бы первые

пять минут секса провести в этой позе. Введение члена в другой позе в начале секса может быть для женщины очень неприятным. После того, как она привыкнет к вашему члену в этой позе – введение члена в любой другой позе уже не будет вызывать у женщины дискомфорт.

Одна из вариаций этой позы – женщина после введения члена должна выпрямить ноги и сомкнуть их вместе. Это даст необычные ощущения, как женщине, так и мужчине.

**Поза «Женщина сверху» или «Поза наездницы».** Мужчина может в этой позе лежать или же сидеть, это неважно, суть остается все той же – женщина сверху и именно она управляет процессом. Женщина может быть лицом к мужчине, может наклониться к мужчине и почти лечь на него и целовать его в процессе, может сесть к мужчине спиной, что позволит ему наблюдать весьма привлекательное зрелище – женскую попку. Это все вариации этой позы, но смысл все равно один – в этой позе мужчина отдается в руки женщины. Многим женщинам эта поза нравится, так как в этой позе женщине просто регулировать глубину проникновения мужского члена, скорость движений. То есть женщина сама выбирает, как ей двигаться – быстрее или медленнее.

Недостатком этой позы является то, что женщине все же приходится двигаться, а это отвлекает от удовольствия, у некоторых женщин возбуждение в этой позе наоборот может снизиться. К тому же, длительное пребывание в этой позе приводит к тому, что у женщины начинают болеть мышцы

ног от однообразных и часто повторяющихся движений.

Один из секретов этой позы – мужчина может легко ласкать клитор женщины, что доставит дополнительное удовольствие. Очень часто бывает так, что вся фишка именно в этом – как только мужчина начинает дополнительно стимулировать клитор женщины, как эта поза сразу же начинает ей нравиться. Если у вас все же не очень хорошо получается ласкать клитор женщины в процессе секса, то вы можете попросить ее делать это самой. В этой позе женщине очень удобно самой ласкать свой клитор так, как нравится ей.

Очень хорошо эта поза получается на пружинной кровати, в этом случае вам нужно лишь раскачиваться на пружинах, и все будет получаться, словно само собой.

**Поза стоя.** Для экстремального секса она, пожалуй, подходит наилучшим образом. Это поза та, что надо, когда вы занимаетесь сексом в местах совсем для этого не предназначенных, когда нужно, если что быстренько успеть сделать вид «мы ничего не делали, мы просто тут стоим». Хотя она прекрасно подходит и для обычного, не экстремального секса дома. Самое главное в этой позе – женщина должна обязательно опираться обо что-то, иначе долго в такой позе она выстоять не сможет – жутко начнет болеть спина.

Если это экстремальный секс на природе – то лучше всего, чтоб женщина держалась руками за тонкое дерево или ветку. Если же вы дома – то лучше всего женщине опираться о стол, так как опираться о стену совершенно неудобно, это практи-

чески ничего не дает, и буквально через пять минут начинают очень болеть мышцы спины. У мужчины в этой позе руки свободны, так что он может ласкать все тело женщины – ее грудь, бедра, клитор. Иногда эта поза бывает трудновыполнима из-за большой разницы в росте партнеров. Попробуйте исправить ситуацию – пусть женщина наденет обувь на каблуках.

**Боковая поза или «Ложечки».** В этой позе партнеры лежат на боку, мужчина лежит позади женщины, а женщина лежит спиной к мужчине. В этой позе проникновение мужского члена неглубокое. Эта поза может решить проблему, когда у мужчины слишком длинный половой член, так как в этой позе мужчине достаточно сложно вводить его на всю глубину. Эта поза подходит для нежного и романтического секса, практически невозможно быть в ней грубым, она не предназначена для быстрых движений. Эта поза подходит, когда вы уже лежите в постели и совсем не хочется вставать, для утреннего секса, для секса, когда партнерам и спать хочется, но и секса тоже хочется. Так же поза «Ложечки» единственно возможная при беременности – в этой позе нет давления на матку.

Женщины считают эту позу совершенно очаровательной и романтической. Эта поза сама по себе располагает женщину к психологическому комфорту и доверию – так как мужчина прижимается к ее спине, как бы закрывая женщину от опасностей внешнего мира, оберегая ее. Женщину чрезвы-

чайно возбуждает чувствовать, как мужчина прижимается к ней сзади всем своим телом. Эта поза для женщины символизирует полное доверие к партнеру, нежность, чувства. Женщина в этой позе чувствует себя под защитой мужчины, в сильных мужских руках.

Это свойство психики любого человека – когда его спина прикрыта, он начинает чувствовать себя в безопасности, так как можно не беспокоиться о возможных опасностях, которые подстерегают сзади. В современном мире этот инстинкт кажется глупым, но все же, от свойств психики не деться никуда, поэтому женщины так любят эту позу, когда сзади их спину прикрывает мужчина. В такой позе женщине просто расслабиться, ни о чем не думать и наслаждаться своими ощущениями, так как создающийся в этой позе психологический комфорт располагает к этому.

Главный секрет этой позы – нужно подобрать угол проникновения члена максимально приятный для двоих партнеров. Для этого нужно отодвигаться друг от друга на различное расстояние и подобрать оптимальное положение. Также под ягодицы женщины можно подкладывать подушку, что снова изменит угол проникновения члена, возможно именно такой вариант вам понравится больше всего. И, конечно же, можно заниматься сексом в этой позе то на правом, то на левом боку, что, кстати, тоже меняет ощущения!

Недостаток этой позы в том, что проникновение члена неглубокое, поэтому не всегда в этой позе не очень возбуж-

денной женщине удастся получить оргазм. Поза «ложечки» очень подходит при хорошем, сильном возбуждении. Если же женщина не очень настроена на секс и медленно возбуждается – лучше эту позу не использовать.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.