

Mindenre van megoldás!

Mit sem ér a harmónia, az együtt töltött kellemes órák, ha az ágyban nem stimmel valami. Márpedig a kapcsolatok nagy része sajnos a megoldatlan szexuális problémák miatt bomlik fel. Sokszor nem merjük, vagy nem tudjuk hogyan elmondani kedvesünknek, mi nyomja a szívünket, vagy mire vágnánk az ágyban, és ez előbb-utóbb feszültségeket okozhat a kapcsolatban

Hallgatni arany?

Bármiféle problémával állunk is szemben, soha ne felejtjük el, hogy mindenre van megoldás. Viszont, ha nem osztjuk meg párunkkal, hogy mit is szeretnénk, nem várhatjuk el tőle, hogy kitalálja! Ha a szóbeli kommunikáció nehezünkre esik, nyugodtan kifejezhetjük magunkat mozdulatokkal, érintésekkel is: vezessük párunk kezét arra, ahol jólesik az érintése, gurítsuk abba a pozícióba, ahogy a legjobb számunkra az együttlét.

tipp: olyan intenzitással érijünk kedvesünkhöz, amelyet mi is elvárunk, ugyanis mozdulatainkat ösztönösen átveszi majd.

Étvágykérdés

Mindannyian mások vagyunk, tehát az igényeink is egyéni. Igaz ez a szexuális étvágyunkra is: ritka, hogy egy pár mindkét tagja pont ugyanannyi szexet kívánna. Ha az egyik fél azonban folyton visszautasításba ütközik, annak könnyen az lehet a vége, hogy máshol keresi majd a boldogságot. Persze az sem megoldás, ha nincs kedvünk a hancúrhoz, de párunk kedvéért „bevállaljuk”, ugyanis ennek az lesz a veszélye, hogy még inkább elmegy a kedvünk az együttlétektől. Az sem tesz jót, ha mindig csak az egyik fél kezdeményez, hiszen mindkét félnek szüksége van arra, hogy kívánatosnak és ellenállhatatlannak érezze magát. Minden ember életében előfordulnak hullámvölgyek, talán az egyik héten még mindennap megkívánod párod, a következő héten aztán csak ahhoz van hangulatod, hogy összebújjatok a TV előtt. Ha azonban a probléma huzamosabb ideje fennáll, akkor mindenképpen beszélj meg kedveseddel, hogy téged zavar a dolog!

tipp: ha kedvesed nem kívánja a szexet, attól még finoman rábíráhatod őt! Öltsd magadra a legújabb selyem fehérneműdet, és dobd be magad! Ha pedig éppen te nem kívánod őt, elégítsd ki szájjal vagy kézzel!

Orgazmushajsza

A nők több mint 90 százaléka élete során legalább egyszer megjárta a kedvese előtt az orgazmust. Ugyan a szándék „nemes”, hiszen legtöbbször ezzel párjuknak akarnak kedveskedni ágybeli teljesítményük elismerésére, de bárhogyan is nézzük, az orgazmus színlelése hazugság. Ráadásul a kártékonyabb fajtából: hiszen egyrészt ártunk vele a másoknak, mert nem vagyunk vele őszinték, másrészt magunknak, mert partnerünk soha nem lesz tisztában azzal, hogy mi is jó nekünk. Vannak nők, akik könnyen elengedik magukat az ágyban, és vannak, akik kevésbé. Ha nem tudunk lazítani, és folyamatosan máshol járunk az együttlét közben, akkor igen rögzös lesz a kielégüléshez vezető út! Szóval felejtjük el a munkahelyi konfliktusokat, a két napja gyülekező mosatlant, vagy hogy a frissen vágott hajunk milyen atrocitásokat fog elszívni hanyatt fekvé! Koncentráljunk inkább kedvesünk érintésére, illatára, egyszerűen csak élvezzük ki minden pillanatát! A hatás garantáltan nem marad el!

Önbizalomhiány

Nagynak érzed a feneked? Vagy éppen kicsinek a melleid? Mindenkinek van olyan testrésze, amelyet szívesen kicserélné, ha kifogná az aranyhalat a feneketlen tóból. De ne felejtjük el, hogy senki sem tökéletes! És azt sem árt, ha fejben tartod: lehet, hogy te

valamit szörnyűnek találsz magadon, de megeshet, hogy másnak pont az tetszik rajtad. Ha azzal leszel elfoglalva szex közben is, hogy hol vannak rajtad a Szaturnuszéhoz hasonlatos körgyűrűk, azzal nem csak kedvesed potenciáját lohaszthatod le, de felhívhatod a figyelmét valami olyan hiányosságodra is, amit lehet, hogy addig észre sem vett! Inkább próbálj meg olyan pozíciót találni, ahol felhívhatod előnyös részeidre a figyelmét: ha fenekeddel vagy elégedetlen, de párod odavan a dekoltázsodért, válasszatok a misszionárius vagy lovagló pózt, ha pedig inkább hasadat vagy melleidet szeretnéd takargatni, helyezkedj el kedvesed elé kutyapózban.

És gondolj arra: a párod számára te mindenkinél szebb vagy!

A vetkőzés arany szabályai

Építsd bele az előjátékba a vetkőzést is! Ez a fajta „időhúzás” rendkívül fel tudja pörgetni a pasit.

• Tilos az érintés!

Bármennyire is szeretné, ne engedd a pasidnak, hogy hozzád érjen! Buzdítsd arra, hogy gondolatait engedje szabadjárára, ne a kezeit! Ezzel a végsőkig csigázhatod izgalmatát.

• Tartsd a szemkontaktust!

Folyamatosan kövesd párod tekintetét, és akkor is nézz rá, amikor ő testedet pásztázza szemével! Ez az apró trükk erotikus és bensőséges hangulatot teremt.



• Ne légy rendes lány!

Vetkőzésnél ne hajtj össze vagy akassz fel a vállfára minden egyes levetett ruhadarabot. Nem túl szexi látvány, ha még ilyenkor is arra ügyelsz, hogy rend legyen, és ne gyűrődjenek a ruháid. Dobb inkább elegáns mozdulattal a földre vagy az ágyra, és hagyd ott, ahol van!

• Válassz megfelelő zenét!

Oldja a hangulatot és varázslatossá teszi a légkört egy érzéki zene. Segíti a mozdulataidat is, ha felveszed a zene ritmusát.

• Ne burkolózz be!

Mivel a vetkőzés a látványról szól, ne sötétíts be a szobában! Mutasd meg partnerednek a testedet, és ne takargasd az előnytelen részeket! Hidd el, hogy nem a cellulitised vagy a - szerinted nagyobb - pocakod fogja lekötni párod figyelmét...

• Kényelmesen, de szexisen

Ne ess túlzásokba a ruhát illetően! Viselj valami csábos, de kényelmes ruhadarabot, és inkább a fehérnemű legyen a hangsúly! Te is magabiztosabb leszel egy bájos darabtól, de ne legyen minden ultra szexi és kihívó, mert azzal pont az ellenkező hatást érheted el!

Orgazmusiskola

Időnként nem sikerül az eget rengető orgazmusig elérned? Netán soha nem éltél még át ilyet? Nem érted mi lehet a gond, amikor a pasid szerint sztár vagy az ágyban? Adunk most néhány tippet, amivel garantált, hogy nem csak ő, hanem te is a mennyekben fogsz járni.

Azok a bizonyos pontok

A **G-pontodon**, és a **csiklodon** kívül van még más olyan érzékeny terület is, amit ha megkerestek együtt, akkor fantasztikus élményben leszel részesed. És tanuljatok meg, hogy sokszor nem csak a legnemezebb testrésze tudja ezeket „bekapcsolni”: a nyelve, a keze, az ujjai mind főszerepet kaphatnak.

A-pont: A vagina G-ponttal szembeni oldalán található. Ez tulajdonképpen egy „csomó”, ami izom-összehúzódsokat okozhat.

U-pont: A húgycső fölött, közvetlenül a csikló alatt található pici rész, aminek az ingerlése szintén igen kellemes érzetet nyújthat.

tipp: G-pontodat legjobban a kutyapózban tudja belőni, vagy ha hasra fekszel, ő óvatosan rád, és így hatol beléd. Így nem csak a G-pontodat stimulálja, hanem nagy hatással lesz a csiklódra is. Az A-pontodat szintén úgy éri el a legjobban, ha hátulról szexeltek, vagy misszionárius pózban a bokáidat összekulcsolod a válla vagy a nyaka körül. Lehet, hogy először komoly akrobatikus mutatványnak tűnik, de az élmény nem marad el!

Csúcsra járva... egyszerre

Nem feltétlenül szükséges a fergeteges élvezet, hogy egyszerre menjetek el, de tény, hogy ilyen alkalmakkor különös élményben lehet részesed. Azzal tudod összehangolni magatokat, ha őt valamelyest lelassítod, magadat pedig felpörgeted. A te felgyorsításodban neki is igen nagy szerepe lehet, ilyenkor kerül csak igazán képbe a keze, hiszen a csiklód ingerlésével a felhők felé repíthet.

tipp: A pózok váltogatásával nagy sikert érhetnek el, csak úgy, mint azzal, ha elmondod neki, hogy mikor hol tartasz. Ha megtanulja, hogy mikor jársz közel a csúcsához, akkor tudni fogja, hogy mikor kell az utolsó mély lökésekkel befejeznie.

Közös többszörös

Az egymást követő többszörös orgazmus olyan, mintha hullámokban törne rád a gyönyör. Percek választják el őket egymástól, és leginkább akkor vagy rá képes, ha az orális szexet mindig egy „bebújós” követi.

A pasik amúgy olyan fából lettek faragva, hogy két menet közt szükség van egy kis feltöltésre. Az ingerküszöbüket azonban lehet

növelni, még pedig azzal, ha felizgatod, megállsz kicsit, vársz, majd folytatod!

Egyórás gyönyör

Alap ebben az esetben, hogy minél lassabb mozgást kell felvenni, így nyújtani tudod a gyönyör idejét. Amikor már csak egy lépcsőfok választ el a csúcstól, akkor a partnered kezdje el kényeztetni a kevésbé érzékeny területeket a testeden, majd újra váltson vissza a hiperérzékeny testtájakra!