

## Igenis, kell az előjáték!

Nem érdemes és nem is szabad megspórolni az előjátékot a szexből – vallja szexológusunk. Számára is döbbenetes az az új tanulmány, amely 2300 nő véleményére hivatkozva arra az eredményre jutott: túlértékeljük a szexuális aktus felvezetésének fontosságát.

A skóciai és prágai egyetem két professzora, Stuart Brody és Peter Weiss kijelentette, az előjáték nem játszik szerepet az orgazmus elérésében. Allítják, a bevezető szerelmeskedést szorgalmazó szexuálterapeuták tévednek, és inkább magának az aktusnak a „színpontján” kéne emelnünk. Felmérésük szerint a megkérdezettek átlagosan 16,2 percet töltenek az aktussal, míg az előjáték 15,6 percet vesz igénybe. Am a bemelegítés hosszától függetlenül csak maga az aktus az, ami a végső kielégülésben szerepet játszik, így tehát – vélik – az előjáték elhagyható.

Dr. Rusz Edit, szexológus szerint ez képtelenség, öngölt lő az a férfi, aki bemelegítés nélkül ront neki párjának.

### Öt tipp a szuper előjátékhoz

1. Izgatóbb a fanyar illat! A fanyar parfüm inkább fokozza a vágyat, mint az édeskes illatok. Pár csepp szantál a lepedőre a nőt is felkorbácsolja, de jól tesz a férfiaságnak is.

2. Ne rögtön a közepébe! Nem tanácsos egyből a főbb erogén zónákkal kezdeni; egy átható pillantás, a nő karjának, nyakának, cirógatása jobb kezdet.

3. Lassan vetkőztessünk! Nem cél, hogy mielőbb megszabadítsuk a nőt a ruháktól, a lassú vetkőztetés izgalmasabb. Takarjuk el egy levetett ruhadarabbal párunk szemét, hadd izguljon, mi jön legközelebb.

4. Ez a gyengédség ideje! Amíg a felajzott türelmetlenség izgató lehet aktus közben, az előjáték alatt sokkal jobb a gyengéd, lágy csók és érintés.

5. Kicsit disznólkodjunk! A bókok és a disznó kis beszélgetések mesteri elegye növeli a legtöbb nő vágyát.

– A nő komplikált szerkezet, egészen más az igényük a szexuális aktus terén – mondja. –Míg a férfiaknál maga az aktus megélése a fontos, addig a nőnél elengedhetetlen a szeretgetés a behatolás előtt. Ezzel érik el azt az izgalmi állapotot, amely biológiailag alkalmas teszi a nőt a szexre, s érzelmileg segít nekik eljutni a csúcsra. A nő az előjáték alatt éli meg igazán női szerepét, hisz ilyenkor érzi, hogy érzelmileg birtokolja a férfit. A szexuális forradalom óta tartja magát az elmélet, hogy az előjáték nélkül a nők nehezen, vagy egyáltalán nem jutnak el a csúcsra.

– A nők 60 százaléka esetlegesen éli meg az orgazmust – mondja szakértőnk. – 30-40 százalékuk viszont csak nagy nehézségek árán vagy sohasem éli meg fizikailag ezt az érzést. A legtöbbjük azonban elégedett egy érzelmi beteljesüléssel, amelyet az előjáték, az aktus és a levezetés egysége nyújthat. Ha az előjátékkal eléri a kellő izgalmi szintet, az már biztosíték lehet a sikerre. De vajon kinek áll érdekében az előjáték ellen kampányolni? Hisz a szakértő szerint a férfiaknak is legalább olyan fontos a bemelegítés! Hogy lehet, hogy a skót és prágai professzorok 2300 nőtől kapták azt a választ, hogy nem kell az előjáték?

– Hogy miért adtak ilyen választ? Mert az asszonyok hazudnak – vallja Rusz Edit. – E rohanó világban szeretnék elhíttetni a férfiakkal, hogy ők annyira dögösek, olyan félelmetes szexuális ragadozók, hogy bárhol, bármikor, bárhogy képesek a szexre, és bárhogy, bármikor, bárkivel élvezni is tudják azt. De ez nem igaz. Persze vannak olyan alkalmak, amikor egy összefonódó pillantás elég, hogy a pár egymásra gerjedjen, és egy vad, egymásnak ugrós aktus is lehet izgalmas, romantikus, sőt még kielégítő is. De nem ez az általános. Az igazi nő nem titkolja el, mire vágyik a teste és a lelke, és az igazi férfi mindent megtesz, hogy asszonyának minden vágyát teljesítse.

### Ez a jövő:

#### A távolból fényel simogathatunk

A jövőben nagyban segít a távolban lévő pároknak a virtuális együttlétben Tomoko Hajasi találmánya. A két éven át fejlesztett fénysimogatót Mucogotónak nevezte el. Lényege, hogy fény sugarakból álló üzeneteket küldhetünk a szerelmünknek az interneten keresztül. A készülék tartozéka egy kivetítő, amelyet a hálószobába kell felerősíteni, s egy különleges gyű-



rű, amelyet az ujjunkra kell húzni.

A másik fél ágyán vagy éppen meztelen testén azok a fénycsíkok, ábrák, betűk jelennek meg, amelyeket mi a gyűrűvel a levegőbe rajzolunk. Csak a képzelet szab határt egy erotikus vallomásnak az elsötétített szobában. — A mobiltelefonok, az e-mailek és a kommunikáció többi bevett formája rendkívül személytelen, és nem képes visszaadni a közelség intimitását. Ez teljesen más élmény – nyilatkozta a forgalmazó skót vállalat igazgatója, dr. Stefan Agama-nolis.

## A szerelem és a szex megválaszolt kérdései

A szerelem és a szex terén igen sok kényes kérdés merül fel. Előző számunkban megpróbáltunk megválaszolni egy párat, mely talán a legtöbb olvasót érdekelheti. Lássuk, mi izgathatja még fantáziánkat és mit nem merünk másoktól megkérdezni...

### Mikor van szükség síkosítószerre?

Ha a hüvelyváladék nem eredményez elegendő síkosságot. Ennek azonban semmi köze a frigiditáshoz, hanem sokkal inkább függ a lelkiállapottól, a ciklustól vagy a kortól. Közvetlenül a menstruációt követően például sok nő kívánósabb, hüvelye azonban szárazabb. Ugyanez lehet a helyzet a változókort követően is. Tipp : ha hormonális oka van a hüvelyszárazságnak, síkosítószer használata helyett írassunk fel nőgyógyászunkkal ösztrogéntartalmú hüvelykenőcsöt. Ez aktivizálhatja a szervezet sajátváladék-kiválasztását.

### Mit mondjunk, ha nincs kedvünk a szexhez?

Mindig az igazságot, s ne hivatkozzunk fejfájásra! Vagy ajánljunk fel társunknak alternatívát: bújjunk össze, beszéljünk egy jót, hallgassunk zenét, menjünk sétálni. Bizonyos helyzetek még bensőségebb együttlétekké válhatnak, közben esetleg megjöhet az "étvágy" is!

### Fontos-e a férfiak számára a becézés, a simogatás, mielőtt a "tárgyra térnének"?

A fiatalabb férfiak az előjátékot gyakran felesleges matatósnak tartják. Ezért van az, hogy partnernőjüknek sem adják azt meg, akiknek viszont erre mind lelkileg, mind testileg nagyobb szükségük lenne. Csupán a kor előrehaladtával fedezheti fel az erősebb nem, hogy milyen izgató hatása is van a simogatásnak. A férfiak ilyen szempontból különösen érzékeny pontjai a felső combok belső része és a popó alatti terület.

### Érdemes-e együttlét előtt osztrigát enni?

Az osztriga, akár a többi afrodisziákum, tudatunkon keresztül hat. Már csupán annak is erotikus hatása van, hogy szűrcsölhető. Ezenkívül évszázadok óta a női nem szimbóluma. Ez teszi a férfiak számára is olyan izgatóvá. A hatást csak növeli az elfogyasztás módja. Az viszont biztosra vehető, hogy az osztriga sok cinket tartalmaz, mely ösztönzi a spermium- és a hüvelyváladék-termelődést.

### Vannak-e olyan párok, akiknek nemi szervei nagyságban nem illenek össze?

Léteznek természetesen ideális kombinációk és az ellenkezőjük is. Ám semmi sem reménytelen! Tudta ezt már a Kámaszutra szerzője is, amikor Krisztus előtt néhány évszázaddal megírta művét. Amennyiben a nőnek túl tág a vaginája, szerelmese ugyanakkor csekélyebb méretekkkel rendelkezik, bekövetkezhet az, hogy a férfi úgy érzi, mintha hímveszőjét a semmibe tolná, elvész a dörzsölődés kellemes érzése. Ebben az esetben is segítségét jelenthet a nő medencealapi izmainak edzése.

### Mi teszi a férfit vonzóvá a nő számára?

Formás kezek, izmos popó, szimpatikus pillantás. És ha még főzni is tud, ráadásul ragaszkodik ahhoz, hogy a desszertet társnője melléről nyalja le, biztos lehet a sikerben.

### Jobban esik-e a szex a konyhaasztalon, mint az ágyban?

Mindenesetre más, az élvezet nagymértékben függ a vágy erősségétől. Az, hogy ez a nő számára is élvezetet nyújt-e, nemcsak az asztal minőségétől függ, hanem attól is, hogy a partner elég figyelmes-e ahhoz, hogy szerelmese keresztcsontja alá toljon két konyharuhát. Érdemes azonban vigyázni a széthagyott konyhakésekkel, és figyelni arra, hogy a postás kétszer csenget-e...!

Forrás: szenvedely-erotika-sex.com