

... a különböző orgazmusfajtákról?

Ahány nő, annyiféle orgazmus létezik a világon! Van, aki úgy éli meg, mint egy robbanást, van akiből teljes nyugalom és békét vált ki, és olyan is akad, akire nincsen különösebb hatással! Az sem mindegy persze, hogy mely testrészünk izgatásával sikerül kiváltani eme fantasztikus érzést: rengeteg vita folyik a mai napig arról, hogy még milyen rejtett, avagy kevésbé rejtett erogén zónák lehetnek a női testen, illetve, hogy például mindenki képes-e G-ponti orgazmusra. Abban a szerencsés helyzetben vagyunk, hogy míg a férfiak lényegében csak egyfajta élvezetben részesülhetnek, addig mi többféleképpen is el tudunk jutni a csúcsra. A cosmo.hu most összegyűjtötte, hogy melyek is ezek!

Csikló

A mindenki által ismert és a legkönnyebben elérhető. Robbanásszerű és frenetikus élményt okoz, mert habár többnyire rövid ideig tart, rendkívül intenzív. A legtöbb nő csak a csikló izgatásával képes eljutni az orgazmusig, de ha emellé valamelyik másik erogén zónát is „igénybe veszik”, az élmény elnyújtható. Ráadásul a különböző erősségű és technikájú mozdulatokkal különböző érzést élhetsz át, úgyhogy mindenképp megéri kísérletezni!

Cosmo-tipp: Kérd meg párod, hogy amikor ujjával kényeztet, vesse be a tenyerét is, és váltakozó erősségű mozdulatokkal ingereljen!

G-Pont

Habár elvileg mindenki rendelkezik eme igen érzékeny ponttal, mégis kevesen élhetik át a hüvelyi orgazmus élményét. Az ok valószínűleg nem a testi adottságokban keresendő, sokkal inkább abban, hogy ehhez jobban el kell tudni lazulni, át kell adni magunkat az élménynek, hiszen az érzés itt kevésbé intenzív, azonban sokkal mélyebb orgazmust érhetünk el ennek a pontnak az izgatásával. Ha esetleg nem tudnád, hol találsz, íme, egy kis segítség: a hüvely hasfal felőli oldalán, körülbelül 2-3 cm mélyen (mindenkinél egy kicsit máshol) kis, pénzérme nagyságú felületet keress, aminek izgatásával egyesek vizelési ingeret érezhetnek, de emiatt nem kell aggódnod, az érzés megtévesztő!

Cosmo-tipp: Miközben párod orálisan elégit ki, kérd meg, hogy ujjával stimulálja G-pontodat! Csúszta beléd a mutatóujját, és görbítse be, mintha magához akarna inteni. Ezzel a mozdulattal pont a megfelelő részt fogja izgatni, és így hihetetlenül erős és mély orgazmusban lehet részed!

Mellbimbó

A szakértők szerint igen-igen kevesen, a nők mindössze 2-3 %-a él át életében a mellbimbó izgatása által kiváltott orgazmust, amiben szintén nem csak a testi adottságok játszanak szerepet. Habár a mellbimbó területének érintésére mindenki máshogy reagál, egy nagy adag türelemmel a férfi részéről, és kitartással a nőéről ez is elérhető.

Cosmo-tipp: Ha kizárólag a mellek izgatásával nem is jártok sikerrel, szeretkezés vagy orális kényeztetés közben mindenképp érdemes erre a területre is figyelmet fordítani, mert így egész testedet végigborzongatja majd az érzés!

Anális gyönyörök

Sokan nem tudják, de anális úton is elérhető nők számára az orgazmus. Egyrészt a végbél környékén rengeteg idegvégződés található, amelyek érzékenyen reagálnak minden apróbb érintésre is, másrészt belülről párod eléri a G-pontodat is. Ehhez a formációhoz azonban rengeteg odafigyelés és idő kell, ne várj már az első alkalommal a mindent elsöprő orgazmust!

A gondolat szárnyán

Egyes, igen-igen szerencsés hölgytársaink képesek mindenfajta fizikai stimuláció nélkül, a gondolatok, illetve a fantáziájuk segítségével a csúcsra jutni. A titok minden bizonyonnyal az átélésben rejlik, illetve az erős képzelőerőn múlik.

Cosmo-tipp: Ha nem tudsz így, bárhol és bármikor spon-

tán orgazmust kiváltani saját magadból, akkor sem kell csüggedned. Használd a fantáziád egy-egy szeretkezés alkalmával, hiszen gondolatban elvileg mindent szabad...

(Forrás: *cosmopolitan.hu*)

... a szex élvezetéről 20, 30 és 35 évesen?

Eláruljuk, mitől jó a szex neked, és mitől a szerelmednek, attól függően, hány évesek vagytok! A szex velejárói az öröm, az elégedettség, a nyugalom, a gyönyör, az önbizalom, no meg a kisbabák! A szex minden életkorban más és más: megvannak a maga szépségei és nehézségei.

SZEX HUSZONÉVESEN...

Amit te szeretsz:

Minden hihetetlenül új, izgalmas és minden megregetti a szívet: hogy fiatal vagy és kíváncsi, hogy óriási lelkesedéssel próbálsz ki valami – vagy valaki – mást az ágyban minden egyes alkalommal. Fiziológiai szempontból ebben a korban a test a csúcsformáját hozza, így adott a lehetőség az emberi élet legintenzívebb fizikai gyönyöreinek átélésére. Az ifjúkori szex alapvetően egyetlen szóval is összefoglalható: szabadság. Elsősorban azért, mert ebben a korban még a nők nagy részének esze ágában sincs házassodni, családot alapítani, gyereket szülni. Óriási szabadságot jelent a tinédzserkori gátlások levetkőzése is.

Amit ő szeret:

Mit nem szeret? A húszéves pasiknak a mennyiség a minőség. Hihetetlenül orgazmusorientáltak, a tesztoszteronszint és a győzelemhódítás vezérli őket. Az igazság azonban az, hogy az izgatott és vehemens ifjakat is meg lehet szelídíteni, még ezekben a szexuális dekadens években is - ha találunk valakit, akit igazán akarnak, és így rálelnek arra a szexre is, amire igazából szükségük van.

Hogyan lehet teljes az összhang:

A nők sok dologban gyorsabbak, mint a férfiak: hamarabb szoknak rá a bilire, hamarabb érik el a serdülőkort, és küldik



vissza a válaszevelet a „Kérjük, szíveskedjen mielőbb visszajelezni...” sossal záródó meghívásokra. Kivétel sajnos a húszas éveik elején az orgazmus elérése. Sok nő aggódik, hogy partnere túl hosszúnak találja ezt az időt, megjátssza az orgazmust, hogy örömet okozzon a párjának, és hogy megtartsa őt. Mindeközben a fiúk korántsem ilyen önfeláldozóak az ágyban. Jelentős problémát okoznak a pornófilmek is. Sok fiatal férfi szexuális technikája pornófilmek alapján kitalált fikció. Mi a megoldás? Ígérd meg magadnak, hogy nem mondasz le a kielégülés örömeiről, hogy pontosan elmondod, mi az, ami igazán tűzbe hoz. Tedd mindezt a magad és az ő kedvéért.

SZEX HARMINC UTÁN...

Amit te szeretsz:

Egy szó: orgazmusok. Jó sok. A nők több mint fele házas harminc éves korára, és a legtöbbjük fantasztikusan érzi magát az ágyban. Míg az egyedülálló nők 62 százaléka számolt be arról, hogy az aktus során „általában vagy mindig” eljut az orgazmusig, ez az arány a házasságban élő nők között 75 százalék - állítja egy mérőföldkö jelentőségű felmérés, amelyet a Chicagói Egyetem készített 1700 nő megkérdezésével. Függetlenül a házasság tényétől, ebben a korban megnövekszik a nők önbizalma, mivel önértékelésük forrásává sokkal inkább a munka, a munkahelyi sikerek válnak, ezáltal sokkal inkább képesek felszabadultan örülni a szexnek és élvezni az együttlétet.

Amit ő szeret:

A férfiaknak ezidőtájt a szex három szót jelent: mélyebb érzelmi kötődés. Harmincéves korára a legtöbb férfi már megismerte saját igényeit és eleget tapasztalt ahhoz, hogy szívesebben adná át magát az érzelmileg is kielégítő szexuális együttlétnek. Most már nemcsak a nő megszerzéséről és az egoépítő hódításról van szó, hanem a készletéről, hogy örömet szerezzen a párodnak. A férfiak szerint a kapcsolat komolyodása és az elköteleződés után is meg lehet őrizni a kezdeti kötetlenségérzetet.

Hogyan lehet teljes az összhang:

Függetlenül attól, hogy bojtos sapkákat igazítottak csemetétek buksiján, vagy két végén égetitek a gyertyát az irodában (vagy épp mindkettőt egyszerre), a szex hamar válhat olyan ponttá a tennivalók listáján, amire alig jut idő, még akkor is, ha soha ezelőtt nem vágytatok rá ennyire. Nem hangzik túl szexisen, mégis ez az az időszak, amikor a nők nagy része felfedezi a gyors szex izgalmát. Igaz ugyan, hogy a férfiak szenvedélye már nem korbácsolódik fel olyan gyorsan, mint öt éve, de a spontaneitás óriási erővel bír... Előfordulhat, hogy a szex nem olyan gyakori, mint korábban, mégis újszerű és másképpen kielégítő.

SZEX HARMINCÖT ÉVESEN...

Amit te szeretsz:

Mivel sok harmincöt körüli nőnek van nagyobbacska gyermeke, „a gyors menet - vagy semmi” napjai véget értek. Egyre jobb a szex. A harmincas nők már nem mondanak le semmiről azért, hogy mások kedvében járjanak. Kevésbé gátlásosak, elégedettebbek a testükkal, mint valaha. Még az egyedülálló is büszkén vállalják, hogy elérték azt a szintet az ágyban (is), amikor azt mondhatják: „Kit érdekel, mit gondolnak mások?” Tehát a képességet, amit mindig is akartak: hogy el tudják engedni magukat, és egyszerűen csak élvezzék az életet. Minden területét.

Amit ő szeret:

Sok férfi végre ráébred, hogy akár élvezetes is lehet, ha elidőzik egy kicsit, és rászánja az energiát a szex minden fázisára. Ők nehezebben válnak meg ugyan kamaszkori vágyaiktól, de ezek dacára a harmincöt körüli férfiakat jobban érdekli az előjáték (végre!), ami azt jelenti, hogy kezdik megtapasztalni a gyönyör újabb, eddig csak részben felfedezett végtelen skáláját. Több időt töltenek az orális izgatással, és szívesen fedezik fel, hogyan hozhatják még inkább lázba szívük hölgyét.

Hogyan lehet teljes az összhang:

Az, hogy a partnered végre felfedezte az előjáték áldásos hatásait, sokkal közelebb visz benneteket a teljes harmóniához. Nem beszélve arról, hogy neki is szüksége van egy kis bemelegítésre. A harmincöt körüli férfiakra óriási teherként nehezedik karrierjük felépítése és a családról való gondoskodás felelőssége, így ők maguk a legmesszebbmenőkig tisztában vannak azzal, hogy szexuális késztetések korántsem a régié. Tehát itt az ideje, hogy hasznát vegyék híres női empátiáknak.

(Forrás: *nana*)