

Mi kell a jó együttléthez

Legyünk őszinték, kétségtelen, hogy a megfelelő méret szükséges a jó szexhez, ám a megfelelő jelen esetben nem jelent mindenáron hatalmas hímtagot. Csak az a lényeg, hogy mindkettőtök örömet szolgálja... De mi kell ezen felül a feledhetetlen együttléthez?

Kitartóan kutasd az örömforrásokat!

Ha nem egy nővel bújtal ez idáig ágyba, akkor egész biztosan tudod, hogy a hölgyek között is hatalmas különbségek vannak. Bár nagyvonalakban ugyanúgy működnek, ugyanazok a „testi felszereltségek” állnak a rendelkezésükre, mégsem ugyanazokat a dolgokat kedvelik.

Nyilván vannak átfedések, de kivédhetetlen, hogy minden egyes új nőnél tanulj valamit és hangolódj. Nagy szerencse, hogy az orgazmusig vezető út is roppant módon érdekes és izgalmas, a partnered garantáltan értékelni fogja, hogy minden erőddel megpróbálsz a mennyekbe repíteni.

Nyilvánvalóan az a legjobb, ha a csúcspont is elérhetővé válik az aktus során, de ha erre csak néhány alkalommal később kerül sor, amikor végre rájössz a trükkös fogásra, akkor sincsen semmi gond. A méreten felül az első és egyik legfontosabb tényező tehát az, hogy kitartóan keresd az öröm forrásait, egészen addig, amíg már sokkal gyorsabban és egyszerűbben el tudod juttatni a csúcsra.

Ne legyél rutinszerű!

Bár sok férfi sérelmezi, hogy egy idő után a szeretkezések rutinszerűvé válnak, annak ellenére sem változtatnak, hogy nagy általánosságban ők maguk irányítják az együttléteket. Persze nem azt akarjuk mondani, hogy csak rajtad múlik, mennyire tartalmas és izgalmas a szex akár évek múltán is, de ha te vagy a fő irányadó, akkor egyben te vagy az a személy, aki mindezt könnyen elérheti.

Nem feltétlenül fog beválni a korábban alaposan begyakorolt mozdulatsor, állandó partnernél pedig nem túl izgalmas, ha minden ugyanúgy kezdődik, folytatódik, majd végződik. Olykor már csupán a sorrend variálása is elegendő lehet az újításra, de ahogy azt már biztos százszor hallottad, az ismeretlen helyszínekkel, pózokkal, szexuális kiegészítővel sem foghatsz mellé.

Főleg nem akkor, ha ezek használata során elsődlegesen a hölgy örömet veszed figyelembe, aki így jó eséllyel nyitott lesz majd a következő ötletedre is.

Alakítsd az érzelmi kötődést!

Mennyiben befolyásolja ez a szexuális életedet? Sajnos, vagy nem sajnós, de nagyon sokban.

Az oka egyszerűen annyi, hogy a nők másként működnek, még akkor is, ha szeretik azt hangoztatni az egyenjogúság mögé bújva, hogy érzelmek nélkül is élvezik a szexet. Bár ez akár igaz is lehet, hosszútávon a törődésre, figyelemre épülő párkapcsolat sokkal izgalmasabb együttléteket tartogathat, mint ha most találkoznátok először, és bár túlozva, de azt sem tudnátok, hova nyúljatok.

Az alkalmi szex inkább vadsága, szenvedélyessége miatt vonzó, ám mindez átvetíthető a kezdődő kapcsolatokra, s így sokkal fantasztikusabb lesz maga az együttlét. Később, ha kellő figyelemmel alakítjátok a szexuális életeteket, a rutin nem uralkodik el, azonban kiismeritek a másik testét, igényeit, így kedvetekre csűrhetitek, csavarhatjátok az izgalmat.

Ahhoz, hogy a barátnőd is nyitott legyen erre az egészre, érzelmileg kötődnie kell hozzád, rövid és hosszú távon egyaránt. Ne vedd készpénznek sem a vonzalmat, sem azt, hogy együtt vagytok, mert az érzelmek ápolása alapvető a magánéletetek szempontjából. Márpedig ha az rendben van, nem sokat hibázhatsz az ágybeli teljesítményetek sem...

Ne gondold bonyolult, teljesíthetetlen dolgokra, olyan apróságra kell koncentrálnod, mint a különösebb ok nélkül átadott virág, egy vacsora, mozi, séta, vagy csak az, hogy odafigyelsz rá akkor is, ha szerinted össze-vissza csacsog.

Mikor érzik a nők katasztrofálisnak az együttléteket?

Talán azért, mert a férfiak nagy átlagban bátrabban beszélnek a szexről, részükről sokkal inkább hallunk példát arra, mikor nem érezték túl felemelőnek az együttléteket. A leggyakoribb probléma az aktivitás hi-

lenni, ha csak az egyik fél ügyködik a másikon.

Mi több, női részről a legtöbbször sokkal kényelmesebb irányítani, hiszen a nemi szervek felépítéséből is adódik, hogy a férfiaknak jóval természetesebb az effajta mozgás.

Ha nincs meg az összhang, ami a kölcsönös és egyszerre történő mozdulatokból, illetve a kiegyensúlyozott irányításokból áll, akkor a szexuális együttlét nagyon döcögős, hovatovább unalmas tud lenni.

Ha nem passzolnak a méretek

agozhatjuk bármédig a kérdést, a valóság az, hogy a méret igenis számít, ugyanakkor ez nem jelenti azt, hogy aki nem éri el a húsz centit, annak szomorkodnia kellene.

A valóságban sokkal fontosabb, hogy a két fél ez ügyben összepasszoljon, hiszen nem vagyunk egyformák, s az előző partnerek ugyancsak mérvadóak.

Példának okáért, ha a partner korábbi kedvese meglehetősen kis méretekkel rendelkezett, akkor az új szerető túl vastag/túl hosszú péniszre éppenséggel roppantul kényelmetlen és fájdalmas lehet.

Igaz ez fordítva is: ha a hölgy megszokott egy bizonyos méretet, akkor mind látványban, mind érzetben úgy találhatja, hogy valami hiányzik az együttlétekből. A két véglet tehát sosem szerencsés, ahogy az életben, úgy a szexuális együttléteket során sem.

Ha nem áll fel

Ha már a méretekről szó volt, itt az ideje, hogy beszéljünk a férfiak következő rémálmáról, a merevedési zavarokról, ami legalább annyira kínos tud lenni a nők számára is.

Nem azért érzik cikinek a helyzetet, amiért te, hanem mert attól tartanak, hogy még annyira sem vonzóak, hogy elérjék nálad az izgalmi állapotot.

Ez bizony a nők önbizalmának is meglehetősen rosszat tesz, és egyes esetekben annyira kínos helyzetet szül, hogy az első próbálkozást nem követi több alkalom.

Más a helyzet a komoly kapcsolatokban, ott erről a gondról nyilván lehet, és kell beszélni, de az egyéjszakás kalandoknak éppen a szexuális együttlét a mozgatórugója, így ha ott nem stimmel valami, akkor nincs miről csevegni a későbbiekben.

Ha túl hamar vége van

Jól tudjuk, a gyengébbik nem tagjainak több időre van szükségük ahhoz, hogy az orgazmust elérjék, éppen ezért élük meg sokszor katasztrófaként, ha a menetnek néhány perc alatt vége szakad.

Igaz, hogy az együttléteket az orgazmus nélkül is lehet élvezni, de azért ha választani kell, nyilván az a szerencsésebb, ha a csúcspont nem várat magára.

A legtöbb nő kihasználtnak, elhanyagoltnak érzi magát, ha pár pillanat alatt vége van a szeretkezésnek, miközben rájuk sem idő, sem energia nem maradt.

Ha nem ugyanazok az igények

Ahogy a méret iránti igények, úgy nagy általánosságban a szexuális elvárások is eltérhetnek egymástól.

Mivel ezek a hosszabb kapcsolatokban berögzülnek, sokszor természetesen vesszük, hogy a következő partnerünk is vevő lesz a begyakoroltakra, de ez nem mindig igaz.

Hogy csak a legalapvetőbb különbségeket említsük, egyes nők kifejezetten szeretik a kicsit vadabb, hevesebb együttléteket, míg mások el sem tudják képzelni, hogy a lassú, elnyújtott, romantikus szeretkezést valami felváltsa.

Utóbbi jóformán erőszaknak fogja tartani azt, amit a másik típus nagyon is élvez, míg a heves szeretkezésre vágyók tunyanak, lassúnak, unalmasnak fogják találni a romantikus összébújást.

Forrás: men.hu

