

ZŁOTE  
MYŚLI

# Odważnie o seksie



90 stron zakazanej wiedzy



[www.eioba.pl](http://www.eioba.pl)

© Copyright for Polish edition by [www.eioba.pl](http://www.eioba.pl) & [ZloteMyśli.pl](http://ZloteMyśli.pl)

Data: 25.07.2008

Darmowa publikacja, dostarczona przez  
[Wydawnictwo Złote Myśli](http://Wydawnictwo Złote Myśli)

Tytuł: Odważnie o seksie

Korekta: Anna Popis-Witkowska

Skład: Anna Popis-Witkowska

Niniejsza publikacja może być kopiowana oraz dowolnie rozprowadzana tylko i wyłącznie w formie dostarczonej przez Wydawcę. Zabronione są jakiegokolwiek zmiany w zawartości publikacji bez pisemnej zgody Wydawcy. Zabrania się jej odsprzedaży, zgodnie z [regulaminem Wydawnictwa Złote Myśli](#).

Dystrybucja w Internecie, za zgodą [www.eioba.pl](http://www.eioba.pl)

Internetowe Wydawnictwo Złote Myśli Sp. z o.o.

ul. Daszyńskiego 5

44-100 Gliwice

WWW: [www.ZloteMyśli.pl](http://www.ZloteMyśli.pl)

EMAIL: [kontakt@zlotemysli.pl](mailto:kontakt@zlotemysli.pl)

Wszelkie prawa zastrzeżone.

All rights reserved.

## SPIS TREŚCI

|   |    |
|---|----|
| <u>WSTĘP</u> .....  | 6  |
| <u>52 BŁĘDY POPEŁNIANE PRZEZ MĘŻCZYZN PODCZAS SEKSU</u> .....                           | 8  |
| 1. <u>Idą prosto do miejsc intymnych</u> .....  | 8  |
| 2. <u>Nie wiedzą, jak wrażliwie całować</u> .....                                       | 8  |
| 3. <u>Zbyt brutalnie dotykają stref erogennych</u> .....                                | 9  |
| 4. <u>Nie głaszczą i nie pieszczą</u> .....   | 9  |
| 5. <u>Zatrzymują się na sutkach jak ssące mleko dziecko</u> .....                       | 9  |
| 6. <u>Gryzą uszy, bo myślą, że jest to seksowne</u> .....                               | 10 |
| 7. <u>Zostawiają malinkę na jej szyi jak oznakę honoru nastolatka</u> .....             | 10 |
| 8. <u>Nie gołą się przed stosunkiem</u> .....   | 10 |
| 9. <u>Nie myją się dokładnie</u> .....  | 10 |
| 10. <u>Zapominają, że kobiety mają wrażliwe ciało czekające na pieszczoty</u> .....     | 11 |
| 11. <u>Probuja wetknąć swoje palce pod bieliznę, nim kobieta jest gotowa</u> .....      | 11 |
| 12. <u>Rzucają prezerwatywy na ziemię</u> .....   | 11 |
| 13. <u>Idą wprost do lechtaczki podczas seksu oralnego lub masturbacji</u> .....        | 12 |
| 14. <u>Wychodzą zaraz po tym, kiedy ona osiąga punkt</u> .....                          | 12 |
| 15. <u>Rozbierają niezdarnie</u> .....  | 12 |
| 16. <u>Rozbierają się nieelegancko – zdejmują skarpety po bieliznie</u> .....           | 13 |
| 17. <u>Oczekują, by kobiety depilowały się dla nich</u> .....                           | 13 |
| 18. <u>Wkładają palce do jej pochwy, nim jest gotowa i skłonna</u> .....                | 13 |
| 19. <u>Wchodzenie bez pytania, czy tego chce</u> .....                                  | 14 |
| 20. <u>Stukają dookoła pochwy penisem, nie mogąc znaleźć właściwego miejsca</u> ...     | 14 |
| 21. <u>Pchają bez względu na jej przyjemność lub jej brak</u> .....                     | 15 |
| 22. <u>Oczekują seksu analnego</u> .....  | 15 |
| 23. <u>Pchają za mocno</u> .....  | 15 |
| 24. <u>Wychodzą, zanim ona osiągnie uniesienie lub przyjemność z seksu</u> .....        | 16 |
| 25. <u>Nie dochodzą lub tracą erekcję po założeniu prezerwatywy</u> .....               | 16 |
| 26. <u>Pytają, czy było jej dobrze</u> .....  | 17 |
| 27. <u>Obrażają się, gdy ona odmawia zafundowania oralnej przyjemności</u> .....        | 17 |
| 28. <u>Nie dają rady zapewnić jej przyjemności, bo dochodzą za szybko</u> .....         | 17 |
| 29. <u>Próbują zbliżyć jej głowę do swojego penisa</u> .....                            | 18 |
| 30. <u>Próbują trzymać jej głowę i kierować nią w trakcie seksu oralnego</u> .....      | 18 |
| 31. <u>Przytrzymują jej głowę, gdy ma w ustach penisa</u> .....                         | 18 |
| 32. <u>Wkładają do ust bez pytania, czy mogą</u> .....                                  | 19 |
| 33. <u>Myślą, że sceny z filmów porno można przenieść do świata realnego</u> .....      | 19 |
| 34. <u>Przełączają na hardcore porno bez zapytania, czy ona tego chce</u> .....         | 19 |
| 35. <u>Usprawiedliwiają wielkość swojego penisa lub przepraszają za nią</u> .....       | 20 |
| 36. <u>Odpowiadają szczerze, gdy ona pyta, jak było z poprzednią partnerką</u> .....    | 20 |
| 37. <u>Pytają, czy partnerka nie miałaby nic przeciwko drugiej kobiecie w łóżku</u> ... | 20 |
| 38. <u>Każą wykonywać jej całą robotę</u> .....   | 21 |
| 39. <u>Próbują wsunąć penisa analnie „przez przypadek”</u> .....                        | 21 |
| 40. <u>Fotografują lub nagrywają łóżkowe ekscesy</u> .....                              | 21 |
| 41. <u>Zawsze robią to samo, stała procedura podczas seksu</u> .....                    | 22 |
| 42. <u>Nie romansują z nią</u> .....  | 22 |
| 43. <u>Klepią jej pośladki bez upewnienia się, czy ona chce lekkiej dominacji</u> ..... | 22 |

|   |           |
|---|-----------|
| <u>44. Próbuja seksu jak w filmach lub książkach</u> .....                        | 23        |
| <u>45. Bawia się jej odbytem, gdy ona nie jest wystarczająco podniecona</u> ..... | 23        |
| <u>46. Ogluszają ją poprzez krzyczenie do ucha, gdy dochodzą</u> .....            | 23        |
| <u>47. Mówią sprośne rzeczy bez upewnienia się, czy ona to lubi</u> .....         | 24        |
| <u>48. Leżą na kobiecie bez wspierania się na swoich ramionach</u> .....          | 24        |
| <u>49. Mają wytrysk w niej bez zapytania o pozwolenie</u> .....                   | 24        |
| <u>50. Nie kontrolują swojego wytrysku</u> .....                                  | 24        |
| <u>51. Nie spędzają odrobiny czasu z kobietą w ramionach po seksie</u> .....      | 25        |
| <u>52. Nie myją się po seksie</u> .....   | 25        |
| <b><u>NAJWIĘKSZE BŁĘDY POPEŁNIANE PRZEZ KOBIETY PODCZAS SEKSU</u></b> .....       | <b>26</b> |
| <u>1. Zachowują się, jakby on mógł czytać w jej myślach</u> .....                 | 26        |
| <u>2. Oburzają się, gdy nie dostają tego, czego chcą</u> .....                    | 27        |
| <u>3. Nie stosują się do zalecenia „kobieta dochodzi pierwsza”</u> .....          | 27        |
| <u>4. Są bardziej krytyczne wobec swojego ciała niż ich partnerzy</u> .....       | 28        |
| <u>5. Nie są asertywne podczas stosunku</u> .....                                 | 28        |
| <u>6. Są krytyczne w stosunku do jego łóżkowych wyczynów</u> .....                | 28        |
| <u>7. Traktują penisa, jakby był łechtaczka</u> .....                             | 29        |
| <u>8. Odmawiają mu oralnego seksu</u> .....                                       | 29        |
| <b><u>YES, YES, YES – CZYLI O KOBIECYM ORGAZMIE</u></b> .....                     | <b>31</b> |
| <b><u>TYPY KOBIECYCH ORGAZMÓW</u></b> .....                                       | <b>34</b> |
| <b><u>JAK ZROBIĆ MINETKĘ?</u></b> .....   | <b>39</b> |
| <u>Wstęp</u> .....  | 40        |
| <u>Pozycje</u> .....  | 42        |
| <u>Łechtaczka</u> .....   | 43        |
| <u>Ozór</u> .....   | 44        |
| <u>Palce rozszerzalce</u> .....   | 46        |
| <u>Stymulacja analna</u> .....  | 47        |
| <u>Miesiączka</u> .....   | 48        |
| <u>Zusammen do kupy</u> .....   | 48        |
| <b><u>OOOOOOOOOOOOOCHHHHHHHH!!!</u></b>   |           |
| <b><u>Czyli MAM ORGAZM!!!</u></b> .....   | <b>49</b> |
| <u>Jezusku słodki, ale bosko, tylko wciąż nie mogę dojść</u> .....                | 50        |
| <b><u>MIŁOŚĆ ORALNA</u></b> .....   | <b>53</b> |
| <u>Lekcja pierwsza</u> .....  | 53        |
| <u>Lekcja druga</u> .....   | 56        |
| <u>Lekcja trzecia</u> .....   | 58        |
| <u>Lekcja czwarta</u> .....   | 59        |
| <u>Lekcja piąta</u> .....   | 59        |
| <u>Lekcja szósta</u> .....  | 60        |
| <u>Lekcja siódma</u> .....  | 61        |
| <u>Lekcja ósma</u> .....  | 61        |
| <u>Lekcja dziewiąta</u> .....   | 63        |
| <u>Lekcja dziesiąta</u> .....   | 64        |
| <u>Lekcja jedenasta</u> .....   | 65        |
| <u>Lekcja dwunasta</u> .....  | 67        |
| <u>Lekcja trzynasta</u> .....   | 68        |
| <u>Lekcja czternasta</u> .....  | 69        |
| <u>Winszuję!</u> .....  | 69        |

|  |           |
|--|-----------|
| <u>Pytania i odpowiedzi</u> .....  | 70        |
| <u>Co to jest głębokie gardło?</u> .....   | 70        |
| <u>Czy można opanować odruch gardłowy?</u> .....   | 70        |
| <u>Czy każdy jest w stanie nauczyć się wykonywania głębokiego gardła?</u> .....                            | 70        |
| <u>Czy warto w ogóle podjąć się całego tego wysiłku związanego z opanowaniem odruchu gardłowego?</u> ..... | 71        |
| <u>A co czuje przy tym mężczyzna?</u> .....  | 71        |
| <u>Czy są jeszcze jakieś dodatkowe zalety techniki głębokiego gardła?</u> .....                            | 71        |
| <u>A co podoba się facetom bardziej: wytrysk w ustach czy w przełyku?</u> .....                            | 72        |
| <u>Powiedz mi coś więcej o tym lizaniu moszny...</u> .....   | 72        |
| <u>Czy są jeszcze jakieś „zaawansowane techniki”?</u> .....  | 72        |
| <u>Powiedz coś jeszcze na temat „ruchów ssących”...</u> .....  | 72        |
| <b><u>7 SPOSOBÓW NA NIESAMOWITY SEKS</u></b> .....   | <b>73</b> |
| 1. <u>Stopniowo wprowadź ją w nastrój</u> .....  | 73        |
| 2. <u>Zadbaj o otoczenie</u> .....   | 74        |
| 3. <u>Dojdź do wprawy w pewnych technikach</u> .....   | 75        |
| 4. <u>Naucz się oralnych sztuczek</u> .....  | 75        |
| 5. <u>Miej nad wszystkim kontrolę</u> .....  | 76        |
| 6. <u>Doprowadź ją do orgazmu</u> .....  | 76        |
| 7. <u>Niech ona doprowadzi Ciebie do orgazmu</u> .....   | 77        |
| <u>Porady eksperta</u> .....   | 78        |
| <b><u>DEWIACJE SEKSUALNE</u></b> .....   | <b>79</b> |
| <u>A</u> .....   | 79        |
| <u>C</u> .....   | 81        |
| <u>D</u> .....   | 81        |
| <u>E</u> .....   | 82        |
| <u>F</u> .....   | 82        |
| <u>G</u> .....   | 83        |
| <u>H</u> .....   | 83        |
| <u>K</u> .....   | 84        |
| <u>L</u> .....   | 84        |
| <u>M</u> .....   | 85        |
| <u>N</u> .....   | 85        |
| <u>O</u> .....   | 86        |
| <u>P</u> .....   | 86        |
| <u>R</u> .....   | 86        |
| <u>S</u> .....   | 87        |
| <u>T</u> .....   | 87        |
| <u>U</u> .....   | 88        |
| <u>W</u> .....   | 88        |
| <u>Z</u> .....   | 88        |
| <b><u>EIOBA.PL</u></b> .....   | <b>89</b> |

## Wstęp

Przedstawiamy najlepsze teksty dotyczące seksu opublikowane w serwisie [Eioba.pl](http://Eioba.pl).

Mamy nadzieję, że chociaż seks jest w Polsce wciąż tematem tabu, dzięki takim artykułom to się wkrótce zmieni.

W tej publikacji znajdziesz:

### **„52 błędy popełniane przez mężczyzn podczas seksu”**

Jeżeli jesteś facetem, może nawet nie wiesz, że podczas uprawiania seksu popełniasz wiele gaf i niedopuszczalnych błędów. Nie popełniaj nigdy więcej żadnego!

Sprawdź na liście, czego trzeba się wystrzegać.

### **„Największe błędy popełniane przez kobiety podczas seksu”**

Lista błędów, które kobiety często popełniają w łóżku. Niezbędnik dla kobiet, które traktują seks poważnie.

### **„Yes, yes, yes – czyli o kobiecym orgazmie”**

Krótki artykuł o historii badań nad orgazmem (w szczególności kobiecym) i ciekawostkach związanych z nimi.

### **„Typy kobiecych orgazmów”**

Orgazm jako moment najsilniejszego podniecenia seksualnego i towarzyszącego mu tak samo silnego uczucia rozkoszy może być przeżywany przez kobietę bardzo różnie.

### **„Jak zrobić minetkę?”**

Odważny tekst, mówiący w luźny sposób o uprawianiu miłości oralnej. Tylko dla dużych chłopców!

### **„Miłość oralna”**

Luźny i ciekawy tekst na temat miłości oralnej. Przeznaczony dla obu płci.

### **„7 sposobów na niesamowity seks”**

„Z kimkolwiek to robisz, rób to dobrze”, a na pewno oboje będziecie chcieli powtórki.

Dlatego zawsze pamiętaj o tych kilku rzeczach, które pomagają w każdej sytuacji.

### **„Dewiacje seksualne”**

W artykule zostały zamieszczone alfabetycznie posortowane dewiacje seksualne. Ma on uzmysłwić każdemu, jak różne rzeczy mogą spowodować podniecenie seksualne.

## 52 błędy popełniane przez mężczyzn podczas seksu

### 1. Idą prosto do miejsc intymnych

Musisz być bardziej wrażliwy i czekać aż do momentu, gdy kobieta jest bardziej gotowa do seksu niż zirytowana faktem, iż zmierzasz do jej piersi i sromu po kilku minutach pobieżnego całowania.



Fot. [sxc.hu](http://sxc.hu)

Kiedy będziesz czuł się niezmiernie dobrze i będzie Ci dobrze, miej na uwadze to, że możesz już nie zostać przez nią ponownie zaproszony do łóżka.

### 2. Nie wiedzą, jak wrażliwie całować

Namiętnie lub wrażliwie, mocno lub delikatnie – dobre całowanie jest sztuką, która smakuje i wprowadza odpowiedni nastrój. Naucz się, jak całować, by robić to dobrze. Nie znaczy to, że masz wtykać język w jej usta i kręcić dookoła, jakbyś czyścił nitką jej zęby.



### 3. Zbyt brutalnie dotykają stref erogennych

## 3. Zbyt brutalnie dotykają stref erogennych

Mężczyźni lubią mocniejsze dotykane niż kobiety, szczególnie dotyczy to ich penisów.

Tak więc jeżeli dotykasz jej łechtaczki z taką siłą, jaką Ty lubisz, gdy się masturbujesz, ona najprawdopodobniej będzie wrzeszczała z bólu – a później wyrzuci Cię z łóżka. Zapamiętaj: łechtaczka ma dwa razy więcej zakończeń nerwowych niż penis, i to na znacznie mniejszym obszarze. Potraktuj to z szacunkiem. To jedyny organ w ludzkim ciele, który nie ma żadnej innej funkcji poza dostarczaniem przyjemności.

## 4. Nie głaszczą i nie pieszczą

Drugim największym obszarem erogennym kobiety jest jej skóra (pierwszym jest umysł). Możesz dotykać jakiejś części jej ciała, pieszcząc, ale musisz się skupić na tym, co robisz. Musisz wkładać w swoje palce jakąś energię seksualną podczas pieszczot.

Znaczy to, że masz nie myśleć o grze w baseball, kiedy robisz jej zmysłowy masaż.

## 5. Zatrzymują się na sutkach jak ssące mleko dziecko

Tak, wiemy, że dla Ciebie to jest fajne. A ona czuje się, jakby niemowlęssało jej piersi.

Poliz i pocałuj dookoła całe jej piersi, potem językiem dobierz się do sutków i otoczek.

5. Zatrzymują się na sutkach jak ssące mleko dziecko

Czy spodoba jej się to, co robisz, będziesz wiedział dzięki jej jękowi.

## **6. Gryzą uszy, bo myślą, że jest to seksowne**

Ona może się z Tobą nie zgadzać. W tym przypadku będzie ją to tylko irytowało.

## **7. Zostawiają malinkę na jej szyi jak oznakę honoru nastolatka**

Jeżeli masz ponad 16 lat, jest to rzecz nie do przyjęcia. Jeżeli chcesz wiedzieć, dlaczego tak jest, na pewno masz mniej niż 16 lat.

## **8. Nie golą się przed stosunkiem**

Nie wiem, czy to jest seksowne, ale pocierając swoją szorstką brodą jej ciało i twarz, nie sprawisz jej przyjemności, co najwyżej spowodujesz czerwoną wysypkę, przez którą może zapamiętać Cię na długo...

## **9. Nie myją się dokładnie**

Jest to rzecz, która wywołuje w kobiecie zupełny brak ochoty na stosunek. Mimo iż mężczyźni mają wyższy próg zapachu niż kobiety, zachowaj czystość – szczególnie dokładnie w miejscach intymnych (na przykład pod napletkiem). To nie jest po prostu sprawa uprzejmości, to jest bilet powrotny do sypialni.

## 10. Zapominają, że kobiety mają wrażliwe ciało czekające na pieszczoty

Prawie taki sam punkt jak ten, który omawialiśmy wcześniej, jednak warto zapamiętać: dotykanie jej nie powinno odbywać się tylko w sypialni, w czasie gry wstępnej. Prawdę mówiąc, jeżeli będziesz dotykał jej ciała w kochający sposób podczas dnia, ona będzie bardziej chętna, by wpaść w Twoje ramiona wieczorem.

## 11. Probują wetknąć swoje palce pod bieliznę, nim kobieta jest gotowa

To jest cecha niezręcznego, nastoletniego chłopaka, który chce się poczuć jak doskonały kochanek. Nie śpiesz się, pozwól rozwinąć się sytuacji naturalnie, zastosuj mały zmysłowy dotyk tkaniny pokrywającej jej srom, zanim zaczniesz zagłębiać się pod jej bieliznę. Jest to bardziej erotyczne i zmysłowe.

## 12. Rzucają prezerwatywy na ziemię

Czy muszę mówić, dlaczego to nie jest najpopularniejszy ruch w trakcie lub po seksie?

Zawiń prezerwatywę schludnie w tkaninę lub chusteczkę, wrzuć do kosza, nie toalety, bo w tym drugim przypadku zapewne popływa tam przez pewien czas jako niekoniecznie zamierzony „przypominacz” Waszego zbliżenia.

## 13. Idą wprost do łechtaczki podczas seksu oralnego lub masturbacji

Tak jak powiedzieliśmy wyżej, większość kobiet znajdzie w tym coś irytującego – jeśli naciśniesz zbyt mocno, wściekle. Twoje pierwsze pieszczoty powinny zatrzymać się na jej wargach, potem bliżej sromu, a gdy będzie pobudzona, możesz pracować bliżej jej łechtaczki. Nawet jeżeli będzie pobudzona, miękkie dotknięcie wzdłuż warg sromowych może być bardziej zadowalające niż samo naciśnięcie na jej łechtaczkę.

## 14. Wychodzą zaraz po tym, kiedy ona osiąga punkt

Kobiety często są tak zagubione w swoich seksualnych uniesieniach, że zapominają Ci się odwdzińczyć. W rzeczywistości fakt, że leży cicho, może znaczyć, że kocha to, co robisz; w takim razie powinieneś czuć, że naciskanie jej sromu ustami czy palcami woli bardziej niż dawanie Tobie przyjemności.

## 15. Rozbierają niezdarnie

Posłuchaj: nie musisz być w stanie zdejmować jej biustonosza jedną ręką za plecami, jednocześnie ją całując. Z mojego doświadczenia wiem, że lepiej nawet tego nie próbować. Ona prawdopodobnie zrobi to jednym ruchem ręki i zdejmie stanik przez głowę. Pozwól jej zdjąć te części garderoby, które Ci sprawiają problem, pozwól sobie pomóc jej ręką, rób to powoli i delikatnie. Będzie to lepsze niż zdercie z niej ubrania jak papieru z urodzinowego prezentu.

## **16. Rozbierają się nieelegancko – zdejmują skarpety po bieliźnie**

Nie ma dla kobiety nic bardziej komicznego (lub żalospnego) niż mężczyzna w skarpetach i majtkach – oprócz nagiego mężczyzny w skarpetach... Jeżeli nie rozumiesz dlaczego, po prostu przyjmij, że tak jest.

## **17. Oczekują, by kobiety depilowały się dla nich**

Może lubisz, gdy jej skóra wokół sromu jest gładka jak skóra dziecka, ale prawdopodobnie ona będzie widziała to jako ciernistą drogę do swędzącego papieru ściernego między nogami. Zasugeruj jej dyskretnie (bądź po prostu zapytaj delikatnie), że miło by było, gdyby się depilowała w miejscach intymnych. Jeżeli powie „nie”, zaakceptuj to łaskawie.

## **18. Wkładają palce do jej pochwy, nim jest gotowa i skłonna**

Generalnie kobiety tak samo lubią być penetrowane, jak mężczyźni lubią penetrować, biorąc pod uwagę, jak bardzo mężczyźni lubią wtykać rzeczy tam, gdzie lubią. Jednakże one lubią, gdy robisz to we właściwym czasie – na przykład gdy czują się wystarczająco pobudzone, by się cieszyć tym. Jeżeli łechtaczka będzie dawała znaki, istnieje możliwość, że spodoba jej się palec albo dwa w środku. W takim razie bądź delikatny i znajdź jednym palcem jej punkt G. Upewnij się, że jej się to podoba, zanim włożysz kolejny.

Dwa palce na jej punkcie G będą tym, czego prawdopodobnie chce. Bądź pewny, że dotykanie tam jest czymś, co sprawia jej przyjemność. Jeżeli

18. Wkładają palce do jej pochwy, nim jest gotowa i skłonna

nie wiesz, co to jest punkt G, spróbuj poszukać w Google, nim pójdziesz z kobietą do łóżka.

## 19. Wchodzenie bez pytania, czy tego chce

Zapamiętaj, że to ona decyduje, jak daleko możesz zajść – i jeżeli nie chce się zabawić, nie naciskaj. Ta zgoda ma zastosowanie do każdej sytuacji, gdy Twój penetrujący penis naciska dalej naprzód bez jej zgody werbalnej czy wyrażonej gestem. Pamiętaj jednak, że nie musisz zawsze pytać prosto z mostu: „Mogę w ciebie wejść?”. Możesz zrobić to w inny sposób.

Jeżeli zapytasz, patrząc głęboko w jej oczy, może to być całkiem romantyczne i seksowne. Nie potrzeba mówić, że najlepiej, byś zapytał w pozycji „top” (klasyczna pozycja – mężczyzna na kobiecie lub odwrotnie, leżąc), która przy okazji dla większości osób jest najpopularniejszą pozycją w seksie.

## 20. Stukają dookoła pochwy penisem, nie mogąc znaleźć właściwego miejsca

To jest najgorsze dla kobiety uczucie w trakcie stosunku. Jeżeli z jakichś powodów nie możesz w nią wejść, nie próbuj udawać, że wszystko jest w porządku i nie próbuj ciągle znaleźć wejścia. Po prostu zapytaj ją, czy może Ci pomóc dłońią. W ten sposób oszczędzisz Wam zakłopotania, nie wspominając o czasie.

## 21. Pchają bez względu na jej przyjemność lub jej brak

Kiedy osiągniesz szczyt uniesienia i Twój penis jest w niej, próbuj pokazać swoje uniesienie, by było jej milej. Ona może zechcieć mocniejszego i szybszego penetrowania, ale najlepiej jest zacząć wolno i płynnie. Kiedy będziesz się kochał, ona bardziej doceni Twoje wysiłki, jeżeli jesteś męski i silny – cóż mówić, jeżeli wiesz, co robisz, pomyśl przede wszystkim i pracuj ciężko, mocno pchając, jeżeli oczywiście to lubi.

## 22. Oczekują seksu analnego

Tak, wszyscy mężczyźni cieszą się seksem analnym. Jednakże ona może być bardziej zakłopotana, może czuć jakiejś obiekcje przed tym i może nie lubić tego typu pozycji.

Jeżeli naprawdę chcesz to zrobić i wyjaśnisz, dlaczego to tak bardzo lubisz i dlaczego Ci na tym zależy (na przykład: „To jest niezwykle ekscytujące – widzieć Twoją pupę, gdy się Kochamy” lepiej zabrzmiał niż: „Szaleję, gdy pcham cię od tyłu”), prawdopodobnie zgodzi się na to od czasu do czasu, szczególnie jeżeli są Twoje urodziny czy coś w tym stylu.

## 23. Pchają za mocno

Jeżeli jesteś hojnie obdarzony lub partnerka ma krótką pochwę i pchasz za mocno, może to się skończyć zerwaniem jej szyjki macicy. Może to spowodować jej wrzask i jedynie smutek, a nie seksualną przyjemność.

## 24. Wychodzą, zanim ona osiągnie uniesienie lub przyjemność z seksu

Nie ma wielu mężczyzn, którzy mogą wytrzymać wystarczająco długo, by w pełni zaspokoić kobietę, która ucieszy się stymulowaniem pochwy i punktu G. Jeżeli nie możesz się nauczyć tego, jak dochodzić wolniej, to na końcu, gdy dojdiesz, rób to dalej przez kilka minut – ona w ten sposób zyska więcej przyjemności. Prawdę mówiąc, to nie jest trudno nauczyć się wolniej dochodzić. Najlepiej poszukaj w Google, wpisując „przedwczesna ejakulacja”.

Zwróć również uwagę na poradę numer 28.

## 25. Nie dochodzą lub tracą erekcję po założeniu prezerwatywy

Jeżeli jesteś jednym z tych rzadkich przypadków facetów, którzy mają kłopoty podczas stosunku, poważnie sugerujemy spotkanie z seksuologiem. Pomoże Ci się zająć tym problemem, nauczy, jak dochodzić szybciej, poradzi, jak wywołać zdrętwienie w jej waginie i przekaże wiedzę, jak pomalować sufit w sypialni, by pomogło Ci to w stosunkach psychologicznie.

Jeżeli jesteś jednym z tych, którzy tracą erekcję po założeniu prezerwatywy – możesz być uczulony na materiał, z którego jest wykonana prezerwatywa, lub naciska ona za mocno na żołądek. Najlepiej poszukaj rozwiązania, wpisując w Google zapytanie „tracenie erekcji po założeniu prezerwatywy”.



## 26. Pytają, czy było jej dobrze

To nie jest zachowanie prawdziwego kochanka, jeżeli jednak naprawdę chcesz się dowiedzieć, spróbuj zapytać: „Wolałaś, gdy robiłem X czy Y?”.

## 27. Obrażają się, gdy ona odmawia zafundowania oralnej przyjemności

Podczas gdy sprawianie oralnej przyjemności swojej ukochanej jest bardzo miłe dla mężczyzn, to jednak one nie widzą tego tak pozytywnie. Jeżeli jednak naprawdę chciałbyś tego, a ona nie za bardzo jest przekonana co do smaku i zapachu Twojej spermy, spróbuj pójść z nią pod prysznic lub do wanny przed seksem. Jeżeli Ci odmówi, a nie możesz być zaspokojony tym, że Ty robisz jej dobrze, to czytanie tej porady nie pomoże Ci za dużo.

## 28. Nie dają rady zapewnić jej przyjemności, bo dochodzą za szybko

Zapamiętaj motto: „Kobiety dochodzą pierwsze!”. Jako mężczyzna prawdopodobnie stracisz ochotę na seks zaraz po wytrysku – co najmniej na chwilę. W tym przypadku upewnij się, że ona dojdzie, poprzez seks oralny lub masturbację przed Twoim wejściem w nią. Dzięki temu ona będzie miała przyjemność i Ty również (masz dodatkowo ten plus, że nie musisz się martwić przedwczesnym wytryskiem). Teraz tylko wejdź w nią, pchaj i zapomnij o tym, że możesz być złym kochankiem, bo chyba tego nie chcesz, prawda?

## 29. Próbują zbliżyć jej głowę do swojego penisa

Zdecydujmy: albo ona jest skłonna uprawiać seks oralny, albo nie. Próba przekonania jej poprzez zbliżanie penisa do jej warg i głowy jest totalnie głupia. Lepiej po prostu zapytać: „Jest coś, co mogłabyś zrobić, by dać mi znacznie więcej przyjemności...”.

## 30. Próbują trzymać jej głowę i kierować nią w trakcie seksu oralnego

Tak, znów wiemy, że Ci to sprawia przyjemność, ale licz się z tym, że kobieta nie lubi, gdy kieruje się jej głową i naciska, by wzięta do ust całego penisa, tak głęboko, jak się tylko da.

Tak więc trzymaj ręce z dala od jej głowy, dopuszczalne jest delikatne głaskanie jej włosów.

## 31. Przytrzymują jej głowę, gdy ma w ustach penisa

Podobne do numeru 30, ale tym razem trzymanie jej głowy i ruszanie do góry i w dół Twojego penisa jest rzeczą niedopuszczalną. Jeżeli sądzisz, że to jest dopuszczalne, znaczy, że naoglądałeś się zbyt wielu brzydkich filmów.

32. Wkładają do ust bez pytania, czy mogą

## **32. Wkładają do ust bez pytania, czy mogą**

Smak nasienia jest przyswajalnym smakiem. Niestety, jest to coś, czego kobiety nigdy nie przyswoją. Jeżeli tego nie lubi, powiedz jej, że wyjdziesz przed wytryskiem w ostatnim momencie i dokończysz ręką. Dostaniesz więcej przyjemności i ona nie będzie musiała połykać albo wypłukać Twojego nasienia. À propos – przypadkowe zapomnienie o tym, że dochodzisz, jest niedozwolone.

## **33. Myślą, że sceny z filmów porno można przenieść do świata realnego**

Prawdziwe życie takie nie jest, OK?

## **34. Przełączają na hardcore porno bez zapytania, czy ona tego chce**

Nawet jeżeli sądzisz, że to jest pobudzające, ona prawdopodobnie nie poprze tego, co mówisz, z prostego powodu – większość filmów porno jest obraźliwa dla kobiety. Najpierw ją zapytaj i jeżeli chcesz podzielić się z nią erotycznym dreszczem oglądania kochających się ludzi, najlepiej wybierz jakiś romantyczny film pornograficzny, który będzie oddziaływał zarówno na jej emocje, jak i na Wasz seks.

35. Usprawiedliwiają wielkość swojego penisa lub przepraszają za nią

### **35. Usprawiedliwiają wielkość swojego penisa lub przepraszają za nią**

Na wypadek, gdybyś kiedykolwiek był skłonny przepraszać, że Twoje przyrodzenie nie jest takie jak na filmach – pamiętaj: 98% kobiet woli wrażliwego kochanka niż takiego, który ma dużego penisa. Jeżeli Twoja partnerka należy do tych pozostałych 2%, musisz poszukać innej.

### **36. Odpowiadają szczerze, gdy ona pyta, jak było z poprzednią partnerką**

Panowie, jeżeli kobieta pyta, czy jej tyłek jest za duży, odpowiadacie zgodnie z prawdą? No właśnie... Wystarczy powiedzieć, że aktualna kochanka jest najwspanialszą, najbardziej seksowną i pociągającą kobietą na świecie. Nawet jeżeli temu nie wierzy, to jest właśnie to, co chciała usłyszeć.

### **37. Pytają, czy partnerka nie miałaby nic przeciwko drugiej kobiecie w łóżku**

Trójkąćki mogą być pociągające, ale kobiety zwykle są zazdrosne i nie-miłe dla konkurencji.

Upewnij się, ale porządnie się upewnij, że wiesz, co robisz, próbując tego.

---

### 38. Każą wykonywać jej całą robotę

## 38. Każą wykonywać jej całą robotę

Zmiana pozycji jest bardzo pozytywną sprawą, ale pytanie jej za każdym razem, gdy uprawiacie seks, na jaką pozycję chce zmienić tę aktualną, jest czymś głupim. Zmieniajcie pozycje, bawcie się i dzielcie się pracą. Nie poprzestawaj na jednej ulubionej pozycji i staraj się również sam wymyślać nowe.

## 39. Próbują wsunąć penisa analnie „przez przypadek”

Seks analny jest czymś, czego wiele par próbowało. Jest to coś, czego powinno się spróbować, ale oboje musicie tego chcieć. Ona nie będzie zadowolona, jeżeli przez przypadek trafisz w jej odbyt. Nie uwierzy, jeżeli powiesz, że tego nie chciałeś i trafiłeś przez przypadek.

## 40. Fotografują lub nagrywają łóżkowe ekscesy

Wiele par niefortunnie pozostawia dowody aktu seksualnego, a mogą się one dostać w niepowołane ręce. Da to wielkie możliwości osobie, która weszła w posiadanie Waszego filmu czy zdjęcia. Dobrym kompromisem jest podłączenie kamery do telewizora bez nagrywania.

Jest to sposób, dzięki któremu możesz mocno się podniecić podczas seksu i nie musisz się martwić tym, że wkrótce zobaczysz się w Internecie.

## **41. Zawsze robią to samo, stała procedura podczas seksu**

Tak jak wszystko inne (oprócz możliwości głębszego kochania), duże zmiany w Waszym seksie mogą sprawić, że Wasze współżycie będzie bardziej świeże i namiętne.

Będziesz zaskoczony, jak ekscytujące jest wypróbowanie nowych pozycji. Każda pozycja inaczej oddziałuje na penisa i pochwę, daje nową perspektywę w widzeniu Twojej partnerki, daje możliwość patrzenia, jak wchodzisz w ciało swojej partnerki itp.

## **42. Nie romansują z nią**

Kobiety kochają romanse. Jednakże romantyczna „pogoń” za kobietą jest trudnym i zawitym zagadnieniem dla większości mężczyzn.

## **43. Klepią jej pośladki bez upewnienia się, czy ona chce lekkiej dominacji**

Nieważne, jak ekscytujący może Ci się wydawać ten pomysł, nie klep za mocno jej pośladków bez słabszych prób i sprawdzenia jej reakcji. Jeżeli to zrobisz, możesz zebrać klepnięcie w Twoją twarz albo kopa w... swój skarb ;)

## 44. Próbują seksu jak w filmach lub książkach

Nie kopiuj tego, co zobaczyłeś na filmie. Tam czegoś brakuje. Kobieta lubi Twoją inwencję twórczą.

## 45. Bawią się jej odbytem, gdy ona nie jest wystarczająco podniecona

Kiedy masturbujesz jej pochwę i wkładasz palec do jej waginy, możesz poczuć, że jej odpowiada mała analna gra. Jeżeli masz rację, możesz użyć małego palca do delikatnego łaskotania jej odbytu – tak jak palcem wskazującym jej punktu G. To może dodać jej porcję wspaniałego podniecenia, szczególnie jeżeli dochodzi do orgazmu. Jeżeli jednak spróbujesz zrobić to, gdy ona nie jest naprawdę podniecona, może stracić zupełnie ochotę na seks, więc upewnij się dokładnie, bo może to być złym pomysłem.

## 46. Ogłuszają ją poprzez krzyczenie do ucha, gdy dochodzą

Łatwy do popełnienia błąd, szczególnie jeżeli lubisz seks w pozycji „top”, leżąc blisko na swojej partnerce i chcesz, by cały świat wiedział, że dochodzisz. Niestety, ona nie da Ci dojść drugi raz, więc schowaj swoją twarz w poduszkę lub coś innego, jeżeli jesteś skłonny do wydawania niekontrolowanych odgłosów podczas orgazmu. Jednak nie popadajmy w skrajności, bo kobiety nie lubią również, gdy mężczyzna zupełnie milczy.

47. Mówią sprośne rzeczy bez upewnienia się, czy ona to lubi

## **47. Mówią sprośne rzeczy bez upewnienia się, czy ona to lubi**

Generalnie małe, niewinne sprośne rozmowy między dorosłymi dodają smaczku grze erotycznej. Gdy Twoja partnerka powie, byś ją pieprzył w jej gorącą, mokną cipkę, dowiesz się, co mam na myśli. Jeżeli tak się nie stało i chciałbyś tego, pobudź ją do sprośnych rozmów, kiedy się kochacie, i zobacz wyraz jej twarzy. Może być zaskoczona. Pamiętaj, że legenda głosi, iż spokojni często są najbardziej zadowolający w łóżku.

## **48. Leżą na kobiecie bez wspierania się na swoich ramionach**

Pamiętaj: gentleman zawsze opiera się na rękach, łokciach, kolanach lub czymś innym podczas stosunku.

## **49. Mają wytrysk w niej bez zapytania o pozwolenie**

Wytrysnięcie między jej piersi, w jej pochwie lub jej odbycie jest niewiarygodnie ekscytujące, ale miło byłoby, gdybyś najpierw ją zapytał. Może bardziej chce zobaczyć Twoją męskość podczas wytrysku, niż sprzątać lub myć się po tym.

## **50. Nie kontrolują swojego wytrysku**

Tak jak powiedzieliśmy wcześniej, dobry kochanek musi się wysilić, by być pewnym, że jego partnerka jest zaspokojona nim on skończy.



## 51. Nie spędzają odrobiny czasu z kobietą w ramionach po seksie

Mężczyzna, który wstaje po skończonej robocie i dalej wykonuje codzienną procedurę, jest prawdopodobnie najmniej cenionym przez kobiety obiektem seksualnym. One potrzebują bliskości partnera. Potrzebują znacznie więcej czasu, by ochłonać, niż mężczyźni.

Ona musi poczuć, że jest kochana i jest kimś wyjątkowym, musi poczuć się adorowana przez mężczyznę, któremu dała właśnie coś dla niej najcenniejszego. Na samym końcu możesz spędzić z nią pół godziny, możecie się wspólnie zrelaksować po kochaniu, nawet jeżeli nie zamierzasz spędzić z nią całej nocy.

## 52. Nie myją się po seksie

Seks pochłania duże ilości płynów i sił, zatrzymaj jednak trochę na później, by móc się wytrzeć lub umyć. Jeżeli chcesz być prawdziwym gentlemanem, zaoferuj swojej partnerce ciepły ręcznik, by mogła się wytrzeć, szczególnie jeżeli nie używasz prezerwatyw.

Autor: Rod Phillips

Tłumaczył: Radek\_1

[http://www.eioba.pl/a69725/piecdziesiat\\_bledow](http://www.eioba.pl/a69725/piecdziesiat_bledow)

[http://www.eioba.com/a2849/fifty\\_mistakes](http://www.eioba.com/a2849/fifty_mistakes)

## Największe błędy popełniane przez kobiety podczas seksu

Odbierając przez lata wiele Waszych maili, w których pytaliście o problemy w związkach uczuciowych i seksie, postanowiliśmy zebrać największe błędy popełniane przez kobiety podczas stosunków z mężczyznami.



Fot. [sxc.hu](http://sxc.hu) / Duchessa

### 1. Zachowują się, jakby on mógł czytać w jej myślach

To jest kobieca gra, ale on nie da Ci tego, czego chcesz. Mężczyźni nie myślą jak kobiety, potem nie można ich obwiniać za coś, co nawet nie przyszłoby im na myśl, by Ci zrobić. Porzuć grę i kieruj. Dobra komunikacja jest wszystkim w związkach. Na przykład: jeżeli chcesz seksu oralnego, zapytaj go, czy mógłby zejść niżej. Zatracanie się w swojej rozkoszy i niemówienie mu nic sprawi, że on zacznie się martwić, że jesteś śpiąca albo niezainteresowana, w wyniku czego przestanie sprawiać Ci przyjemność.

---

## 2. Oburzają się, gdy nie dostają tego, czego chcą

### 2. Oburzają się, gdy nie dostają tego, czego chcą

Co, nie przeczytałaś pierwszej wskazówki powyżej? Jeżeli chcesz, powiedz, że potrzebujesz więcej gry wstępnej. Jeżeli naciska prosto na Twoje strefy erogenne po kilku minutach całowania, powinnaś go wyszkolić i wytłumaczyć, czego chcesz. Mężczyźni dużo szybciej się podniecają niż kobiety i potrzebują by ich nieco zwolnić. Jednym z najlepszych sposobów, by to osiągnąć, jest spowodowanie, abyś miała orgazm, zanim zaczniecie stosunek (patrz poniżej). Jako kobieta jesteś prawdopodobnie bardziej kreatywna niż on, więc możesz zastosować swoje twórcze umiejętności w seksie i urozmaicać Wasze życie seksualne.

### 3. Nie stosują się do zalecenia „kobieta dochodzi pierwsza”

Może nie zawsze, ale ta reguła nie jest zła podczas seksu. Mężczyźni tracą ochotę na seks natychmiast po wytrysku: podoba im się to czy nie, jednak tak są biologicznie zbudowani (prawdę mówiąc, są zaprogramowani, by spać po stosunku) i gdy są szczególnie wrażliwi dla Ciebie, podczas gdy dochodzą, nie będą już zainteresowani Twoim zaspokojeniem.

Najlepszym rozwiązaniem jest przedłużenie gry wstępnej, włączając w to seks oralny z jego strony bądź dawanie Ci przyjemności za pomocą palców, dopóki nie dojdiesz... Wtedy jego kolej.

To może spowodować, że będzie bardzo pobudzony i będzie miał wielki orgazm, gdy wejdzie w Ciebie – lub w jakiś inny sposób (i możesz tego nie wiedzieć, ale mężczyźni naprawdę lubią widok, zapach i smak Twojego skarbu!).

4. Są bardziej krytyczne wobec swojego ciała niż ich partnerzy

## 4. Są bardziej krytyczne wobec swojego ciała niż ich partnerzy

Trudno w to uwierzyć kobietom, ale to jednak jest prawda. Generalnie mężczyźni są znacznie mniej krytyczni wobec Twojego ciała niż Ty. Gdy zaczynasz zakrywać części ciała podczas seksu lub odmawiasz pewnych pozycji, bo się boisz, co on może pomyśleć o Twoim ciele, mężczyzna szybko stanie się rozczarowany. Jeżeli potrzebujesz zapewnienia, że Twoje ciało jest w porządku, zapamiętaj regułę nr 1: zapytaj go. Powiedz na przykład: „Czuję się trochę niepewna w kwestii mojego biustu/tyłeczka/brzucha/czegokolwiek. Wydaje ci się, że są atrakcyjne?” albo: „Podoba ci się moje ciało?”.

## 5. Nie są asertywne podczas stosunku

To jest bardzo stary stereotyp: mężczyzna prowadzi, kobieta idzie za nim. To oczywiście nie powinno być prawdą podczas seksu. Nawet jeżeli lubisz, gdy jest męski i dominujący podczas seksu, to będzie miłe dla niego – zobaczyć Twoją asertywną stronę. Od czasu do czasu Ty poprowadź w łóżku; spraw mu przyjemność – kobieta na górze albo od tyłu włączy wszystkie jego seksualne guziki i sprawi, że zacznie się zastanawiać, czy jego urodziny nie przyszły za wcześnie.

## 6. Są krytyczne w stosunku do jego łóżkowych wyczynów

Nic, ale to naprawdę nic nie spowoduje szybszego spadku ochoty na seks (szczególnie jeżeli sądzi, że robi to dobrze) niż bycie krytykowanym. Jeżeli dochodzi szybciej niż Ty, jeżeli nie daje Ci wystarczająco dużo

## 6. Są krytyczne w stosunku do jego łóżkowych wyczynów

przyjemności, jeżeli jest za szorstki albo dotyka Cię za mocno bądź za słabo, albo cokolwiek innego, nie bądź wobec niego krytyczna! Zamiast tego – spróbuj łagodnie wyrazić swoje odczucia i powiedzieć mu, co byś wolała zamiast tego. Na przykład: „Kiedy nie patrzysz na mnie, wchodząc we mnie, opuszcza mnie poczucie intymności z tobą” albo: „Lubię, gdy to robisz, ale wolałabym, gdybyś to robił troszkę wolniej, dotykał brzegu mojej łechtaczki, byś pchał mocniej/słabiej” itp.

## 7. Traktują penisa, jakby był łechtaczką

Co oznacza – trzymaj i posługuj się nim mocniej i bardziej stanowczo. Szybko Ci powie, jeżeli robisz to źle. Generalnie mężczyźni masturbują się, mocniej uciskając, niż jest to do zaakceptowania w wypadku kobiety: jej łechtaczka jest po prostu zbyt wrażliwa. Musisz mu to robić inaczej, szczególnie gdy dochodzi do orgazmu – wtedy naprawdę potrzebuje mocniejszych ruchów. (Pamiętaj, że on wciąż będzie zachwycony lekkimi i delikatnymi dotykami i ruchami Twojej dłoni we wczesnym stadium Waszych łóżkowych gier – spróbuj śliny jako szybkiego i łatwego „smarowania”).

## 8. Odmawiają mu oralnego seksu

To może być kontrowersyjne, ale jednak to powiem. Większość kobiet nie rozumie, jak ważny jest seks oralny dla mężczyzn. Pewnie wiesz, jak lubią to mężczyźni, ale może nie rozumiesz, jak ważne dla niego to jest – i to nie jest jakaś prymitywna chęć dominacji.

Mężczyźni kochają seks oralny, ponieważ bliskość i zaufanie jest aktem i znakiem Twojej miłości. Wzięcie jego penisa do ust nie jest tylko znakiem akceptowania jego penisa, ale jest również sygnałem Twojej akcep-

## 8. Odmawiają mu oralnego seksu

tacji dla niego jako mężczyzny: w jego umyśle może być czynem największej możliwej bliskości i intymności.

Przy okazji – nie musisz pozwalać mu wytrysnąć do swoich ust.

Autor: **Rod Phillips**

Tłumaczył: **Radek\_1**

[http://www.eioba.pl/a75061/najwieksze\\_bledy](http://www.eioba.pl/a75061/najwieksze_bledy)

[http://www.eioba.com/a61320/the\\_biggest](http://www.eioba.com/a61320/the_biggest)

## Yes, yes, yes – czyli o kobiecym orgazmie

Orgazm. Jest to temat stary jak świat. „Stary jak świat” oznacza po prostu, że zajmowali się nim już starożytni filozofowie.



*Fot. sxc.hu / Wazari*

I choć osoby takie jak Arystoteles czy Hipokrates określiły go jako nieodłączny składnik udanego poczęcia nowego życia, teraz ta definicja, jak to mówią, trąci myszką.

Późniejsi myśliciele również próbowali ugryźć ten temat z różnych stron. W 1967 roku niejaki Desmond Morris przedstawił teorię, jakoby orgazm był sposobem na zmęczenie kobiety, by ta ułożyła się na plecach – w pozycji zwiększającej szanse zapłodnienia. Była to teza dość... ciekawa.

Bardziej biologicznie próbowali wyjaśnić orgazm Robin Baker i Mark Bellis w roku 1993. Według nich orgazm powoduje skurcze macicy, które z olei pomagają plemnikom w wędrówce. Ten pogląd, mimo dość sporych niedociągnięć statystycznych (np. ponad 70% danych potwierdzających hipotezę autorów było zaczerpniętych z tylko jednego przypadku kobiety), trzymał się twardo przez 12 lat. Do czasów prof. Elisabeth A. Lloyd.

Ta pani biolog, zajmująca się zagadnieniami ewolucji, wychodzi z całkiem inną propozycją definicji kobiecego orgazmu – jako biologicznie

całkowicie niepotrzebnego prezentu od dobrej matki natury. Bo jeśli orgazm pomagałby w zapłodnieniu, jego jakość i ilość musiałaby korelować z okresami płodności kobiety. Już słynny raport Kinseya pokazał, że jest zupełnie inaczej. Wiek najbardziej u kobiet płodny jest równocześnie wiekiem z największym odsetkiem przypadków anorgazmii, niemożności przeżycia tego emocjonalnego wzburzenia. Dodatkowo orgazm u kobiet zachodzi szybciej w wyniku autostymulacji – jak ma się to niby odnosić do jego ewolucyjnej funkcji? Jak widać – nikt nie chce przyjąć prostego wyjaśnienia, że orgazm ma po prostu również kobietę zachęcać do współżycia.

W końcu im więcej seksu, tym więcej małych i rozrabiających *homo sapiens*.

Trzeba tutaj też przedstawić bardzo prawdopodobne wytłumaczenie kobiecego orgazmu, autorstwa Donalda Symonsa (autorstwa wytłumaczenia, nie orgazmu :-). Mężczyźni mają sutki, bo są one pozostałością po naszym życiu płodowym – w końcu każdy z nas na początku był kobietą. Kobietom są one potrzebne do karmienia niemowlaków, nam zostały niejako dostarczone jako nieprzydatny bonus. Tak samo z łechtaczką – zbudowana z tej samej tkanki czuciowej co penis, jest po prostu gratisem dla kobiet. I co jak co – one chyba na tym lepiej wyszły...

Badania z 2005 roku głaszczą jednak tak skołowaną tym wszystkim ewolucję.

Cecha podatności na przeżywanie orgazmu okazała się w dużym stopniu zależna genetycznie.

Musi więc istnieć dla tego kobiecego przeżycia jakieś naturalno-selekcyjne wytłumaczenie.



Yes, yes, yes – czyli o kobiecym orgazmie

Prawdopodobne wydaje się tutaj określenie orgazmu jako sposobu odsiewu nieumiejętnych kochanków na rzecz jurnych, umiejących zaspokoić kobietę, a później całą rodzinę (ale już nie seksualnie :>).

Ale jak to jest neurochemicznie z tym orgazmem? O dziwo, u kobiet za to miłosne uniesienie odpowiada testosteron. Kobiety, które eksperymentalnie przyjmowały ten hormon, miały większe libido, częściej fantazjowały, częściej się kochały i częściej masturbowały.

Co jeszcze ciekawsze, kobiety przyjmujące w tym samym czasie placebo nie różniły się zbytnio od grupy z testosteronem...

Również dopamina zdaje się tutaj grać dużą rolę – ta sama, która odpowiada w dużej mierze za kokainowy rausz i uczucie zakochania, omawiane poprzednio. Zależnie od płci jednak jest ów neuroprzekaźnik uwalniany w innych miejscach – u kobiet jest to półleżące jądro przodomózgowia, u mężczyzn – ciekawie brzmiące okolice brzuszego pola nakrywki, które to pole zwane jest także układem nagrody.

Stuart Meloy, chirurg z Piedmont Anesthesia and Pain Consultants w Winston-Salem w Karolinie Północnej, kobiecy orgazm ujął z bardziej praktycznej strony. Stworzył on implant, który po wszczepieniu w rdzeń kręgowy na wysokości pasa danej przedstawicielki płci pięknej stymuluje u niej miłosne podniety. Podobny do kontrolera gier wideo pilot umożliwia kontrolowanie nasilenia i częstości impulsów. Te indukowane sztucznie przeżycia są mocno realne – przynajmniej ochotniczki eksperymentu nie narzekają :> To jest dopiero wibrator XXI wieku :>

Autor: **teloch**

[http://www.eioba.pl/a82553/yes\\_yes\\_yes](http://www.eioba.pl/a82553/yes_yes_yes)

<http://www.neurotyk.net/?p=108>

## Typy kobiecych orgazmów

Orgazm jako moment najsilniejszego podniecenia seksualnego i towarzyszącego mu tak samo silnego uczucia rozkoszy może być przeżywany przez kobietę bardzo różnie.



Fot. sxc.hu

Co więcej – inaczej przeżywają go kobiety, a inaczej mężczyźni... Ale oprócz tego istnieje jeszcze bardzo dużo innych różnic.

Jakie są typy kobiecych orgazmów?

W zależności od miejsca występowania orgazmu, jego przyczyn, jego przebiegu i innych kryteriów wyróżniono następujące najpopularniejsze typy orgazmów, charakterystyczne wyłącznie dla piękniejszej części ludzkości:

**Orgazm łechtaczkowy** – najpopularniejszy, najczęstszy i najłatwiejszy do osiągnięcia, przeżywany na wskutek stymulacji łechtaczki w czasie stosunku, masturbacji bądź pobudzania przez partnera. Niektóre kobiety są w stanie przeżyć orgazm tylko przez stymulację zewnętrznej części łechtaczki.

**Orgazm pochwowy** – po raz pierwszy opisany przez Zygmunta Freuda w 1905 roku.

Orgazm łechtaczkowy i pochwowy następuje po tych samych etapach pobudzenia, nie jest zaś tak – jak przypuszczał Freud – że pochwowy jest wynikiem łechtaczkowego (uznanego notabene za niedojrzały). Rozróżnianie orgazmów łechtaczkowych i pochwowych jest nadal dyskusyjne i często krytykowane (np. przez feministki).

**Orgazm punktu G** – osiągany poprzez stymulowanie punktu G, którego znaczna część kobiet w ogóle nie posiada. W związku z tym – a także dlatego, że niektóre kobiety posiadające punkt G odczuwają jego stymulację jako nieprzyjemną – jest zdecydowanie trudniejszy do osiągnięcia niż wcześniejsze dwa, ale równocześnie dostarcza intensywniejszych przeżyć.

**Orgazm cewki moczowej** – nazwany także – analogicznie do orgazmu punktu G – orgazmem punktu U. Osiągany jest przez umiejętną stymulację niewielkiego, bardzo wrażliwego obszaru wokół ujścia cewki moczowej palcami, penisem lub językiem (cunnilingus) zaraz po uzyskaniu orgazmu łechtaczkowego. Niektórym kobietom sprawia ogromną przyjemność.

**Orgazm sutkowy** – stosunkowo łatwy do osiągnięcia, gdyż polega na umiejętnym pieszczoniu sutków predysponowanej do takiego orgazmu kobiety (wrażliwe sutki). Zdecydowanie popularniejszy w dawnych czasach, kiedy kobiety obawiały się ciąży (z powodu braku skutecznej antykoncepcji) i hołowano rozbudowanym technikom pettingu. Orgazmowi sutkowemu towarzyszą skurcze pochwy i macicy.

**Orgazm strefowy** – zdecydowanie rzadszy rodzaj szczytowania. Tego typu uniesienie dotyczy różnych stref erogennych ciała – w zależności od indywidualnych predyspozycji partnerki. Niektóre kobiety mogą doświadczyć takiego typu orgazmu podczas np. pieszczot karku, szyi, małżowiny usznej, palca, uda czy pachwiny.

**Orgazm jednoogniskowy** – typ orgazmu, do którego dochodzi, gdy podczas stosunku pobudzone jest jedynie jedno ognisko zmysłowe. Występuje on u około 40% wszystkich kobiet przeżywających orgazm.

**Orgazm wieloogniskowy** – w odróżnieniu od orgazmu jednoogniskowego osiągany jest przez kobiety podczas stymulacji co najmniej dwóch lub więcej ognisk zmysłowych (stref erogennych), np. sutków, łechtaczki i pochwy. Natężenie i intensywność takiego orgazmu są o wiele większe niż przy pojedynczym orgazmie. Występuje on u około 60% wszystkich kobiet zdolnych do orgazmu.

**Orgazm totalny** – osiągany jest w trakcie pobudzania wszystkich stref erogennych na całym ciele, a nie tylko okolic genitalnych, jak w przypadku innych typów orgazmu. Reakcje na taki orgazm dotyczą całego ciała i psychiki. Odbierany subiektywnie, zaczyna się głęboko w ciele kobiety i w miarę zwiększania się jego intensywności ogarnia całe ciało – aż po czubki palców.

**Orgazm częściowy** – spowodowany tym, że mężczyzna o niskim poziomie zaawansowania w ars amandi przedwcześnie kończy pobudzać kobietę (np. w wyniku wytrysku przedwczesnego) lub ogranicza się tylko do stymulacji okolic genitalnych i miednicy. Dochodzi w ten sposób tylko do reakcji narządów płciowych. Według filozofii tao istnieje dziewięć poziomów orgazmu, a przeciętni kochankowie nietaoistyczni pobudzają kobietę tylko do 4 poziomu, tak więc w myśl tego wszystkie inne niż taoistyczny orgazmy są częściowe.

**Orgazm wielokrotny**, czyli zwielokrotniony – następowanie po sobie w krótkich odstępach czasu kolejnych orgazmów przy nieprzerwanym pobudzaniu – zwykle bezpośredniej stymulacji łechtaczki, a zatem przy masturbacji lub seksie oralnym. Wszystkie kobiety osiągające orgazm są w stanie przeżyć więcej niż jeden orgazm w krótkim czasie (nawet dzie-

sięciokrotny) – w odróżnieniu od mężczyzn – przy czym takiego typu orgazmu doświadcza najwyżej 1/3 z nich.

**Orgazm dysocjacyjny** – polega na odczuwaniu orgazmu ograniczającego się jedynie do jednego typu reakcji – somatycznych lub psychicznych, brak jest natomiast ich obu w tym samym czasie, tak jak ma to miejsce w wypadku wszystkich pozostałych wyżej wymienionych typów orgazmu.

**Orgazm mini** – inaczej krótkotrwały, charakteryzuje się bardzo krótkim czasem trwania.

Może to być stała i jedyna forma orgazmu albo też seria orgazmów tego typu.

**Orgazm długotrwały** – odmiennie od orgazmu krótkotrwałego – kobieta przeżywa go od 15 do nawet 30 minut. Przy czym przeżywany jest zarówno somatycznie, jak i psychicznie.

Możliwy do osiągnięcia w wyniku specjalnych treningów i ćwiczeń, np. dobrze znanych w taoizmie.

**Orgazm moczowy** – polega na oddawaniu przez kobietę moczu w trakcie przeżywania orgazmu. Może on występować w warunkach fizjologicznych (np. w wyniku pobudzania przestrzeni Grafenberga) lub w stanach chorobowych układu moczowego.

**Orgazm udawany**, czyli de facto brak orgazmu, a jedynie gra aktorska kobiety (przyspieszony oddech, grymasy twarzy, napięcie i skurcze nóg i rąk, kurczenie mięśni brzucha i pośladków, westchnienia, okrzyki, łyż oraz częściowo pulsowanie pochwy), która z różnych przyczyn chce zapewnić swojego seksualnego partnera o tym, że przeżyła orgazm. Ponad połowa kobiet przyznaje się do stosowania tej sztuczki, a 92 % zrobiło to przynajmniej raz w życiu.

Oprócz scharakteryzowanych powyżej typowo kobiecych form orgazmów wyróżnić można jeszcze orgazmy możliwe do przeżycia przez kobietę i mężczyznę (analny, nocny) lub oboje partnerów (jednoczesny).

Autor: **Agata Malwina Gartner**

[http://www.eioba.pl/a80729/typy\\_kobiecych\\_orgazmow](http://www.eioba.pl/a80729/typy_kobiecych_orgazmow)

<http://www.zlotemysli.pl/author/show/4954/Malwina-Gartner.html>

## Jak zrobić minetkę?

Pragnę zapoznać Was teraz (ku przestrodze oczywiście) z najohydniejszą praktyką seksualną na świecie, praktyką, która – wedle skromnych szacunków WHO – pochłonęła więcej istnień ludzkich niż pandemia hiszpanki.

To straszliwe zboczenie, któremu oddają się zepsute cywilizacje Zachodu, które walnie przyczyniło się do wzrostu liczby rozwodów, brutalizacji życia społecznego, napływu imigrantów, proliferacji



*Fot. sxc.hu*

broni atomowej, bezrobocia wśród absolwentów uczelni wyższych, suszy, wichur i powodzi.

Dlatego tekst ten proponuję naprawdę wyłącznie wyjątkowo psychicznie odpornym jednostkom, zaklinając je jednocześnie, aby nigdy, przenigdy nie próbowały pod jakimkolwiek pozorem oddawać się tym szatańskim rytuałom!

Dalej niech wstępują jedynie śmiałkowie niespełna rozumu!

## Wstęp

Lizanie kobiecych genitaliów to jedna z największych przyjemności, jakie sprawić można kobiecie. Czuje się wtedy kochana, ubóstwiana, atrakcyjna i przede wszystkim szczytuje przy tym niczym opętana. Wiele dam przedkłada owe pieśczoły nad „normalny” stosunek, a dla wielu jest to najkrótsza droga do orgazmu w towarzystwie mężczyzny. Twój penis może być najmniejszym stworzonkiem w całej Galaktyce, ale jeżeli potrafisz uczynić dobry użytek ze swoich ust i języka, to każda niewiasta będzie mieć Cię za wspaniałego kochanka. Tak, cunnilingus stanowi niezwykle istotny element miłosnego kunsztu.

Ponadto dla wielu kobiet stanowi to dzisiaj standard – więc warto byłoby, abyś miał o tym chociaż najbledsze pojęcie.

Uwaga wstępna: wydaje się, że większość facetów cechuje mieszanina uwielbienia i odrazy w traktowaniu kobiecych genitaliów. Ci, których penisy nie mogą doczekać się, kiedy zagłębią się w szparkę, z niejaką niechęcią schylają tam głowę. Na każdego amatora niewieścich soków przypada jeden krzywiący się na samą o tym myśl. Kobiety doskonale zdają sobie z tego sprawę i tym samym blokują się psychicznie, stają się niezdolne do odprężenia i czerpania czystej przyjemności z lizania ich intymnych części. A kobiet nic innego nie podnieca bardziej niż świadomość, że są dla swojego kochanka przepyszne.

Nie udawaj więc zawstydzonego – powiedz jej to. Kiedy mężczyzna wyciąga palce z kobiety i wciąga w nozdrza ich zapach, oblizuje je i ssie, wzdychając z przyjemności, to wtedy ona nie ma już wątpliwości, że to jeden ze szczęśliwszych dni w jej życiu.

A cóż począć, kiedy okaże się, że Twoja słodka świnka wcale nie pachnie ani nie smakuje tak słodko? Nie ma absolutnie żadnego powodu, aby roz-



dzierać nad tym szaty (ani tym bardziej marudzić głośno). Weźcie wspólny prysznic albo najlepiej kąpiel. Urządźcie sobie coś na kształt pełnocięlesnego stosunku.

Namydl delikatnie jej podbrzusze, umyj ją pomiędzy płatkami jej sromu. Rozchyl je i z czułością obmyj jej łechtaczkę. Tylko nie przestawaj – to takie miłe!

Przesuń śliską od mydlin ręką wzdłuż rowka między jej pośladkami, a palcem pomasuj trochę okolice odbytu. Wsuń palec do środka – jeżeli chcesz pobawić się także jej tyłeczkiem, to go również odpowiednio przygotuj. Tylko nie wciskaj namydlonych paluchów do pochwy! Oplucz je dokładnie i powolutku wsuń jeden lub dwa, wykonując okrężne ruchy.

Rób to tak, jakbyś mył wąski kieliszek – kształt jest podobny. I co, fajnie było? Teraz możesz spokojnie wciskać język, gdzie Ci się tylko żywnie podoba...

I co teraz? Jesteście już w przytulnym mieszkanku, całujecie się namiętnie, a Wasze języki bawią się ze sobą niczym dwie psotne wydry. Twoje usta dobierają się do twardniejących brodawek, Twoja kochanka zaczyna głębiej oddychać, łonem pocierając o Twój brzuch... PRZESTAŃ! Wiem, robiło się już całkiem interesująco. Ale czy to naprawdę ona ocierała się i podskakiwała na Tobie, czy to Ty sam? Ja wolę być mocno rozochociona, zanim mój facet zagłębi swój język w moje zakamarki. Obserwuj jej reakcje uważnie, całuj, liź i pieść ją z góry na dół, po brzuszku i udach, aż sama zacznie rzucać biodrami do przodu, serwując Ci swoje łono. Jeżeli więc rzeczywiście sapie, dyszy i ociera się o Ciebie, to naprzód! Nie lubię, kiedy mężczyzna bez końca obcałowuje moje uda, podczas gdy łechtaczka moja aż drży niespokojnie.

## Pozycje

Jeżeli partnerka Twoja nieco obawia się tego, co zamierzasz z nią robić, to najlepiej rozpocząć w pozycji na wznak, może nawet półleżącej. Połóż się między jej nogami, zakładając je sobie na epolety. Możecie również spróbować pozycji na brzegu łóżka. Może również dosiąść Twej twarzy, ale przygotuj się wtedy na mnóstwo soku. Istnieje nieskończona ilość odmian pozycji nadających się do cunnilingus, niektóre z nich bardziej akrobatyczne niż erotyczne, eksperymentujcie więc. No i jest jeszcze 69...

*Soixante-neuf* to jedna z moich ulubionych pozycji. Zaletą jej jest to, że obydwójce równocześnie doświadczacie będziecie rozkoszy seksu oralnego. Usta odwrócone w stosunku do pochwy pasują do niej idealnie, a Twoje dłonie mają o wiele większe pole manewru.

Wadą natomiast jest to, że to niezbyt wygodna pozycja do fellatio. Poza tym – 69 nie pozwala się w pełni skoncentrować na dawaniu przyjemności drugiej osobie. Nawet najbardziej doświadczonych „sześćdziesięcio-dziewiątkowiczom” zdarza się wyprzedzić partnera w drodze na szczyt. „Ooo, jak dobrze, rób tak jeszcze... aaaaaach!!!” – rozumiecie, o czym mówię? Wymagana jest do tego niezwykle silna wola.

Odmiany „sześćdziesiąt dziewięć” to mężczyzna-na-górze, kobieta-na-górze i oboje-na-boku.

Te dwie ostatnie są najłatwiejsze, chociaż wygodniej dla obojga partnerów jest spoczywać na boku. Niektóre kobiety wręcz przepadają za byciem lizanymi w pozycji na czworaka, więc jeżeli Twoja dama szaleje, będąc na gorze, to zapamiętaj to i wymyśl jeszcze jakieś inne sposoby zaspokajania jej językiem w tej pozycji. Ja wolę, kiedy to on jest na górze, lecz dla wielu pań to dość „dusząca” pozycja. Lecz takie ułożenie

najlepiej nadaje się do głębokiego gardła. Tylko nie zapomnij o swoich obowiązkach!

No więc teraz stanąłeś „twarzą w twarz” z tajemnym otworem, którym przyszedłeś na świat i do którego zawsze pragniesz wracać... No to teraz trochę anatomii...

## Łechtaczka

Zanim przejdziemy dalej, parę słów poświęćmy łechtaczce, po łacinie clitoris.

Większość z Was pewnie wie, co to jest, ale tych, co nie wiedzą, informuję, że jest to kobiecy organ seksualny – koniec definicji. Stosunek pochwowy, odbytniczy i jakikolwiek inny może być niezwykle zmysłowy, ale nie pobudzając, choćby pośrednio, łechtaczki – pomijasz jej orgazmiczny spust i pewnie między innymi dlatego zasiadłeś do lektury, prawda? Clitoris znajduje się tutaj, tuż nad zwieńczeniem obu warg mniejszych, to właśnie ten mały różowy guziczek. To właśnie tutaj, panowie – zaznaczcie, najlepiej pisakiem.

Prawie w każdym przypadku lizanie i ssanie warg sromowych czy ujścia pochwy będzie dość miłe, ale pamiętaj, że to tylko erotyczne łaskotki, a nie prawdziwe pobudzanie.

Sama już nie zliczę moich kochanków, którzy byli święcie przekonani, że wpychając mi głęboko język w pochwę, doprowadzą mnie do niechybnego orgazmu. Mylili się bardzo.

Oczywiście przy odrobinie ręcznej stymulacji... Ale o tym później.

Kobiety różnią się znacznie pod względem upodobań do bezpośredniego pobudzania łechtaczki. Jedne zapieją z zachwytu, jeśli mocno zassiesz ich odkryte guziczki, inne zawyją z bólu. Być może spotkasz dziewczynę, która w ogóle nie znosi bezpośredniego drażnienia łechtaczki, lecz i tak będziesz musiał pobudzać ją pośrednio, na przykład przez wargi sromowe.

CENNA UWAGA: Często to, co z początku wydaje się niemiłe, po krótkiej rozgrzewce może być całkiem przyjemne. W rzeczywistości kobiety muszą zostać trochę rozmiękczone przed przystąpieniem do bezpośredniego natarcia na bastion ich rozkoszy [to się nazywa ogniowe przygotowanie ataku – przyp. Sz.K.], lecz kiedy już to nastąpi, skoncentruj w tym miejscu cały swój wysiłek bojowy.

Nie należy się przy tym spieszyć, a zadawać pytania, zostawić (jeżeli jej to nie krępuje) włączone światło i badać, badać, badać. Ciało często mówi samo za siebie, co jest dla niego najlepsze, ale zapewniam, że Twoja ukochana doceni Twoje bezpośrednie pytania.

Jeśli się wstydy odpowiadać, to niech pokieruje Cię swoimi rękoma. A jeżeli zacznie ujeżdżać dziko Twą twarz i wzdychać charcząco, urywanie, to na miłość Boską, nie zmieniaj wtedy swoich zabiegów. Rób dokładnie to samo, co robiłeś.

## Ozór

Powtarzam jeszcze raz: nie ma takiej pieśczoży językiem, która byłaby niemiła, więc nic się nie bój! Wiem, że możesz mieć wątpliwości, ale zapewniam Cię, że zabierasz ją w lot pod niebiosa. Każde lizanie i ssanie okolic pochwy, łechtaczki i odbytu jest wspaniałą sprawą i prędzej poleczyłabym [każdego kucharza, przyp. Sz.K.], aby ściśle przestrzegał re-

ceptury, niż kazała facetowi robić to za każdym razem tak samo. Ale przygotowałam coś dla uzależnionych od instrukcji i szkoleń:

- Przeciągaj językiem wzdłuż jej sromu, od ujścia pochwy po samą łechtaczkę. Niech język Twój będzie miękki, a żuchwa opadnięta. To dobre na początek.
- Przesuń językiem pomiędzy wargą wewnętrzną a zewnętrzną, jednocześnie przytrzymując je ustami. O to właśnie chodziło – teraz druga strona.
- Wyliż jej genitalia językiem – w tę i z powrotem, i dookoła. To bardzo miłe uczucie. Nie cudowne, niesamowite czy wstrząsające – po prostu miłe.
- Rozchyl jej płatki rękoma. A teraz usztywnionym językiem omiataj ją tu i tam. Zajrzyj wszędzie, ale zawsze powracaj do łechtaczki. Jedne niewiasty rozplyną się z rozkoszy, inne nie będą mogły tego znieść. Niektóre wolą zawsze miękki język, więc zwróć uwagę na to, czy jej okrzyki to oznaki ekstazy, czy bólu.

Poniższych technik nie należy próbować z niedokładnie rozgrzaną partnerką (tj. Taką, która jeszcze nie odeszła od zmysłów). Wywołują one niezwykle intensywne doznania, które mogą okazać się zbyt trudne do zniesienia nawet dla prawie szczytujących pań.

- Obnaż jej łechtaczkę i zassij ją szybko na chwilę do ust, po czym puść, tak jakbyś oblizywał palec z niewypieczonego ciasta. Uczucie jest niesamowite, szczególnie jeżeli zamierzasz potorturować swą wybrankę trochę.
- Umieść jej wzwiedzioną łechtaczkę w ustach i delikatnie (przynajmniej z początku) ssij ją, jednocześnie pobudzając językiem. Można to robić lekko albo bardzo agresywnie – w połączeniu z penetracją palcami bardzo szybko wywoła to niezwykle gwałtowny orgazm.
- Kolejna technika polega na zwinięciu języka w trąbkę. Jeżeli jeszcze tego nie opanowałeś, to nie męcz się – trzeba się z tym urodzić. Dla

tych, co potrafią zwinąć ozór w rulonik – najlepiej działa to w pozycji 69 albo w innej odwróconej. Zwiń język w trąbkę dookoła łechtaczki. Pocieraj nim w górę i w dół, tak jakby ten mały penis miał pieścić językowy srom. To również przynosi wspaniałe rezultaty.

## Palce rozszerzalce

Palce bywają niezwykle pomocne przy cunnilingus. Wiele kobiet, masturbując się, przyciska palec lub palce do łechtaczki, czasem przez płatki, i gwałtownie pociera ją dookoła lub z góry na dół. Ty też tak możesz, więc najlepiej spytaj ją, jak masz to wykonać, albo najlepiej niech Ci sama pokaże. Nie będziesz mógł się nazwać dobrym kochankiem, jeżeli nie będziesz potrafił doprowadzić swojej kobiety do orgazmu rękoma. Biorąc ją od tyłu czy rżnąc w pupę lub w jakiegokolwiek innej pozycji wykluczającej jednoczesne ocieranie się jej łonem o Twoje łono zawsze powinienś objąć ją i dosięgnąć dłonią jej łechtaczki. Wiem, że to dość kłopotliwe, ale postaraj się. Tutaj drobna uwaga: niech Twoje palce będą dobrze nawilżone. Nie ma nic gorszego (i boleśniejszego zarazem) od suchych palców mocno pocierających łechtaczkę.

To oczywiście nie wszystko, na co stać Twoje palce. Bardzo podniecającą technikę stanowi rozchylenie warg jedną ręką i szybkie pocieranie wyeksponowanej tak łechtaczki wyprostowanym palcem wskazującym drugiej ręki. Samą tą techniką doprowadzić można dziewczynę na szczyt. A dodając do tego jeszcze język, wysyła się ją prosto do nieba.

Umieszczanie palca lub palców w pochwie także jest precudne. Można wykonywać nimi ruchy posuwisto-zwrotne (najlepiej dwoma lub trzeba głęboko wepchniętymi palcami) albo po prostu gmerać nimi w środku. Niezwykle intensywnych doznań dostarcza umieszczenie dwóch palców w pochwie w taki sposób, aby opuszki dotykały przedniej ściany kanały

pochwy, mniej więcej na środku, i szybkie pocieranie tego miejsca. W połączeniu ze ssaniem łechtaczki stanowi technika owa prawie niezawodny sposób na kobietę.

Doskonałym sposobem na rozpoczęcie ręcznego pobudzania jest wsunięcie palca lub dwóch do pochwy i objęcie dłonią wzgórka łonowego. Wsuwając i wysuwając palce, wnętrzem dłoni masujesz całe jej łono. Palce potrafią również zdziałać cuda w ciasnych dupkach, ale to już inna historia...

## Stymulacja analna

Wiadomości tu zawartych nie trzeba czytać. Jeżeli seks analny Cię nie kręci, nie podejmuj się go. Jeżeli będziesz to robić bez przekonania, to dziewczyna to wyczuje i gotowa jeszcze sobie pomyśleć, że nie podnieca Cię. Wcale nie będziesz kiepskim kochankiem, jeżeli nie będziesz współżyć analnie.

Czystość jest bardzo ważna (pamiętasz jeszcze prysznic?). Zbierz palcem trochę jej miłosnych soków z cipki i natrzyj nimi okolice odbytu (jeżeli partnerka Twoja nie jest dostatecznie mokra, to posłuż się śliną). Jeżeli tylko to Was bierze, to nie ma sprawy – możecie na tym poprzestać. Lecz wydaje mi się, że większość kobiet lubi poczuć w tyłku palec podczas seksu oralnego albo zwykłego pieprzenia. Musisz być niezwykle ostrożny, czasem nawet będziesz musiał unieruchomić swój paluch. Spróbuj nim trochę poruszać: w przód, w tył, dookoła. Kiedy zaczniesz jęczeć, będziesz wiedział, że jesteś na właściwej drodze.

To miłe doznanie – poczuć rytmiczne skurcze zwieracza dookoła palca w trakcie orgazmu, miłe zarówno dla Ciebie jak i dla niej. Zastanawiasz się pewnie, jak by to odczuwało się penisem – cóż, musisz kiedyś sprawdzić.

Stosunek analny to raczej nie temat tego wątku, powiem tylko, że jeżeli kobiecie nie spodoba się palec, to na pewno nie polubi penisa w tym miejscu.

A lizanie odbytu – czemu nie? Tylko nie myśl sobie, że MUSISZ to zrobić, aby zadowolić swą kochankę. Ale jeżeli sam pomysł Cię bierze, to w porządku. Wcale nie trzeba wciskać głęboko języka w odbyt, aby podrażnić miłośnie to miejsce. Wódź językiem dookoła, z góry na dół, sam wiesz, o co chodzi...

Uwaga natury higienicznej: kiedy wyjmiesz już palec (albo penis) z jej cudnego tyłka, to nawet nie myśl o włożeniu go w jakikolwiek inny otwór. Nie ryzykuj niepotrzebnie kłopotliwych zakażeń.

## Miesiączka

Nie spotkałem zbyt wielu kolegów, którym zupełnie nie przeszkadzałoby lizanie kobiety podczas okresu. Ale paru to lubi. Większość kobiet najbardziej rozochociona jest na kilka dni przed, a czasem nawet w trakcie menstruacji. Powinieneś więc wiedzieć, jak zadowolić krwawiącą biało-głową – albo penisem, albo rękoma, albo językiem. Jeżeli krew Ci nie przeszkadza, to naprzód. Zupełnie niczym to nie grozi. Możesz poprosić ją, aby założyła tampon. (Dobrze przecież wiesz, że nie musisz zbliżać się w ogóle do pochwy, aby doprowadzić kobietę na szczyt). Albo rozłóż kilka starych ręczników, wyłącz światło i jazda!

## Zusammen do kupy

Moim zdaniem – najważniejsza jest różnorodność pieszczot. Kiedyś jakiś zawodnik nadesłał artykuł stanowiący mapę z wykreśloną trasą całowania



i lizania (najpierw tu, potem tam, następnie siam...). Lepiej działać z zaskoczenia – raz agresywnie, niczym wygłodniały wilk, a czasem na kompletnego leniucha. Do zabawy możesz zatrudnić nawet swój nos czy podbródek. Zaczynaj powoli, niech Twoja kochanka sama ustali tempo. Szorstkość i nieporadność to największe „psuje”. W miarę narastającego podniecenia skupiaj coraz większą uwagę na łechtaczce. Kiedy już trzy oddechy dzielą ją od orgazmu, to odsuwając od niej język i usta, mordujesz ją niemiłosiernie. Jeżeli zależy Ci na takich słodkich torturach, to w porządku, chciałem tylko, żebyś wiedział, co czynisz. Lecz zawsze należy być w miarę delikatnym wobec jej guziczka. Kąsanie i gryzienie jest cudowne w wielu miejscach, jednak tam znajduje się centrum czułości.

Jeżeli zaś chodzi o przedłużanie męczarni... To według mnie świetna zabawa. Doprowadź swą nałożnicę na skraj orgazmu i zaniechaj pieścizot! Nie jest to łatwe, jeżeli nie znasz dobrze jej reakcji. Niech Ci więc pomoże. Poproś ją, żeby chwyciła Cię za głowę i powstrzymała na chwilę przed szczytem. Odsapnij trochę.

Liźnij łechtaczkę lekko, podmuchaaj na nią troszkę. Twoja pani wić się będzie i miotać niczym konająca. Popalcuj ją dogłębnie, wczuj się w jej słodkie umieranie – i w końcu zmiłuj się nad nią. Dokończ ją!

**OOOOOOOOOOOOOOCHHHHHHHH!!!**  
**Czyli MAM ORGAZM!!!**

Dobra, zaraz Cię udusi, tak mocno przycisnęła się do Twojej twarzy, wrzeszczy i rzuca się na łóżku jak opętana, czujesz, jak pochwa kurczy się rytmicznie – jak długo jeszcze masz ją pieścić??? Odpowiedź jest prosta – aż poprosi Cię, byś przestał. Niektóre chcą lądować już po pięciu sekundach od startu, a inne fruwać będą z jednej orgazmicznej chmu-

ry na drugą. Wynurz głowę i nabierz powietrza, lecz pamiętaj, że jej krzywa podniecenia nie opada tak gwałtownie jak Twoja. Rozegraj to ostrożnie.

Ile razy należy dać jej orgazm? Niektóre dziewczyny są w pełni usatysfakcjonowane jednym.

Wiele z nich pragnie powtórki, ale po chociaż pięciominutowej przerwie. Wiele dam jest na tyle przewrażliwionych bezpośrednio po orgazmie, że mogą nawet brutalnie oderwać od siebie Twoją głowę. Nie oznacza to oczywiście, że mają Ciebie dosyć, tylko że chcą chwilkę odsapnąć. Większość kobiet jest przecież z natury zdolna do przeżywania uniesień wielokrotnych, jednak w pewnych czasowych odstępach. Jedynie niewielki odsetek niewiast jest w stanie przeżywać niekończące się serie orgazmów, jeden z drugim.

Wiem, że niełatwo jest stwierdzić, czy kochanka Twoja ma już dosyć, czy nie. Po prostu spytaj ją.

## **Jezusku słodki, ale bosko, tylko wciąż nie mogę dojść**

Zdarza się to czasem nam wszystkim – rozkojarzenie, zawstydzenie, niepokój – po prostu niemożność rozwinięcia skrzydeł. I cóż wtedy począć? Pytanie pierwsze: czy ona sama potrafi się łatwo samodzielnie doprowadzić do orgazmu? Jeżeli odpowiedź brzmi „nie”, to powinna trochę nad tym przysiąść. Są dwie książki poświęcone temu tematowi: „For Yourself: The Fulfillment of Female Sexuality” Lonnie Barbach oraz „Sex for One: The Joy of Selfloving” Betty Dodson. Niech przeczyta, przestudiuje i przećwicz!

Jezusku słodki, ale bosko, tylko wciąż nie mogę dojść

A jeżeli Twoja partnerka jest orgazmiczna, to zapytaj ją wprost: „To co mam zmienić?”.

Wiele kobiet woli nie krytykować swoich kochanków, ale jeżeli zada im się konkretne pytanie, to zaskoczą niejednego jasną i prostą odpowiedzią.

Problem może być czysto mechaniczny: trochę bardziej w prawo, nie tak mocno, trochę mocniej i szybciej. Och... Teraz dobrze!

No ale co, kiedy wszystko przebiega jak z płatka, a ona wciąż nie może dojść? Są możliwe dwie przyczyny takiego stanu rzeczy: samoświadomość i/lub niska samoocena. Kobietom niemogącym znieść własnego widoku najlepiej stworzyć takie warunki, które odwróciłyby ich uwagę od samych siebie. Wymontuj lustro z sufitu. Przygaś światło albo wyłącz je zupełnie. Zapuść jakąś muzykę. Nalej jej odrobinę wina. (Odrobinę! Upijając ją, wcale jej nie pomożesz!). Ułóż ją wygodnie na łóżku, podeprzyj poduchami. W takiej sytuacji lepiej nie sadzać jej sobie na twarzy ani uciekać się do jakichś wymyślniejszych pozycji.

Poświęć jej dużo czasu i bądź cierpliwy.

Zapomnij o wszystkim, co pisałam o zadawaniu pytań w trakcie – zamknij po prostu oczy i zabierz się do niej. To może być trudne i wyczerpujące zadanie, ale z każdym następnym razem będzie Wam łatwiej.

Jeżeli to nie pomoże, to spróbujcie wspólnej masturbacji. Stopniowo do jej własnych pieszczot dodawaj swoje, najlepiej na chwilę przed orgazmem. Po jakimś czasie całkowicie przejmiesz pałeczkę.

Powyższe metody mogą sprawdzić się w przypadku kobiet czujących odrazę wobec własnych genitaliów. Muszę coś tutaj jeszcze dodać. Jestem wstrząśnięty faktem, jak wiele kobiet żywi wobec własnych cipek

---

Jezusku słodki, ale bosko, tylko wciąż nie mogę dojść

ambivalentne uczucia. Nie kochają tej części siebie i nie wierzą, że Ty mógłbyś ją kochać. Owszem, pielęgnują ją, ale sprowadza się to do codziennego starannego prysznica. Nie oznacza to oczywiście gorączkowych zabiegów mających na celu pozbycie się tego ohydneho zapachu i smaku. Naturalny aromat i wydzieliny ciała zdrowej kobiety są piękne i zmysłowe. Chyba się ze mną zgodzisz (jeżeli nie, to MUSISZ wyrobić sobie czym prędzej taki pogląd). Kiedy Twa dama nauczy się kochać swoją szparkę, nie będzie miała żadnych problemów z akceptacją Twojej ku niej miłości.

Autor: **Sylwester Michalak**

[http://www.eioba.pl/a77129/jak\\_zrobic\\_minetke](http://www.eioba.pl/a77129/jak_zrobic_minetke)

## Miłość oralna

Poniżej prezentuję Wam, drodzy erotomani i przemile erotoman-ki, niewielki poradnik dotyczący oralnej miłości. Zapraszam więc do lektury wszystkie osoby szczerze zainteresowane seksualnością człowieka, odradzając jednak zapoznanie się z tym tekstem niedojrzałym sztu-  
bakom-zgrywusom,



*fot. sxc.hu / Morderska*

zakompleksionym facetom, pruderyjnym paniom i wszystkim tym, którzy ze szczególnym upodobaniem lżą innych, wyzywając od pedatów, Żydów, ladacznic zadających się z brudasami i co tam jeszcze paluchy na klawisz przyniosą.

### Lekcja pierwsza

Zacznijmy od podstaw, czyli ogólnej budowy penisa. Traktuję seks oralny jako najwyższą formę wyrażania miłości pomiędzy dwiema osobami. Mam nadzieję, że poniższe informacje pomogą Wam przełamać wszelkie bariery zniechęcające Was do okazania ustami swoich uczuć i stojące na przeszkodzie ich odwzajemnieniu.

Przede wszystkim SPÓJRZCIE na penis. Wcale nie chodzi mi o pośpieszny rzut okiem ani o ukradkowe przyglądanie się zza palców. Postaraj się przekonać partnera o czystości swoich intencji, a on z pewnością odda siebie – a przede wszystkim swe przyrodzenie – w Twoje kochające ręce.

Ułóż swojego mężczyznę na wznak w dobrze oświetlonym pomieszczeniu. Chwyć jego kuśkę w dłoń i SPÓJRZ na nią. Prawdopodobnie nie starczy mu siły woli, aby pozostać na Twój wzrok obojętnym – przecież składasz właśnie hołd istocie jego męskości.

Niewielu facetów pozostanie miękkimi w takich okolicznościach, kiedy wiadomo, że wzrok Twój równoznaczny jest z oddawaniem mu czci. Gdy tylko dotkniesz penisa, ten z miejsca stanie się sztywny i pozostanie taki przez cały czas badania. Jakże fajnie byłoby, gdyby każde badanie lekarskie było tak przyjemne!

Penis winien być wzwiedziony, tak aby można było wyraźnie dostrzec wszystkie te jego obszary, które wrażliwe są na pieszczoty Twoich warg i języka. Najpierw w oczy rzuci Ci się brak (albo obecność) napletka.

Obrzezanie nie jest praktyką powszechnie stosowaną: są zarówno pozytywne, jak i negatywne skutki tego zabiegu w aspekcie rozpatrywanych tutaj oralnych karesów.

Przyjrzyj się następnie dokładnie trzonowi penisa. Na samym jego szczycie znajduje się obte zakończenie, przeważnie nieco większe w obwodzie od trzonu, potocznie nazywane główką. To żołądź penisa (łac. glans penis). Prawda, że przypomina żołądzia?

Dolna krawędź żołądzi to tzw. korona. Stanowi ona połączenie główki z trzonem i jest zarazem najwrażliwszą częścią penisa. To w tym właśnie miejscu powinniście skoncentrować swoje wysiłki podczas robienia loda.

Przebiegnijcie wzrokiem wzdłuż korony aż do jej spodniej części. Ja nazywam to miejsce podbrzuszem. Faceci lubią być pieszczeni w okolicach podbrzusza!

Zauważycie pewnie miejsce złączenia się tych dwóch pólips. Jeżeli partner Wasz nie jest obrzezany, miejsce to powinno być punktem zawieszenia napletka. Ten niewielki obszar, zwany wędzidełkiem, jest najczulszym z najczulszych miejsc na ciele mężczyzny.

Można doprowadzić go do szczytu samym tylko delikatnym poklepywaniem wędzidełka koniuszkiem języka. Popieść przez chwilę żołądź i jej najbliższe okolice.

Poniżej żołądź znajduje się trzon penisa. Nie jest on zbyt unerwiony, tak więc pobudzanie go (ręczne czy ustne) z pominięciem żołądź nie wywoła jakiegś większej reakcji.

Dziwi mnie, kiedy słyszę z ust wielu mineciarek opinię, że ssanie trzonu doprowadzi faceta do orgazmu.

Nieprawda, moi drodzy! Jeśli tak się zdarzy, to tylko dlatego, że żołądź drażniona była gardłem. Wasze krtanie robią wtedy loda!

Pod trzonem znajdują się jądra [a właściwie moszna – przyp. tłum.]: ja-ja, orzechy, klejnoty... Jak je zwał, tak je zwał, lecz nie zapomnijmy o ich znaczeniu. Jądra są niezwykle czułe na ból, tak więc przeważnie nie są one obiektem jakichś szczególnych pieszczot. A tak nie powinno być! Można znacznie wzmocnić doznania mężczyzny, odpowiednio zajmując się jego drogocennymi kulami.

A teraz powróćmy do fallusa. Te małe usteczka na szczycie żołądź to ujście cewki moczowej (łac. meatus). To właśnie tędy wytryska sperma. (Powinienem napisać „następuje ejakulacja”, ale nie chciałem zabrzmieć

zbyt medycznie). Są jeszcze inne strefy męskiego ciała żywo reagujące na pieśczoły ustami.

Wielu facetów ma niezwykle czułe brodawki. Kiedy pierwszy raz ona całowała je, to wypaliłem, zanim nawet zbliżyła się do jego bęta. Nie jestem tego oczywiście w stanie potwierdzić laboratoryjnymi testami (laboratoria omijam szerokimi łukiem), tym niemniej wciąż bardzo podnieca mnie jej języczek na moich sutkach. Przyjrzyj się więc dobrze penisowi swojego mężczyzny. Przustudiuj go. Poznaj wszystkie jego najczulsze miejsca i postaraj się uczynić z tej wiedzy użytek swoim językiem i wargami, kiedy następnym razem będziesz schylać swą śliczną główkę ku niemu. Mało który akt zawiera w sobie taką ekspresję miłości, jak pełne oddania oralne pieśczoły.

## Lekcja druga

To smutne, ale większość ludzi, zarówno kobiet, jak i mężczyzn, nie ma bladego pojęcia o obciążaniu. Wydaje im się, że wystarczy usta uformować w cipkę, objąć nimi penisa i ujeżdżać go szaleńczo głową aż do wytrysku, aby uzyskać tytuł Mistrzyni Minety. Nic bardziej mylnego!

Potrzeba nie lada wprawy, aby dobrze ssać członek, dostarczając przy tym jego właścicielowi maksimum rozkoszy. Kiedy sam zaczynałem naukę z kobietą, nie mieliśmy żadnego nauczyciela, do którego moglibyśmy zwrócić się o poradę. Wszystkiego musieliśmy dowiedzieć się sami metodą prób i błędów. To było niczym wielkie poszukiwanie tajemnego ciosu, który powali każdego mężczyznę! I chociaż nie oddałbym za nic w świecie tych lat eksperymentów i wiem, że dochodzenie samemu do różnych spraw jest również dla Was ważne, to nie chciałbym, abyście mieli stracić partnera tylko dlatego, że zabrakło Wam wiedzy.



Załóżmy, że etap wzrokowego badania penisa macie już za sobą. Przyjrzelście się dobrze każdej jego części i macie już jako takie rozeznanie w jego wrażliwości. Odróżniacie poszczególne obszary i wiecie, że są nawet znacznie zróżnicowane pod względem erogenności. Aby dobrze nauczyć się reakcji partnera na Wasze pieszczoty, proponuję:

Podczas gdy jego penis śmiało spogląda w górę, chwycicie w dłoń jego woreczek i delikatnie, samym tylko językiem przesuniecie po całej długości spodniej części trzonu. Bardzo szybko dowiesz się, których obszarów lizanie sprawia mu najwięcej rozkoszy. No, chyba że facet jest z kamienia.

Podwój swoje wysiłki w miejscach o wzmożonej czułości. U większości mężczyzn najczulszym punktem jest wędzidełko, tam gdzie napletek przyczepiony jest do żołądki (oczywiście u nieobrzezanych). Nieprzerwanym lizaniem i muśnięciami języka bardzo szybko doprowadzić możesz do erupcji wulkanu. Jeżeli więc brakuje Ci lodziarskiego otrzaskania i chcesz dogodzić swemu chłopcu jak najszybciej, to proponuję ten właśnie sposób pieszczot. Zapoznasz się wtedy lepiej z urzekającą naturą męskiego orgazmu.

Zbliżając się do finału, możemy zauważyć zmiany w penisie. Nie powinny się one zbyt różnić między sobą za każdym razem, tak więc masz niepowtarzalną okazję nauczenia się ich i odpowiedniego przygotowania się na jego wytrysk w przyszłości. Główka penisa pęcznieje jeszcze bardziej. Pojawić mogą się wzmożone pchnięcia bioder, tak jakby kochanek Twój chciał wyrzucić nasienie daleko ze swojej armaty. I u większości facetów na przecudnych usteczkach ich penisów wykwitną jedna lub dwie kropelki przypominającego nasienie płynu. Kiedy je poczujesz, to wiedz, że nadchodzi chwila prawdy. Do popiersia, cel trzy, pojedynczym OGNIA!

A gdzie powinniście się znajdować w czasie ciągnięcia druta? Między nogami partnera, nad nim czy w pozycji 69? No właśnie – gdzie?

Ze względu na budowę penisa, jak i anatomię ust, języka i zębów, najlepszą pozycją jest pozycja klęcząca, kiedy to język atakuje penis od spodu, a nie od góry czy z boku.

Nie wierzycie mi? No to wypróbujcie różne pozycje i przekonajcie się, co Wam najbardziej odpowiada.

## Lekcja trzecia

Włóż jego sztywny organ do ust, lecz nie zaciskaj dookoła niego warg. Zaczniij wykonywać okrężne ruchy głową. Członek zacznie ślizgać się w Twojej jamie ustnej. Uważaj, aby go nie pokąsać. Pozycja klęcząca nie jest zła, ale warto spróbować robić to nad leżącym na plecach partnerem. Ruchy powinny być wykonywane powoli i uważnie, naprzemiennie, raz zgodnie z ruchem wskazówek zegara, a raz w przeciwnym kierunku.

Spotkałem wiele kobiet, które przedkładały tę technikę nad inne. Jedna laska potrafiła obracać w ustach moim kutasem godzinami, ja wciąż szczytowałem i szczytowałem, a po żadnym z wytrysków ani na chwilę nie stawałem się wiotki. Jeżeli sztukę tę opanuje się do perfekcji, to stanie się ona przepustką do wielogodzinnych seansów niezmaconej niczym rozkoszy.

## Lekcja czwarta

Podczas gdy Twój facet stoi przed Tobą, a Ty klęczysz przed nim, unieś jego stwardniałą pałę, odstawiając worek mosznowy. Umieść woreczek na swoim języku. A teraz poliż go w górę, aż po sam czubeczek żołądzi. Można pomóc sobie w tym przypadku dłonią. Ruchy należy powtarzać, tak jakby lizało się lizaka albo loda. Wychowałem się w Polsce. A kobiety z Polski słyną z szybkości.

Przedstawiona tu technika lizaka jest jedną z najszybszych metod doprowadzenia mężczyzny do orgazmu.

## Lekcja piąta

Przejdźmy teraz do najpopularniejszej chyba metody obciągania. Weź penis do ust, ale nie za głęboko – do głębokiego gardła przejdziemy później. Technika niniejsza nie jest rewelacyjna, ale jeżeli chcesz zostać Królową Głębokiego Gardła, to zacznij od niej i powoli „zagłębiaj się” ;) w zagadnienie. Umieść penis w ustach, ślizgając się językiem po żołądzi, aż usta Twoje obejmą trzon tuż poniżej korony. Nie otwieraj szeroko ust i nie zaciskaj ich potem mocno. Niech fallus wśliźnie się – to o wiele przyjemniejsze. Wystającą z ust część zamknij w dłoni. Pamiętaj, że trzon jest stosunkowo niewrażliwy na pieszczoty.

Biorąc go w dłoń, stworzysz wrażenie całkowitego połknięcia.

Teraz masz kilka możliwości. Spróbuj przechylać głowę na boki, mając baczenie na to, aby Twe wilgotne usta pozostawały w ciągłym kontakcie z koroną żołądzi. Lekko pocieraj przy tym ręką penis. Kiedy partner zaczyna szczytować, to może próbować docisnąć Twoją głowę do krocza, odruchowo pragnąc zagłębić się w Tobie.

Na tym etapie nauki moglibyście przegapić pewne istotne szczegóły, pozwalając na ejakulacje głęboko w przetyku. Postaraj się więc delikatnie pobudzać go ustami przy koronie w trakcie wytrysku, potęgując w ten sposób jego rozkosz.

Z biegiem czasu i prób będziesz w stanie dokładnie przewidzieć moment szczytowania Twojego faceta.

## Lekcja szósta

Do omówionej wyżej techniki dodamy teraz jeden uszlachetniający element. Kciukiem naciskając mocno u podstawy penisa i blokując tym samym przepływ nasienia przez cewkę, wstrzymujesz wytrysk – mimo przedorgazmicznych spazmów.

Ssąc w tym samym czasie mocno główkę penisa, jesteś w stanie opóźnić moment ejakulacji o ładnych parę chwil. Kiedy wreszcie odpuścisz, zobaczysz, jak obfita będzie jego biała erupcja.

To były podstawy lodziarstwa. Nie zagłębiaj się dalej, jeżeli ich dobrze nie opanowałaś – zarówno samych technik, jak i reakcji Twojego chłopca. Jeżeli uważasz, że jesteś gotowa na więcej, to przedstawię teraz bardziej wyrafinowane formy oralnego współżycia.

Nie traktuj tylko moich porad z nabożną czcią – postaraj się także odkryć coś sama. Poznaj upodobania swojego chłopaka, a swoją minetę uczyn tak niepowtarzalną, jak swój podpis. Przecież chcesz, aby to Ciebie właśnie wybrał spośród tysiąca innych „ciągutek”.

## Lekcja siódma

Pewnie pierwszym poważnym problemem, który wystąpił w czasie fellatio, był odruch wymiotny. Większość facetów usiłuje wepchnąć swoje bęrla jak najgłębiej tylko można.

Szczególnie w trakcie orgazmu.

Wyobraź sobie, że głębokość jamy ustnej wynosi około 8-8,5 cm, podczas gdy średnia długość penisa białego mężczyzny to piętnaście centymetrów. Prawa przyrody zdają się przeczyć możliwości zmieszczenia całego penisa w ustach.

Ale można to uczynić. Słyszałaś już pewnie o takich sztukmistrzyniach i pewnie dlatego tu zajrzałaś. Każdy jest w stanie opanować tę technikę. Nie chcę Was zanudzać, ale jeżeli poznasz swą anatomię, to zrozumiesz, jak można dokonać tej pozornie niemożliwej rzeczy. Największą przeszkodą stojącą na drodze penisa do Twojego gardła jest fakt, że jama ustna łączy się z przetykiem pod prawie prostym kątem. Trzeba więc ten zakręt pokonać. Najlepiej studiować to zagadnienie, układając się w takiej pozycji, w której usta i gardło będą leżeć w linii prostej. Proponuję więc położyć się na łóżku z głową blisko brzegu i szyją odchyłoną w tył. Umożliwi to Twemu partnerowi tak głęboką penetrację Twych ust, aż na wargach poczujesz jego włosy łonowe.

## Lekcja ósma

W tej lekcji szlifować będziemy kontrolę reakcji gardła, co jest warunkiem sine qua non opanowania sztuki głębokiej penetracji.

Odruch wykrztuśny to naturalna reakcja na umieszczenie jakiegoś przedmiotu głęboko w przetyku. Można nad nią jednak zapanować poprzez pełne rozluźnienie mięśni gardła w momencie immisji członka. Równie ważne jest utrzymanie tego stanu relaksacji w czasie całego seansu głębokiego gardła.

Niech partner umieści swój członek na tyle głęboko w Twych ustach, na ile jesteś w stanie to znieść. Ze względu na swoją pozycję nie będziesz w stanie się poruszyć i jedyną pieśczętą, jaką będziesz swego mężczyznę obdarzać, będzie uścisk Twych warg dookoła jego pulsującego organu. Możesz również, o ile jest to wykonalne, pobudzać językiem podbrzusze penisa.

Pełen relaks możliwy jest jedynie wtedy, gdy nieograniczenie ufasz swemu chłopcu. Bo to on w tym momencie przejmuje pałeczkę. On wykonuje wszystkie ruchy i utrzymuje ich tempo. To jedyne chyba ćwiczenie, w którym na powrót oddajesz mu władzę nad jego męskością. Z pewnością to doceni, bo po raz pierwszy może wsadzić Ci penisa do ust na taką głębokość, na jaką zechce.

Twój partner powinien wykonywać ruchy posuwisto-zwrotne, tak jakby klasycznie się z Tobą kochał. Powinien zacząć powolutku, szczególnie jeżeli jesteś absolutnym głębokogardłowcem debiutantem. Przecież jeżeli sprawi Ci ból, to pozbawi się na długo jednej z największych przyjemności w życiu.

Dodatkowo powinien utrzymać jednolitą drogę penetracji podczas tego ustnego ćwiczenia – w przetyku Twoim po prostu nie ma zbyt wiele miejsca na rozpychanie się na boki.

I jeszcze jedna ważna sprawa.

Niech go nie poniesie podczas szczytowania! W tej kluczowej dla nas chwili będzie pragnął wniknąć w Ciebie jak najdalej mu na to łądzwie pozwolą. Nie powinien wtedy zaburzać rytmu. A zaletą głębokiego gardła jest eliminacja problemu łkania nasienia. Niezależnie od tego, czy ma na sobie prezerwatywę, czy nie. Po prostu penis ominą już Twoje kubki smakowe i gardło, więc tryska Ci prosto do żołądka! Fakt ten nie powinien chyba sprawić Wam przykrości, jeżeli darzycie się głębokim uczuciem.

Możliwe, że nie każda z Was opanuje technikę głębokiego gardła, lecz to wcale nie czyni Was pośledniejszymi „ciągutkami”. Warto jednak próbować i rozluźniać gardło podczas głębszej ustnej penetracji. Opanowanie odruchu wymiotnego z pewnością nie przyjdzie w jeden czy dwa dni. Trening czyni mistrza. Mam nadzieję, że mężczyzna Twój jest na tyle wyrozumiały, że także zrozumie, iż nie od razu Kraków zbudowano. Nie zrażajcie się więc początkowymi niepowodzeniami, bo w ten sposób przynigdy nie osiągniecie mistrzostwa w tej dyscyplinie. Powtarzajcie tę lekcję do znudzenia. Znam osoby, które poświęciły na to zagadnie aż 10 miesięcy.

Ćwicz powoli i cierpliwie, a zobaczysz, że za każdym razem jesteś w stanie pochłonać coraz więcej i więcej penisa na coraz dłuższe i dłuższe chwile. W końcu osiągniesz upragniony sukces. Musisz tylko chcieć!

## Lekcja dziewiąta

Zajmijmy się teraz inną częścią męskiej anatomii, której nie należy zaniedbywać – klejnoty rodowe. Te dwa kuliste twory mogą wzmocnić doznania faceta jak żadne inne.

Wiele osób nie traktuje jaj z należytą powagą. Są one niezwykle wrażliwe u większości mężczyzn, tak więc – podobnie jak w przypadku lekcji ósmej – zaufanie stanowi klucz do umiejętnego pobudzenia tych dwóch peretek ekstazy.

Na początek poprobuje lizanie moszny. Jeżeli partner ma do Ciebie naprawdę duże zaufanie, to zacznij bawić się jego brodawkami. Wybadaj jego reakcje, podszczypując je to lżej, to mocniej. Możesz też delikatnie masować jego członek dłońią podczas lizania orzechów.

Pamiętaj, że wisiorki są niezwykle czułe na ból i Twój chłopak straci do Ciebie zaufanie, jeżeli przekroczysz granice pieszczot, którymi swe klejnoty obwarował, tak samo jak Ty przestałabyś mu ufać, jeżeli posunąłby się w Twym gardle za daleko.

Można z czasem poprobować zmieścić oba jądra w ustach. Warto jednak zwilżyć dobrze mosznę językiem. O ile Twój partner nie uległ modzie depilacji, to powinien mieć trochę włosów na woreczku. Przylizując je dokładnie przed włożeniem do ust, eliminujesz nieco ryzyko przypadkowego zahaczenia nimi o zęby. Ta pozornie łatwa lekcja odkryje przed Wami świat nowych „jądrowych” doznań!

## Lekcja dziesiąta

Długo się wahałem, czy wprowadzić tę lekcję, ale w końcu przetałem się:

Potrafisz chyba zrobić to bezpiecznie, a ja przecież chcę udzielić Ci porad, jak zostać Mistrzynią Świata w Obciąganiu.



Anilingus. Pieszczenie odbytu językiem. Lizanie tyłka. Zanim do tego przystąpisz, upewnij się wpierw, że chłopak Twój jest krystalicznie czysty. Prosto spod prysznic.

Ułóż partnera na wznak, z przyciągniętymi do klatki piersiowej kolanami. W ten sposób pośladki jego rozchylą się, a Ty uzyskasz łatwy dostęp do jego kakaowego oczka.

Wydaje Ci się pewnie, że aby sprawić mu przy tym najwięcej przyjemności, należy wsunąć język głęboko w pupę. Spokojnie, to nie tak! Zakończenia nerwowe u ujścia odbytu nie są wcale gorsze i sprawisz swemu facetowi tyle samo przyjemności, namaszczając dokładnie językiem odbyt i okolice, co wciskając mu ozór w tyłek!

Tak jak w przypadku innych lekcji, ta stymulacja bez akompaniamentu raczej nie doprowadzi go na szczyt, tym niemniej warto poznać wszelkie aspekty pieszczot ustnych i poznać wszystkie reakcje Twojego partnera na nie.

Bowiem po wielu godzinach oralnych karesów okazać się może, że istnieją takie miejsca na jego ciele, na których warto się mocniej skoncentrować.

Anilingus to potężna podnieta, która w połączeniu z innymi działaniami wyzwolić może niestychanej mocy orgazm!

## Lekcja jedenasta

Do większości lekcji potrzebni jesteście Ty i Twój partner. No i może kondom, gumowe rękawiczki i tym podobne zabezpieczenia. Ale można jeszcze do zabawy wprowadzić miniwibrator. Może on wnieść wiele pod-

niecającego ożywienia do oralnej miłości. Zaczniemy może jednak od palców.

Podczas ciągnięcia druta zacznij delikatnie gmerać w okolicach jego odbytu. Wielu mężczyzn pozytywnie reaguje na stymulację tego miejsca, więc delikatna stymulacja paluszką z pewnością wzbogaci repertuar Twoich pieszczot. Kiedy zauważysz, że Twój facet rozluźni się dostatecznie, to powoli wepchnij mu palec do środka. Wyczuwaj aksamitną wyściółkę jego kanału.

Gdy Twój palec tkwi już w nim głęboko, to postaraj się odszukać nim gruczoł prostaty.

Masaż tego miejsca dostarczy Twemu kochankowi niesłychanych wprost przeżyć. Pamiętam, kiedy po raz pierwszy doznałem tego uczucia w czasie badania lekarskiego. Jak opętany pogałem do domu, prosząc od progu moją dziewczynę, aby powtórzyła to, co robił mi doktor. Mimo że każde lekarskie badanie jest nieco żenujące, to uczucie przy dotykaniu prostaty było całkiem przyjemne!

Do tej lekcji wystarcza w zupełności Twój palec. Lecz niektórzy członkowie Amerykańskiego Klubu Lachociągów twierdzą, że miniwibrator to najlepsze, co można tu polecić.

Rozmiary jego nie przekraczają rozmiarów palca, jednak możliwości tego nie umywają się do wytwarzanych przez miniwibrator drgań.

Jeśli ten rodzaj pieszczot spodoba się Twemu chłopcu, to postaraj się odkryć najlepszy ich wariant. Niektórzy lubią ruchy posuwisto-zwrotne, inni nie. Dla mnie osobiście to zbyt bolesne – niczym pchnięcie nożem w ciemnym zaułku. Wolę, gdy palec lub wibrator nieruchomo uciska gruczoł krokowy. Cóż, gusta są różne.

Aha, byłbym zapomniat. Podczas wytrysku występuje naturalny odruch wypychania palca czy wibratora z tyłka. Jeżeli jednak chcesz zmaksymalizować doznania swojego faceta, to postaraj się temu zapobiec. Przytrzymaj stanowczo palec lub wibrator, a objętość ejakulatu zadziwi Cię.

Wiele osób pytało mnie o stymulację penisa wibratorem. Pomaga czy nie?

Mnie nie, a innym może pomaga. W sumie to: „Zależy, jak leży”. Ale jeżeli już bawicie się wibratorem, to czemu nie mielibyście spróbować? Poliz jego klejnoty. Wyliż mu rowek.

Spróbuj w tym czasie przesuwając włączonym wibratorkiem po całej długości penisa.

Jeżeli nie spodoba się to Twemu chłopcu, to nie próbuj więcej.

## Lekcja dwunasta

Zdarzą się sytuacje, kiedy będziesz chciała doprowadzić swego partnera do natychmiastowego orgazmu. Kobiety od tego właśnie zaczynają swą naukę. Jeżeli więc chcesz mienić się ekspertką we wszystkich aspektach oralnej miłości, to z tą techniką także musisz się zapoznać. Od lekcji czwartej różni ją fakt, że teraz jesteś już zaawansowaną mineciarką. Twojemu facetowi na pewno spodoba się to, że usta Twoje potrafią zrobić z jego berłem dosłownie wszystko!

To bardzo prosta sztuczka i pojmiesz ją w mig. Obejmij ustami żołądź penisa i masuj wilgotnymi wargami po całym jej obrzeżu. Nie trzeba być wcale wyrefinowaną technicznie łodziarką, metoda ta świetnie się sprawdza, ponieważ pobudzasz najczulsze miejsce na penisie swojego mężczyzny.

Naprawdę nie potrzeba wielkiej wprawy. Koncentrując się na koronie, dość szybko doprowadzisz do gwałtownego wytrysku. Nie musisz przy tym wcale ruszać głową. Technika ta jest także niezwykle pomocna przy ponownym stawianiu masztu po dopiero co przeżyтым sztormie.

## Lekcja trzynasta

Nie zdziw się za bardzo, jeżeli okaże się, że lekcja ta zabierze Ci więcej niż jeden dzień. Wspominałem już w poprzedniej lekcji o możliwości wskrzeszenia zwiotczącego po małej śmierci członka. Pogłębmy więc dzisiaj zagadnienie przywracania erekcji. Nie tylko zresztą jej przywracania, lecz także utrzymania jej na tyle długo, aby facet Twój zechciał trysnąć jeszcze raz!

Będziesz musiała wykorzystać wszelkie dostępne Ci metody, aby postawić go znów na baczność. Wielu mężczyzn (nie wszystkich, ale sporą liczbę) jeden wytrysk kompletnie wyczerpuje i mimo wznowionej erekcji do następnego szczytu może być jeszcze bardzo długa droga.

Samo ssanie kutasa może nie wystarczyć. Nie wahaj się więc i puść swój zwinny język w ekscytującą podróż dookoła męskiego ciała. Odwiedź jego brodawki, orzechy, tyłek, pachy, uszy, pępek, stopy...

Najlepsze w tym wszystkim jest to, że nie obciążają Cię już żadne ograniczenia czasowe: masz całą wieczność na to, aby umyć Twojego mężczyznę całego językiem.

Poznaj resztę jego ciała tak, jak poznałaś jego penisa – to znak, że przedzaskasz się w prawdziwą smakoszkę męskiego mięska!

## Lekcja czternasta

Sześćdziesiąt dziewięć to niekoniecznie niezawodny sposób na sprawienie partnerowi rozkoszy. Koniec końców któreś z Was za bardzo skoncentruje się na odbiorze doznań, tym samym zaniedbując ich dostarczanie drugiej osobie. Dlatego 69 znalazło swoje miejsce w ostatnim wykładzie. Dla wielu głębokie gardło to szczyt oralnych możliwości.

Ja uważam, że na miano to zasługuje właśnie „soixante-neuf”.

Przy prawidłowym, „niesamolubnym” wykonaniu, kiedy potrafiacie już nastawić się na najsubtelniejsze doznania partnera, technika ta dostarcza najwyższych lotów rozkoszy.

Jednak wiele osób zabiera się za tę formę ustnej miłości zdecydowanie za wcześnie i kończy się na tym, że doświadczenie zaspokaja jedną ze stron kosztem drugiej. Dopiero kiedy naprawdę zaczniecie nadawać na tej samej fali, odkryjecie, że jest to najlepszy sposób na obopólną ekstazę.

Warunek najważniejszy jest jeden: oboje musicie być oralnymi ekspertami! Jeżeli partner Twój woli brać niż dawać, to sześćdziesiąt dziewięć nigdy Wam nie wyjdzie.

## Winszuję!

Idzie Ci bardzo dobrze, a on jest wniebowzięty! Kontynuuj więc, dopóki się nie zmęczysz.

Dla dodatkowej jego przyjemności i dla swojego urozmaicenia pobaw się jego klejnocikami.

Winszuję!

Albo nawet brodawkami. Odwróci to nieco uwagę Twojego kochanka i opóźni jego wytrysk. Jeśli czujesz, że szczyt jest tuż, tuż, to przestań na chwilkę, niech ochłonie.

W końcu nie chcesz chyba tak szybko skończyć zabawy z jego penisem? Przedłuż więc jego rozkosz w nieskończoność!

## Pytania i odpowiedzi

### Co to jest głębokie gardło?

Głębokie gardło to odmiana fellatio, przy której cały penis umieszczony zostaje w ustach i przetyku bez wywoływania odruchu gardłowego.

### Czy można opanować odruch gardłowy?

Tak. Tak samo jak osoby noszące soczewki kontaktowe są w stanie opanować mruganie oczu przy ich zakładaniu, tak Ty jesteś w stanie opanować odruch wykrztuśny podczas głębokiej immisji penisa do ust.

### Czy każdy jest w stanie nauczyć się wykonywania głębokiego gardła?

Na to pytanie również odpowiem twierdząco. Chociaż zawsze znajdują się wyjątki.

Być może niektóre osoby mają zbyt małą jamę ustną, aby mogły zmieścić w niej większego penisa. Jednakże przeciętna kobieta może z łatwością połączyć przeciętnych rozmiarów członka. Znaczne odchyłki od normy, z jednej lub z drugiej strony, występują rzadko.

## **Czy warto w ogóle podjąć się całego tego wysiłku związanego z opanowaniem odruchu gardłowego?**

Po raz trzeci: TAK! Sama się o tym przekonasz w momencie, kiedy Twój facet zacznie jęczeć z rozkoszy, podczas gdy Ty będziesz wyczyniać z jego przyrodzeniem rzeczy, o których inni mogą zaledwie pomarzyć! Szczególne uniesienie towarzyszy głębokiemu gardłu wykonywanemu niespodziewanie.

Zaskoczonym mężczyznom oczy wychodzą prawie z orbit, wpatrzone w Twoje usta wchłaniające całą jego męskość.

## **A co czuje przy tym mężczyzna?**

Większość panów twierdzi, że odczuwają przy tym przyjemny ucisk dookoła dolnej krawędzi żołądki (korony). Obszar ten, a szczególnie spodnia jego część, to najczulszy punkt na penisie. Można niezwykle szybko doprowadzić mężczyznę do mocnego orgazmu, umiejętnie pobudzając ustami i językiem to miejsce.

## **Czy są jeszcze jakieś dodatkowe zalety techniki głębokiego gardła?**

Oczywiście. Jeżeli niezbyt lubisz smak nasienia, ale finał w ustach bardzo podoba się Twojemu chłopakowi. Podczas głębokiego potykania żołądź znajduje się tak głęboko, że omija kubki smakowe na języku. Nie oznacza to oczywiście kompletnego braku doznań smakowych, ale są one zdecydowanie słabsze. Poza tym niektóre kobiety krztuszą się podczas wytrysku w ustach. Pracując nad swoim odruchem gardłowym, są w stanie wyeliminować ten problem. Wystarczy brać do ust niewielkie ilości spermy i przyzwyczajać się do jej smaku i lepkości.

## **A co podoba się facetom bardziej: wytrysk w ustach czy w przetyku?**

A to już zależy od osobistych upodobań. Podczas płytkiego wytrysku jesteś w stanie dodatkowo pobudzać językiem żołądź.

Podczas głębokiego wytrysku można pobudzać językiem mosznę, co jest równie przyjemnym doznaniem, choć nieco innego rodzaju.

## **Powiedz mi coś więcej o tym lizaniu moszny...**

To dość zaawansowana technika i nie powinnaś jej próbować, dopóki nie opanujesz doskonale podstaw głębokiego gardła.

## **Czy są jeszcze jakieś „zaawansowane techniki”?**

No pewnie. Jedną na przykład polega na wykonywaniu ruchów ssących przetykiem oraz językiem. To jest naprawdę poziom mistrzowski i nie radzę próbować tej techniki, zanim nie otrzaskasz się z lizaniem moszny podczas głębokiego gardła.

## **Powiedz coś jeszcze na temat „ruchów ssących”...**

Poruszając mięśniami odpowiedzialnymi za ssanie, dostarczy się kompletnie nowych doznań, poza tymi związanymi z podstawową odmianą głębokiego gardła.

Wykonasz coś na kształt masażu całego penisa. Jeśli dobrze opanujesz tę technikę, to obfity wytrysk jest kwestią chwili.

Autor: Sylwester Michalak

[http://www.eioba.pl/a77169/milosc\\_oralna](http://www.eioba.pl/a77169/milosc_oralna)



## 7 sposobów na niesamowity seks

Kiedy mam zamiar spędzić noc z kobietą, chcę się upewnić, że po wszystkim oboje będziemy spełnieni...



...i z niecierpliwością będziemy oczekiwać następnego razu (nawet jeśli do tego jakimś trafem nie dojdzie). Zawsze w życiu trzymam się zasady: cokolwiek robisz, rób to dobrze.

W tym wypadku bardziej odpowiednie jest jednak: „Z kimkolwiek to robisz, rób to dobrze”, a na pewno oboje będziecie chcieli powtórki.

Dlatego zawsze pamiętam o tych kilku rzeczach, które pomagają w każdej sytuacji.

### 1. Stopniowo wprowadź ją w nastrój

Dotykaj jej najpierw, nie zaczynaj od pocałunków. Sytuacja powinna rozwijać się stopniowo i swobodnie. Dlatego pamiętaj o grze wstępnej – dotykaj jej rąk, pleców, lekko masuj jej ramiona, a pocałunek przyjdzie jako następny, naturalny krok. Po pierwsze musisz ją podniecić.

### 1. Stopniowo wprowadź ją w nastrój

Na początku całuj ją delikatnie, nie jak zwierzę. Pocałunek nie jest rzeczą automatyczną, lecz nadaje ton waszemu życiu seksualnemu. Podczas oceniania partnerów kobiety często biorą pod uwagę dwie rzeczy: to, jak tańczy i jak całuje. Jeśli droga do serca mężczyzny prowadzi przez żołądek, to droga do kobiecego serca zazwyczaj prowadzi przez jej usta.

Po tym, jak ją pocałowałeś, powoli zwiększaj intensywność doznań. Używaj różnych pieszczot, żeby ją rozgrzać. Na początek przejeżdż palcami po skórze jej ramion i rąk, następnie użyj całych dłoni i powoli schodź niżej. Najpierw delikatnie ją całuj, wręcz muskaj jej usta, później dopiero przejdź dalej i bądź bardziej namiętny. Początkowo możesz to robić w sposób kontrolowany, ale po kilku razach to będzie się działo naturalnie.

To, że dominujesz podczas seksu, nie oznacza, że masz być nadgorliwy. Zachowaj zimną krew, nie bądź napalonym nastolatkiem, a przy tym czerp jak największą przyjemność.

Rób to powoli, delikatnie, a zarazem stanowczo. Jeśli połączysz odpowiednią technikę z nieco wolniejszym tempem, będzie błagała o więcej.

## 2. Zadbaj o otoczenie

Kiedy już jesteście u Ciebie, kluczową rolę niech odgrywa muzyka. Zapytaj, czy ma może jakieś szczególne życzenia. Jeśli nie, włącz smooth jazz. Ta muzyka odgrywa podobną, rozluźniającą rolę jak alkohol (oczywiście w odpowiednich dawkach). Powinieneś też zadbać o przyzwoity sprzęt audio.

## 2. Zadbaj o otoczenie

Twój pokój powinien być urządzony stylowo, to powinno być miłe i ciepłe miejsce. Zadbaj o zdjęcia w ramach i nastrojowe oświetlenie. Kobiety zwracają uwagę na takie rzeczy.

## 3. Dojdź do wprawy w pewnych technikach

Zawsze dobrze jest mieć w zanadrzu coś nietypowego, ale pamiętaj, że sprawdzone rzeczy też działają. Zwracaj szczególną uwagę na takie miejsca erogenne, jak wewnętrzna strona uda czy uszy. Bądź w tym mistrzem. Nawet jeśli kobieta spodziewa się, że zaraz do tego przejdziesz, jeśli zrobisz to dobrze, nie będzie mogła się oprzeć.

Większość z nas słyszała, że im wolniej, tym lepiej – i według mnie jest w tym wiele prawdy.

Kobieta uwielbia, gdy powoli zataczasz w niej kółka, to pobudza dodatkowo łechtaczkę.

Po prostu wprawcie się we własny rytm. Możesz zawsze przejść do głębszych ruchów i co jakiś czas zwiększać tempo. Zarówno kobiety, jak i mężczyźni dostrzegają różnicę między ostrym a zbyt ostrym seksem.

## 4. Naucz się oralnych sztuczek

Podejdź do tego z dystansem. Najważniejszym zwrotem w tej kwestii jest sytuacja, kiedy zaczynasz stymulować jej łechtaczką. Zaczynaj od ust, szyi, pleców, następnie zajmij się wznaganiem tonowym, wargami sromowymi, a dopiero wtedy, po kilku minutach, przejdź do sedna.

#### 4. Naucz się oralnych sztuczek

Kiedy będziecie to robić od tyłu i kiedy będziesz już dochodził, na chwilę przestań, schyl się lub wejdź pod nią i zacznij lizać jej łechtaczkę. Dzięki temu oboje osiągniecie orgazm w tym samym czasie. Możesz jej pokazać, że jej przyjemność jest dla Ciebie również ważna. Wielu facetów o tym zapomina.

### 5. Miej nad wszystkim kontrolę

Przejmij kontrolę – to Ty stworzyłeś nastrój, skupiłeś się na pocałunkach, a ona zrobi dla Ciebie to wszystko, czego zechcesz.

Zmieniaj pozycje, bądź zawsze pełen pomysłów. Pamiętaj jednak, żeby nie robić tego za często, to może zabić moment uniesienia. Kobiety często dochodzą, gdy utrzymacie pewien rytm, podobnie zresztą jak mężczyźni.

Jeśli będziesz zwracał uwagę na jej miejsca erogenne, pomyśli, że chcesz jej sprawić przyjemność. Dlatego będzie chciała Ci się podobnie odwdziaczyć.

### 6. Doprowadź ją do orgazmu

Spraw, żeby czuła się spełniona. Daj jej to, czego chce. Możesz to zrobić przed tym lub po tym, jak sam dojdiesz. Jednak jeśli zrobisz to wcześniej, na pewno będzie bardziej zadowolona, a Ty będziesz miał czas na to, żeby ochłonąć.

Możesz to zrobić oralnie lub palcem, w tym samym czasie obdarowując pocałunkami inne części jej ciała. Zawsze miej tego asa w rękawie. To

---

## 6. Doprowadź ją do orgazmu

szybki i efektywny sposób, żeby doprowadzić ją na szczyt. Kobiety mogą odczuwać wielokrotny orgazm. Pamiętaj o tym, a na pewno wróci do Twojego łóżka.

## 7. Niech ona doprowadzi Ciebie do orgazmu

Mężczyzna zazwyczaj troszczy się o to, żeby doprowadzić kobietę do orgazmu, więc kobieta również powinna się o niego zatroszczyć.

Jeśli udało Ci się to osiągnąć, a ona nie jest egoistką, z przyjemnością Ci się odwdzięczy.

Większości kobiet sprawia to przyjemność i są chętne do spełnienia Twoich życzeń.

Osobiście lubię, gdy kobieta najpierw się przede mną rozbierze, a następnie przejdzie do pieszczot oralnych. Uwielbiam, kiedy moje nogi oplatają jej plecy – i nie boję się ją o to poprosić.

Wolę również, gdy uda kobiety ruszają się razem z moimi, niż gdy pozostają nieruchome.

Jeśli nie jest doświadczona w tym względzie, przekonaj ją, że Wasza obopólna satysfakcja warta jest zachodu.

## Porady eksperta

Teraz, kiedy wiesz, co zrobić, żeby kobieta straciła dla Ciebie głowę, możesz zacząć udoskonalać swoje umiejętności. Zawsze lepiej jest jeszcze raz umówić się z tą samą kobietą, niż szukać następnej.

Praktyka czyni mistrza, a najlepsze efekty osiągniesz z jedną partnerką. Po pewnym czasie oboje wiecie, czego pragnie druga strona.

Autor: Hubert

[http://www.eioba.pl/a82546/7\\_sposobow\\_na\\_niesamowity\\_seks](http://www.eioba.pl/a82546/7_sposobow_na_niesamowity_seks)

<http://menforum.pl/sex-i-okolice/vademecum-zdobywcy/7-sposobowna-niesamowity-seks.html>

## Dewiacje seksualne

UWAGA: Treści tutaj udostępnione mogą co niektórych doprowadzić do zniesmaczenia.



### A

**Agalmatofilia** – dewiacja seksualna, w której bodźcem seksualnym są pomniki i rzeźby.

*Fot. sxc.hu*

**Agorafilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym są miejsca publiczne.

**Agreksofilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym jest podsłuchiwanie przebiegu kontaktu seksualnego innych osób.

**Akrofilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym jest wysokość.

**Akromotofilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym jest odmienny kolor skóry partnera.

**Albutofilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym jest woda.

**Alghedonia** – przeżywanie rozkoszy podczas doznawaniu bólu.

## A

**Altocalciphilia** – typ fetysyzmu związany z wysokimi obcasami.

**Amaurofilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym jest współzycie seksualne w ciemnościach, gdy partner ma zamknięte oczy.

**Anaclitism** – typ fetysyzmu związany z przedmiotami dziecięcymi.

**Anastemafilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym jest partner niskiego wzrostu.

**Andromimetofilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym są kobiety udające mężczyzn.

**Autonepiofilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym są pieluszki.

**Apotemnofilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym jest własne okaleczone ciało.

**Arachnefilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym są pająki.

**Asfiksjofilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym jest niedotlenienie w wyniku duszenia się lub bycia duszonym

**Aulofobia** – dewiacja polegająca na obsesyjnym lęku przed instrumentami muzycznymi, które kojarzą się z członkiem.

**Autagonistofilia** – rzadka dewiacja seksualna, w której bodźcem erotycznym jest sceniczność.



## A

**Autofetyszizm** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym jest własne ciało lub jakaś jego część.

**Autonekrofilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym jest wyobrażenie sobie siebie martwego.

**Autopedofilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym jest potrzeba bycia traktowanym jak dziecko.

**Autoskopofilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym jest oglądanie własnego ciała, narządów płciowych.

**Autossassinofilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym jest pozorowanie własnego zabójstwa.

## C

**Choreofilia** – dewiacja seksualna, w której bodźcem seksualnym jest tańiec.

## D

**Dacryphilia** – typ dewiacji, w której źródłem podniecenia jest prowokowanie łez u partnera. Odmiana sadyzmu.

**Dendrofilia** – dewiacja, w której obiektem seksualnym jest drzewo.

## D

**Doraphilia** – dewiacja polegająca na podnieceniu zwierzęcym futrem lub skórą.

**Dysmorphophilia** – dewiacja związana z chęcią uprawiania seksu wyłącznie z partnerami zdeformowanymi fizycznie lub upośledzonymi psychicznie.

## E

**Efebofilia** – skłonność seksualna do osób bardzo młodych, ale już cieleśnie dojrzałych.

**Ekshibicjonizm** – jedna z najczęściej spotykanych dewiacji, polegająca na osiągnięciu satysfakcji seksualnej poprzez publiczne obnażanie własnych narządów płciowych.

**Ekskrementofagia** – dewiacja polegająca na osiągnięciu satysfakcji seksualnej poprzez spożywanie wydaliny partnera.

**Emetofilia** – dewiacja polegająca na podniecaniu się wymiotami.

**Endytofilia** – dewiacja polegająca na osiągnięciu satysfakcji wyłącznie z ubranymi partnerami.

**Entomofilia** – rzadko spotykana dewiacja seksualna. Bodźcem prowadzącym do osiągnięcia satysfakcji seksualnej są insekty.

**Eretofonofilia** – skrajna postać sadyzmu, w której wyzwolenie seksualnej reakcji następuje podczas mordowania ofiary.

F

**F**

**Fetyszyzm** – dewiacja seksualna wyrażająca się potrzebą seksualną (popędem płciowym) ukierunkowaną na jakiś przedmiot nieożywiony, na rzecz, często na część garderoby.

**Flatufilia** – rzadko spotykana dewiacja, w której bodźcem seksualnym są gazy jelitowe kierowane na twarz lub do ust partnera.

**Fobofilia** – rzadka dewiacja, w której podniecenie seksualne jest wywoływane przez bodźce lękowe.

**Frotteuryzm (ocieractwo)** – dewiacja, w której źródłem satysfakcji seksualnej jest ocieranie się mężczyzn o pośladki, piersi, rzadziej inne części ciała kobiet.

**G**

**Gerontofilia** – rodzaj dewiacji polegający na osiągnięciu satysfakcji seksualnej przez młodą osobę w wyniku współżycia z partnerem w wieku starszym.

**H**

**Hirsutophilia** – fetyszyzm związany z włosami spod pachy.

**Hodophilia** – dewiacja polegająca na odczuwaniu przyjemności seksualnej podczas podróży.

## H

**Homeowestytyzm** – dewiacja, która polega na osiągnięciu satysfakcji seksualnej poprzez nakładanie na siebie ubrania należącego do innej osoby.

**Hygrofilia** – dewiacja, w której bodźcami seksualnymi są wydzieliny ciała.

**Hyphephilia** – dewiacja polegająca na dotykaniu skóry, włosów, futra.

## K

**Kandaulezizm** – rzadko spotykana złożona dewiacja polegająca na łączeniu ekshibicjonizmu z masochizmem.

**Kazirodztwo** – kontakty seksualne między spokrewnionymi osobami.

**Klaustrofilifobia** – dewiacja, w której satysfakcja seksualna jest osiągnięta dzięki współżyciu w zamkniętych pomieszczeniach.

**Kleptofilia** – dewiacja, w której satysfakcja seksualna jest osiągnięta w trakcie popełniania kradzieży.

**Klismafilia** – typ dewiacji, w której satysfakcja seksualna jest osiągnięta poprzez wlewy doodbytnicze.

**Koprofilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym jest kał i czynności związane z nim.

**Ksenofilia** – rzadko spotykany typ dewiacji seksualnej, w której satysfakcję seksualną daje kontakt z zupełnie obcym, nieznanym partnerem.

L

L

**Laktafilia** – dewiacja w której bodźcem seksualnym są wydzielające mleko piersi.

M

**Masochizm** – dewiacja seksualna, w której istotną cechą jest czerpanie rozkoszy seksualnej w związku z niezwykle silną uległością i podporządkowaniem się drugiej osobie.

**Moriaphilia** – dewiacja polegająca na odczuwaniu przyjemności seksualnej podczas opowiadania sprośnych dowcipów.

**Mysofilia** – dewiacja, w której bodźcem seksualnym jest brud (własny, partnera, otoczenia).

N

**Narratofilia** – dewiacja, w której rozmowy erotyczne prowokują wystąpienie reakcji seksualnej.

**Nekrofilia** – dewiacja seksualna polegająca na podejmowaniu obcowania płciowego z osobą zmarłą.

**Nekrosadyzm** – odmiana sadyzmu w jednej z jego krańcowych postaci. Szczególnie niebezpieczna dewiacja seksualna. Wyraża się śmiertelnym duszeniem.

## N

**Nimfomania** – potrzeba seksualna bądź skłonność seksualna dojrzałego mężczyzny ukierunkowana na dziewczęta we wczesnym okresie dojrzewania/

**Nimfomania** – hiperaktywność seksualna występująca u kobiet.

## O

**Oculophilia** – fetyszyzm związany z oczami.

## P

**Pediophilia** – typ fetysyzmu związany z lalkami.

**Pedofilia** – dewiacja seksualna polegająca na odczuwaniu potrzeby kontaktów seksualnych z dziećmi.

**Phallophilia** – fetyszyzm związany z dużym rozmiarem penisa.

**Pigmalionizm** – osiąganie stanu podniecenia płciowego na widok zdjęć pornograficznych.

**Pirolagnia** – wyzwolenie reakcji seksualnej na widok ognia. Może być niespodziewanym, epizodycznym przeżyciem lub formą dewiacji prowadzącą do piromanii seksualnej.

**Podophilia** – fetyszyzm związany ze stopami.

R

**R**

**Raptofilia** – odmiana sadyzmu, polegająca na osiągnięciu rozkoszy poprzez gwałcenie partnerów seksualnych.

**S**

**Sadomasochizm** – współistnienie potrzeb, fantazji i pragnień sadystycznych i masochistycznych.

**Saliromania** – skojarzenie sadyzmu z fetysyzmem, polegające na celowym brudzeniu innej osoby w celu wyzwolenia reakcji seksualnej.

**Siderodromofilia** – odmiana dewiacji, w której satysfakcję seksualną osiąga się poprzez współzycie w pociągach.

**Sitofilia** – odmiana parafilii, w której satysfakcję seksualną osiąga się poprzez pobudzanie bodźcami wiążącymi się z jedzeniem.

**Skatologia telefoniczna** – osiągnięcie satysfakcji seksualnej w czasie prowadzenia rozmów telefonicznych o obscenicznej treści.

**Somnofilia** – zespół Śpiącej Królowej, przeżywanie satysfakcjonujących stosunków seksualnych jedynie podczas pozorowanego snu.

**Stygmatofilia** – szczególny pociąg do nakłuwania i/lub tatuowania siebie bądź partnera seksualnego, co warunkuje wyzwolenie reakcji seksualnej.

## S

**Symforofilia** – przeżywanie w wyobraźni klęsk i katastrof żywiołowych lub innych, w których cierpią i giną ludzie, co wywołuje satysfakcję seksualną.

## T

**Transwestytyzm** – tendencja do identyfikowania się z płcią przeciwną, przejawiająca się zwłaszcza w sposobie ubierania się i zachowania.

## U

**Urolalia** – obsceniczne słownictwo związane z moczem, używane w obecności partnera.

## W

**Wampiryzm seksualny** – Skrajna postać fetyszyzmu, gdzie rolę fetysza pełni krew partnera. Satysfakcja seksualna osiągnięta jest najczęściej w wyniku nieszkodliwego ugryzienia lub zadrapania.

## Z

**Zelofilia** – typ dewiacji, w której satysfakcja seksualna jest osiągnięta wyłącznie na drodze fantazjowania.



Z

**Zoofetysyzm** – zaburzenia seksualne polegające na osiąganiu satysfakcji seksualnej pod wpływem widoku partnerki seksualnej ubranej w skórę lub futro zwierzęcia.

**Zoofilia** – rodzaj dewiacji seksualnej polegający na skierowaniu aktywności płciowej w stronę zwierząt.

**Zoosadyzm** – znęcanie się nad zwierzętami wywołujące reakcję seksualną.

Autor: **xuzon**

[http://www.eioba.pl/a74125/dewiacje\\_seksualne](http://www.eioba.pl/a74125/dewiacje_seksualne)

<http://xuzon.republika.pl/>

## Eioba.pl

Lubisz pisać? Masz coś ciekawego do przekazania?

Wejdź na adres <http://www.eioba.pl/about> i dodaj swój tekst.

Przyłącz się i pomóż tworzyć międzynarodową bazę wiedzy, gdzie każdy swobodnie wymienia się swoimi opiniami, przemyśleniami i doświadczeniem.