

Emy "Maestradarte"

FALLA ESPLODERE DI PIACERE...

**...E RENDILA SCHIFOSAMENTE
FELICE**

**L'unico metodo creato per gli uomini, esplicito e
senza censure, che ti permetterà di far esplodere di
piacere le donne a letto e renderle finalmente felici
e soddisfatte**

Copyright © 2019 Emy “Maestradarte”

Tutti i diritti riservati.

L'opera, in tutte le sue parti, e' tutelata dal diritto d'autore.

Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte di questo libro puo' essere riprodotta tramite alcun procedimento meccanico, fotografico o elettronico, o sotto forma di registrazione fonografica; ne' puo' essere immagazzinata in un sistema di reperimento dati, trasmesso, o altrimenti essere copiato per uso pubblico o privato, escluso l'“uso corretto” per brevi citazioni in articoli e riviste, senza previa autorizzazione scritta dell'editore.

INDICE

PREFAZIONE

a cura di Alex "Mr Shax".....1

INTRODUZIONE.....5

CAPITOLO 1

Perché mia moglie non vuole più fare sesso?.....11

CAPITOLO 2

Insoddisfazione sessuale e finti orgasmi viaggiano
di pari passo.....19

CAPITOLO 3

I preliminari aprono la strada agli orgasmi esplosivi.....42

CAPITOLO 4

L'arte del cunnilingus.....50

CAPITOLO 5

Il ditalino.....66

CAPITOLO 6

Come stimolare il clitoride.....78

CAPITOLO 7

Come stimolare il punto G.....87

CAPITOLO 8

Prenditi cura del suo corpo per farla arrivare al sesso
carica in modo esplosivo.....99

CAPITOLO 9.....

L'eccitazione mentale per darle orgasmi esplosivi.....111

CAPITOLO 10

I 6 tipi di orgasmi e le posizioni per raggiungerli.....121

CAPITOLO 11

Guida completa alla “pecorina”.....134

CAPITOLO 12

Giochi erotici: 12 cose sfiziose da provare subito in camera da letto.....145

CAPITOLO 13

Sesso anale: trasforma la tua donna da santarellina a pornstar.....157

CAPITOLO 14

Falla squirtare: guida all'eiaculazione femminile senza segreti.....181

BONUS

Come durare di più a letto: 7 segreti e 8 esercizi pratici per sconfiggere l'eiaculazione precoce.....192

E ORA??.....214

PREFAZIONE

a cura di Alex “Mr Shax”

Ti piacerebbe conoscere i più reconditi segreti del corpo femminile che ti permetteranno di sapere esattamente come far godere una donna in maniera profonda e diventare il suo idolo da adorare?

Questo libro parla proprio di questo. Se ti guardi un po' intorno ti renderai conto che il sesso sta diventando sempre più un premio che le donne danno agli uomini se fanno i bravi, un po' come lo “zuccherino” che gli addestratori danno ai cani se eseguono gli ordini correttamente...

Sembra che per le donne fare sesso sia una faccenda in più, come preparare il pranzo o lavare il pavimento. Non hanno mai voglia... Hanno mal di testa 8 giorni a settimana... Ma se fai il bravo e ti comporti bene, magari una volta al mese ti lasciano entrare nel parco giochi per 5 minuti.

Perché succede questo? E di chi è la colpa? Succede questo perché le donne sono sessualmente insoddisfatte e la colpa è di noi maschietti. Siamo troppo concentrati su noi stessi, sul soddisfare il nostro piacere in quei pochi minuti, sperando che la donna riesca a godere

prima di noi. Il sesso non è questo.

Nessuna tecnica da 1 milione di dollari ti permetterà di far godere le donne se sarai più concentrato su te stesso che su di loro. Se desideri che una donna non si stanchi mai di te, che sia sempre vogliosa di sesso e, soprattutto, di sesso con te, allora il modo migliore è dedicarti anima e corpo al suo piacere.

Dai alle donne eccitazione, godimento e orgasmi e diventeranno dipendenti da te e dal piacere che solo tu saprai dare loro. Le donne bramano uomini capaci di dar loro emozioni uniche e godimento profondo e difficilmente trovano una persona che riesca a soddisfare i loro desideri più intimi e profondi. Diventa quella persona, l'uomo che ogni donna vorrebbe nel proprio letto, e avrai flotte di ragazze pronte a fare sesso con te!

A quel punto il sesso sarà un premio per entrambi ed entrambi non vedrete l'ora di farlo, la relazione sarà più equilibrata e ne beneficerà a 360 gradi. Inoltre una donna soddisfatta sessualmente sarà più felice, serena, accondiscendente e difficilmente dirà di no a qualche tua richiesta un po' più perversa...

Dimenticati mal di testa un giorno sì e l'altro pure, fantomatico ciclo che dura da 12 giorni, problemi sul lavoro o qualsiasi altra scusa... Quando una donna è soddisfatta, tutti i problemi li risolve tra le lenzuola...

Come ti senti quando fai sesso con una donna e lei è

li inerme e completamente frigida in attesa che tu faccia tutto? Immagino che l'eccitazione iniziale vada via via a farsi benedire anche per te...

Ecco, ora immagina invece una donna che non solo geme e si lascia andare al piacere, ma che prende l'iniziativa ed è lì pronta ad essere soddisfatta e a soddisfare ogni tuo desiderio.

Come ti sentiresti? Di certo carico, eccitato e pronto a darle tutto il meglio di te... In questo libro Emy (con il mio supporto), ti svelerà tutti i segreti per soddisfare le donne con cui farai sesso. Non ci sono incognite, non importa quanto tu sia dotato o quanto riesci a durare, se applichi quello che Emy ti insegnerà, farai bagnare ogni donna come non le era mai capitato prima.

Quando la relazione che stai vivendo in quel momento va alla grande, quando sai di avere il "potere" di farla venire con la sola imposizione delle mani, sarai orgoglioso di te e della tua vita.

Questo non è un romanzo o un trattato teorico sul sesso, è un libro estremamente pratico, diretto e senza censure. Io ed Emy ci siamo "sacrificati" per provare e sperimentare ogni idea e tecnica che troverai in questo libro. Ti consiglio di leggerlo tutto una prima volta e farti un'idea del tesoro che hai tra le mani, poi riprendilo, rileggilo dall'inizio, capitolo dopo capitolo, ed applica ciò che hai imparato. Sei pronto? Buona lettura.

INTRODUZIONE

“Cosa sta succedendo alla nostra relazione?”

“Perché lei non ha più voglia di fare sesso?”

“Perché è così insoddisfatta dei nostri rapporti?”

*“Prima facevamo sesso anche 3 volte a settimana...
ora sono fortunato se riesco a vederla una volta
ogni 6 mesi”*

*“Perché tutte le donne con cui sono andato a letto
spariscono e non si fanno più sentire?”*

*“Facciamo sesso, abbiamo entrambi un orgasmo,
ma lei sembra non essere contenta... eppure sono
sicuro di fare tutto giusto, me l'ha detto un
amico...”*

*“Penso che lei a letto finga di godere, ansima per
un po' e poi dice di aver finito”*

*“Ho paura che mia moglie abbia l'amante... Sono
mesi che non facciamo sesso e lei pare non ne sen-
ta mai il bisogno”*

Queste 8 frasi sono state estratte da alcune delle tante email che ogni giorno intasano la casella di posta elettronica dei nostri siti. Messaggi di uomini che cercano soluzioni a problemi a prima vista insormontabili. Uomini che si rivolgono a me e ad Alex per riuscire in qualche modo a farsi strada in situazioni apparentemente difficili, nel migliore dei modi.

Sesso. I loro problemi riguardano il sesso. Tutti i messaggi che ci arrivano riguardano il sesso.

Perché quella che dovrebbe essere una cosa così bella, così naturale e così spontanea, si trasforma in una montagna difficile da scalare, ripida e piena di insidie? Perché raramente abbiamo idea di chi sia veramente la persona con cui facciamo sesso.

Difficilmente ci prendiamo la briga di sapere con chi abbiamo a che fare, cosa ama davvero, cosa vuole la persona che abbiamo di fronte, quali sono i suoi desideri più nascosti e profondi. Questo vale da entrambe le parti, sia per gli uomini che per le donne.

Invece di preoccuparci di coltivare un'ottima intesa sessuale con il partner, di comprendere davvero chi abbiamo davanti, preferiamo spogliarci in modo meccanico, fare sesso come “da manuale” e ritornare alla vita di ogni giorno sapendo che quella persona che abbiamo sedotto con tanto impegno, probabilmente, non si farà sentire mai più... O peggio, sperando che il

partner, nel frattempo, non si stanchi troppo di noi e non trovi di meglio altrove...

In parole povere, la qualità è messa in secondo piano. Si fa sempre il solito sesso, senza variare, senza cambiare, senza voler mettere un po' di pepe nel rapporto, basta che si faccia.

Questo fatto è, però, molto più evidente negli uomini, perché si trovano a dover condividere una cosa in realtà così semplice con una delle creature più difficili da comprendere in assoluto: LE DONNE!!

Già è molto difficile trovare una donna che abbia le idee chiare su cosa vuole, sessualmente parlando... se poi tu non sai dove mettere le mani e ignori totalmente quali sono i meccanismi che si innescano nella sua testa, allora hai tra le mani una bomba che, se non maneggiata a dovere, esploderà facendo danni molto seri. Se invece ti prenderai la briga di entrare nella sua testa prima che nel suo letto, di migliorare le tue abilità sessuali e di sapere esattamente cosa vuole una donna da te, allora avrai in mano la chiave universale che ti aprirà le porte del paradiso.

In questo libro troverai tantissimo materiale e diversi bonus (che da soli valgono il costo del libro) che ti aiuteranno proprio in questo. Riuscirai a dare alle donne ESATTAMENTE quello che vogliono e, cosa ancora più interessante, avrai finalmente la possibilità

di fare del vero Sesso Esplosivo con la tua donna!! Sei pronto a fare questo passo?

Ora le cose sono 3...

1. Tenti da solo l'ardua impresa di capire i meccanismi sessuali delle donne. In questo caso ti faccio le mie condoglianze perché non ci riuscirai prima dei 90 anni, ma quel punto non ti servirà più a molto perché, come dice il proverbio: *“fare sesso a 90 anni è come giocare a biliardo con una corda...”*
2. Continui a vivere una relazione di fiducia e amore reciproco con l'unica che sarà sempre al tuo fianco e non ti creerà mai problemi, Federica la mano amica...
3. Oppure lasci che io ti guidi attraverso gli intricati labirinti del piacere femminile e tenti di spiegarti in modo semplice cosa passa nella testa di una donna prima, durante e dopo il rapporto.

Perché solo così potrai essere sicuro al 100% di darle ciò che lei desidera davvero, solo così potrai farle vivere orgasmi talmente veri ed esplosivi da farla diventare dipendente da te e dal piacere che le darai.

E' proprio per questo che, in origine, nacque “Sesso Esplosivo”, un video-corso creato da me ed Alex, il mio compagno e fondatore di Seduzionemagnetica.com, proprio per aiutarti a far esplodere di piacere le donne

con cui fai sesso, regalando loro orgasmi che non si erano neanche sognate prima d'ora e diventare l'uomo che ogni donna vorrebbe incontrare sotto le lenzuola.

Ed il bello è che tutto questo è possibile:

- **Anche se non sei superdotato** come Rocco...
- Anche se non sei ricco, bello e famoso come George Clooney,
- **Anche se soffri di eiaculazione precoce** e vieni sempre prima di lei (questo potrebbe essere un vantaggio se sai come sfruttarlo)...
- **Senza dover studiare** manuali di sessuologia lunghi e noiosi...

Ci siamo prefissati di insegnarti tutto questo perché vogliamo che la tua vita sessuale (e quella delle donne con cui avrai a che fare) sia piena e soddisfacente. Una persona sessualmente soddisfatta è una persona felice e le persone felici hanno il controllo della loro vita e del loro futuro. Questa per noi è una missione, uno stile di vita. Chiunque tu sia, da qualunque estrazione sociale tu venga, hai diritto di essere felice ed avere vicino una donna (o magari più di una) con cui condividere una delle cose più belle che la vita ci ha regalato: IL SESSO!!

Puoi considerare questo libro, come il punto di partenza, l'inizio di questo percorso che ti porterà a cambiare il modo di fare sesso con la tua donna.

Diventerai una macchina del sesso, la farai urlare di

piacere, imparerai a toccare tutti quei punti segreti che trasformeranno la tua donna da anorgasmica e poco interessata al sesso, a insaziabile ninfomane affamata di te e degli orgasmi che le procurerai, conoscerai i segreti della mente femminile e li userai a tuo vantaggio nella sfera sessuale.

Insomma, benvenuto a bordo. Io sono Emy, ed insieme ad Alex siamo lieti di averti con noi in questa avventura . Sei pronto a cominciare?

CAPITOLO 1

Perché mia moglie non vuole più fare sesso?

Anche se raramente se ne parla, le relazioni senza sesso sono molto più comuni di quanto si possa pensare. Secondo un articolo del New York Times di qualche anno fa, si stima che almeno il 15% delle coppie fisse (sposate e non) non ha avuto rapporti sessuali negli ultimi 6-12 mesi della loro relazione.

Naturalmente, i livelli di desiderio sessuale del partner possono mutare nel corso del tempo per vari motivi, ad esempio la nascita di un figlio, qualche problema economico, troppo lavoro o problemi di salute, ma il dato letto sopra è a dir poco allarmante.

Il sesso, in una coppia, è fondamentale! E' il collante che tiene unite due persone, non solo a livello fisico, ma anche a livello emotivo e mentale. Quando in una coppia, nonostante tutti i problemi, il sesso è presente e gli viene dato il giusto spazio, sia tu che la tua donna riuscite a superare ogni difficoltà e a tenere ben stretti i legami che vi uniscono. Al contrario, una coppia che rinuncia al sesso perché magari la partner non ha voglia, o magari è stanca o ha mal di testa o ha le sue cose,

semplicemente finirà per sgretolarsi come una casa senza fondamenta costruita sulla sabbia...

Ma come mai accade questo? Perché 15 coppie su 100 ogni giorno rischiano di veder fallita la loro storia?

Il motivo è semplice... Alla base del 98% delle coppie senza sesso c'è una cosa chiamata insoddisfazione sessuale! E' probabile che tu abbia sentito parlare tante volte di questa cosa, ma sai realmente di cosa si tratta?

Il vocabolario Treccani la descrive come "*senso di inappagamento, di frustrazione fisica e psichica conseguente a rapporti sessuali incompleti o comunque deludenti...*"

Può sembrare una banalità, ma la realtà è proprio questa. Quando in una coppia, la tua lei trova ogni scusa per rinunciare a fare sesso con te, è perché il sesso con te non le piace.

Le donne che godono del sesso, hanno orgasmi soddisfacenti e partecipano attivamente al rapporto, non inventano scuse. Qualsiasi cosa succeda in casa, qualsiasi problema insormontabile abbiano, il sesso può essere un ottimo modo per fare pace e risolvere tutte le questioni in sospeso tra le lenzuola.

Anzi, è proprio questo molto spesso a farle rilassare... Il sapere di poter avere un punto di sfogo, un momento in cui poter mettere da parte tutto e lasciarsi andare col proprio compagno. Quell'ora in cui non esiste niente

tranne il godimento, le spinge a non rinunciare mai e poi mai a questa cosa. Quindi, se una donna “rinuncia” al sesso con te inventando scuse e mettendo in mezzo problemi di varia natura, significa che è insoddisfatta!

Ma una relazione senza sesso non è una cosa che accade dall'oggi al domani. Ci sono dei campanelli d'allarme ben precisi che ne annunciano l'arrivo e a cui bisogna fare attenzione.

Prova a rispondere in modo sincero alle 8 domande che troverai qui sotto.

1 – TI SENTI PIÙ COME COINQUILINO CHE COME PARTNER?

Tu e la tua lei iniziate ad ignorarvi. Vivete la vostra vita come sempre, andate a lavorare, pranzate e cenate insieme, guardate la TV sul divano, ma siete sempre più distanti. Ormai il vostro rapporto di coppia si riduce a questo: qualche sporadico momento di condivisione davanti ad un piatto di pasta o davanti alla TV dove non si fa altro che parlare delle bollette da pagare o dei problemi con il capo a lavoro... esattamente quello di cui parleresti con il tuo coinquilino...

2 – PARLATE DI TUTTO... TRANNE CHE DI SESSO?

Se non avete mai parlato di sesso, è probabile che prima o poi ti ritroverai a vivere con una donna che non

vuole più fare sesso. Parlare di sesso è molto importante: come fai a sapere quello che la tua donna vuole, quello che le piace, quello che la fa godere, quali sono le sue fantasie, se non glielo chiedi apertamente?

Parlare è essenziale se si vuole mantenere una vita sessuale sana ed un'intimità senza imbarazzo!

3 – TUA MOGLIE SI OCCUPA SOLO DEI BAMBINI E NON TI DEDICA ABBASTANZA TEMPO?

La nascita di un figlio porta sempre dei grandi cambiamenti all'interno di una coppia. Se poi i figli sono più di uno, la mole di lavoro della mamma è molto grande e non si ferma alla sola giornata lavorativa di 8 ore come magari avviene per te. Quindi è molto probabile che, se avete dei figli, il tempo che tua moglie dedica a loro sia molto ampio. Ma se la tua lei dedica tutte le sue energie e il suo tempo SOLO ai bambini, senza ricordarsi di avere anche un partner, ecco che potresti ritrovarti incastrato in una relazione senza sesso.

In questo caso ciò che puoi fare è molto semplice. Apprezza ciò che tua moglie fa in casa e dalle una mano per quanto ti è possibile, ma falle capire apertamente che esisti anche tu e che arriva un momento in cui è doveroso passare del tempo insieme in intimità, senza figli, altrimenti la vostra relazione rischia di rovinarsi irrimediabilmente.

4 – VI SENTITE A DISAGIO A GUARDARE SCENE ROMANTICHE O EROTICHE IN TV?

Le scene di sesso nei film o in tv, possono ispirare una coppia a prendere spunto. Spesso, quando si guarda una scena erotica insieme, sale l'eccitazione e la voglia di fare altrettanto. Anzi, di solito guardare insieme un film hard, potrebbe essere proprio ciò che ci vuole per riaccendere la passione e la voglia di fare sesso.

Ma se davanti ad una scena spinta, la tua lei guarda da un'altra parte, oppure vi ritrovate a voler cambiar canale, è il segnale che qualcosa non va. E' probabile che abbiate perso l'attrazione l'uno verso l'altra o che magari uno dei due senta un problema a livello sessuale e che quella particolare scena lo faccia riemergere. Anche in questo caso parlare è la miglior cosa che possiate fare.

5 – AVETE SMESSO DI STUZZICARVI L'UN L'ALTRO?

E' giustissimo considerare il proprio partner anche come un amico, spettegolare, raccontargli la propria giornata di lavoro o stare seduti sul divano a parlare del tempo. Ma quando si inizia a considerare il partner SOLO come un amico c'è qualcosa che non va.

Il segreto per mantenere ogni coppia solida, felice e vogliosa di fare sesso come il primo giorno è stuzzicarsi.

Non smettere mai di stuzzicare la tua compagna come quando eravate due fidanzatini. Solletica le sue fantasie scrivendole messaggi spinti durante la giornata, chiedi-le qualche foto provocante. Anche se magari vi vedrete poco dopo, è bello scambiarsi pensieri e fantasie sessuali durante il giorno. Ti farà sentire più unito a lei e creerà quello spazio intimo in cui nessuno potrà mai entrare e che condividerai solo con la tua donna.

6 – LA TUA COMPAGNA PRENDE IN GIRO I TUOI BISOGNI SESSUALI?

Fraasi come:

“L’abbiamo fatto 15 giorni fa, non ti accontenti mai!”

“Hai sempre voglia, lasciami stare ogni tanto”

“Sei un malato di sesso, fosse per te dovremmo farlo tutti i giorni”

“Pensi solo al sesso, sei un porco!”

“Se hai bisogno di sfogarti anche oggi vai a farlo sotto la doccia”

Sono indice di un problema molto serio. Quando la tua partner arriva a prendere in giro il tuo bisogno di sesso, bisogna correre ai ripari al più presto. L’insoddisfazione sessuale, purtroppo, gioca questi brutti scherzi. Ricordati che una donna soddisfatta del sesso, non inventa scuse e non prende in giro il tuo bisogno di sesso perché ne ha voglia lei per prima!

7 – AVETE CONTATTI FISICI AL DI FUORI DELLA CAMERA DA LETTO?

Fate sesso 2 volte al mese e, quando avete finito, ognuno ritorna alla sua vita. Nessuna carezza, nessun bacio, nessun abbraccio al di fuori della camera da letto. Nessun contatto fisico, quando invece quello che ci vorrebbe è darle una bella pacca sul sedere mentre è sovrappensiero, qualsiasi cosa stia facendo, dovunque stia e dirle quanto avresti voglia di farla godere...

8 – IMMAGINI IL SESSO CON LEI COME QUELLO DEI FILM PORNO?

Vorresti vedere la tua lei urlare come un'ossessa e godere a ripetizione come si vede nei film porno, ma tutto quello che vedi davanti a te è un corpo inerme, con poca eccitazione e un orgasmo ogni tanto?

Ti piacerebbe vederla urlare ed essere sbattuta da te in ogni posizione permessa dalla gravità, come Valentina Nappi in una delle sue migliori performance?

Ecco, questo è avere aspettative poco realistiche sul sesso! La Nappi è pagata per urlare ed avere orgasmi a ripetizione, è naturale che dia tutto il meglio di se e che goda come una porca in ogni situazione.

La tua donna no. Lei godrà davvero e senza malizia, ma solo se tu saprai esattamente cosa fare per darle gli

orgasmi esplosivi che merita e allora sì che non ti negherà mai nulla e diventerà dipendente da te e dagli orgasmi che le darai.

Ti rispecchi in due o più degli 8 scenari descritti in questo capitolo? Ho una brutta notizia per te... Se non corri ai ripari ORA, fra qualche mese magari sarà troppo tardi e potresti ritrovarti davvero a dire addio al sesso con la tua donna per sempre.

Magari, invece, non ti rispecchi affatto... Hai rapporti abbastanza regolari con la tua partner, ma senti che c'è qualcosa che non va... Temi che lei finga di avere orgasmi solo per farti contento, ma che in realtà non provi vero godimento come dovrebbe...

Bene, nel prossimo capitolo vedremo tutte le insidie che si nascondono dietro i finti orgasmi e l'insoddisfazione sessuale.

P.S. prima di continuare, scarica i video gratuiti che fanno da completamento a quest'opera. Li trovi a questo link: www.sessoesplosivo.com/bonus-libro/

CAPITOLO 2

Insoddisfazione sessuale e finti orgasmi viaggiano di pari passo

Se pensi che la tua situazione sia questa non sei solo... Sapevi che più di una donna su due finge di avere orgasmi quando fa sesso col partner?

Sì, purtroppo questo accade perché solitamente un uomo è troppo sicuro di sé, troppo certo delle sue capacità e delle sue doti. Non si chiede COME una donna ami essere toccata, leccata, posseduta...Lo fa e basta non curandosi troppo di ciò che lei prova in realtà...

Di solito si limita a mettersi tra le gambe della propria donna e a fare ciò che pensa sia giusto, molto spesso prendendo spunto da ciò che vedono nei film porno.

Ma la realtà non è un film porno! Ricordati che nei film porno le attrici sono pagate per fingere orgasmi, per gridare fino allo sfinimento anche se lui sfiora a malapena il clitoride.

Se a letto la tua donna finge un orgasmo è perché quello che le stai facendo non le piace, perché vuole che quella tortura finisca, ma non ha il coraggio di dirtelo apertamente perché non vuole offenderti.

Ma fai attenzione perché questo è un altro grande campanello di allarme ed è ancora più pericoloso dei precedenti, perché probabilmente la tua lei non ammetterà mai di fingere orgasmi!

Il problema però non si risolverà da solo, ma ti piomberà addosso come una valanga nel momento in cui lei si sarà stufata di fingere e andrà a trovarsi un altro uomo che la faccia godere veramente e come lei vuole... e questa eventualità è tutt'altro che remota...

Bisogna correre ai ripari urgentemente! Quindi cosa fare perché la donna con cui fai sesso, resti nel tuo letto per sempre e goda veramente come una porca senza più bisogno di fingere?

Basta fare esattamente ciò che lei vuole, per darle il piacere che vuole e gli orgasmi esplosivi che merita! Semplice a dirsi, ma a farsi?

Sarà altrettanto semplice se applicherai gli insegnamenti di questo libro e dei bonus annessi.

Se fai godere la tua donna veramente e come lei desidera, se le darai il sesso che vuole, allora diventerà la tua schiava d'amore completamente dipendente da te e dagli orgasmi che le darai! Questa non è una teoria basata su chiacchiere, ma una realtà che ho provato personalmente sulla mia pelle e sul mio corpo.

PERCHE' UNA DONNA ARRIVA A FINGERE ORGASMI? E COSA SUCCEDDE SE LO FA PER TROPPO TEMPO?

Come accennato prima, la maggior parte delle volte le donne fingono perché ciò che stai facendo non è di loro gradimento e pur di farti smettere sono pronte a far finta di avere un orgasmo.

Questo accade quando l'uomo non si dedica abbastanza a lei prima del sesso. Non hanno voglia di dedicare del tempo ai preliminari e ad una delle cose che le donne adorano di più in assoluto: il cunnilingus.

Approfondiremo l'argomento preliminari e cunnilingus più avanti, ma intanto ti dico che questi sono 2 passaggi fondamentali. Non puoi iniziare a fare sesso se prima non hai fatto almeno queste 2 cose.

Non ti immagini quanti uomini esistono che non hanno la benché minima idea di come si faccia un cunnilingus (non dico perfetto, ma quantomeno accettabile), che non sanno dove mettere la lingua e non sanno da che parte iniziare... Te lo dico perché, purtroppo per me, ho avuto la sfortuna di incontrarne troppi sulla mia strada.

Per i pochi uomini che tentano di farlo, leccare la figa è semplicemente una cosa da fare prima del sesso. Lo fanno in modo sbrigativo e senza metterci passione o voglia. Insomma, la leccano solo perché vogliono "ficca-

re” il prima possibile...

Detto questo cerchiamo di capire perché lei arriverebbe a fingere un orgasmo invece di dirti ”guarda, non mi piace quello che stai facendo”:

1. Tra voi non c'è quella confidenza necessaria per far sì che lei ti dica questa frase...
2. Ha paura che tu ti offenda...
3. Non le piaci e vuole che tu finisca in fretta quello che stai facendo...
4. Ti ama, lei è la tua compagna di vita e non vuole ferire i tuoi sentimenti...
5. Non le interessa quello che fai perché tanto c'è già qualcun altro pronto a leccarle la passerina meglio di te...

Questi 5 punti hanno qualcosa in comune: ciò che manca è sempre la sua soddisfazione.

Anche se tra voi non c'è la confidenza necessaria perché magari vi siete conosciuti da poco, se lei è soddisfatta, godrà fino a perdere i sensi.

Se lei ha paura che tu ti offenda (perché magari sa che sei un po' permaloso), ma la soddisfi senza se e senza ma, godrà fino allo svenimento.

Puoi anche non piacerle, ma se le farai vedere il paradosso, stai certo che si ecciterà come una porca e ti raccomanderà a tutte le sue amiche.

Se lei ti ama ed è la tua compagna di vita, tu falla go-

dere come Cristo comanda e vedrai che sarà così soddisfatta da non avere più paura di ferirti nell'orgoglio.

Se imparerai a darai piacere esattamente come lei vuole, non dovrai più avere paura che arrivi qualcun altro a farlo meglio di te!!

Purtroppo però, nonostante tu ce la metta tutta, se la tua donna arriva a fingere orgasmi per troppo tempo i casi sono solo 3:

1. E' già arrivata al punto 5 e quindi c'è già qualcun altro che ti sta rimpiazzando e che la fa impazzire di piacere;
2. Sta per arrivare al punto 5 e quindi è pronta a trovarsi un altro che la farà impazzire di piacere;
3. Semplicemente si renderà irreperibile, ti bloccherà su WhatsApp e si darà deceduta pur di non avere più niente a che fare con te...

Siccome voglio evitarti di incappare in una di queste tre spiacevolissime situazioni, è ora che tu ti dia da fare!!

Quindi, una volta capito che alla base del fingere orgasmi c'è la totale insoddisfazione delle donne con cui fai sesso, cosa bisogna fare per farle eccitare veramente e per sentirle urlare di piacere reale durante rapporto?

Mettiti in testa questa cosa fondamentale:

Dare piacere alla tua donna è un'arte! Non tutti la vedono come tale, ma in realtà è proprio così che va consi-

derata. Non è una cosa da prendere alla leggera o da considerare superflua:

Darle piacere VERO, sarà ciò che farà la differenza tra te e tutti gli altri! Quindi se pensi di essere quel tipo di uomo che sa già tutto su come far godere la propria donna allora questo libro non fa per te e puoi anche chiudere, ma poi non ti lamentare se lei è già arrivata al punto 5 e non aspetta altro che tu vada a giocare a calcetto con gli amici per andare a trovare "Abdul il senegalese" e farsi rigirare nel letto come una trottola...

Se invece hai voglia di sapere esattamente cosa passa nella testa e tra le gambe della tua donna prima, durante e dopo un rapporto, allora apri le orecchie e assimila fino all'osso questa cosa che sto per dirti:

“Una donna godrà veramente e con passione solo se la farai eccitare prima mentalmente e poi fisicamente”

Sì, noi donne siamo tremendamente complicate... Non ci basta un preliminare veloce per farci eccitare, tanto meno ci basta l'idea in sé del sesso per farci bagnarci.

Serve che l'uomo che abbiamo accanto e con cui faremo sesso, ci trasmetta autorevolezza, presenza fisica e mentale e soprattutto deve farci sentire il suo desiderio di possederci nell'anima!

Questi 3 "interruttori", accesi insieme, faranno sì che lei si ecciti veramente e che abbia sempre voglia di te.

Ma come si fa a trasmettere autorevolezza, presenza e desiderio di possederla?

L'autorevolezza si trasmette sia con le parole che con i fatti. Trasmetti autorevolezza nel momento stesso in cui, senza bisogno di chiedere, la prendi, la sdrai sul letto, la spogli e inizi a farla godere con i preliminari. Trasmetti autorevolezza guardandola negli occhi e dicendole senza mezzi termini "ora ti prenderò e ti farò godere come non hai mai fatto prima"...

Ti assicuro che una frase del genere detta con tono di voce sicuro e guardandola fissa negli occhi la farà quasi venire all'istante...

La presenza la dimostri facendole capire che tu sei lì col non solo col corpo, ma soprattutto con la mente. Trasmetti presenza quando ti impegni a farla godere e ci metti tutto te stesso, mettendo il suo piacere prima del tuo. Trasmetti presenza quando invece di stare lì a ricordarti a memoria mille regolette su quali sono "le mosse esatte da fare nei preliminari", sei lì e ti concentri solo su di lei.

Se sei concentrato a ricordarti il "cosa fare", non sei concentrato su di lei... e lei se ne accorgerà...

Il desiderio di possederla deve essere una cosa innata. La dimostri facendola sentire la tua Regina indiscussa in quel momento, la dimostri mentre, ad esempio, “strusci tutta la tua faccia sulla sua vagina e ti inebri dei suoi umori e dei suoi mugolii”. La dimostri prendendola e facendole sentire la fermezza della tue mani su di lei.

Il suo corpo è tuo, la sua mente è tua. Tu solo la puoi leccare, tu solo la farai godere...

Da donna posso assicurarti che, basterà anche solo che tu attivi questi 3 stimoli mentali nella testa della tua donna per farla cadere ai tuoi piedi e farla diventare dipendente da te e dalla tua lingua.

Questi 3 interruttori faranno scattare nella testa della tua lei una voglia innata di stare con te, di fare sesso con te e solo con te. Saranno la differenza tra “vederla una volta sola e mai più” e “mi si è prosciugata la lingua a forza di leccargliela”...

Se prima dell'appuntamento nella testa della tua lei passavano frasi del tipo:

”Mamma mia, chissà cosa mi aspetterà questa sera, speriamo bene”

oppure:

”Che pizza, anche oggi dobbiamo farlo”,

dopo diventeranno:

”Mamma mia come sono fortunata, stasera mi aspetta una serata di fuoco con un vero Uomo, non vedo l’ora di incontrarlo...”

oppure:

”Sono bagnata al solo pensiero che stasera la sua faccia sarà in mezzo alle mie gambe...”

Se durante il cunnilingus lei pensava:

”Se ansimo un po lui penserà che sono venuta e si toglierà da mezzo alle gambe”

oppure:

”Speriamo che finisca in fretta perché più che piacere sento dolore“

dopo diventeranno:

”Oh Mio Dio, vorrei non smettesse più... come godo...”

oppure:

“E’ talmente bravo che se continua così mi manderà in estasi”

Se una volta tornata a casa, lei era solita pensare:

”Speriamo si dimentichi di me e del mio numero”

oppure:

“Quasi quasi lo blocco su WhatsApp e mi fingo morta“

o peggio ancora:

“Meno male che se n'è andato, così posso chiamare Abdul e farmi leccare da un vero Uomo...”

Dopo penserà:

“Mi ha fatto godere così tanto che squirto solo pensando alla sua lingua in mezzo alle mie gambe...”

oppure:

“Se non mi faccio risentire subito me lo rubano e andrà a far godere un'altra donna”

o ancora:

“Ma chisseneffrega di Abdul, io il vero Uomo già ce l'ho!”

Pensi che quello che dico a te non potrà succedere mai perché sei convinto che alla tua donna vada bene ciò che le dai e non le manchi altro?

Pensi che la tua lei si faccia bastare la leccatina veloce che le fai solo per sbrigarti a ficcare il più velocemente possibile?

Lo so, la routine porta ad adagiarsi sugli allori ed a pensare cose simili, ma la realtà è un'altra e molte volte non ci si rende conto di quanto una donna possa essere insoddisfatta, finché non si fa un brusco scontro frontale con la verità, come è successo ai mariti protagonisti di un articolo di giornale datato 21 ottobre 2017 (uno dei

tanti).

Cosa è successo? Semplicemente le loro mogli, evidentemente insoddisfatte, hanno trovato sollievo e soddisfazione tra le braccia di giovani migranti.

Casalinghe coi migranti. Scandalo hot anche a Forte: sesso per la ricarica

Non solo Camaiore. Anche in Versilia possibili incontri hot tra donne italiane e migranti nel centro di accoglienza. Una ricarica come pagamento

Siccome sono certa che tu non voglia fare la fine del marito cornuto e deriso da tutti, come è successo agli uomini dell'articolo, allora è il momento di scoprire come arrivare a far provare alla tua donna un orgasmo soddisfacente e reale... e magari più di uno:

- anche se ti sembra che lei non sia minimamente interessata al sesso con te...
- anche se lei è, attualmente, insoddisfatta...
- anche se non fate sesso da tanto e ti senti un po' "raffreddato"...
- anche se pensi che lei sia anorgasmica nonostante tu ce la metta tutta...

Prima di entrare nello specifico, voglio condividere con te la mia storia, qual è stata la mia esperienza con il sesso e perché posso aiutarti ad ottenere grandi benefici in ambito sessuale e sentimentale.

LE MIE AVVENTURE COL SESSO E LA TRASFORMAZIONE DA RAGAZZA ANORGASMICA A NINFOMANE MULTIORGASMICA INSAZIABILE.

Il mio viaggio alla scoperta del sesso inizia intorno ai 16 anni. Sono sempre stata estremamente curiosa nonostante fossi cresciuta in una famiglia in cui il sesso era un tabù. Quando ero sola in casa mi piaceva aprire il cassetto del comò dei miei genitori e sfogliare di nascosto libri erotici e pieni di figure contorte.

Amavo quella sensazione piacevole tra le gambe, il modo in cui mi sentivo quando venivo in contatto con quelle immagini. Vedevo un uomo e una donna aggrovigliati, con le facce beate, i corpi nudi che si strusciavano... e mi eccitavo! Lui la guardava con desiderio e voglia e lei era visibilmente compiaciuta di questo. Avevo 16 anni ed aspettavo con impazienza il giorno in cui tutto questo sarebbe diventato realtà anche per me.

Avevo delle aspettative molto alte riguardo al sesso, volevo provare anche io ciò che provava la donna nelle foto, volevo anche io avere un uomo che mi prendesse come veniva presa lei, che mi desiderasse in quel modo e mi guardasse come se fossi l'unica cosa bella della sua vita.

Lo so, probabilmente starai pensando che a 16 anni una ragazzina capisce molto poco di queste cose e che

tutte hanno grandi aspettative riguardo a sesso e amore. Ma lascia che ti racconti come sono andate avanti le cose...

Ok, hai ragione. A 16 anni è normale pensare e sperare di incontrare il principe azzurro che ti faccia provare sensazioni che non hai mai provato prima.

Tutto questo a me successe a 18 anni. Il principe azzurro, col cavallo bianco, che ti regala mazzi di fiori e a cui doni la tua verginità...ma...ok, probabilmente anche a 18 anni sei troppo piccola per apprezzare certe cose.

E' normale, il primo ragazzo, magari anche lui alla prima esperienza, probabilmente entrambi troppo tesi, troppo imbarazzati nel fare questa cosa chiamata Sesso, con un nome così altisonante che quasi quasi in confronto ti senti piccolo.

Come avrai capito la prima esperienza non è stata granché... Anzi non è stata proprio.

Ma davo la colpa all'età, all'inesperienza, all'imbarazzo. L'unica cosa che speravo era di aver azzecato il buco giusto dato che non sentivo nulla ogni volta che provavamo a fare sesso.

Gli anni passano, arrivo a 21. Beh, adesso sono un po' più grande, le scuole sono finite, sono entrata nel mondo del lavoro, conosco gente nuova, esco la sera fino a tardi, eventi, locali, amici... è ora di sbizzarrirmi.

Non pensavo minimamente ad avere una relazione

seria, volevo solo divertirmi!

Così saltavo di fiore in fiore alla ricerca di colui che mi avrebbe dato ciò che stavo cercando: SESSO vero, quello che ti fa tremare, che ti fa bagnare, che ti fa urlare, che ti fa stare bene e che non vedi l'ora di fare ancora e ancora e ancora. Ma... niente. Tabula rasa.

Ho incontrato:

- Lo schizzinoso che “per carità a leccare la figa che da lì esce la pipì”.
- Il signor “8 minuti”, soprannominato così perché quello era il suo record massimo di rapporto sessuale: 8 minuti tutto compreso.
- Colui che diceva di sapere esattamente dove mettere le mani, ma che in realtà aveva scambiato il mio clitoride per l'interruttore della luce, dato che si ostinava a toccarlo con la punta del dito indice prima su e poi giù come se fosse un relè.

Ma... possibile che tutti gli uomini con cui ero andata a letto, fossero così poco Uomini??

Nessuno che avesse un po' di fantasia nelle posizioni, nessuno che avesse voglia di fare qualcosa di diverso, nessuno che avesse voglia di metterci impegno, nessuno che riuscisse a prendermi come io volevo essere presa.

Nessuno che fosse mai riuscito a farmi un cunnilingus come Cristo comanda. NESSUNO!!!

Solo spogliarsi, toccarsi, muoversi, svuotarsi, rivestirsi. Vabbè probabilmente era ancora colpa dell'inesperienza... o almeno speravo...

Così decisi che era giunto il momento di cambiare le carte in tavola. Avevo 25 anni e tanta voglia di essere presa e sbattuta... e di avere un orgasmo!! Si perché la cosa buffa è che, nonostante tutto, non sapevo ancora cosa fosse un orgasmo...

Allora abbandonai l'idea di avere relazioni con i miei coetanei e puntai all'uomo maturo.

"Ok", mi dissi, "qui vado a colpo sicuro". Un 45 enne di bell'aspetto come lui avrà avuto un'infinità di esperienze. Saprà sicuramente come prendermi...

E in effetti, finalmente alla veneranda età di 25 anni provai il mio primo orgasmo.

Si, bello e' stato bello, godere ho goduto, ma...

Cosa c'era che non andava? Perché nonostante l'orgasmo non ero comunque soddisfatta? Perché iniziavo a sentire un misto di tristezza e frustrazione nonostante avessi un buon lavoro, una vita sessuale attiva e tanti amici?

Cosa mi mancava? Così iniziai a pensare che il problema fossi io. Magari pretendevo troppo... oppure avevo qualcosa che non andava...

Magari le persone "normali" fanno sesso "normale", non pretendono posizioni strane e non cercano modi

diversi per raggiungere l'orgasmo.

Magari tutto ciò che avevo letto e visto in quei libri di cui mi ero tanto innamorata, era pura fantasia.

Non esistono uomini che desiderano ardentemente la propria donna, non esistono uomini che mettono la propria donna a pecorina e che la fanno godere come se non ci fosse un domani, non esistono uomini che pensano prima al piacere della propria partner e, solo dopo, al loro...

Esiste l'uomo che ha voglia di svuotarsi e che cerca solo il buco adatto per farlo.

Gli anni passano, passano storie serie e storie meno serie. Passa qualche orgasmo e qualche momento sporadico di piacere. Passano molte, troppe scopate vuote, in cui capisci di non essere nulla più di un semplice "svuota-palle". Passano orgasmi finti pur di finire al più presto la tortura di avere un animale ansimante e sudato sopra di te. Passano i libri erotici, i pensieri di quelle immagini che da ragazzina tanto sognavo e la speranza di poter aspirare a qualcosa di più...

Arriva la consapevolezza che il sesso NON e' niente di bello! Il sesso NON da niente di bello! Il sesso E' INUTILE!!

Avevo 30 anni, un buon lavoro, una bella casa e tanti amici che mi volevano bene, cosa potevo desiderare di più? Certo, vivevo la mia vita fatta di piacere sempre sul

filo del rasoio e di sesso senza nulla di speciale, ma questo, in fondo, importava solo a me... Ero decisa a non avere più storie, relazioni, né fatte di sesso, né fatte di sentimenti.

Anzi se devo dirla tutta DETESTAVO il sesso!

DETESTAVO le mani fredde e prive di un minimo di passione degli uomini che mi avevano toccato.

DETESTAVO piselli tra le gambe, finti orgasmi per compiacerli e dovergli dire: “sì amore, è stato bellissimo” nonostante mi avesse fatto schifo!

In poche parole... ero rassegnata... mi sentivo vuota e triste... sapevo che mi mancava qualcosa, ma non conoscevo ancora cosa, per il momento lo immaginavo solamente...

Finché un tranquillo giorno di Maggio del 2016, mentre ero beatamente immersa a pensare ai fatti miei, faccio l'incontro che da lì a poco, avrebbe totalmente cambiato la mia vita.

Ancora non lo sapevo, ma lui sarebbe stato l'artefice della mia trasformazione da ragazza a Donna.

L'INCONTRO CHE CAMBIÒ LA MIA VISIONE DEL SESSO E CHE MI DIEDE LA POSSIBILITÀ DI PROVARE FINALMENTE ORGASMI MULTIPLI

Alex, 35 enne, faccino pulito da bravo ragazzo, un lavoro tranquillo e un modo di fare così gentile, e allo stesso tempo affascinante, che quasi mi sembrava finto.

Ok, ammetto di aver pensato “eccone un altro Non Lecco La Figa Perché Da Lì Esce La Pipì E Mi Fa Schifo”...

Sì, beh, la sua aria pacata e tranquilla mi faceva pensare a quello... ma non avevo idea di quello che mi avrebbe aspettato non molto tempo dopo...

Insomma, io e Alex ci conosciamo, ci frequentiamo, ci scambiamo messaggi... Naturalmente dopo alcuni giorni di frequentazione in cui entrambi ci trovavamo molto bene l'una con l'altro, era giunto il momento del passo più importante, il Sesso. Non ti nego che ero spaventata.

Tante brutte esperienze che mi sono tornate alla mente e mesi di astinenza forzata causata dalla mancanza di materia prima, mi avevano fatto diventare un blocco di ghiaccio.

Avevo paura di non riuscire a farlo, di non essere capace, di non riuscire a provare niente e che la nostra relazione sarebbe finita per questo motivo. Ma soprattutto avevo paura che mi facesse schifo, come mi aveva

sempre fatto schifo il sesso fino a quel momento!

Ma non potevo tirarmi indietro... Insomma, Alex mi piaceva. Stavamo bene insieme, parlavamo di tutto, si interessava sinceramente a me nonostante avesse potuto anche non farlo. Gli avevo raccontato delle mie esperienze passate e di quanto ritenevo che il sesso fosse sopravvalutato.

Avevo l'impressione che lui fosse diverso dagli altri. Non so dire cosa mi ha fatto scattare questa molla, ma sentivo che in lui c'era quello che finora non avevo trovato in nessun uomo. La sua sola vicinanza mi faceva alzare la temperatura.

Ormai ero in ballo, tanto valeva almeno provarci... Vado a casa sua proprio con la consapevolezza che avremmo fatto sesso. Ero nervosissima!

Ma lui, invece di buttarmi sul letto e iniziare a muoversi come un coniglio in calore, ha fatto una cosa che nessuno prima di lui aveva mai fatto.

Mi chiese: "Lo vuoi un bel massaggio, così magari ti rilassi un po?"

Ecco, inizio ad avere il fiatone... Cosa significa sta frase? Mille pensieri mi affollano la testa.

Non sapevo cosa dire. Chi mai prima di lui mi aveva chiesto una cosa del genere? Vedendomi visibilmente in imbarazzo, mi prende, mi fa sdraiare sul letto e inizia a massaggiare spalle e schiena con una dolcezza indescr-

vibile.

Penso che quello sia stato il momento esatto in cui la mia corazza ha iniziato a creparsi. Mi lascio andare ad una delle cose più belle della mia vita, ma resto comunque vigile e attenta. Immaginavo che dopo il massaggio, si sarebbe tolto le mutande e avrebbe iniziato la sua personale svuotata di palle. Invece no.

Finito il massaggio fa una cosa che mi lascia totalmente senza parole. Inizia a spogliarmi piano piano, senza fretta e bacia ogni centimetro del mio corpo nudo. A quel punto, ho iniziato ad eccitarmi sul serio. Non mi capitava da anni e anni di eccitarmi in questo modo, ma in quel momento ho iniziato a sentir formicolare parti del corpo di cui mi ero completamente dimenticata. Bacia tutto il mio corpo da sotto a sopra, lecca, morde, mi tocca come se mi volesse davvero.

Per la prima volta nella mia vita ho sentito le mani di un uomo veramente voglioso di me! Ad un certo punto, si abbassa, mi sfilava le mutande e inizia a baciarmi la figa. E lo faceva come se amasse veramente quella parte del corpo! Non era il classico “NonLeccoLaFigaPerché-MiFaSchifo”! No! Lui mi leccava la figa e lo faceva con l'intenzione stessa di farmi eccitare veramente!

Leccava la figa perché AMAVA farlo! Perché voleva che io toccassi il cielo con un dito e voleva farmi provare quello che nessuno prima di lui era mai riuscito a fare.

E ci è riuscito!

Ho avuto un orgasmo in pochissimi minuti. Sapeva esattamente DOVE leccare, sapeva esattamente COME leccare e COSA leccare. Non andava alla cieca sperando di toccare qualcosa di giusto. Conosceva a menadito ogni punto e leccava con cognizione di causa. Sembrava avesse preso un master in “Cunnilingus perfetto”!

Come mi sono sentita in quel momento? Beh, mi sono sentita UNA REGINA! Lui si era dedicato a me completamente, aveva messo il mio piacere e il mio godimento prima del suo e tutto questo per farmi avere un orgasmo.

Naturalmente, dopo quella leccata stratosferica, abbiamo fatto sesso. Inutile dire che quel preliminare era solo la punta dell’iceberg di tutto quello che abbiamo fatto dopo.

Mi ha messo in ogni posizione che la forza di gravità ci permetteva di provare. Mi ha sbattuto come un tappeto mentre ero a pecorina, mi ha penetrato dolcemente mentre era sopra a me e ha accompagnato i miei movimenti mentre io ero sopra di lui. Insomma abbiamo passato 2 ore e mezza aggrovigliati nel letto, a fare di tutto.

Ho avuto la bellezza di 2 orgasmi (cosa mai successa prima) e alla fine di tutto ci siamo trovati abbracciati nel letto a parlare di quello che era accaduto. Quella fu

la prima volta in cui sentii parlare di orgasmo multiplo...

E sai qual è stata la cosa che mi ha fatto capire che lui era veramente diverso dagli altri? Che ha messo il mio piacere davanti al suo. Questo è il vero segreto che dovrai fare tuo se vorrai far godere oltre ogni limite immaginabile, le donne che incontrerai nella tua vita.

Non ha pensato a se stesso, a svuotarsi, ad avere un orgasmo e stop. No! Ha pensato a me, a toccarmi, a baciarmi, a farmi godere, a portarmi oltre tutto ciò che conoscevo. Inutile dire che quella è stata la prima di tante e tante altre volte in cui io e Alex abbiamo scopato, trombato, fatto l'amore, fatto sesso e ogni altra forma di piacere fisico... Con lui ho sperimentato e provato di tutto.

Mi ha aiutato a conoscere il mio corpo e a farmi capire che può darmi piacere oltre ogni immaginazione. Mi ha portato ad avere orgasmi estremi, esplosivi, inimmaginabili. Sono arrivata ad avere anche 9 orgasmi a rapporto. NOVE!! Ed ognuno sempre migliore del precedente. Mi ha fatto diventare fervente sostenitrice dell'orgasmo multiplo a ripetizione!!

Ora ho voglia di fare sesso sempre e dovunque. Ogni situazione per me è la situazione ideale per godere. Anche se abbiamo passato una brutta giornata al lavoro, o litighiamo, o abbiamo un diavolo per capello, so sempre

che una volta entrati nel letto, spariranno tutte le cose negative e penseremo solo al piacere. Insomma mi ha trasformato da ragazza insicura e con tante paranoie sul sesso, a incurabile ninfomane.

E come? Semplicemente studiando, imparando, mettendosi in gioco, non credendo di conoscere sempre tutto e sperimentando direttamente sul “campo di battaglia”.

Non credere che ciò che hai letto sia complicato o impossibile. Assolutamente no! Tutto quello che ti ho raccontato può essere realtà anche per te. Basta solo mettersi in gioco e aver voglia di migliorare.

Dare alla tua partner orgasmi veri, reali, soddisfacenti, goduriosi è possibile! Sentirla urlare di vero piacere è possibile! Lei che ti cerca per fare sesso e non inventa più scuse per evitarlo E' POSSIBILE!!!

Ma non pensare che una volta letto questo libro, lo chiuderai, lo metterai nella libreria e te lo dimenticherai per sempre... Questo libro è il punto di partenza non il punto d'arrivo. Più leggerai, più avrai voglia di sperimentare, più sperimenterai e più dovrai continuare ad imparare ed a studiare.

Adesso entriamo nel vivo dell'argomento che stai aspettando con più ansia: “Cosa devo fare VERAMENTE per far godere la mia donna e per darle orgasmi che la rendano dipendente da me?”

CAPITOLO 3

I preliminari aprono la strada agli orgasmi esplosivi

I preliminari sono un importante punto di partenza per un sesso da favola. Lo scopo dei preliminari è quello di scaldare la tua donna e far sì che lei scaldi te per poter, entrambi, godere al meglio durante il rapporto.

Ma se per un uomo i preliminari possono anche essere superflui e durare pochi minuti, per una donna non è così. Una donna vuole che tu ti concentri su di lei e sul suo corpo prima di buttarti a capofitto nel suo paradiso...

Tentare di iniziare un rapporto a "freddo" è controproducente, anzi addirittura può essere disastroso! Una donna ha bisogno di essere eccitata a livello mentale prima di essere eccitata a livello fisico, per poter dare il meglio durante la fase sessuale vera e propria.

Cosa succede se salti i preliminari? Beh sicuramente lei non sarà abbastanza eccitata, anzi, probabilmente sarà molto infastidita e potresti finire per fare sesso con una fredda lastra di ghiaccio che ansima a comando e che finge un orgasmo pur di finire quello strazio.

Come ti sentiresti se dovesse succedere una cosa del

genere? Te lo dico io come ti sentiresti, anche se magari davanti a lei non lo ammetterai mai. Frustrato, triste, stanco e con mille pensieri per la testa, tra cui "se non gode con me, chissà chi la fa godere..."

Eppure evitare tutto questo sarebbe così semplice... Basterebbe iniziare da un preliminare ben fatto e che faccia sentire la tua donna al centro delle tue attenzioni e delle tue voglie...

Ma se pensi che preliminari sessuali voglia dire solo "usare la lingua ed usare le mani" ti sbagli.

Certo, questi sono i preliminari per eccellenza, ma prima di arrivare ad una tale intimità ci sono tutta una serie di baci, carezze e tocchi nei punti giusti, che la faranno letteralmente impazzire. Facendo questo, arriverai in mezzo alle sue gambe che lei sarà già bagnata, eccitata e pronta a godere dei tuoi servizi.

Ci sono 7 cose importantissime da fare durante i preliminari, 7 cose che la porteranno all'estasi gradualmente e le faranno salire l'eccitazione al punto tale da non potersi più tirare indietro.

Ricordati, se sai far eccitare una donna, se sai farla impazzire, se sai scoparti prima la sua mente e poi il suo corpo, allora lei diventerà totalmente dipendente da te e dagli orgasmi che solo tu saprai darle...

1) IL BACIO

Ogni preliminare che si rispetti inizia con dei baci di tutto rispetto. Poggia le labbra sulla sua bocca e inizia con baci delicati, quasi sfiorati. Non limitarti solo alle labbra, ma esplora tutt'intorno: gli angoli della bocca sono dei fantastici alleati che faranno venire la pelle d'oca alla tua lei e le faranno rizzare i peli della schiena. Un altro punto molto sensibile è tra il labbro inferiore e il mento. Sfiando quel punto lei potrebbe addirittura andare in iper-salivazione e sentirà formicolare tutto il viso.

Se sei un tipo romantico, non tralasciare i baci sugli occhi, sulla fronte e sul naso, la lasceranno senza fiato. Non dimenticarti di mordicchiare le sue labbra mentre la baci appassionatamente e di muovere la lingua abilmente nella sua bocca.

2) LE CAREZZE

Molto importante è l'uso delle mani e delle carezze per farla partire per bene. Passale le mani sul viso e sul collo e soffermati sulla sua bocca. Mentre l'accarezzi, passa sulla sua bocca e usa le dita per scostare leggermente le labbra e magari entrare nella sua bocca. Posso assicurarti che questo la farà impazzire totalmente.

E' un gesto altamente erotico che ha un significato molto potente. E' come se le stessi dando un assaggio di

quello che succederà poco dopo, come se dicessi "la tua bocca è mia, tu sei mia".

Un'altra cosa estremamente erotica è quella di aprirle la bocca con la mano per poi passare alla lingua baciandola appassionatamente...

3) TOGLIE I VESTITI

Certo, può sembrare banale, ma questo è un punto fondamentale dei preliminari. Se tu mentre la stai baciando ed accarezzando ti fermi, la spogli meccanicamente e riprendi a baciarla, lei ha tutto il tempo per raffreddarsi e tu dovrai ricominciare da capo.

I preliminari non si interrompono mai! I preliminari finiscono nel momento in cui passi a fare altro (cunnilingus, stimolazione con le mani, ecc...) ma senza fermarti. I preliminari sono le fondamenta del rapporto, tutto il resto è una naturale conseguenza che si poggia ad essi.

Spogliala mentre la baci o comunque cerca di tenere sempre il viso molto vicino al suo e le tue labbra molto vicine alle sue. Non restare distaccato, ma fai sì che il gesto di toglierle i vestiti sia parte integrante dell'eccitazione e che lei si bagni anche solo mentre le stai sbottonando la camicetta. Ogni tanto guardala negli occhi così da assumere il ruolo di "dominatore" a letto, che alle donne tanto piace.

4) SCENDI...

Mentre le stai togliendo la camicetta, falla sdraiare sul letto, baciala e lecca tutta la parte superiore del suo corpo. Inizia dal collo, leccalo e poi mordilo. Il morso sul collo è molto importante anche se deve essere delicato, ma deciso. Morderla sul collo è un gesto di possesso molto forte ed è uno dei "tasti" da premere se vuoi che lei sia iper-eccitata quando le sfilerai le mutandine.

Concentrati un po' sul collo e poi scendi fino ad arrivare al seno. Gioca con i capezzoli.

C'è una tecnica davvero interessante per stimolare i capezzoli e riuscire a farla eccitare davvero in brevissimo tempo... Si chiama "tecnica delle manopole".

E' una tecnica che ho scoperto e perfezionato io insieme al prezioso aiuto di Alex.

Non la troverai in nessun libro al mondo, ma solo qui ed è davvero fantastica perché ti permette di stimolare seno e clitoride in una sola mossa. Tutte le persone a cui l'ho consigliata mi hanno ringraziato perché si sono rese conto che basta davvero poco per mandare in estasi una donna, senza bisogno di usare chissà quali stragemmi.

E' una tecnica di cui sono molto gelosa, non volevo inserirla in questo libro, ma Alex mi ha convinto ad illustrarla brevemente. Spero che dimostrerai di meritartela

e che farai del tuo meglio per padroneggiare i segreti racchiusi nel corpo femminile e far felici le donne con cui ti relazionerai.

Ecco come funziona:

Prima lecca abbondantemente il seno, poi prendi i capezzoli tra le dita e strofinali un po', quasi sfiorandoli, poi girali con delicatezza a destra e a sinistra come fossero le manopole della radio. Ora chiedile cosa sente dentro le mutandine... La risposta ti sorprenderà!

5) SFILALE LE MUTANDINE

Se hai fatto bene e senza fretta tutti i punti precedenti, ora lei dovrebbe essere eccitata in modo tale che solo il pensiero e che tu le possa sfilare le mutandine la dovrebbe mandare in estasi... Bacia e lecca la zona intorno alla pancia e all'ombelico. Perditi tra le curve dei suoi fianchi e soffermati senza fretta assaporando la sua pelle. Devi farle desiderare ardentemente il momento in cui le toglierai gli slip e ti immergerai nella sua figa.

Se fai questo passo subito senza un po' di suspense, non ci sarà l'attesa del piacere che poi è quella che fa scatenare l'eccitazione... Sapere cosa l'aspetterà la renderà impaziente e terribilmente vogliosa di te...

Quando sentirai che lei è pronta, allora inizia piano piano a far scivolare la tua mano nei suoi slip, ma senza ancora toglierli. Infila la mano, toccala leggermente e

poi tirala fuori. Fai così un paio di volte finché non sarà lei ad implorarti di sfilare le mutande... A quel punto le toglierai gli slip e lei sarà un fiume in piena in attesa di essere guadato...

Ma ancora non è il momento di soddisfare la sua voglia di godimento in modo completo, c'è un ultimo passo da fare prima di infilarti tra le sue gambe con le mani, la lingua e il resto...

6) FALLA STARE SULLE SPINE...

Le hai sfilato le mutande e lei è lì davanti a te, vogliosa e impaziente. Cosa fare ora? Semplice... Se vuoi che lei goda appieno di quello che tu le offrirai da lì a poco e abbia orgasmi stellari, allora tienila ancora un po' sulle spine...

Non fiondarti subito tra le sue gambe, ma concentrati un po' sull'interno coscia e sulle gambe. Bacia, succhia e lecca con piacere l'interno coscia, molto vicino alla figa, ma senza toccarla. Ora scendi, vai sulle cosce, le gambe, fin dove hai voglia di spingerti.

Se sei fortunato e avrai fatto bene il tuo lavoro, potrai notare che sta letteralmente "gocciolando" di voglia...

7) SODDISFALA

Ora è il momento di darle ciò che ha atteso tanto. Arrivati a questo punto, potrai scegliere cosa regalarle per

primo: magari un cunnilingus, magari un lavoretto con le mani, magari passare subito alla penetrazione vera e propria. L'importante è che adesso andrai a soddisfare la voglia che hai fatto crescere in lei.

La sensazione di soddisfazione che lei proverà sarà tale che potrebbe avere un primo orgasmo in pochi secondi. E questo la porterà a godere come una ninfomane mentre farete sesso...

Non c'è donna al mondo che possa resistere a questo tipo di preliminari!

Ma qualunque cosa tu scelga di fare per proseguire, falla sempre e solo dopo aver applicato ciò che hai appena letto in questi 7 punti sui preliminari. Lei sarà eccitata e bagnata come non l'hai mai vista prima... e non sarai più costretto a vedere la tua donna fingere orgasmi, perché godrà veramente come mai prima d'ora. E questo è solo l'inizio.

.....

SCARICA I BONUS DEL LIBRO

WWW.SESSOESPLOSIVO.COM/BONUS-LIBRO

.....

CAPITOLO 4

L'arte del cunnilingus

Dopo aver capito come fare i preliminari con la tua donna in modo che lei si ecciti davvero, è arrivato il momento di capire come prenderti cura del tesoro tra le sue gambe in modo da non commettere errori e non renderla una frigida e fredda “anima in pena” in attesa di qualcuno che la sappia soddisfare...

Perché ricordati che le “anime in pena” cercano altrove e per quanto tu possa pensare “se la mia donna vuole cercare altrove, faccia pure” in realtà sappiamo benissimo entrambi che la cosa ti devasterebbe nel profondo. Per un uomo la virilità è tutto e fare la fine del marito “cornuto e mazziato” solo perché non sei riuscito a soddisfarla veramente, è davvero molto triste, soprattutto perché, ora che hai tra le mani questo libro, non hai più scuse.

Sapevi che l'80% degli uomini non sa come si lecca la figa? Sì, l'80%. 80 su 100. Te lo scrivo a lettere così magari ti è più chiaro: OTTANTA SU CENTO!

Ciò vuol dire che, in una stanza con 100 uomini dai 18 ai 65 anni, solo 20 sanno un minimo cosa fare per dare piacere alla propria donna attraverso la lingua... 20

su 100...

E' un dato a dir poco allarmante, ma se ci pensi è proprio così. Quante donne vedi frustrate, stressate, insoddisfatte, sempre pronte a criticare e, molto spesso, a denigrare il proprio uomo? Certo, sicuramente starai pensando che una donna così ha altri problemi, che una coppia in cui lei critica e denigra apertamente lui deve fare i conti con difficoltà e preoccupazioni.

Ma stai certo, puoi metterci la mano sul fuoco, che alla base manca la soddisfazione sessuale (da entrambi i lati nel caso di una coppia) ed interesse a migliorare questa situazione.

In quanto donna ho potuto, purtroppo, sperimentare sulla mia pelle questo dato. Sono veramente troppi gli uomini che non sanno come usare la lingua. Si buttano in mezzo alle gambe della partner, danno due slinguazate veloci (quando lo fanno) e sperano che questo basti a farla eccitare. Pensano che leccare la figa sia una di quelle cose da prendere alla leggera, con superficialità.

Purtroppo per te, non è così!!! Da donna ti dico che un uomo che sa leccare la figa come Cristo comanda è una rarità. Ma è quel tipo di uomo che, una volta trovato, difficilmente noi donne ci lasciamo scappare.

Sono certa che tu sia tra quegli uomini, rari, che amano leccare la figa e lo fanno con passione e tanta voglia, che si prendono il tempo per far godere una donna

e antepongono il suo piacere al proprio.

Magari, però, ti accorgi che lei non è soddisfatta lo stesso.

Perché? Perché forse, pur mettendoci passione, fantasia e voglia, non conosci le tecniche giuste per farla impazzire. Ma non è colpa tua! Semplicemente, nessuna donna si è mai preoccupata di spiegarti come leccarle la figa.

Ricorda questa formula magica:

Passione + tecnica = orgasmi esplosivi.

Quindi se vuoi essere quell'uomo di cui tutte le donne parlano, quell'uomo che ha la fama di saper leccare la figa come nessun altro, quell'uomo che sa portare le partner ad orgasmi epici con poco sforzo...

... allora sei nel posto giusto.

Ti darò dei trucchi che molto probabilmente non conoscevi (o che magari davi per scontato) per leccare la figa delle tue donne da vero maestro.

Seguili attentamente perché purtroppo so quanto è brutto e frustrante avere vicino un uomo che non sa dove mettere la lingua o che la mette a casaccio sperando di leccare qualcosa di giusto. E si sa, quando in una coppia c'è insoddisfazione sessuale, difficilmente si andrà avanti...

Per fortuna, dopo tanto cercare, ho trovato finalmente l'uomo che sa farlo nel modo giusto, esattamente come piace a me. Ti ricordi la mia storia, quella che ti ho raccontato qualche pagina fa? Anche lui non è nato imparato. È stato l'unico a chiedermi se ciò che faceva fosse di mio gradimento, se leccava bene e se avrebbe potuto fare di meglio...

...e io non ho fatto altro che aiutarlo a perfezionarsi ancora di più.

Adesso riesco ad avere orgasmi che prima potevo solo immaginare...

Quindi, se vuoi che anche la tua donna arrivi a urlare di piacere, a contorcersi per il godimento, a venirti in bocca, chiediti:

COME SI LECCA LA FIGA?

A questa domanda posso risponderti con una frase molto importante: *“Non esiste un modo unico per leccare la figa alla tua donna, ma tante tecniche diverse che, se usate bene, cambieranno completamente la tua vita sessuale.”*

Se ancora non hai una compagna fissa, avrai donne che faranno a botte per avere il tuo numero, per conoscerti e per farsi fare un bel cunnilingus da te! E non sto scherzando!

Non sarai più colui che rischia di essere cornificato,

ma l'uomo col quale le donne insoddisfatte, vorranno cornificare il proprio marito, compagno, fidanzato.

Pronto a scoprire il segreto della felicità?! Iniziamo!

Primo punto da stamparti a fuoco nel cervello:

LA FIGA SI LECCA CON TUTTA LA FACCIA!

Se sei di quegli uomini che si tengono a debita distanza dalla patata e che fanno avvicinare solo la punta della lingua, allora è il caso che riveda un po' la tua tecnica.

Indipendentemente dal movimento della lingua e dal tipo di leccata, la faccia deve essere coinvolta e deve spalmarci sulla figa un po' come la Nutella sul pane. Solo agli occhi è concesso stare fuori, ma solamente per guardare lei contorcersi e godere.

In questo modo tu ti sentirai completamente partecipe e darai il 100%, lei si sentirà desiderata appieno e la sua eccitazione salirà alle stelle. Quindi strusciati su di lei e riempiti dei suoi umori e del suo odore.

Ma ricordati che le donne si fanno mille problemi per ogni cosa. Se tu la lecchi a distanza, non ti avvicini, fai il prezioso, lei penserà di avere qualche problema "intimo" e si irrigidirà.

Se proprio la sua figa non ha un buon odore, piuttosto che fare la parte dello schizzinoso, non avvicinarti con la faccia. Al massimo falle un bel ditalino e non ci

pensi più.

Infine, non dimenticare di usare il naso! Il naso lo devi considerare come parte integrante della leccata. Mentre sei con la faccia immersa tra le sue gambe e stai leccando, usa il naso per toccare il clitoride o strusciarti in mezzo alle grandi labbra.

Come? Immagina lei nella classica posizione sdraiata a pancia in su con le gambe spalancate. Ora, se tu ti metti con la faccia in mezzo alle sue gambe, noterai che la lingua è proprio nella posizione adatta per leccare l'entrata vaginale, mentre il naso è proprio all'altezza del clitoride.

Se mentre lecchi, usi la punta del naso per toccarle dentro le grandi labbra o proprio per stimolarle il clitoride, sentirai lei godere molto di più. Questo perché stimoli contemporaneamente che punti super-erogeni, in modo naturale. Come ho scritto nel paragrafo precedente, se inizi ad usare tutta la faccia quando lecchi la figa, noterai che il movimento del naso è una cosa che ti verrà spontanea.

Affonda la faccia nell'intimità della tua donna e strofinala. All'inizio piano, poi ti accorgerai che lei inizierà ad ansimare sempre più forte e si bagnerà sempre più velocemente.

A quel punto sfrega con un po' più di ritmo e, se lei è a cavalcioni sopra la tua faccia, prendile il sedere con le

mani ed aiutala a muoversi sopra di te.

Se hai la barba un po' più lunghetta meglio ancora. I peli morbidi amplificheranno la sensazione di piacere e molto probabilmente avrai l'onore di sentirla venire nella tua bocca...

Ma attenzione. O barba completamente rasata o barba lunga. La barba di 2/3 giorni può farle molto male e, addirittura, irritare e arrossare tutta la zona intima delicata.

Secondo punto:

NON ESISTE UN SOLO MODO PER LECCARE LA FIGA, MA TANTE TECNICHE DIVERSE A SECONDA DELLA ZONA DA STIMOLARE.

A seconda delle zone, dovrai leccare piano, dovrai leccare "forte" e dovrai leccare tutto. Ad esempio quando ti concentri sul clitoride, la leccata deve essere delicata e quasi sfiorare quel punto. Usa solo la punta, non tutta la lingua. Non ci andare pesante, soprattutto se lei non è ben eccitata, altrimenti le farai male.

Quando invece vuoi darle la sensazione di possessione totale da parte tua, allora leccala a lingua piena. Una bella leccata da sopra a sotto con la lingua piena di saliva, la farà eccitare non poco.

Ci sono zone invece in cui devi darle l'idea di tocco più deciso, quasi di penetrazione. In quel caso la lingua

deve essere tenuta dritta e più dura e va usata come se fosse un dito o, addirittura, un pene.

E' inutile dirlo, l'unico modo in cui puoi sperare che una donna ti richiami una seconda, terza, quarta volta o che la tua partner non si stanchi subito di quello che le propini, è variare.

Per quanto possa essere un leccatore di figa seriale, per quanto possa essere bravo a mandare in estasi le donne con la tua lingua, se alla stessa donna farai sempre le stesse cose, prima o poi si stuferà. Se le lecchi la vagina sempre allo stesso modo, sempre con lo stesso ritmo, sempre dallo stesso verso, sempre dalla stessa posizione, lei volta per volta saprà già cosa aspettarsi e verterà meno l'effetto sorpresa, che è quello che mantiene vivo un rapporto.

Ad esempio, hai mai provato a bendarla prima di leccarle la figa? Oppure a legarle i polsi in modo delicato in modo che i suoi movimenti siano limitati?

Se non hai mai provato queste cose, è il momento giusto!

Dille che oggi hai preparato per lei una cosa speciale. Sussurrare all'orecchio, con voce sensuale, che lei sarà la tua Regina, che dovrà pensare solo a godere e poi falle chiudere gli occhi e bendala. Da donna ti garantisco che le sensazioni che lei proverà durante il cunnilingus saranno amplificate per 10, 100, 1000 volte. In questo caso

per la tua lei giocherà un ruolo fondamentale il fattore psicologico "non so cosa aspettarmi, non so cosa mi farà, sono nelle sue mani".

Ovviamente, la domanda sorge spontanea: "ma come faccio a sapere se la benda sugli occhi o i polsi legati o quella posizione a lei piacciono?" "e se poi quello che faccio non è quello che si aspetta?"

La risposta è molto semplice:

Chiedi! Chiedi sempre, ma senza perdere autorità!

Cosa significa? Significa che devi sempre chiedere alla tua lei se quello che le stai facendo le piace, se c'è qualcosa che vorrebbe provare, se il punto che tocchi è quello esatto.

Ma questo non ti dà il diritto di essere completamente ignorante in anatomia femminile. Cioè tu devi entrare tra le sue gambe, sapendo già esattamente cosa andrai a leccare e come leccarlo... Devi conoscere a menadito ogni centimetro della sua figa e sapere come trattarlo.

Chiedere a lei è solo un "di più". Le sue risposte devono farti migliorare le abilità che già hai, non devono farti acquisire da zero!

Terzo punto:

NON SOTTOVALUTARE I DENTI!

Che caspita c'entrano i denti adesso?? Beh, se pensi che i denti servano solo per mangiare, immagina che in questo contesto non c'entrino nulla. Ti sbagli di grosso!

Usare i denti durante il cunnilingus può essere molto piacevole, ma a patto che si rispettino 2 condizioni importanti:

1. Che lei sia ben lubrificata
2. Che li usi in modo delicato

Prima di usare i denti devi far sì che tutta la vagina sia ben bagnata. Quindi raccogli un bel po' di saliva nella tua bocca e spalmala su di lei con la lingua. Fai sì che lei goccioli proprio.

A questo punto mordila delicatamente. Prendi le parti carnose tipo il Monte di Venere, le grandi labbra o il cappuccio clitorideo e falle passare tra i denti senza mordere con forza, senza troppa pressione e senza tirare. Per farti capire bene, mettiti un dito in bocca, appoggiaci sopra i denti ben pieni di saliva e ora tira via il dito con un movimento lento.

Se viene via agevolmente e hai come la sensazione di "righe" sul dito, allora quella è la pressione giusta da fare anche sulla figa di lei. Se invece hai stretto troppo, ti accorgerai che il dito farà fatica a scivolare e i denti si asciugheranno subito. Fai molta pratica su questo pun-

to perché può fare veramente la differenza tra una leccata e una Leccata.

Quarto punto:

SUCCHIALA COME UN GELATO!

Quando parlo di succhiare intendo sia le parti “esterne” quindi le solite, clitoride, grandi labbra e tutto ciò che “sporge”, ma anche l’interno.

Come si succhia l’interno della figa? Per fartelo capire bene ti faccio un esempio: Hai presente quando mangi un cono gelato e, più o meno quando stai per finirlo, mordi la punta e succhi il gelato da sotto? Se non ce l’hai presente ti consiglio di andare a comprare un cono gelato e provarci.

Se ce l’hai presente, ottimo, quello è il giusto modo per succhiare l’interno della figa. Quando succhi la punta del cono, le labbra non sono chiuse, serrate sul cono, ma sono leggermente all’infuori, come le metteresti per dare un bacio.

Ecco, allarga piano con le dita l’entrata vaginale e metti le labbra dentro esattamente in questa posizione e succhia come succhieresti per far uscire il gelato dal cono.

Siccome lei non se lo aspetta, e probabilmente non ha mai provato questa cosa, assicurati di tenerla ben ferma con le mani. Noi donne, siamo strane. Quando

una cosa ci procura troppo piacere, tendiamo a “scappare”. Quindi tu preparati e tienila ancorata a te mentre le succhi la figa.

Quinta cosa da tener presente:

LA POSIZIONE

Ci sono tante posizione adatte al cunnilingus. Alcune più facili, altre più complicate, ma non esiste una posizione che vada bene per tutti. Ad esempio nella classica posizione supina con le gambe piegate o sempre supina, ma con le gambe che scendono sul bordo del letto, lei è più rilassata e si lascerà andare di più con la fantasia, ma tu non avrai accesso a tutta la figa completa.

In questo caso, mettile un cuscino sotto al sedere in modo che il suo bacino sia più alto e tu possa lavorare al meglio. Ma siccome, come ti ho accennato prima, le donne dopo un po' si stancano sempre delle solite cose e vogliono variare, inizia a variare cambiando posizione. Non tenerla sempre sdraiata a pancia in su, ma mettila anche a pecora o sopra la tua faccia.

Non ti immagini neanche quanto cambiano le sensazioni a seconda della posizione. A pecora, ad esempio, tu avrai il pieno controllo del suo godimento e viene attivato in modo molto forte lo stimolo del possesso. Lei si sentirà tua, si sentirà di non poter scappare e questo la farà andare fuori di testa per l'eccitazione. Non solo, a

pecora la sua figa è bella larga davanti a te e potrai scoprire e leccare punti che di solito restano nascosti...

Appoggiata sopra la tua faccia (posizione del "facesitting") invece, lei avrà il pieno controllo della situazione, mentre tu dovrai mettere a sua disposizione solo la tua lingua e la tua bocca (e, se ce l'hai, anche la barba). Lei si muoverà a seconda di come proverà più piacere, inarcherà la schiena o la curverà in avanti, si struscerà più forte o meno forte... Insomma sarà uno spettacolo da non perdere...

Settimo, ma non meno importante:

IMPARA LA TECNICA DEL COCOMERO E

PREPARATI ALLE CONSEGUENZE...

In nessun altro libro la troverai perché, in realtà sono pochi i guru del sesso (o i presunti tali) che provano e sperimentano tecniche nuove con la propria partner. Molti si limitano a scopiazzare notizie trovate da altre parti spacciandole per proprie. Noi no.

Ecco quindi che, in un tranquillo pomeriggio estivo, mentre io ed Alex eravamo seduti sul divano a mangiare una succosa fetta di cocomero (rigorosamente senza coltello ma usando solo la bocca) lui addenta la fetta e, per non sprecare il succo, inizia a succhiarla voracemente con un movimento frenetico da destra a sinistra, tutto per evitare di sprecare anche una sola goccia di quel

dolce nettare (e ovviamente per evitare di sporcarsi la maglia). Ad un certo punto si è ritrovato con la faccia affondata nella fetta e gocce di succo che colavano ai lati della bocca.

Cosa si fa in questi casi?

1. Lo guardo con aria rassegnata come una mamma guarda il suo bambino dopo avergli detto per la centesima volta di mangiare educatamente e non sporcarsi;
2. Corro in cucina a prendere una decina di tovaglioli per aiutarlo ad asciugare quel disastro;
3. Mi avvicino, lo guardo con aria maliziosa tipica di chi vorrebbe farsi fare la stessa cosa lì dove non batte il sole... e poi se la fa fare davvero...

Ti do un aiutino, la risposta giusta è la 3 ;)

Quel gesto così apparentemente innocuo aveva fatto scattare in me quella leva del cervello che in pochi minuti mi ha trasformato da ragazza acqua e sapone affamata di cocomero, a ninfomane affamata di... vabbè hai capito... Insomma, un niente ha spalancato la porta ad un pomeriggio di cunnilingus, leccando e succhiando come se fossi una fetta di cocomero in un'afosa giornata di Luglio...

Ma cerchiamo di capire come mettere in pratica questa tecnica non solo al cocomero, ma anche alla "patata". Innanzi tutto, anche in questo caso, devi scegliere la po-

sizione preferita dalla tua lei: purché la donna sia comoda e nella posizione migliore per godere.

Partiamo con la posizione per eccellenza, la classica. La posizione classica è lei sdraiata a pancia in su con le gambe aperte e le ginocchia piegate. In questa posizione tu hai una buona panoramica e puoi concentrarsi principalmente sulla zona del clitoride e delle grandi labbra ma un po' meno sull'apertura vaginale e il perineo.

Ora, mettiti con la faccia in mezzo alle sue gambe e inizia a succhiare come faresti se avessi davanti una fetta di cocomero: la tua bocca dovrà muoversi da sinistra verso destra e non da sopra a sotto. Lubrifica bene la zona e riempi di saliva. Lecca bene tutto ciò che trovi sulla tua strada, ma sempre procedendo in orizzontale. Alterna lingua e labbra fino a che lei non inizierà ad eccitarsi sul serio. A quel punto aggiungi il movimento completo della faccia sempre da destra a sinistra, strusciando bene sulla sua figa. Bene, ma con delicatezza, sempre stando attento a non irritarla soprattutto se hai la barba.

Ora, come ultimo passaggio, avvicinarti all'apertura vaginale e succhia anche lì dentro. Naturalmente tutto con la dovuta delicatezza, evita di andarci troppo d'impeto o potresti farle male. Se farai le cose nel giusto modo vedrai lei contorcersi dal piacere e godere in

modo eccezionale.

Hai capito finalmente che se sai leccare la figa avrai una vita sessuale soddisfacente e mai banale. Se conosci i trucchi per usare la lingua nel modo giusto, avrai la fila di donne fuori la porta di casa che non saprai più a chi dare i resti... Se invece hai una fidanzata, una compagna o una moglie, scommettiamo che inventerà sempre meno scuse per fare sesso con te?

Ora che ti ho svelato i segreti per leccarla come un vero maestro e fare in modo che lei non finga mai più orgasmi, hai solo 2 scelte: puoi mettere in pratica tutto questo e far esplodere di godimento la tua donna come non hai mai fatto prima!

Oppure puoi lasciare che Abdul (ti ricordi di lui?) si occupi al posto tuo di svolgere questo sporco lavoro...

Ma se la farai godere come merita e come vuole, se le darai gli orgasmi esplosivi che merita (e che vuole) diventerà completamente dipendente da te e dal sesso con te!! Naturalmente, le cose da imparare non sono finite qui. Il saper leccare la figa è solo una parte di tutto quello che c'è da sapere sul godimento della tua donna.

CAPITOLO 5

Il ditalino

Ti sei mai preso il tempo di chiedere alla tua donna come ama essere toccata lì sotto? Immagino di no, altrimenti non saresti qui.

Hai mai ascoltato veramente i segnali che il corpo della tua donna ti ha trasmesso nel momento in cui la toccavi o la stimolavi con le mani? Anche qui immagino di no...

Ma tranquillo. Per tua fortuna nessuno di noi nasce imparato, ma sicuramente sta a te preoccuparti di migliorare te stesso e di metterti in gioco in ogni campo.

Devi capire innanzitutto che, quando si parla di ditalino, si intende solo ciò che concerne la penetrazione della sua vagina con le tue dita. Quello è il ditalino. Il resto è stimolazione.

Ma il ditalino da solo non porta a nulla. La stimolazione è assolutamente necessaria per arrivare al ditalino con facilità e per far sì che questo riesca bene e che ti faccia arrivare al tuo scopo senza fatica. Però non dimenticarti qual è il tuo scopo: farle provare un piacere tale da renderla totalmente dipendente da te e dagli orgasmi che le farai avere. Orgasmi veri, intensi e godu-

riosi!

Anche qui, come per il cunnilingus, c'è una regoletta che devi tatuarti nel cervello: il ditalino non lo fai ad una donna, lo fai INSIEME ad una donna. E proprio per questo, chi meglio di una donna può guidarti attraverso questa esperienza e farti vivere il ditalino con gli occhi della tua compagna/moglie/fidanzata/trombamica?

Solitamente i “maghi del sesso” ti spacciano guide su come toccarle il clitoride per guide su come farle un ditalino. Tu entri tutto speranzoso di trovare i segreti del DITALINO e ti ritrovi a leggere consigli su come masturbarle il clitoride. Certo, quando si parla di ditalino, è naturale pensare di stimolarle correttamente anche il clitoride, ma il ditalino in se è tutta un'altra cosa.

Il ditalino è proprio l'atto di scoparla con le dita. Tutto il resto è masturbazione. Quindi, in questo specifico capitolo, ti parlerò di tutto quello che, probabilmente, davi per scontato, per scoparla con le dita in modo soddisfacente e per farle il ditalino perfetto.

Prima cosa che gli uomini danno per scontata... Le mani. Non pensare di avvicinarti a lei e alla sua vagina se hai le mani sporche, se hai appena accarezzato il cane, se le unghie sono smangiucchiate o nere.

Le mani devono essere pulite e le unghie curate, altrimenti ci sono grandi possibilità di trasmetterle infezioni. Non solo, quando la penetri rischi di farle uscire

sangue. E come minimo lei ti darà l'alto là...

Quindi se la tua donna ti fa qualche obiezione... rifletti sul fatto che magari non si sente a suo agio per via delle tue mani. Se invece le hai ben curate, allora puoi passare a concentrarti sulla loro posizione. La posizione delle dita è fondamentale per farla godere in modi diversi.

Innanzitutto partiamo dal presupposto che non può chiamarsi ditalino se è fatto con meno di 2 dita... In quel caso è riscaldamento... Quindi, se stai usando un dito solo, probabilmente è solo per iniziare a scaldarla un po', per farla eccitare, ma dopo dovrai necessariamente passare a 2 o, meglio ancora, a 3 se non a 4... Dipende da quanto è allenata la tua donna.

Sappi che più dita introduci, maggiore sarà la pressione che lei avvertirà sulle pareti vaginali interne e sull'entrata vaginale e maggiore sarà anche il godimento. Ricordati questa equazione fondamentale che ti sarà utile in ogni ambito del sesso:

Più pressione = Maggior piacere

Questo vale sia per il rapporto anale, sia per quello classico, sia per i preliminari, sia per i giochi erotici che per il ditalino. Se vuoi che lei goda veramente e veramente tanto, devi esercitare una certa pressione all'in-

terno, una pressione tale da mandarla su di giri.

Detto in parole povere, lei deve sentirsi PIENA (ti sei mai chiesto perché le donne amano i membri grossi?? :D) e, in questo caso, la pressione la eserciti con la posizione e col numero di dita con la quale la penetri.

Se indice e medio (e magari anche anulare) sono infilate in “orizzontale” (quindi col palmo verso l’alto, indice a destra e medio a sinistra nel caso usassi la mano destra) la pressione che lei avvertirà sarà maggiore. Perché?

Perché la vagina è stretta e allungata verso l’alto, quindi tu andrai ad aprirla toccando le pareti laterali che di solito non vengono stimulate direttamente.

Quello che ti sto descrivendo ti sembra troppo complicato? Niente paura! Mettiti davanti alla figa della tua donna e sperimenta, se non ce l’hai a disposizione perché ancora non hai una donna, prendi il corso Seduttore in 30 giorni, trovanne una e sperimenta. :)

Sappi che dopo questi consigli non te la scollerai più di dosso e vedrai che tutto quello che ti ho detto avrà un senso logico se lo proverai direttamente.

Se invece la penetri con le dita in verticale, l’entrata sarà più agevole perché le dita seguono la forma dell’apertura vaginale. Come ti ho detto prima, tieni a mente queste informazioni, ma sperimenta sempre su di lei e

con lei.

Ciò che ti descrivo prenderà forma solo nel momento in cui lo proverai direttamente. Ma tutto questo avrà un buon risultato solo se lei è sempre lubrificata a dovere. Certamente più la stimoli e più lei si bagnerà, quindi non avrai bisogno del lubrificante per tenerla scivolosa.

Ci sono però donne che hanno problemi di lubrificazione vaginale, che quindi si “asciugano” molto velocemente. Per evitare di farle male e quindi di dover interrompere la sditalinata proprio sul più bello e mentre, magari, lei si sta eccitando, tieni sempre vicino a te un tubetto di lubrificante.

Questo può essere molto utile nel caso tu non conosca molto bene la donna con cui stai facendo sesso, perché magari state insieme da troppo poco tempo. Fatti trovare preparato, lei lo apprezzerà molto.

Non tentare di insistere se noti resistenza all'interno della vagina oppure lei ti fa capire che le stai facendo male. La scarsa lubrificazione è, purtroppo, un problema serio e molto più comune di quanto si pensi e molte donne si pregiudicano una sana vita sessuale proprio per questo motivo.

Hai mai pensato che la tua donna potrebbe inventare sempre scuse per non fare sesso o non gode abbastanza proprio per questo motivo? Ora che lo sai, procurati un buon lubrificante vaginale ipoallergenico. Non compra-

re schifezze piene di coloranti, profumi o aromi vari perché se la tua lei ha la vagina soggetta ad irritazioni (e purtroppo ce ne sono molte) non farai altro che accennare il problema.

Molti lubrificanti, anche se a base acquosa, a contatto con l'interno della vagina bruciano e rendono il rapporto molto difficoltoso. Assicurati che il lubrificante che acquisti non contenga siliconi, parabeni, coloranti o altre schifezze chimiche e che sia ipoallergenico quindi creato appositamente per le persone più sensibili. Non ti immagini neanche quante donne/ragazze soffrono di irritazioni vaginali e vulvari e soffrono durante il sesso! Acquistato il lubrificante e appurato che la tua lei lo tollera bene, puoi continuare nel tuo lavoro.

E se non hai il lubrificante? Lo so, può capitare di essere sprovvisti. In quel caso che si fa? Fai ri-vestire la ragazza e le dici di tornare dopo un paio di giorni, quando te lo sarai procurato. Ovviamente scherzo.

Per fortuna madre natura ci aiuta sempre e ci ha dotato di uno dei migliori lubrificanti naturali in assoluto dopo il liquido vaginale. Quale? La saliva ovviamente! Quindi se non hai un buon lubrificante, bagna le dita e la sua vagina con abbondante saliva e procedi.

Una delle cose che preferisco in assoluto è sentir cambiare il movimento delle dita in modo repentino mentre lui mi sta facendo un ditalino. Questa cosa mi fa

saltare! Letteralmente saltare!

Se non hai capito prova così: se l'hai penetrata con le dita in verticale e stai facendo il movimento “avanti e indietro” ad un certo punto gira velocemente le dita di 90 gradi fino a metterle in orizzontale. Se ti sembra difficile, mettiti la mano davanti la faccia e prova questo movimento: Dita in verticale ==> Dita in orizzontale

Questo movimento lo dovrai fare dentro di lei, anche più volte, verticale, orizzontale, verticale, ecc... Per farti capire meglio quello che dovrai fare è più o meno il movimento della mano universalmente conosciuto al mondo per dire “prepariamo due spaghetti” o come diremmo a Roma “ce famo du' spaghetti”...

Così facendo la vedrai saltare e, probabilmente, emettere anche qualche urletto di piacere. Questo perché il cambiamento repentino di posizione le andrà a toccare tanti punti contemporaneamente e la farà godere in modo totalmente inaspettato.

Non andare troppo veloce, ne troppo lento. Nel primo caso rischi di farle male, nel secondo di farla addormentare. La velocità la dovrai regolare in base al movimento e in base al “momento”.

Se hai appena iniziato il ditalino, allora ti consiglio di farle “avanti e indietro” in modo dolce per far sì che lei si abitui. Se invece siete già a buon punto, allora puoi aumentare un po' la velocità per portarla alle stelle.

Ma attento. Siccome la figa si abitua facilmente al tipo di velocità, dopo un po' cambia marcia, altrimenti rischi l'effetto anestesia, cioè che si abitui a quel ritmo e non provi più piacere.

Se stai andando piano, aumenta, se vai veloce, diminuisce. Fai così finché non ti accorgi che lei è arrivata al "punto di non ritorno" cioè quel punto dopo il quale c'è solo l'orgasmo. In quel momento, aumenta la velocità e falla esplodere.

Qui mi sento in obbligo di avvertirti di una cosa fondamentale: EVITA DI STRAFARE.

Cosa significa evita di strafare? Significa che anche se questo libro ti porterà sicuramente ad un livello più alto degli altri uomini, non sentirti onnipotente e non credere di sapere tutto.

La maggior parte delle cose che ti sto descrivendo, le imparerai veramente un volta che sei sul campo. Quindi, non andare in mezzo alle gambe della tua donna con la convinzione di sapere già tutto. Non fare movimenti affrettati o impulsivi perché vuoi farla eccitare velocemente.

Resta calmo e impara man mano che fai e soprattutto chiedi. Solo così capirai davvero cosa vuole la tua donna.

Non mi stancherò mai di ripeterlo: CHIEDI! Te lo dirò fino allo sfinimento, fino a che non chiuderai que-

sto libro, fino all'ultima pagina: CHIEDI!!

Chiedere non ti farà perdere autorità, anzi ti farà acquisire tutta la sua stima e il suo rispetto. Le farà capire che sei un uomo diverso dagli altri. Non fare il tamarro, non otterrai nulla di concreto e duraturo.

Chiedi a lei se, quello che stai facendo, le piace. Non tutte le donne sono uguali, per cui quello che ti sto dicendo magari la tua donna non lo gradisce. Magari vorrebbe provare altro.

La comunicazione, anche e soprattutto a letto, è la base di ogni rapporto che si rispetti. Sia che si tratti di un rapporto solo di sesso, sia che si tratti di un rapporto fatto anche di sentimenti e su questo punto torneremo più avanti perché ho dedicato un intero capitolo alla comunicazione.

Solo l'esperienza e l'allenamento quotidiano ti daranno la conoscenza necessaria del corpo della tua lei per trovare i punti che la faranno impazzire di piacere. Ti accorgerai che dentro la sua figa, ci sono dei punti che le daranno maggior godimento e altri che le daranno fastidio.

Se, ad esempio, durante il ditalino, hai voglia di stimolare il punto G, ti accorgerai che lei si bagnerà in un attimo. Sentirai proprio le dita sguazzare nell'acqua. Sentirai il "rumore" della figa bagnata.

E sai come si stimola il punto G? Forse sì, ma intanto

ti do una piccola chicca... Prova a muovere indice e medio come se dicessi a qualcuno “vieni qui”... Ora fai questo movimento dentro di lei, sul suo punto G...

A questo punto ricordati del clitoride. Ogni ditalino che si rispetti ha bisogno che il clitoride venga coinvolto. Ma anche qui attenzione perché, se farai i movimenti giusti e sarai riuscito a scaldarla a dovere come ti ho spiegato fin'ora, rischi davvero grosso...

Vuoi sapere cosa intendo? Eccoti servito: una delle prime volte in cui io e Alex sperimentavamo le tecniche di questo libro, soprattutto l'accoppiata cunnilingus e ditalino, è successa una cosa che nessuno dei due si aspettava...

Ha iniziato dai preliminari, tutto con calma, tutto fatto bene. E' passato al cunnilingus, anche questo fatto a regola d'arte. Poi ha iniziato ad usare le mani e qui è accaduto l'impensabile perché, mentre ero totalmente eccitata (non mi ricordavo più neanche come mi chiamavo) e stavo godendo del ditalino in tutta la sua piechezza, ecco che Alex inizia a sfiorarmi il clitoride.

Mentre ha le dita dentro di me, non so come (lo scoprirò solo dopo) inizia, con la stessa mano, anche a stimolarmi il clitoride.

Quello che è successo è una cosa che mai mi sarei aspettata... Ho avuto un orgasmo talmente rapido, intenso e travolgente che non si contraggono solo i mu-

scoli interni della vagina, ma uno spasmo mi fa stringere entrambe le cosce... Una stretta fortissima... con ancora la mano dentro di me...

La stretta è stata talmente forte ed improvvisa che ad un certo punto si è sentito un “crack” provenire dalla sua mano e sento Alex lanciare un urlo di dolore. Allenato la stretta (con non poca difficoltà) e riesce ad estrarre la mano.

Inutile dirti che il suo primo pensiero è stato: "Dev'essere rotta, devo andare al pronto soccorso! E cosa racconto ai dottori?"

In quel momento non sapevo se ridere o piangere... Tutta la situazione era surreale... Ti immagini andare al pronto soccorso con una mano potenzialmente rotta ed un trauma da schiacciamento e non sapere cosa raccontare ai dottori?

In effetti questo poi è quello che è successo, perché, nonostante il ghiaccio, la mano cominciava a gonfiarsi e il dolore aumentava e quindi siamo dovuti andare per forza all'ospedale.

Ma non potevamo non ridere della situazione... Se avessimo detto cosa era successo davvero, che io avevo goduto così tanto da aver fratturato le ossa a quel povero malcapitato... scommetti che nessuna infermiera lo avrebbe lasciato andare via senza prima avergli chiesto il numero di telefono?

Scherzi a parte, questo è quello che potrebbe accadere veramente se farai le cose giuste al momento giusto. Quindi, se sei temerario e sprezzante del pericolo, allora puoi continuare a leggere questo libro, altrimenti ti consiglio di chiudere qui e dedicarti ad altro...

.....

SCARICA I BONUS DEL LIBRO

WWW.SESSOESPLOSIVO.COM/BONUS-LIBRO

.....

CAPITOLO 6

Come stimolare il clitoride

“Quando mi tocchi in quel punto mi fai male”

“Per favore fai piano”

“Non mi piace proprio quando mi tocchi il clitoride, mi da fastidio”

“Non sei capace a toccarlo come si deve”...

Magari frasi di questo tipo non ti sono nuove. Come ti senti quando la tua lei ti dice queste cose? Quando vedi sul suo viso una smorfia di fastidio invece che di piacere? Immagino la tua autostima andare a finire sotto ai piedi...

Ma sai che tutto questo si potrebbe evitare? Come? Imparando a conoscere meglio le donne e il loro corpo. E chi ti può dire cosa vuole o non vuole una donna?

O la donna stessa con cui farai o stai facendo sesso, oppure un'altra vagino-munita che si sta prendendo la briga di spiegarti cosa accade nella testa (e tra le gambe) della tua lei... Perché ti assicuro che certe sensazioni già sono difficili da spiegare a noi stesse...figurati se sa riuscirci un altro uomo...

Per fortuna tu hai tra le mani questo libro, quindi hai

già una vagino-munita che ti spiega un sacco di cosine interessanti...

In questo paragrafo, tutto dedicato al clitoride, ti spiegherò:

- Cos'è il clitoride;
- Perché è così importante saperlo stimolare bene;
- Quattro tecniche per stimolare il clitoride di una donna, spiegate direttamente da una donna.

COS'È IL CLITORIDE?

Se leggi qualunque libro di anatomia o enciclopedia che si rispetti, ti spiegherà che il clitoride è *“un organo dell'apparato genitale femminile... principale organo erettile della donna, posto nella parte anteriore della vulva,”*

Ma questa definizione così scientifica non rende minimamente l'idea. Il clitoride è l'unico organo del corpo umano ad essere stato creato al solo scopo di procurare piacere! Nessun'altra parte del corpo ha questo unico obiettivo. Ed è stato creato sul corpo femminile.

Questo piccolo organo delle dimensioni di un pisello (inteso come legume), è rivestito da un cappuccio che, come per il pene, lo protegge e lo copre quando è a “riposo”. Quando invece viene stimolato correttamente e il sangue affluisce al suo interno, si gonfia e si ingrossa e il cappuccio si tende.

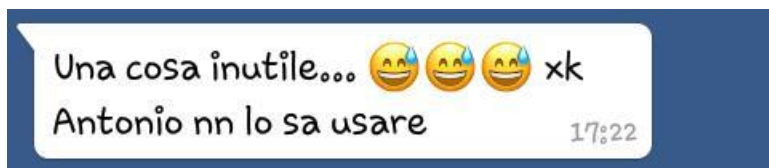
Ma pur essendo anatomicamente simile al pene, è estremamente più sensibile. Questo perché è composto da 8000 terminazioni nervose, tre volte più di quelle che ha il pene. Ciò significa che, se le tocchi il clitoride con la stessa intensità con la quale lei ti tocca l'attrezzo, stai certo che lei proverà fastidio o, peggio ancora, dolore. Quindi ti consiglio di non tirarle mai su il cappuccio clitorideo per farlo uscire e toccarlo senza protezione (a meno che lei non te lo chieda esplicitamente).

Proprio perché è stato creato con l'unico scopo di far godere la donna, bisogna che impari ad usarlo correttamente e a stimolarlo bene. Se non hai mai visto la tua donna impazzire di piacere o andare totalmente in trance quando le stimoli il clitoride, ti stai perdendo una delle cose più belle della tua vita. Se non hai mai visto il potere di un orgasmo clitorideo sulla tua donna, allora fatti due domande.

Impegnati seriamente a cambiare perché vi state privando entrambi di una cosa così bella che potrebbe rivoluzionare positivamente la vostra relazione. Altrimenti ti potresti ritrovare a fare i conti con una donna come la mia amica Valeria, alla quale, durante la stesura di questo libro, ho chiesto cos'è per lei il clitoride. Più che altro mi interessava sapere come lo considerava dal punto di vista sessuale...

Ti premetto che lei e il marito stanno insieme da 7

anni ed hanno due figli, quindi per loro il sesso non è una novità... Qui sotto troverai la sua risposta che a me, personalmente ha lasciato senza parole:



Una frase che racchiude in sé un mondo. Ovviamente la mia controbattuta è stata: *“Ma tu gli hai mai detto come usarlo?”*

Perché va bene che l'uomo si deve prendere la briga di sapere come funziona una donna prima di andarci a finire a letto, ma se anche la donna imparasse a parlare e a spiegare al suo uomo cosa le piace e cosa no, ci sarebbero in giro meno donne frustrate e meno uomini incapaci... Ma chiudiamo questa piccola parentesi e torniamo a capire come far funzionare bene il clitoride e la donna che le sta intorno.

Come si stimola il clitoride per evitare di farle male? Ci sono quattro modi diversi per farlo, tutti validi, ma ognuno ha una caratteristica diversa. Naturalmente tutto varia da donna a donna, quindi prova, sperimenta e cerca di capire cosa le piace... e se non lo capisci, CHIEDI. ;)

1 – STIMOLAZIONE INDIRETTA

Stimolazione indiretta, lo dice la parola stessa. Stimolare il clitoride non toccandolo direttamente, ma attraverso le zone vicine di modo che venga coinvolto anche lui.

Questo tipo di stimolazione è ottima quando hai a che fare con un clitoride particolarmente sensibile. Ci sono donne a cui non piace assolutamente farsi toccare il clitoride, che scattano anche se solo tenti di sfiorarlo.

In questi casi è meglio evitare di toccarlo direttamente perché la tua donna potrebbe provare più fastidio che piacere. Anzi, in alcuni casi, anche dolore. Un esempio di stimolazione indiretta è quella fatta attraverso il Monte di Venere.

Il Monte di Venere (detto anche pube) è quella zona che si trova proprio al di sopra del clitoride. E' formato da tessuto carnoso ed è pieno di recettori del piacere. Molto spesso ci dimentichiamo di quanto sia sensibile e per questo è anche un ottimo alleato nei preliminari.

Appoggia la mano sul Monte di Venere con le dita che spingono un po' alla base del clitoride. Ora fai con la mano movimenti piuttosto rapidi, ma brevi. Per capirci, come se avessi la tremarella.

In questo modo pur non stimolando direttamente il clitoride, verrà coinvolto dalla stimolazione del pube e la tua donna lo sentirà eccitarsi in poco tempo.

Un altro modo per stimolarlo indirettamente è farlo sopra alle mutande o ai vestiti. Toccare le parti intime della tua donna con le mutande ancora addosso, è una cosa particolarmente eccitante. Potrebbe essere un ottimo modo di iniziare i preliminari.

In questo modo potrai toccarle il clitoride, ma avrai comunque una “barriera protettiva” che ti impedirà di procurarle troppo fastidio. Impegnati a diventare un maestro della stimolazione indiretta, le donne lo apprezzano molto.

2 – STIMOLAZIONE DIRETTA

Questa tecnica è indicata con quelle donne che, invece, amano farsi “strapazzare” il clitoride. Certo, strapazzare è una parola che va presa con le pinze.

Come ti ho già accennato all’inizio, non credere che il modo con cui tu ami farti strofinare il pene, sia lo stesso con cui una donna ama farsi toccare il clitoride.

Questo perché, come detto prima, il clitoride ha più di 8000 terminazioni nervose. Molte, molte più del pene! Quindi fai sempre attenzione a stimolarlo con cura.

Il primo tipo di stimolazione diretta va fatta con le mani. Con le dita ben lubrificate, accarezza tutta la zona esterna della vagina, vicino al clitoride. Dopo un po’ lo sentirai ingrossarsi sotto le tue dita.

A questo punto, apri delicatamente le grandi labbra e inizia a solleticare delicatamente il clitoride eccitato.

Ti consiglio vivamente di mettere un bel gocciolone di lubrificante (o in alternativa saliva) tra il tuo dito e il clitoride. In questo modo annullerai l'attrito, aumenterai la scivolosità e il clitoride della tua donna ti ringrazierà regalando a lei (e a te) tanti bei momenti di piacere...

Il secondo modo per stimolare direttamente il clitoride è farlo durante il rapporto sessuale. Quando la tua donna è sopra e ti sta cavalcando senza pietà, sta stimolando anche il clitoride. Strusciandosi su di te, farà il movimento giusto per poter avere un bel orgasmo clitorideo in poco tempo.

La sentirai ansimare sempre più forte e con una frequenza sempre maggiore. Significa che si sta avvicinando all'orgasmo. Ma ricordati di non fare mai questo genere di movimenti a "secco".

Un bel po' di lubrificante aiuterà il clitoride a non irritarsi durante lo sfregamento. In caso contrario, lei dovrà fermarsi poco dopo e lasciare a metà il suo e il tuo godimento.

3 – “IL SOFFIO DELLA VITA”

Questo nome molto poetico descrive un tipo di stimolazione molto delicata, ma allo stesso tempo estremamente eccitante.

Hai mai provato a soffiare sul clitoride della tua donna o sulle sue parti intime? Se la tua risposta è no, allora questo è il momento di provare e di vedere con i tuoi occhi l'effetto che fa. Mettiti con la testa tra le gambe della tua donna, come se volessi leccarle la figa. Ora apri le grandi labbra e individua il punto dove è il clitoride. Adesso, soffia su di esso. Non sto scherzando. Soffia.

Molto probabilmente lei farà uno scatto. Questo perché è una sensazione che difficilmente avrà provato prima e sarà del tutto inaspettata. Naturalmente chiedi se gradisce. In caso contrario, falla eccitare in un altro modo. Se proprio vuoi rendere la cosa ancora più “forte”, bagna il clitoride con la saliva e poi soffia. Il bagnato accentuerà la sensazione di freddo del soffio e il clitoride verrà stimolato in modo più intenso.

Durante tutto questo, magari tra un soffio e l'altro, poggia le labbra inumidite sulla figa e sfiora leggermente tutta quella zona. E' praticamente impossibile descrivere ciò che prova una donna durante questi momenti. L'unica cosa certa è che godrà come una porca...

4 – IL CLITO-LINGUS

Il clito-lingus è una variante del cunnilingus. Se nel cunnilingus viene leccata tutta la figa, nel clito-lingus tutta l'attenzione viene rivolta al clitoride. Stimolare il clitoride con la lingua è una cosa abbastanza semplice a patto che tu sappia come fare.

Il segreto sta nel dosare forza e velocità di ogni tocco a seconda del tipo di reazione che vorrai farle avere. Ad esempio, una leccata veloce e superficiale è l'ideale per far eccitare il clitoride velocemente mentre una leccata lenta e “piena” e' l'ideale per farla godere piano e senza fretta.

Puoi usare solo la punta della lingua dando colpi veloci e precisi direttamente sul clitoride oppure leccare la “base” del clitoride, ovvero lì dove inizia. Tutto questo lo dovrai provare sul campo e tra le gambe della tua donna.

Quale altro punto esiste all'interno della figa che devi necessariamente conoscere e saper usare come un maestro? Il punto G! Se non sai cos'è o hai bisogno di una rispolverata, ecco per te tutto quello che hai sempre voluto sapere sul punto G (e non hai mai osato chiedere).

CAPITOLO 7

Come stimolare il punto G

Cosa caspita è il punto G? Bella domanda. Una cosa che io stessa ho scoperto di avere solo pochi anni fa e solo grazie ad Alex...

Sì, nonostante ora sia una ninfomane, in passato conoscevo a malapena il mio corpo e non avevo idea di tutte le cose fantastiche che avrei potuto farci.

Il punto G poi... non ne parliamo... La prima volta che Alex mi ha chiesto se mi piaceva farmelo stimolare la mia risposta è stata “Che? Il punto G non so dove sia, ma se vuoi ho il punto A (indicando la figa), il punto B (indicando il sedere) o il punto C (indicando le tette)”.

Questo per dirti quanto poco ne sapevo di anatomia femminile. Purtroppo essendo nata in una famiglia in cui il sesso era un tabù, sono cresciuta con l'idea malsana e sbagliata che l'atto sessuale serviva solo a concepire e che doveva essere solo un “dovere coniugale”... E purtroppo conosco tantissime ragazze come me...

Hai mai pensato che anche la tua donna sia una di queste? Magari ci sono cose che non conosce, che ignora del suo corpo, magari si vergogna di parlarne e preferisce restare nel limbo.

Se così fosse, allora la tua è una vera e propria missione. Non solo avrai il compito di farla godere come nessuno ha mai fatto prima di te, ma avrai anche il dovere di insegnarle le strabilianti magie che potrà fare con il suo corpo così da trasformarla in una vera ninfomane affamata di sesso.

Quindi mettiti comodo perché ti spiegherò dettagliatamente cos'è il punto g e tutte le belle cose che potrai fare con lui...

LA SCOPERTA SCIENTIFICA DEL PUNTO G...

Parlando in modo molto semplice e comprensibile, il punto g non è altro che un punto sulla parete anteriore della vagina che, se stimolato correttamente, può portare la donna ad eiaculare.

Nonostante si dica che il suo scopritore è stato il dottor Grafenberg (da cui il nome "punto G"), in realtà la "leggenda" narra che il punto g divenne famoso grazie a due dottoresse americane, Alice Lada e Beverly Whipple che presero uno studio del dottor G e travisarono alcune frasi dello stesso scambiandole per la descrizione di un punto sensibile all'interno della vagina.

In realtà Grafenberg passò gran parte della sua esistenza a studiare il ruolo dell'uretra negli orgasmi vaginali, ma non parlò mai di un punto esatto che portasse la donna ad eiaculare...

Le due dottoresse, invece, cercarono di trasformare questo “sbaglio” nel loro punto di forza. Scrissero libri, guide e pubblicarono studi scientifici a favore della loro teoria, ma con risultati abbastanza scarsi. Naturalmente sul loro cammino trovarono molti oppositori incalliti, ma anche altrettanti sostenitori.

Bisognerà aspettare 30 anni, però, prima che questa “leggenda” potesse trovare un fondamento di verità. Nel 2012 il professor Adam Ostrzensky, dell’Institute of Gynecology di St. Petersburg in Florida, annunciò pubblicamente di aver trovato il tanto famigerato punto G! Disse di aver fatto questa fantasmagorica scoperta, udite udite, durante un’autopsia!

Sì, Ostrzensky, trovò il punto G mentre sezionava il corpo (senza vita eh) di una donna anziana. Notò che la parete anteriore della vagina aveva un ispessimento che non aveva mai riscontrato in nessun’altra zona adibita al piacere sessuale.

Anche qui, orde di fanatici oppositori, distrussero la scoperta del povero professore, affermando con assoluta convinzione che il punto G non esiste e che l’ispessimento dei tessuti era probabilmente opera della vecchiaia...

Quindi, alla fine del discorso, il punto G esiste veramente? Ad essere sincera, che il punto G esista o meno, scientificamente parlando, poco ci interessa.

Ma se guardiamo la cosa dal punto di vista puramente sessuale, si può affermare che:

Esiste un punto (o meglio ancora una zona), localizzato all'interno della vagina, che se stimolato adeguatamente, porta la donna ad avere orgasmi inspiegabilmente piacevoli...

Quindi SI, il punto G esiste... Ora non ti resta che trovarlo e portare la tua donna ad un godimento che non aveva mai provato prima...

POSIZIONE E TECNICA PER TROVARE IL PUNTO G

Nonostante il suo gran parlare e un gran numero di “guru” del sesso pronti a farti una lezione approfondita su di esso, ancora molti uomini (e molte donne) ignorano dove si trovi esattamente il punto G.

Siccome è formato da un rete di corpi cavernosi molto simili a quelli del pene, si ingrossa (e quindi esce dal suo nascondiglio) solo se la stimolazione è fatta molto bene. Quindi la prima cosa da conoscere è la sua posizione. Per trovare il punto G, la donna deve essere distesa sul letto, a pancia in su e completamente rilassata.

Rilassata perché, se lei irrigidisce i muscoli della pancia, sarà per te molto più difficile farlo uscire dalla sua tana. Quindi scegliete un momento in cui siete entrambi tranquilli e rilassati. Il tutto deve essere fatto senza fretta. Una volta che lei è sdraiata e rilassata tu

siediti di fianco a lei e inizia a toccarle delicatamente le parti intime... Se poi ha gli occhi chiusi ancora meglio. Significa che è pronta a lasciarsi andare completamente.

Per trovare il punto G serve una buona tecnica che si acquisisce solo con l'esperienza. Quindi più ti alleni con la tua donna e più ti sarà facile, volta dopo volta, trovarlo e farlo uscire. Le dita devono essere sempre ben lubrificate. Quindi abbonda di lubrificante o, in alternativa, di saliva.

Inizia inserendo indice e medio all'interno della vagina. La mano deve essere posizionata col palmo verso l'alto e le dita vicine e ben tese.

Prima di avventurarti alla ricerca del punto G, però, falla eccitare per bene. Gioca un po' con la figa, masturbale il clitoride, falla bagnare. Lascia che lei si abbandoni completamente a te e alle tue mani. Devi proprio sentire il suo corpo rilassarsi sotto la guida delle tue mani sapienti ed esperte.

Ora, inizia a massaggiare la parete interna ed anteriore della vagina, ad un'altezza di circa 5/6 cm. Non devi stare lì con la riga a misurare, ma considera che approssimativamente, il dito medio di un uomo è lungo 8 cm. Quindi inserisci le dita e lasciane fuori circa 2 cm. Tocca e massaggia delicatamente tutta quella zona.

L'altezza del punto G varia da donna a donna, quindi

per essere sicuro di centrarlo bene, devi lavorare su una zona più ampia e non su un punto preciso. Fai con le dita un movimento circolare per far sì di non lasciare qualche punto inesplorato. Ci vuole un po' di pazienza, ma dopo un po', sentirai un bozzetto ingrossarsi tra i tessuti spugnosi della vagina. Ecco, quello è il punto G!

Probabilmente, se è la prima volta che tu e la tua donna esplorate questa zona, non è detto che il punto G esca fuori subito. Anzi, magari non riuscirai neanche a trovarlo. Ma stai tranquillo, è una cosa abbastanza normale. Persevera e vedrai che prima o poi si paleserà sotto i tuoi polpastrelli.

STIMOLAZIONE E ORGASMO

Adesso è il momento di capire esattamente come stimolarlo per portare la tua donna all'orgasmo. Ma andiamo per gradi. L'orgasmo del punto G è, a dispetto di quello che si possa pensare, un orgasmo molto mentale.

La tua donna lo proverà solo se si sentirà completamente a suo agio con te, solo se avrà piena fiducia in te, solo se avrai creato con lei un legame mentale talmente forte e solido da renderla completamente dipendente (sessualmente parlando) da te.

Questo legame mentale lo potrai creare solo se ti prenderai la briga di conoscerla veramente e di guidarla attraverso la conoscenza del suo corpo insieme a te.

Non importa se la tua è una storia seria oppure solo una storia di sesso. L'importante è che non la consideri solo la tua "svuotata" giornaliera o settimanale. Perché in questo caso lei se ne accorgerà e sarà la fine.

Ma se tu la farai sentire il centro delle tua attenzioni (a letto), se le farai scoprire zone erogene che non immaginava e sarai concentrato solo su di lei... allora potrai star certo che l'orgasmo del punto G sarà solo la punta dell'iceberg di ciò che proverà... La sua mente sarà così presa da te che non potrà dire di no... a nessuna richiesta che le farai!

Per stimolare il punto G correttamente occorre fare 3 movimenti distinti:

FASE 1: FALLO USCIRE E ASPETTA CHE SIA PRONTO...

Cosa significa fallo uscire e aspetta che sia pronto? Significa che dopo averlo trovato e fatto uscire dal suo nascondiglio (come ti ho spiegato prima), bisogna stimolarlo delicatamente ancora un po' per far sì che sia eccitato per bene e non si rintani troppo velocemente.

Il rischio è, appunto, che se inizi la stimolazione vera e propria troppo presto, lei potrebbe sentire molto fastidio e irrigidire i muscoli della pancia. A quel punto tu dovrai ritirarti e il punto G tornerà quatto quatto nella sua tana...

Ma questo bisogna assolutamente evitarlo! Perché?

Perché se il punto G si “abitu” ad essere toccato in modo scorretto, sarà molto più difficile farlo uscire volta dopo volta dato che lei proverà dolore e terrà contratti i muscoli addominali. Quindi, dopo averla fatta eccitare per bene ed aver trovato il punto G, massaggialo dolcemente con un movimento rotatorio.

Le tue dita devono scivolare sulle pareti vaginali senza creare troppo attrito. Per far questo naturalmente avrai bisogno, almeno all’inizio, di tanto lubrificante.

Un altro movimento molto efficace che puoi fare per mantenere l’eccitazione di questa zona erogena è la spirale. Fai un movimento circolare con le dita partendo dall’esterno fino ad arrivare al centro esatto, proprio dove è il punto G.

Fai questo movimento più volte fino a che non ti accorgerai che la tua donna avrà iniziato a muovere il bacino per assecondare i tuoi movimenti. Mentre fai tutto ciò con le dita, col palmo della mano cerca di stimolarle anche il clitoride. In questo modo proverà un’eccitazione ancora più grande e riuscirà ad arrivare all’orgasmo più in fretta.

Ora il punto G della tua donna è pronto per la seconda fase.

FASE 2: PUGNO DI FERRO IN GUANTO DI VELLUTO...

Questa fase è la più importante perché prepara il corpo della tua donna all'orgasmo. Qui devi usare proprio il pugno di ferro in guanto di velluto, cioè il tuo movimento deve essere deciso ed energico, ma il tuo tocco dovrà risultare delicato e morbido. Anche se può sembrare un controsenso è proprio così.

Immagina te stesso come un cercatore di tesori preziosi. Sai che dovrai scavare, cercare, arrampicarti, viaggiare. Dovrai essere deciso nei tuoi movimenti e concentrare in loro tutte le tue energie.

Ma quando avrai trovato il tesoro prezioso cosa farai? Cercherai di prenderlo il prima possibile, sai che dovrai sbrigarti, ma allo stesso tempo dovrai toccarlo delicatamente e senza fretta o potresti danneggiarlo in modo irrimediabile.

Ecco, questo è ciò che dovrai fare con il corpo della tua donna. Quindi adesso è il momento di andarci un po' più con insistenza. Il punto G si abitua in fretta ad una determinata pressione per cui bisogna cambiare abbastanza di frequente.

Se prima toccavi in modo delicato, ora con le dita spingi un po' di più. Per aiutarti, metti una mano sulla sua pancia e spingi leggermente verso il basso, mentre con le dita spingi verso l'alto.

A questo punto lei potrebbe iniziare a sentire una pressione all'interno della pancia e voglia di fare pipì. Questo è normale, anzi significa che stai stimolando correttamente il punto giusto e i risultati si iniziano a vedere.

Lei a questo punto dovrebbe essere particolarmente eccitata. Tu continua a stimolarle anche il clitoride col palmo della mano. Se riesci, baciale anche il collo o la pancia o qualunque angolo di pelle a portata di bocca. In questo modo la farai eccitare ancora di più.

Il segnale più importante che ti farà capire il momento di passare alla fase 3 è la figa bagnata. Tanto più è bagnata, tanto più sarà ora di farla venire. Se lei è molto bagnata, potresti sentire addirittura il “rumore” della sua eccitazione mentre la stai masturbando con insistenza. Poi se proprio hai ancora dubbi, tira fuori le dita e controlla. Se lei è pronta te ne accorgi senza ombra di dubbio.

FASE 3: TOCCA IL CLITORIDE E LASCIALA GODERE...

Eh sì, arriva un momento in cui tu il tuo lavoro l'hai fatto, ora sta a lei lasciarsi andare totalmente e regalar(si)ti l'orgasmo del punto G.

Ciò che puoi fare in questa fase è rassicurarla. Dille di lasciarsi andare senza paura. Qualunque sensazione lei sentirà dovrà assecondarla completamente, che sia fare pipì o aria o urlare o ansimare.

Tu continua a stimolarla, ma quando lei sarà pronta e il punto G ben eccitato, ti chiederà di togliere le dita perché inizierà a farle male. Quando non potrai più disturbarla all'interno, le dovrai stimolare il clitoride. Questo servirà a non raffreddarla, a tenerla comunque eccitata anche se ora non dipende più da te il suo godimento.

Una cosa che puoi dirle è che quando avrà la sensazione di fare la pipì non dovrà trattenersi, ma spingere verso il basso. Questo teoricamente potrebbe portare allo squirt, ma non è detto che accada già la prima volta. Comunque puoi stare certo che in questo modo lei avrà raggiunto l'orgasmo del punto G, indipendentemente dalla squirtata. Una volta raggiunto il picco di piacere, noterai che lei si rilasserà talmente tanto da sembrare quasi svenuta...

Tutto quello che ti ho descritto non dovrà fermarsi

ad una sola volta e mai più.

Se giorno dopo giorno, settimana dopo settimana, continuerai a stimolare correttamente il punto G della tua donna, arriverà un momento in cui riuscirai a farla eccitare in quel modo anche solo con le semplice penetrazione. Questo perché, se il punto G si abitua ad essere toccato in modo piacevole, risponderà bene e velocemente ad ogni stimolazione, anche la più leggera. Quindi potrai arrivare a far avere alla tua donna un orgasmo del punto G anche col rapporto sessuale classico.

Fino a qui abbiamo visto tutte le tecniche per prenderti cura della sua figa e per farla eccitare in modo esplosivo. Adesso scoprirai una cosa davvero incredibile: **NON ESISTE SOLO LA FIGA PER FAR ECCITARE UNA DONNA!!**

Ne saprai di più nel prossimo capitolo.

CAPITOLO 8

Prenditi cura del suo corpo per farla arrivare al sesso carica in modo esplosivo

Non esiste solo la figa...

Sapevi che in una donna ci sono almeno 8 zone erogene altamente eccitanti che non hanno nulla a che vedere con clitoride, seno, sedere, ecc...? Si chiamano zone erogene “arcaiche” perché sono le zone fisicamente più lontane dai genitali, ma estremamente sensibili al tatto.

Ogni donna ne possiede tante, più dell'uomo, ma solo con la profonda conoscenza di sé e del proprio corpo potrà riuscire a provare sensazioni uniche da tutte.

Io ho deciso di parlarti delle 4 a mio avviso fondamentali che vanno bene, più o meno, per tutte le donne. Più o meno perché, come ti ho detto tante volte, ogni donna è diversa e ogni donna prova emozioni in modo diverso ed unico. Sta a te capire quali sono le zone erogene della tua donna e farlo scoprire anche a lei.

Ma prima di vedere quali sono queste zone, bisogna comprendere come si stimola il corpo di una donna per

farla arrivare al sesso carica in modo esplosivo.

Devi capire, in primis, che una donna ha orgasmi prima con la mente e poi con il corpo. L'orgasmo mentale avviene automaticamente nel momento stesso in cui il cervello e i sensi sono coinvolti nell'atto e trasmettono questo coinvolgimento anche al corpo che si abbandona al piacere e gode senza freni. Quindi, per prima cosa, devi far sì che la tua donna sia attratta mentalmente da te, non solo fisicamente o l'orgasmo sarà meccanico e non le sconvolgerà i sensi.

Come si fa ad entrare nel cervello di una donna? Questo te lo spiegherò più avanti nel capitolo dedicato ;)

Seconda cosa, tutte possono raggiungere l'orgasmo, ma non tutte lo raggiungono veramente... Perché?

Perché il partner non è abbastanza abile da toccarla e stimolarla nel modo giusto.

E' vero che una donna ha dei punti precisi che le procurano piacere, ma è vero anche che ci sono tanti altri punti inesplorati che di solito l'uomo non si cura minimamente di cercare e che possono aiutare lei a godere in modo più intenso e inaspettato.

Ma quali sono questi punti "segreti"? Qui di seguito te ne ho elencati 4 che vanno bene più o meno per tutte le donne.

LE ORECCHIE

Le orecchie sono una potentissima zona erogena sia femminile che maschile ancora, purtroppo, molto sottovalutata. Il lobo e la parte posteriore dell'orecchio sono le zone più sensibili in assoluto. Prova ad accarezzarti da solo dietro l'orecchio... Sentirai tu stesso una sensazione piacevole e che potrebbe durare anche alcuni secondi. Ora immagina cosa potrebbe succedere alla tua donna se, con la lingua, ti concentri sul suo orecchio mentre la masturbi con le mani...

Prendile l'orecchio in bocca e succhialo, leccalo in ogni sua parte, tira il lobo delicatamente. Non starci pochi secondi, ma perdici del tempo e anche se lei all'inizio dovesse un po' divincolarsi, tu continua. A lei piace e anche tanto. Continua a masturbarla. Ti accorgerai che dopo poco tempo inizierà a perdere il controllo di sé e potrebbe anche avere uno degli orgasmi più belli della sua vita. Metodo testato e assicurato...

I PIEDI

I piedi sono una di quelle zone particolari che molti uomini amano e molte donne odiano. Se sei tra gli uomini che non disdegnano un bel piede femminile, allora non puoi esimerti dal prendere quelli della tua donna, accarezzarli e massaggiarli come non hai mai fatto prima.

I piedi sono ricchi di terminazioni nervose e possono essere ottimi alleati dall'orgasmo. Attento solo a non farle il solletico o potresti far scemare tutta la passione in un istante.

Prendile i piedi e massaggiale, con i polpastrelli, tutta quella zona vicino all'attaccatura delle dita. Tasta e cerca il punto più morbido. E' da lì che partirà il piacere intenso che le percorrerà tutto il corpo e le arriverà alla testa. Tocca con insistenza tutti quei punti morbidi e alterna toccando e sfregando anche in mezzo alle dita...

Potrebbe essere un'ottima cosa iniziare con un massaggio ai piedi prima ancora di passare ai preliminari.

LE SPALLE E LA SCHIENA

Toccare le spalle e la schiena, con le mani o, perché no, con i piedi, la lingua o il petto, può far eccitare moltissimo una donna.

Ti ricordi quando, nella mia storia, ti ho raccontato che Alex ad un certo punto mi ha chiesto se volevo un bel massaggio? Bene, se ti ricordi questo particolare, ti ricorderai sicuramente anche come è andata a finire.

Un "massaggio" alla schiena e alle spalle è un ottimo modo per passare al sesso gradualmente. Ma non dovrai farle un massaggio completo, di quelli che la faranno rilassare completamente. Il tuo obiettivo, adesso, non è più quello. Il tuo obiettivo è tenerla calda, attiva ed ecci-

tata per portarla al sesso in modo esplosivo.

Farle un massaggio rilassante è come tornare indietro ai preliminari e dover ricominciare tutto da capo. Invece tu inizia dalle spalle, toccala, dalle dei baci appassionati su tutta la schiena, strusciala addosso al tuo corpo e intanto con le mani scendi sempre di più fino ad arrivare al tuo obiettivo.

I CAPELLI

I capelli, il simbolo femminile per eccellenza. Per questo motivo non è detto che a tutte le donne piaccia l'uomo che gioca con i suoi capelli. Ma una volta che la tua donna avrà avuto un assaggio di ciò che significa, non potrà più farne a meno...

Durante un rapporto sessuale, nella posizione a pecorina, se lei ha i capelli lunghi, prendili e tirali delicatamente come se fossero la criniera di un cavallo. Mentre lei ti sta facendo un bel servizietto con la bocca, tu raccoglile i capelli in una coda e accompagna il suo movimento della testa.

Mentre te la stai baciando, tirale i capelli in modo che lei sollevi il collo e baciale e leccala anche lì... Questo gesto la farà sentire tua e solo tua. Ha in sé una carica erotica e sessuale talmente forte, da farla eccitare senza mezzi termini. Si sentirà posseduta da te e questo la farà eccitare in modo molto forte ed intenso...

Ora hai capito quali punti della tua donna possono considerarsi erogeni anche se non hanno niente a che vedere con i genitali e le zone erogene classiche.

Ma c'è una cosa ancora più importante da sapere: come toccare la tua donna e tutte le zone erogene che le appartengono, da vero maestro.

Le mani possono trasmettere molte più cose di quelle che pensi: voglia, passione, amore, desiderio, tenerezza... Tutte cose di cui una donna ha estremo bisogno, sia nella vita di tutti i giorni, ma soprattutto sotto le lenzuola.

Una donna ha voglia di sentirsi, sia oggetto del desiderio (quindi desiderata ardentemente da te), sia al centro delle tue tenerezze... e questo, molto spesso, lo vogliono insieme... cioè nello stesso momento...

Ecco perché è importante sapere come toccare una ragazza: perché imparerai a trasmettere ad ogni tocco esattamente quello che tu hai voglia di farle capire in quel momento.

Posso assicurarti che la tua lei non saprà resistere ad un uomo che SA esattamente come usare le mani...

Nella mia esperienza sessuale con le donne (sì, sono bisex), ho capito che ci sono 3 modi diversi per toccare una ragazza e per trasmetterle, ogni volta, messaggi diversi a seconda delle occasioni.

TOCCALA IN MODO DELICATO

Il tocco delicato va usato in tutte quelle occasioni in cui vuoi trasmettere dolcezza e tenerezza, oppure vuoi farla scaldare per bene prima del sesso, ad esempio durante i preliminari. Questo modo di toccarla è adatto ad avviarla al rapporto sessuale.

Passa le tue dita sul suo corpo sfiorando appena la pelle. Lei avvertirà una sensazione simile al solletico che la farà eccitare non poco. Se usi questo tocco sui capezzoli, li vedrai inturgidirsi in fretta e saranno pronti per essere usati a tuo piacimento...

Se abituerai la tua donna ad associare questo tocco ai preliminari, dopo poco tempo ti accorgerai che basterà una carezzina sulla schiena per farla bagnare in modo sconvolgente. Praticamente la troverai già pronta ancor prima di aver iniziato...

TOCCALA IN MODO DECISO

Il tocco deciso è la seconda fase. Va usato in tutte quelle occasioni in cui vuoi trasmetterle “autorevolezza”, ma senza esagerare.

Puoi usarlo per farle compiere dei movimenti, ad esempio se vuoi farle cambiare posizione senza chiederle nulla. Oppure puoi usarlo per toccarle i fianchi, il sedere, il seno in modo completo e farle capire che si inizia a fare sul serio, o anche per toccarle in modo com-

pleto le parti intime. Così avrai tra le mani sia il pube, il clitoride, le labbra e l'apertura vaginale e le stimolerai simultaneamente.

Il tocco deciso va dato con la mano aperta. Tutta la mano è coinvolta: palmo, dita e polso. Sia che la tocchi per girarla o per muoverla, sia che la tocchi per abbracciarla o per prenderle il sedere, le mani devono essere completamente aperte e partecipi all'azione. In questo modo le trasmetterai "autorevolezza" e cioè le farai capire che sei tu ad avere in mano il controllo della situazione e che sai esattamente cosa stai facendo e come lo stai facendo.

TOCCALA IN MODO FORTE

Il tocco forte esprime tutta la voglia che hai di lei. Significa proprio "sei mia".

Hai idea di quanto sia mentalmente eccitante per una donna sentirsi, a letto, proprietà di un uomo? Se ignoravi questa cosa, bene, è il momento di scoprire il potere del tocco forte.

Questo tocco va usato nei preliminari, durante il sesso, oppure quando hai voglia di ricordare alla tua donna "chi comanda".

Il tocco forte si fa usando principalmente le dita. Passale sopra il corpo della tua donna quasi come se volessi farle il gesto di graffiarla.

Attento però! Ho detto come se volessi graffiarla, non ho detto che devi farlo. Quindi attento a dosare la forza e a non usare mai le unghie.

Durante il sesso, questo tocco è ideale per portare l'eccitazione ai massimi livelli. Passale le dita dietro la schiena mentre sta godendo oppure prendile il sedere tra le mani in modo che lei senta per bene le tue dita affondare dentro di lei. Il suo godimento verrà amplificato in modo incredibile.

Se hai una buona confidenza con lei, ogni tanto dalle una bella pacca sul sedere quando meno se lo aspetta. Così, giusto per ricordarle chi “comanda”. Falle capire chi comanda a letto e avrai la certezza che la tua donna sarà sempre dipendente sessualmente da te.

Ricordati che le donne vanno fatte eccitare mentalmente prima che fisicamente e questo è un metodo infallibile per arrivare al tuo scopo.

Prenditi del tempo per conoscere la donna che hai di fronte e per capire come ama essere toccata e quali sensazioni prova. Le donne non sono tutte uguali, ciò che piace ad una non è detto che piaccia ad un'altra.

Il solo modo per capire questo è passare del tempo con la tua donna, provando e riprovando e soprattutto chiedendo a lei stessa, cosa le piace e cosa no.

Solo così avrai la certezza di toccare veramente la tua donna come le piace. In questo modo la farai eccitare

talmente tanto da non ricordarsi più neanche come si chiama.

Ma adesso passiamo alla fase davvero divertente. Dopo aver compreso come prenderti cura materialmente della sua figa e del suo corpo per farla eccitare e portarla al sesso carica in modo esplosivo, ecco che è ora di rispondere al quesito cardine di tutto il libro:

Come posso far avere alla mia donna orgasmi veri, intensi ed esplosivi e renderla totalmente dipendente dal piacere che solo io posso darle?

Immagina questa scena:

Stai facendo raggiungere alla tua donna l'ennesimo orgasmo straordinario, l'ultimo di una lunga serie, urla come un'ossessa, si contorce di piacere, è bagnata come se stesse piovendo... raggiunta l'esplosione di piacere si rilassa, sul suo volto appare un'espressione di beatitudine e ti dice con voce fioca "amore, dopo 7 orgasmi sono un po' stanca, che ne dici se continuiamo domani?"

Come ti sentiresti? Certamente gonfio d'orgoglio e soddisfatto neanche avessi vinto alla lotteria. Sai di aver appagato sessualmente la tua donna al punto che lei ha

dovuto dirti “basta”. Una bella botta di autostima.

Ma questa scena che ti ho descritto può essere realmente all’ordine del giorno. Sì, far godere una donna talmente tanto al punto di implorarti di smettere, è alla tua portata (e già il fatto che sei a metà di questo libro lo dimostra senza mezzi termini).

Basta solo che io ti confidi un piccolo segreto. Senza questo segreto nessun arma al mondo sarà mai efficace al 100%... Vuoi sapere qual è?

IL “SEGRETO” PER FARTI DIRE BASTA...

Ammettilo, sentire la tua donna che dopo 5-7-10 orgasmi ti dice “basta” è una di quelle cose che rimettono al mondo. Significa che l’hai talmente soddisfatta, appagata, sbattuta, leccata e trombata che ad un certo punto ha dovuto arrendersi al fatto che tu avresti continuato all’infinito pur di sentirla godere... e ha dovuto implorarti di fermarti...

Ma qual è il “segreto” segretissimo per far sì che questo avvenga? Come si fa a far venire una donna in modo così forte e completo?

Il segreto in questione è’: LA SUA MENTE.

Te lo avevo già accennato prima, ricordi? Falla eccitare prima mentalmente e solo dopo fisicamente. Solo in questo modo sarai sicuro di farla godere veramente

bene e in modo veramente esplosivo.

Le donne sono estremamente emozionali. Si fanno coinvolgere prima dalla testa e solo a quel punto permettono al loro corpo di lasciarsi andare.

Se non sei entrato nella sua mente prima, non riuscirai a farla venire in modo soddisfacente poi. Magari potrà avere anche un orgasmo fisico, ma di certo non arriverai al punto di farti dire “basta”.

Ma come si eccita mentalmente una donna? E' quello che ti spiegherò nel prossimo capitolo.

.....

SCARICA I BONUS DEL LIBRO

WWW.SESSEXPLOSIVO.COM/BONUS-LIBRO

.....

CAPITOLO 9

L'eccitazione mentale per darle orgasmi esplosivi

L'eccitazione mentale è una di quelle cose che si crea piano piano, senza fretta. La devi far sentire desiderata, voluta. Devi farle capire, non solo a gesti, ma anche a parole, quanto la vuoi, quanto hai voglia di farla godere e di sentirla urlare.

Dille che avresti voglia di farle di tutto e che lei ti eccita da impazzire. Mostrale che tu hai in mano il controllo della situazione e che tu “comandi” sotto le lenzuola. Lei deve solo abbandonarsi a te e lasciarti “lavorare”.

Ecco, in questo modo la tua donna inizierà a sentirsi coinvolta mentalmente nel sesso e i suoi orgasmi saranno 10-100-1000 volte più intensi e coinvolgenti di prima.

Le donne non riescono a resistere al potere di un uomo che le “domina”, sessualmente parlando. E tu, in questo modo, le farai sentire tutta la tua autorevolezza e la tua dominanza.

Autorevolezza e dominanza, insieme alla presenza, all'appartenenza e all'originalità sono quegli stimoli mentali che devono necessariamente essere toccati ed

usati a dovere per far sì che una donna si ecciti prima mentalmente e solo dopo fisicamente.

Si chiamano “stimoli” proprio perché vanno a stimolare alcuni punti deboli della mente umana e di conseguenza muovono, spostano e mandano in confusione tutto ciò che era direttamente collegato a loro. Grazie a questi stimoli diretti, puoi rendere una donna sessualmente dipendente da te e da tutto ciò che le farai provare. Lei vedrà in te tutto ciò che ha sempre cercato in altri uomini e che nessuno le ha mai dato.

Questi stimoli sono la base, il punto di partenza, di ogni relazione sessuale che si rispetti. Se saprai padroneggiarli con destrezza allora nessuna donna saprà resisterti e diventerà in poco tempo la tua “schiava sessuale” pronta a darti tutto ciò che desideri.

Altra cosa fondamentale quando si parla di eccitare mentalmente una donna è la comunicazione. Ho detto tante volte che tu hai il dovere di chiedere a lei cosa le piace e cosa no, cosa vorrebbe e cosa proprio non farebbe. Ma nonostante tutta la tua buona volontà noti che lei è ancora fredda e distaccata e difficilmente riesci a tirare fuori dalla sua bocca qualche parola sull'argomento.

Questo perché alla base manca la comunicazione. Mancando la comunicazione, di riflesso manca anche una cosa importantissima ovvero il “parlare di sesso”

cioè quel passo in più che ti permetterà di conoscere davvero tutte le sue voglie più nascoste e perverse.

Se ancora non hai iniziato a comunicare e a parlare di sesso con lei è il momento di iniziare subito perché se non conosci cosa lei vuole, difficilmente saprai soddisfarla a pieno.

Magari godrà fisicamente perché ormai sei diventato il re del ditalino perfetto e della leccata, ma non sarà tua mentalmente. Sicuramente non è il tuo caso, ma purtroppo molto spesso, durante il sesso, gli uomini sono concentrati su se stessi e sui propri genitali.

Puntano al loro unico piacere personale senza curarsi troppo della donna che hanno di fronte. E questo accade sia in relazioni basate solo sul sesso, sia in relazioni più serie basate anche sui sentimenti. Chissà come mai, a letto l'uomo diventa egoista. Pensa a godere, ad eccitarsi e a venire.

E cosa succede in questi casi? Che la donna si sente messa da parte, insoddisfatta sessualmente ed emotivamente.

E cosa accade ad una donna insoddisfatta sessualmente? Beh... te l'ho già detto nei capitoli precedenti. Ok, te lo ripeto per sicurezza...

Una donna insoddisfatta sessualmente ed emotivamente se ne trova un altro! Si troverà un uomo in grado di soddisfare tutte le sue voglie più represses, i suoi sogni

più proibiti e i suoi orgasmi mai esplosi.

E cosa succede quando la tua compagna trova un amante? Oppure se la ragazza con cui fai sesso, ti molla e inizia a fare sesso con un altro? Succede che tu ti disperisci, vai in depressione, distruggi la tua vita e la tua famiglia... Nel migliore dei casi ti ritroverai a farti seghe per un bel po' di tempo...

Ma perché rischiare tutto questo quando:

- Puoi prenderti la briga di diventare l'uomo che tutte le donne vorrebbero...
- Puoi diventare una macchina del sesso in grado di soddisfare qualsiasi donna ti si presenti davanti...
- Hai la possibilità di far diventare la tua compagna, la tua pornstar personale e soddisfarvi a vicenda senza stancarvi mai...

E come? Semplicemente con l'unico video-corso in Italia creato da Alex, esperto di seduzione e me, una donna che ti proietta senza mezzi termini nell'universo sessuale femminile.

Capirai come far impazzire una donna a letto per ritrovarti una ragazza affamata di sesso e pronta a saltarti addosso in ogni occasione... Ma una donna a letto non la farai impazzire solo scopandola in un determinato modo rispetto ad un altro. La farai impazzire anche e soprattutto se ti impegnerai a scoparle prima la testa e

poi il corpo.

Sei pronto? Perché adesso scoprirai tutto quello che devi assolutamente fare se vuoi che la tua donna impazisca di piacere e si ecciti da morire anche senza averla ancora sfiorata con un dito.

COS'È L'ECCITAZIONE?

Innanzitutto chiariamo subito che il piacere fisico non è eccitazione. Di solito l'eccitazione è data anche dal piacere fisico, ma non è detto che il piacere fisico porti necessariamente all'eccitazione di una donna.

L'eccitazione non è altro che l'insieme delle reazioni fisiche e mentali strettamente collegate all'attività sessuale. Ciò significa che insieme al piacere fisico, deve esserci anche il piacere mentale, altrimenti non si tratta di eccitazione.

Purtroppo (o per fortuna) per te, tutte le donne hanno bisogno del coinvolgimento mentale per poter avere un sesso appagante e gratificante. TUTTE.

Dico purtroppo perché far eccitare una donna a livello mentale è una cosa che richiede impegno. Ma dico anche per fortuna perché una donna eccitata a livello mentale è una donna che non si stancherà facilmente di te e di ciò che le farai provare. Quindi “rischierai” davvero di trovarti davanti una donna che vuole, con tutta se stessa, fare sesso con te... e che godrà veramente!

Sei pronto a correre questo “rischio”? Certo, se ti accontenti di una trombata ogni tanto con una donna qualsiasi allora puoi anche evitare di continuare a leggere. Ma se il tuo scopo è quello di far eccitare veramente la donna che ti stai portando a letto per farla diventare sessualmente dipendente da te, allora non puoi esimerti da questo compito.

COME FARLA ECCITARE MENTALMENTE PER RENDERLA DIPENDENTE DA TE E DAGLI ORGASMI CHE LE DARAI...

Ecco per te 6 trucchi che faranno letteralmente bagnare la tua donna dalla testa ai piedi...

1 – FALLA VIAGGIARE CON LA FANTASIA...

Una donna è estremamente più ricettiva agli stimoli rispetto agli uomini. Quindi magari una semplice frase, un gesto, un messaggio o anche solo uno sguardo sono capaci di innescare in lei film mentali da far rabbrivire Steven Spielberg...

La sua fantasia e la sua immaginazione non conoscono limiti. Tu le dai un input, lei lo trasforma in un castello. Purtroppo questo accade sia in bene che in male...

Ma... come usare questa cosa a tuo favore per far sì che lei si ecciti a tal punto da non vedere l'ora di saltarti

addosso?

Molto semplice. Sia che tu la conosca da molto, oppure che l'abbia appena incontrata, dalle modo di viaggiare con l'immaginazione pensando a te. Lanciale frecce e aspetta che la sua testa faccia il resto...

Non ti immagini neanche quanto le donne siano infinitamente più pervertite degli uomini. Dai loro un'idea di qualcosa che potrebbe accadere e la trasformeranno in realtà.

Ti assicuro che se le dici queste cose, la testa della tua donna è già proiettata dentro al letto con voi due nudi e avvinghiati che fate sesso selvaggio... e la sua figa già bagnata e pronta a darti il meglio di se...

Ricordati queste parole: dalle la sensazione (prima) e la certezza (poi) che con te potrà spingersi oltre i confini della sua immaginazione e la tua donna sfogherà su di te tutte le sue perversioni sessuali più profonde...

2 – METTILA AL CENTRO DELLE TUE FANTASIE SESSUALI

Una donna vuole sentirsi desiderata! Vuole che tu la guardi come un leone guarda una bistecca rossa e succulenta.

E non sto scherzando! Ti posso garantire che la maggior parte delle donne, se non tutte, hanno questo desiderio... e chi non ce l'ha è solo perché non ha mai trova-

to un uomo in grado di soddisfarlo...

Anche qui ti assicuro che il piacere che le procurerai all'interno della sua mente è inimmaginabile... Il suo cervello andrà in tilt completo...

3 – PARLALE DI SESSO!

Qui torniamo al punto toccato prima. Se non parli di sesso con lei, come farai a capire cosa la fa eccitare e cosa no? E soprattutto, se non parli di sesso con lei, come pensi di poter rompere il ghiaccio per portarla a letto il prima possibile?

Come pensi di portarla a fare cose che finora non avrebbe mai pensato possibili?

Ricordati che le donne sono molto più pervertite degli uomini, quindi via l'imbarazzo e buttati in una conversazione Hot senza mezzi termini e senza censure.

Potresti scoprire particolari di lei che neanche immaginavi minimamente.

4 – USA UN TONO DI VOCE DA BRIVIDI...

Se vuoi che i peli sul corpo della tua donna si rizzino come quelli di un gatto selvatico, allora impara ad usare la tua voce in modo che sia il più sensuale e profonda possibile.

Esercitati a parlare in modo erotico anche se devi solo leggere i titoli del giornale oppure la lista della spe-

sa. Immagina l'effetto che avrà su di lei una voce sexy e profonda come quella di George Clooney... Brividi e pelle d'oca come se piovesse.

Ti salterà addosso senza neanche averti dato il tempo di dire "what else?".

5 – FALLE CAPIRE CHE LEI È TUA!

Lei è tua e questo glielo devi dire chiaramente in faccia. Ci sono parti del suo corpo che sono di tua esclusiva proprietà, che solo tu puoi toccare, guardare e far eccitare.

Questa cosa ogni tanto gliela devi ribadire. La tua donna ha bisogno di sentirsi posseduta da te! Ma naturalmente questo è inteso solo ed esclusivamente nella camera da letto.

Nella vita di tutti i giorni queste cose non valgono, anche se ogni tanto dirle che cosa vorresti farle, le ricorderà cosa le aspetta una volta spente le luci della camera da letto...

6 – OGNI TANTO UN PO DI DOLCEZZA CI VUOLE...

Certo, tu sei l'uomo dominatore, quello che non deve chiedere mai, quello che prende e possiede la sua donna senza pietà, quello che le farà avere 9 orgasmi consecutivi senza stancarsi mai... ma alla fine di tutto questo ri-

cordati che un pizzico di dolcezza e di romanticismo aiuteranno la tua donna ad eccitarsi ancora di più la prossima volta.

Quindi finisci l'amplesso senza fretta, falla godere senza pietà, ma dopo ricordati di abbracciarla e passare del tempo con lei.

Falle capire che sai anche essere dolce e tenero al momento giusto... ma che prima la sbatterai come un tappeto!

Non ti immagini neanche il potere di questi stimoli sulla mente di una donna, finché non li proverai personalmente e non ne raccoglierai i frutti.

Introducili piano piano, uno per volta e testane la reazione. Ma alla fine ricordati che dovrai usarli tutti insieme.

Non basta farlo una volta. L'eccitazione mentale della tua donna deve essere continua. Solo così potrai avere ciò che realmente desideri: la tua donna sessualmente dipendente da te!

CAPITOLO 10

I 6 tipi di orgasmi e le posizioni migliori per raggiungerli

Abbiamo parlato del perché la tua donna non ama fare sesso, di preliminari, di come si lecca la figa, di come si fa un ditalino, di come si eccita fisicamente e mentalmente una donna... - Si tutto molto bello - starai pensando - ...ma quando si tromba???"

Ecco, adesso è arrivato il momento di trombarla. L'hai condotta per mano sulla strada del sesso migliore della sua vita e ti stai preparando a vederla esplodere di piacere.

Ti ricordi quando ti ho detto che far godere una donna non significa solo farla eccitare, non è solo farla bagnare, è proprio farle avere orgasmi da panico come non ha mai avuto prima e che le scuoteranno corpo e mente per un bel po'? Ecco, questo è il SESSO. Tutto il resto è aria fritta. Ciò significa che devi portare la tua donna all'orgasmo. Ma non solo uno. Anche due, tre, sette, quindici... Insomma quanti ne vuoi!

Ora ti svelerò una cosa incredibile... ci sono svariati tipi di orgasmi, ognuno con caratteristiche diverse ed ognuno con una diversa intensità di godimento.

Ovviamente tu dovrai farglieli provare tutti così da capire quale fa per lei e quale no, quale la fa impazzire e quale non le fa quasi effetto.

Il primo è l'orgasmo VAGINALE

E' quello classico e più conosciuto dalle donne. Si ottiene tramite la stimolazione interna della vagina.

Probabilmente è un orgasmo considerato un po' "fuori moda" viste le perversioni sessuali estreme che esistono in giro, ma proprio per la sua semplicità e' un tipo di orgasmo che può dare grandissime soddisfazioni.

Innanzitutto puoi farglielo avere attraverso un bel ditalino fatto con i fiocchi. Quindi usa le mani prima per stimolarle delicatamente il clitoride, poi scendi verso le grandi labbra, concentrati lì per un po' e solo alla fine, quando lei è ben eccitata, le darai il colpo di grazia penetrandola con le dita. A questo punto fai fare su e giù alle dita in modo delicato finché non sentirai che è molto bagnata e a quel punto sei pronto a scoparla con le mani esattamente come faresti durante il sesso.

Se invece vuoi farle avere l'orgasmo vaginale attraverso il rapporto sessuale vero e proprio allora ti consiglio di andare di "pecorina" e, se vuoi che lei goda proprio al massimo, di usare un preservativo stimolante.

Purtroppo questo tipo di orgasmo ha un punto debo-

le. Le pareti vaginali si abituano subito ad un determinato movimento e ad un determinato ritmo. Ciò significa che per farla godere veramente, dovrai cambiare spesso posizione e aumentare o diminuire il ritmo a seconda di come lei reagisce.

Il secondo è l'orgasmo CLITORIDEO

E' il mio preferito, arriva quando meno te lo aspetti, forte, prepotente e, dopo aver raggiunto il picco massimo, finisce velocemente lasciando la tua donna senza forze e con un'espressione di beatitudine che merita veramente di essere vista...

Il clitoride è ricchissimo di terminazioni nervose e, quando è eccitato, si ingrossa molto esattamente come fa il pene. Se la tua donna è sopra di te e ti sta cavalcando, prendila per i fianchi e muovila sopra a te. Strusciala in modo che il clitoride sfregi e, una volta raggiunto il livello massimo, faccia avere a lei un orgasmo di quelli che partono dalla pancia e si irradiano per tutto il corpo fino ad arrivare alla testa.

Punto di forza: è facile che lei ci arrivi subito senza troppi sforzi.

Punto debole: una volta raggiunto lei è senza forze e il clitoride troppo sensibile per continuare a stimolarlo. Ciò significa che dovrai aspettare un po' prima di ricominciare.

Il terzo è l'orgasmo ANALE

Una donna che non ama il sesso anale è una donna che non ha mai provato veramente il sesso anale. E una donna che non prova il sesso anale non potrà mai arrivare all'orgasmo anale.

Se la tua donna avrà la fortuna e il coraggio di iniziare a praticare con te l'anal, una volta provato questo tipo di orgasmo non potrà più farne a meno e te ne chiederà sempre e sempre di più.

Oltretutto, se chiederai alla tua donna cosa prova durante questo tipo di orgasmo, non saprà descriverti quelle sensazioni. Questo perché l'orgasmo anale è un'insieme di tante sensazioni diverse, che provengono da tanti punti del corpo diversi. Insomma un godimento estremo per entrambi e sicuramente da provare.

Il quarto è l'orgasmo MENTALE.

E' il tipo di orgasmo che coinvolge soprattutto la mente della tua donna. Anzi molto probabilmente in questo modo puoi far avere alla tua donna orgasmi in qualsiasi luogo e in qualsiasi momento anche senza rapporto completo.

Pensi sia impossibile? Assolutamente no! Basta capire cosa dire e come dirlo. Fai eccitare mentalmente la tua donna. Mostrale che sei dominante, autorevole,

presente e voglioso di lei non solo a gesti, ma anche con le parole e la voce.

Per arrivare a questo tipo di orgasmo, ci vuole molto tempo e una fortissima intesa mentale tra di voi. Non potrai farlo con chiunque.

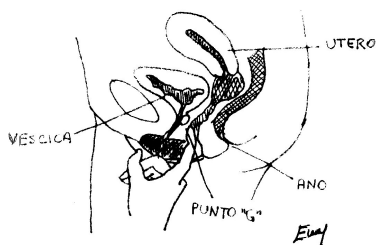
Ma una volta raggiunta l'affinità giusta, ti accorgerai che, anche se sei per strada a fare una passeggiata, ti basterà avvicinarti al suo orecchio e sussurrarle “sono eccitato, ti vorrei scopare qua davanti a tutti” per mandarla completamente in tilt e lasciarla tutto il giorno con le mutandine bagnate di eccitazione.

Il quinto è l'orgasmo DEL PUNTO G.

E' un tipo di orgasmo che si ottiene dalla stimolazione diretta del punto g, cioè da un punto esatto all'interno della vagina che, se stimolato a dovere, porterà la tua donna a squirtare.

Non è semplicissimo da raggiungere perché per trovare il punto g occorre tempo e impegno. E poi metti anche il fatto che magari le prime volte lei potrebbe prova-

re un po' di fastidio nella stimolazione diretta del punto G, quindi armati di santa pazienza e non ti arrendere.



Te ne ho parlato qualche pagina fa, ma ti do una rinfrescata. Per trovare il punto G devi far sdraiare la tua donna a pancia in su, farla rilassare e poggiarle una mano sulla pancia, poco sopra al pube. Ora infila due dita dentro di lei, col palmo della mano rivolto verso l'alto, e piegale leggermente verso l'alto come a formare una U abbastanza allargata. Con le dita in questa posizione, stimola le pareti interne della vagina fino a che non sentirai un "bozzetto" ingrossarsi sotto le tue dita. Quello è il punto G.

Naturalmente puoi stimolare questo punto anche con il rapporto sessuale classico.

Il sesto e ultimo orgasmo che voglio descriverti è l'orgasmo PROFONDO.

Lo dice la parola stessa. Si ottiene toccando un punto molto profondo dentro la vagina, vicino al collo dell'utero. Questo punto è chiamato deep-spot.

La posizione migliore per provarlo è la pecorina perché il pene ha l'angolazione corretta per toccare ad ogni colpo quel punto esatto e far partire "scariche" di piacere a tutto il corpo.

Non è difficile da riconoscere. A differenza dell'orgasmo vaginale, lei sentirà piacere ogni volta che le toccherai il punto esatto. Più la sbatti "forte" e prima arriverà all'orgasmo.

Ricordati che l'importante non è quale orgasmo le farai avere, ma in che modo glielo farai avere.

Concentrati su di lei piuttosto che sul godimento che vuoi darle e vedrai che alla fine lei esploderà di piacere qualsiasi cosa tu faccia e in qualunque modo la toccherai.

Ma quali sono le posizioni per farle raggiungere l'orgasmo facilmente? Stai pensando che non siano così importanti? Ti sbagli.

Infatti, se c'è una cosa che molti uomini sottovalutano e che è invece di importanza vitale: le posizioni per lei durante il sesso.

È probabile che ormai tu sia diventato un esperto del ditalino perfetto, sai come leccarle la figa da vero maestro fino a farle perdere i sensi, sai come farti rivelare da lei tutte le sue perversioni più segrete e sai esattamente come toccarla per farla accendere come il fuoco... ma quando fate sesso, quando è il momento della penetrazione vera e propria, ti rendi conto che piano piano l'eccitazione diminuisce.

Perché accade questo? Perché durante l'atto sessuale è probabile che adotti delle posizioni e dei movimenti sempre uguali che a lungo andare creano assuefazione e lei finirà per sentire sempre meno. Questo provocherà una diminuzione dell'eccitazione e del desiderio che a lungo andare porterà problemi all'interno della coppia.

Se lei si sentirà frustrata, triste, colpevole per non riuscire ad arrivare all'orgasmo durante la penetrazione, avrà sempre meno voglia di fare sesso con te perché avrà la sensazione di avere qualche problema.

In realtà lei non ha nessun problema, dovrai solo trovare la posizione giusta per lei per farla godere ed arrivare all'orgasmo senza fatica.

Ricordati che uno degli stimoli mentali che devi necessariamente accendere nella tua donna e che sono fondamentali se la vuoi soddisfare davvero è la varietà. In poche parole non puoi soddisfare la tua donna facendo sempre le stesse cose.

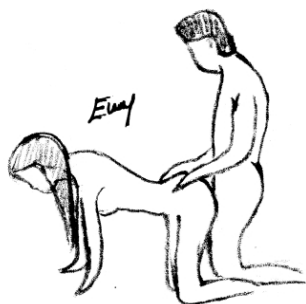
Falle provare cose diverse, posizioni diverse e tutto ciò che prima d'ora non ha mai fatto e diventerà completamente dipendente da te e da ciò che le farai provare.

Fai sempre le stesse cose, le stesse 2 classiche posizioni, la stessa sequenza di preliminari e lei si raffredderà così tanto che un cubetto di ghiaccio ti sembrerà caldo come il deserto... e quando una donna si raffredda, difficilmente riuscirai a farla sciogliere di nuovo.

Ma tu sei ancora in tempo, quindi ecco le 5 migliori posizioni per stimolare zone diverse e farla godere davvero durante il sesso.

1) LA PECORINA

Nella posizione a pecorina andrai completamente a sottomettere la tua lei dal punto di vista sessuale. È la posizione psicologicamente più eccitante per entrambi perché andrà a stimolare la



voglia di dominazione innata nella donna e la voglia di dominare dell'uomo.

Dal punto di vista fisico riuscirai a penetrarla molto profondamente e potresti arrivare a toccare il deep-spot, quel punto della vagina vicino all'utero in grado di provocare sensazioni molto forti ogni volta che viene toccato.

Oltretutto, in questa posizione, lei avrà anche la possibilità di masturbarsi da sola, toccandosi il clitoride, mentre la penetri. Così se dovesse avere qualche difficoltà a raggiungere un orgasmo vaginale, riuscirà a raggiungere quello clitorideo senza problemi.

In questa posizione potrai soddisfare completamente la sua voglia di essere dominata, attraverso due gesti "estremi", ma profondamente erotici: la sculacciata e la tirata di capelli.

Questi due gesti sono molto simili come significato ma completamente diversi per quanto riguarda la mo-

dalità: la sculacciata si da... la tirata di capelli si chiede.

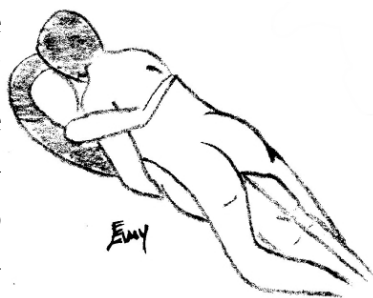
Perché questo? Perché la sculacciata è un segnale di possesso, di autorità e come tale va fatto, la tirata di capelli colpisce una parte molto sensibile della donna e punto focale della sua femminilità.

Nel prossimo capitolo, ti parlerò della “pecorina” in modo più approfondito.

2) IL MISSIONARIO CHIUSO

Questa posizione potrebbe essere confusa con il classico missionario, tu sopra lei sotto, ma in realtà ha una particolarità che lei apprezzerà molto.

Di solito il missionario è la posizione più “noiosa” per la donna soprattutto se ha già raggiunto un orgasmo. Con il missionario chiuso non solo lei ricomincerà a godere di nuovo, ma



le darai la possibilità di “prendere il controllo” del tuo movimento ed aggiustarlo a suo piacimento.

Nel missionario chiuso lei terrà le gambe appunto chiuse invece che aperte e stese sul letto. In questo modo quando andrai a muoverti su e giù su di lei, le stimolerai il clitoride e lei potrà mettere le mani sul tuo sedere e gestire il movimento a suo piacimento.

Potrà incitarti ad andare più veloce, più lento, potrà spostare il tuo corpo per avere la stimolazione esattamente lì dove vuole. Insomma una posizione in cui lei potrà fare la sua parte attivamente.

3) ARMCHAIR – LA POLTRONA

e 4) REVERSE ARMCHAIR – LA POLTRONA ROVESCIA

In queste due posizioni, tu sei seduto o semi sdraiato e lei è seduta o appoggiata su di te come se tu fossi una poltrona. Nella prima

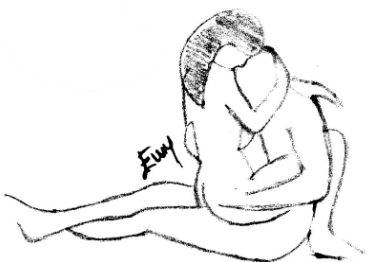


posizione lei sarà girata con le spalle rivolte verso di te come se fosse seduta su una sedia. Così facendo lei avrà il pieno controllo dei movimenti: potrà decidere se poggiare i piedi sul letto e fare forza sulle gambe per andare su e giù sul tuo pene, oppure potrà decidere di infilarlo tutto e cavalcarti senza pietà.

Questa posizione è ottima perché non vi guarderete in faccia e lei avrà la possibilità di godere più liberamente e senza un uomo che la osservi in modo diretto. Una donna si sente più libera e si lascia andare più facilmente se non si sente “osservata”.

Nella seconda posizione, lei è rivolta verso di te, qua-

si come se fosse seduta a cavalcioni su una sedia. Questa posizione è fantastica perché lei potrà stimolare il clitoride strusciando su di te e cavalcando il tuo pene nel modo più forte ed energico possibile.



Ma... c'è un ma... perché questa posizione, per quanto sia fantastica per lei, nasconde un tranello per te...

Dato il particolare tipo di movimento e stimolazione del pene, molto forte, veloce e precisa, rischi di venire molto presto. In questo caso le cose sono due: o sei pronto a venirle dentro e quindi sarà un fantastico finale per entrambi, oppure devi avere un autocontrollo di ferro, perché se lei inizierà a percorrere la via dell'orgasmo, non potrai fermarla fino a che non avrà finito...

5) L'AMAZZONE

L'amazzone è una delle posizioni preferite dalle donne. La donna sopra, l'uomo sotto. Anche in questa posizione lei ha quasi il pieno controllo del movimento e della stimolazione. Tu potrai aiutarla prendendole i fianchi e muovendola sopra di te.



Non solo, da questa posizione hai pieno accesso al seno ed ai capezzoli e quindi contribuirai ad aumentare la sua eccitazione in modo sempre più forte.

Con l'amazzone lei riuscirà ad avere molto facilmente un orgasmo clitorideo e, con un po di impegno, anche quello vaginale perché a seconda del movimento più o meno lungo andrà a stimolare alcuni punti della vagina molto sensibili.

Insomma trovare le posizioni giuste per lei è molto importante per renderla felice durante il sesso.

CAPITOLO 11

Guida completa alla “pecorina”

Perché la “pecorina” ci piace tanto? Perché è la posizione più praticata e maggiormente goduta sia dall'uomo che dalla donna? Cerchiamo di capirlo insieme.

La “pecorina” evoca il nostro stato più profondo, animale e primitivo. Viene usata dalla maggior parte degli animali (soprattutto dei mammiferi) per l'accoppiamento.

Già nell'antichità era molto conosciuta, ce ne sono accenni e rappresentazioni sia nell'antica Grecia che nell'impero romano. Proprio i romani la chiamavano “rapporto sessuale alla maniera delle bestie” ad indicare l'anima animalesca e intensa di questa posizione.

La pecorina è una posizione di sottomissione completa della donna e di dominazione totale da parte dell'uomo. Nel rapporto sessuale etero, la donna è il ricevente e quindi si trova nel ruolo di passivo, mentre l'uomo è colui che dà, quindi si trova nel ruolo dell'attivo. Questa condizione, per quanto maschilista possa sembrare, è ben accettata da entrambi e resta confinata all'interno del solo rapporto sessuale. Anzi, di solito questa è la posizione preferita dalle donne in quanto il sen-

tirsi possedute, usate, prese con forza dal partner, le fa eccitare molto e le fa liberare da ogni chiusura mentale.

La donna desidera ardentemente avere vicino un uomo che sappia come prenderla e che le dia una sensazione di “protezione” e “sicurezza”. Vuole vicino un Uomo con la U maiuscola in grado di dominarla (sessualmente parlando) e che la faccia sentire il centro dei suoi desideri e delle sue fantasie.

La posizione a pecorina, inconsciamente, realizza tutto questo e da comunque alla donna la possibilità di aggiustare il movimento come piace a lei, assecondarlo e gestire la velocità di penetrazione.

Per l'uomo... beh un uomo che si trova davanti la sua donna a quattro zampe, disponibile e in una posizione in cui vuole essere presa e sbattuta, non credo abbia bisogno di descrizione...

Il piacere e il godimento fisico la fanno da padrone senza dubbio, ma anche l'eccitazione di sapere di poter dominare sessualmente la propria partner. Che poi, sai cos'è che fa veramente eccitare un uomo nella posizione a pecorina? La forma che ha il sedere della sua donna.

Sì, se lo chiedi a 100 uomini, 99 ti diranno che la prima cosa che li attrae, che li fa eccitare e che dà il via a tutto è proprio la carnosa rotondità che assume il sedere di lei quando è a 4 zampe. Vedere quel mappamondo davanti fa ingrifare non poco!

COME SI FA LA “PECORINA”

Nella pecorina, la donna assume una posizione a gattoni, con le gambe leggermente aperte, la lordosi lombare accentuata e col peso poggiato in gran parte sulle braccia. In questo modo mette in mostra, evidenzia, il sedere, che si trova in una posizione più alta rispetto alla schiena.

La schiena è inarcata e la testa può essere o appoggiata sul letto, se si vuole una posizione di sottomissione ancora maggiore, oppure può seguire l'arco della schiena e restare dritta.

L'uomo è dietro, con le mani appoggiate sui fianchi o, meglio ancora, sul sedere di lei, e usa le braccia per accompagnare il movimento della partner.

In base a come si è più comodi, l'uomo può mettersi in piedi, vicino al bordo del letto mentre lei è gattoni (sempre sul letto). In questo modo lui ha più equilibrio e non rischia di stancarsi troppo velocemente e ha la possibilità di sbattere con più forza lei.

Oppure, entrambi sul letto, lei sempre gattoni e lui seduto sulle sue gambe con le ginocchia poggiate. In questo caso se la partner abbassa un po' il sedere, si starà entrambi più comodi e il movimento sarà lento e coinvolgente sia per uno che per l'altra.

Questo tipo di posizione è sfiancante per l'uomo in

quanto quasi tutto il movimento è prodotto da lui, soprattutto se trova una partner a cui piace la pecorina “pesante” e cioè essere presa e penetrata con forza e velocità. Se è così, buon per te! Sai gli uomini che ti stanno invidiando in questo momento?

Da donna, immagino quanto sia faticoso soddisfare una ninfomane che urla “sbattimi, sbattimi più forte” ... e che tu, pur di accontentarla, vai a rischiare un enfisma.... Alex purtroppo ne sa qualcosa.

Lo so, è uno sporco lavoro, ma qualcuno lo deve pur fare...

Se invece la tua donna ancora non è arrivata a questo punto, tranquillo. Sei in tempo per cominciare a migliorare il vostro rapporto partendo proprio dal sesso.

Intanto ti darò qualche consiglio utile per ottimizzare le tue prestazioni sessuali mentre la stai sbattendo a pecorina:

Velocità, forza e profondità non vanno d'accordo

Se a lei piace la penetrazione veloce, quella che dà maggiori sensazioni, quella che soddisfa il senso di formicolio dato dallo sfregamento, allora considera il fatto che il pene non potrà entrare in profondità.

Andrai veloce, le farai avere un orgasmo vaginale, ma non potrai sbatterla tanto da farla sobbalzare.

Se invece lei ama la pecorina “da meditazione” e cioè

quella con una penetrazione più lenta, più controllata, allora puoi andare in profondità e toccare il deep-spot. Ti accorgerai che tocchi il deep-spot perché lei salterà ogni volta che ci arriverai.

Come si arriva al deep-spot? Semplice. Entra lentamente e poi dai una botta secca fino in fondo.

Se invece lei è una ninfomane fan della pecorina pesante ... Beh armati di forza, velocità e profondità e cerca di soddisfarla al meglio.

Controlla la respirazione

Potrà sembrare una cosa stupida, ma in realtà è la respirazione giusta che ti permette di sbatterla con forza senza stancarti troppo presto. Come per gli atleti, che controllano il respiro per aumentare la resistenza, così vale anche per te.

Calcola che dopo una sessione di pecorina intensa ti ritroverai sudato, spossato e col fiatone. Se non respiri correttamente rischi di stancarti subito e di non riuscire ad andare avanti. Concentrati sul suo culo!

Se senti che le energie ti stanno per abbandonare, che sei stanco, ma lei sta per venire e non vuoi fermarti sul più bello... allora apri gli occhi e fermati ad ammirare il panorama che hai davanti. Guarda quel panettone rotondo e perfetto, che danza davanti ai tuoi occhi e che ondeggia ad ogni colpo che gli assesti. Guardarlo e pen-

sa a quanto sei fortunato, che proprio tu e nessun altro ha il privilegio di averlo suo, di toccarlo e sbatterlo.

Ora andiamo a vedere 2 cose importantissime che vanno fatte durante la pecorina e che non devono mai mancare nel tuo repertorio di sbattitore seriale.

LA SCULACCIATA!

In ogni pecorina che si rispetti non può mancare lo schiaffo dato ad hoc. Ora va di moda chiamarlo “spanking”, ma penso che il termine italiano renda di più l’idea del gesto e di ciò che trasmette.

Lo schiaffo o sculacciata, intesa come gesto erotico, è una di quelle cose che manda alle stelle tutto il rapporto sessuale. Cioè, non deve essere considerata una cosa superflua, ma proprio parte integrante del sesso!

Non dovrebbe proprio esistere la pecorina senza sculacciata. Questo gesto deve venire spontaneo ed istintivo nel momento stesso in cui vedi la tua donna a 4 zampe e col sedere all’insù. Ti deve scattare la molla istantanea che fa partire la mano e le accomoda un bel “5 dita” sulla natica.

Ma come va data la sculacciata? Ci sono vari tipi di sculacciata, che troverai descritti in ogni dettaglio sul corso “Sesso Esplosivo” ([link alla fine del libro](#)), ma intanto ti indico una regola generale che va bene per tutte:

La sculacciata va data, non va chiesta!

Devi essere deciso e dare un colpo secco e definito. Non si accettano tentennamenti o indecisioni. Se non te la senti, non lo fare.

Come può mandare alle stelle ed essere la scintilla che fa esplodere il vostro rapporto se data bene, può diventare la “tomba” e ammosciare ogni fantasia perversa se data male.

La sculacciata è proprio il simbolo del tuo “dominio sessuale” su di lei. Quel gesto racchiude tutto ciò che tu sei e vuoi trasmetterle. Se è moscia e data con poca convinzione, lei penserà che tu sei un “omuncolo” poco sicuro di se e poco virile e questo è assolutamente deleterio!!

Non aver paura di farle male, il sedere femminile è stato progettato appositamente per incassare sculacciate erotiche.

Ma attenzione!!! SOLO ed ESCLUSIVAMENTE sculacciate erotiche!! La sculacciata durante la pecorina non ti dà diritto di sfogare le tue frustrazioni su di lei o di esagerare. Ricordati che tutto fa parte della sfera sessuale, deve essere piacevole per entrambi e deve restare confinato in camera da letto.

LA TIRATA DI CAPELLI!

Come per la sculacciata anche la tirata di capelli durante la pecorina non dovrebbe mai mancare.

Certo, questo gesto rispetto all'altro è più "intimo" visto con gli occhi di una donna e non tutte potrebbero gradire.

Perché? Perché per una donna, i capelli sono il simbolo assoluto della femminilità. Trasmettono sensualità ed erotismo in maniera inconscia e profonda. E questo vale sia per coloro che portano i capelli lunghissimi, ma anche per quelle donne che li tagliano più corti.

I capelli sono SEMPRE da considerarsi simbolo femminile per eccellenza. Proprio per questo motivo, a differenza della sculacciata che si dà senza chiedere, la tirata di capelli va prima testata.

In questo caso puoi chiedere direttamente a lei se gradisce questo tipo di pratica. Stai certo, però, che all'inizio sono veramente rare le donne che ti diranno di sì. Sta a te farle cambiare idea.

Come? Eccitandola a tal punto da farle andare quasi in trance. Una donna eccitata e che sta godendo come una porca, difficilmente ti negherà qualcosa, soprattutto se questa cosa la farà eccitare ancora di più.

La tirata di capelli, data al momento giusto e con la giusta dose di eccitazione mentale, è una cosa paradisiaca per la tua partner, che la farà sentire totalmente

tua e sessualmente dominata da te.

Ma se credevi che la pecorina fosse solo lei a 4 zampe sul letto forse è il caso che continui a leggere quello che ho preparato per te.

Eccoti 3 delle migliori varianti da usare con lei per rendere la pecorina ogni volta diversa ed eccitante.

Ricordati che... non soddisferai mai completamente la tua donna se fai sempre le stesse cose!!

Quindi la parola d'ordine è varietà!

LA SEGRETARIA A PECORINA

Praticamente il sogno di ogni “capo” che si rispetti! La “segretaria a pecorina” si chiama così perché si fa con l'ausilio di una scrivania o un tavolo. Fai piegare lei a 90 gradi in avanti, in piedi, con le mani poggiate sul tavolo. Questa posizione è ottima per organizzare giochi erotici e lasciar spaziare la fantasia.

LA PECORA BAGNATA

Nonostante il nome può trarre in inganno, la “pecora bagnata” è la pecorina fatta sotto la doccia. Non temere di avere una doccia troppo piccola e poco spaziosa. Più lo spazio è angusto, più eccitante sarà la posizione.

Perché? Perché lei si sentirà come in trappola, si sentirà nelle tue grinfie e di non poter scappare. Questo già per una donna è eccitante normalmente... Se ci aggiungi

il potere dell'acqua calda e di tanto sapone profumato e scivoloso, il gioco è fatto!

LA TENDA

E' la posizione in cui lei è sia con i piedi sia con le mani poggiate a terra e col sedere all'insù. La forma che assume è quella di una V rovesciata.

Certo, probabilmente non è la posizione più comoda del mondo, soprattutto se lei non è molto elastica, ma potrebbe essere un buon punto di partenza per iniziare a praticare yoga di coppia e sesso tantrico.

E poi ricordati che l'importante è variare!! Anche se all'inizio queste posizioni ti sembreranno scomode e poco agevoli la cosa fondamentale è che il vostro rapporto sia fatto di esperimenti e cose nuove da provare insieme. Poi, col tempo, vedrai che riuscirete a fare posizioni degne dei migliori acrobati.

La pecorina è una delle migliori posizioni che tu possa provare con la tua partner. Entrambi proverete piacere ed entrambi sarete soddisfatti sia nel corpo che nella mente.

Ma queste che ti ho dato sono solo linee guida. Soltanto il tempo e la profonda conoscenza della tua compagna faranno sì che potrai perfezionare al meglio l'intesa sessuale di coppia.

Conosci i suoi punti deboli, scopri come darle piace-

re e vedrai che in poco tempo trasformerai la tua donna.
La vedrai passare da annoiata anorgasmica a ninfomane
multi-orgasmica.

Successo garantito!

.....

SCARICA I BONUS DEL LIBRO

WWW.SESSEXPLOSIVO.COM/BONUS-LIBRO

.....

CAPITOLO 12

Giochi erotici: 12 cose sfiziose da provare subito in camera da letto...

Come avrai capito, il Metodo “Sesso Esplosivo” si pone l’obiettivo di aiutare gli uomini a soddisfare e a far godere veramente la propria donna attraverso 5 “interuttori” che andranno a far leva su tutti quei desideri intimi che ogni donna possiede e che la faranno accendere e ardere come un fuoco perpetuo.

Il primo di questi è la varietà. Non puoi soddisfare sessualmente una donna se fai sempre le stesse cose!

La maggior parte delle donne è attratta dalle novità, da tutto ciò che fino a quel momento non ha mai provato e che è nella loro testa pronta per essere soddisfatta.

Proprio perché prima di conoscere Alex non avevo idea di cosa volesse dire avere nel letto un uomo che sapesse esattamente come soddisfare le mie voglie e le mie perversioni, ho pensato di aiutarti a superare questo ostacolo e a diventare l’uomo che ogni donna vorrebbe nel proprio letto.

Ma andiamo per ordine... Prima di capire come soddisfare le perversioni nascoste della tua donna è giusto capire perché le donne hanno questo tipo di perversioni.

ni.

Le donne sono estremamente più porche e perverse degli uomini. Molte di loro lo nascondono dietro la maschera di brave ragazze, mogli o mamme premurose, ma una volta nel letto con un uomo che sa come risvegliare il loro istinto primordiale, diventano ninfomani affamate di sesso...

Se hai la fortuna di avere incontrato una donna così, sai di cosa sto parlando: un'insaziabile donna pronta a ricevere tutto quello che hai da offrirle e che non ti dirà mai "basta", anzi più gliene darai e più ne vorrà!

Se invece ancora non hai avuto il piacere di fare sesso con questo tipo di donna, ecco che c'è il modo di trasformare la tua donna da santarellina anorgasmica a ninfomane multi-orgasmica...

Tutto sta a come ti approcci con la tua donna. Ti ricordi cosa ti ho detto quando parlavamo dell'eccitazione mentale?

Dalle la sensazione (prima) e la certezza (poi) che con te potrà spingersi oltre i confini della sua immaginazione e la tua donna sfogherà su di te tutte le sue perversioni sessuali più profonde...

E come si può fare questo? Naturalmente parlando e trovando il modo per far sì che lei si senta a suo agio con te e che ti confessi tutto ciò che le passa per la testa.

Ma attenzione perché se deciderai di farla parlare

sappi che dovrai essere ben disposto ad accettare tutto ciò che lei ti dirà senza fare facce strane o dire cose offensive.

Il fatto che lei te lo abbia confidato vuol dire che si fida di te anche se non è detto che poi dobbiate mettere in pratica proprio tutto.

Una volta che la tua donna ha iniziato a confidarsi con te, è buona cosa iniziare a prendere appunti e stilare assieme a lei una Perv. List.

Cos'è la Perv. List? Una "Perv. List" non è altro che una lista di perversioni che tu e la tua donna avete e che volete rendere realtà. Queste perversioni possono essere di qualunque natura e possono essere trasformate in giochi erotici da fare insieme o da farsi fare l'uno dall'altro.

La cosa migliore sarebbe stilarla insieme così da accontentare entrambe le parti e non proporre al partner qualcosa che potrebbe dare fastidio. Ma è comunque un bel regalo da fare alla propria lei e che risveglierà il suo istinto sessuale animale.

Non ci sono limiti al numero di giochi erotici da inserire nella "Perv. List" né alla loro difficoltà. Infatti in una lista di perversioni possono essere presenti cose molto semplici (come ad esempio fare le trecce alla propria partner in modo da renderla più "bimbetta" e poi farci sesso) e cose più complesse (ad esempio convince-

re la propria donna a fare sesso a tre con un'altra ragazza)...

Qui di seguito alcune idee tratte direttamente dalla "Perv. List" che abbiamo stilato io ed Alex e che è sempre in fase di completamento e realizzazione, cioè aggiungiamo sempre cose nuove e stimolanti per entrambi.

LA PERV LIST DI ALEX ED EMY

1 – SUL LETTINO DEI MASSAGGI NELLA "POSIZIONE A PECORINA"

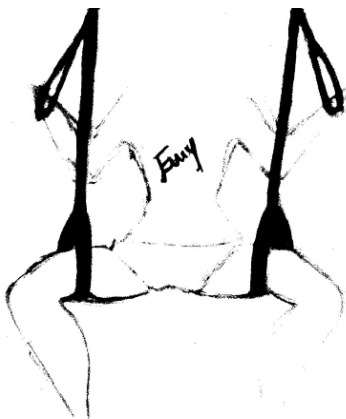
A me e ad Alex piace moltissimo farci massaggi a vicenda ed è per questo che abbiamo deciso di acquistare proprio un lettino per massaggi. Magari potrà sembrare una cosa banale, ma messa a 90 gradi, con il tronco appoggiato sul lettino e i piedi per terra, legata, immobilizzata e sbattuta come un tappeto, è una delle cose più eccitanti del mondo...

2 – CON LE TRECCHE

Due treccine sulla testa della tua ragazza le daranno quell'aria da bimba che la renderanno ancora più porca. Se poi aggiungi un paio di occhiali e un po' di rossetto rosso...

3 – SOSPESA IN ARIA

O come dice Alex: “appesa come un prosciutto”. Questa è una delle cose che lui reputa più eccitanti in assoluto: il rendermi completamente dipendente da lui per il piacere.



In questa posizione o su un altalena fatta apposta per i giochi erotici con le mani legate e le gambe divaricate, oppure mi lega i polsi con una corda (morbida mi raccomando) e mi tira su le braccia in modo che sono totalmente a sua disposizione. In questo modo lui può farmi ciò che vuole, può darmi piacere, ma anche “torturarmi” negandomi l’orgasmo...

4 – GIRARE UN VIDEO EROTICO

Girare un video erotico amatoriale e poi riguardarsi è estremamente eccitante e accende quella passione nascosta che magari è rimasta latente per troppo tempo.

Le donne sono molto esibizioniste e vedrai che una volta che lei ci avrà preso gusto continuerà a chiedertelo sempre... L'importante è che tu abbia la testa sulle spalle e non ti faccia venire in mente di condividerlo senza il suo permesso. Potresti passare guai molto grossi.

5 - THREESOME

Questo è un argomento molto particolare da affrontare con la propria donna con il serio rischio che lei ti molli un bello schiaffone in faccia.

Quasi tutti (per non dire tutti) gli uomini, hanno tra le perversioni quella di fare sesso con due donne almeno una volta nella vita, ma non ti immagini neanche quante donne possano avere lo stesso pensiero.

Tra le fantasie femminili più diffuse c'è proprio quella di un threesome con il proprio partner ed un'altra donna. In questo caso sono stata proprio io a proporlo ad Alex e non viceversa perché (da brava porca quale sono) mi eccita l'idea di vedere il mio uomo alle prese con un'altra donna davanti a me.

Naturalmente questo non significa che accetterei che lui facesse una cosa del genere di nascosto tradendomi! Il bello sta proprio nel fatto che questa cosa si fa insieme e che ci unisce ancora di più.

Immagino che starai pensando che queste siano belle parole, ma la tua donna non accetterà mai una proposta del genere.

Hai ragione, probabilmente non l'accetterà subito, ma non mettere limiti alla provvidenza... una donna completamente presa da te e soddisfatta sessualmente, sarà connessa a te in modo così forte che poi certi argomenti usciranno fuori naturalmente.

Certo, non te ne uscire da un giorno all'altro con la storia del sesso a tre soprattutto se non avete mai parlato di perversioni.

Prima di arrivare ad una cosa così spinta è bene fare un lavoro di comunicazione con la propria partner e iniziare a farsi raccontare le sue perversioni erotiche.

Come fare questo è spiegato molto bene nel corso "Sesso Esplosivo" in cui io e Alex abbiamo dedicato il primo capitolo proprio alla comunicazione col partner. Molti uomini sottovalutano il potere della comunicazione sessuale, ma è proprio questa l'arma segreta che ti porterà a fare cose che mai avresti pensato possibili, come un bel threesome o dell'ottimo sesso anale, ecc...

6 -FISTING

Il fisting è una pratica estrema che va fatta con cautela e delicatamente. Consiste nel infilare tutta la mano nella vulva o nell'ano e poi chiuderla a pugno (fist in inglese).

Anche questa non è una cosa che può essere fatta dall'oggi al domani. Serve tanta pazienza, tanto lubrificante e soprattutto che la tua lei sia completamente consenziente.

Certo, la sensazione che da un fisting è incomparabile ed eccita molto una donna a livello fisico perché andrà a comprimere il punto G in modo diretto e forte e

darà una stimolazione estrema della vagina. E' molto semplice che lei squirti con un fisting vaginale.

Questa è una di quelle cose che possono essere inserite nella Perv. List e che daranno lo stimolo a spingersi sempre oltre i propri limiti anche se ora come ora ti sembra irraggiungibile...

Per darti un'idea dei tempi, io e Alex l'abbiamo spuntata dalla lista dopo diversi mesi che abbiamo iniziato a provarci.

7 – ORGASMO “ON THE EYES”

Non è altro che quello che in gergo viene chiamato "facial". Molto semplice e molto eccitante. Quando stai per venire chiedile se puoi venirle sul viso e in particolare sugli occhi. Quando lei ti guarderà con gli occhioni spalancati che tu avrai generosamente innaffiato, ti sentirai di esplodere di nuovo.

E' uno di quei giochi che Alex adora e che lo eccita forse più di ogni altra cosa e io amo farlo felice e vedere quanto mi desidera. Questo è un tipo di perversione molto comune dato che va a toccare la voglia di dominazione insita in ogni donna.

8 – GIOCHI DI RUOLO VARI

Dal classico dottore e paziente o professoressa e alunno, si possono inventare una miriadi di giochi di ruolo diversi. Nel dottore e paziente è l'uomo a dominare, nel prof. e alunno invece è lei.

Il segreto, in questo caso, è scambiarsi i ruoli ogni tanto e dare anche a lei l'opportunità di condurre il gioco e lasciarle il comando del tuo piacere.

Molto eccitante (ed educativo per la coppia) è il gioco di "Vanessa e Gino". Vanessa è una prostituta esperta, Gino un uomo impacciato che non sa nulla di sesso... Cosa accadrà quando Vanessa e Gino si incontreranno?

Beh sicuramente il fatto che tu farai finta di essere inesperto e darai a lei il comando della situazione le darà la possibilità di sperimentare senza nessuna paura.

Il gioco può essere invertito rendendo lei una ragazza timida ed impacciata e lui un abile massaggiatore... Insomma basta solo mettere in moto la fantasia e dare spazio all'immaginazione... dopo tutto in camera da letto non ci sono vinti, ma solo vincitori.

9 – GIOCHI DI CANDELE

Le candele danno quel tocco di erotismo in più durante un preliminare. Basta accendere una candela e lasciar cadere la cera sul corpo di lei.

La cosa può essere resa ancora più eccitante se lei

viene bendata e i sensi resi ancora più ricettivi.

Unica accortezza è mettere la candela non troppo vicino alla pelle, ma ad un'altezza di 50/60 cm in modo che la cera abbia il tempo di raffreddarsi un po' prima di cadere. Comunque la parte eccitante è proprio sentire il calore che cola sul corpo nudo.

Se si è in vena artistica è bellissimo usare candele colorate e creare sulla schiena di lei un tripudio di colori altamente erotico...

10 – FARE SESSO SOLO CON CALZE AUTOREGGENTI E SCARPE TACCO DODICI

Regala alla tua donna un paio di autoreggenti e décolté tacco 12 e chiedile di indossarle per te. Poi fai sesso con lei solo con quelle addosso.

La tua donna si sentirà la tua Regina perché si renderà conto che vuoi qualcosa in più della semplice scopata veloce.

11 – LASCIARMI LECCARE TUTTA DALLA TESTA AI PIEDI

Ammetto che questa è la cosa che amo di più al mondo, più di ogni altra. Seduta su una sedia e legata con Alex che lentamente inizia a leccarmi tutto il corpo, dai piedi alla testa, senza tralasciare nessun centimetro di pelle.

Questa cosa mi fa sentire completamente in suo possesso e mi eccita a tal punto che riesco ad avere uno o due orgasmi solo mentre fa questo bel lavoro.

Bacia e lecca il mio corpo come se non ci fosse niente di più bello al mondo e lo fa con passione e voglia. Insomma fai questo gioco con la tua donna e lei si sentirà desiderata da te come mai prima d'ora...

12 – RIUSCIRE A DIVENTARE LA REGINA DELL'ANAL COME VALENTINA NAPPI

Va bene, questo ultimo punto si commenta da solo... Devo ammettere che sono una grande fan della Nappi ed è per me una fonte di ispirazione non indifferente quando si parla di sesso.

E' proprio ispirandomi a lei e alla mia esperienza col sesso anale che ho scritto il capitolo dedicato al sesso anale che troverai di seguito... ed è grazie a questi consigli che sono riuscita a spuntare questa voce dalla Perv. List... ☐ ☐

Come avrai notato, c'è davvero di tutto e per tutti i gusti. Non esistono cose stupide o senza senso. Nella "Perv. List" tutto è permesso e tutto è concesso. Se riuscirai a farti confidare dalla tua donna e realizzare tutte le fantasie erotiche più nascoste e perverse, lei sarà tua per sempre!

Nessuna donna resiste ad un uomo che a letto sa il

fatto suo e che sa esattamente cosa fare senza indugio. Questo le renderà letteralmente dipendenti da te e da ciò che farai provare loro. Ma allora perché ci sono così tante donne insoddisfatte del sesso col proprio partner che si fanno l'amante?

Semplice, perché quasi la totalità degli uomini (quasi il 98%) commette errori quando è a letto con una donna e così facendo si brucia per sempre le possibilità di avere una vita sessuale soddisfacente. Ora ti starai chiedendo, se il 98% commette questi errori imperdonabili l'altro 2% cosa fa? Semplice, all'altro 2% tocca l'arduo lavoro di soddisfare tutte le donne insoddisfatte...

Se ambisci a far parte di questo 2%, allora sono sicura che diventerai un nostro studente di "Sesso Esplosivo": l'unico corso sul sesso scritto a quattro mani con una donna ed è l'unico che ti spiega realmente cosa passa nella testa delle donne e cosa pensano davvero prima durante e dopo il sesso. Tutto questo per soddisfarle al meglio.

Insomma ora sai che esiste un'alternativa per andare fuori dal coro, sta a te scegliere se sfruttarla e farti notare oppure continuare a far parte del branco.

Intanto prendi spunto da questo articolo per creare la vostra personale "Perv. List" di giochi erotici e dai alla tua donna ciò che realmente vuole!

CAPITOLO 13

Sesso anale: trasforma la tua donna da santarellina a pornstar

Solo questo capitolo, per la ricchezza delle informazioni racchiuse al suo interno, varrebbe il costo intero del libro. E io te lo sto regalando! Ti sto dando in mano, GRATIS, la chiave per entrare nel luogo più desiderato in assoluto dagli uomini: il lato b femminile...

Fanne buon uso, mi raccomando, perché non hai idea di quanti uomini vorrebbero essere al tuo posto adesso...

Ecco la guida definitiva al sesso anale per fare in modo che la tua donna non solo accetti, ma sia anche felice di darti il suo lato b

Il sesso anale è sicuramente una fase del rapporto con una donna, che ogni uomo spera di raggiungere al più presto. Ma se per un uomo pensare al sesso anale è una cosa normale come pensare al classico rapporto sessuale, la stessa cosa non si può dire di una donna.

Sì, perché “dare il lato b” per una donna non è così automatico e scontato. Lei dovrà superare tutta una serie di tabù e di barriere mentali, ben salde nella sua te-

sta, che sono state alimentate da luoghi comuni e maldicenze su questa pratica.

In realtà il sesso anale è l'apice di un rapporto intimo tra uomo e donna. Significa che lei ormai è talmente abbandonata a te e persa di te da darti tutto, sia mentalmente che fisicamente. Ma arrivare ad un tale coinvolgimento non è semplice.

Per alcune donne non è solo un tabù, ma un limite mentale di esse talmente insormontabile da negarsi per tutta la vita questo piacere. Ma ci sono anche altri motivi per cui una donna decide di mettere il lucchetto al suo didietro.

Ecco le 3 obiezioni principali:

Obiezione 1: “Il sesso anale fa male”

Il dolore terrorizza e paralizza. Anche se poi effettivamente non si sa di che entità sia realmente perché ognuno ha una soglia di sopportazione diversa, ma basta anche solo l'idea di questo fantomatico “male” a far dire ad una donna NO.

Come detto prima, questo fantomatico dolore le donne lo hanno nella testa. Io per prima, la prima volta che Alex mi ha parlato di provare ad esplorare luoghi inesplorati, mi sono fatta prendere dal panico...

“E se mi fa male??” “Oddio non voglio sentire dolore!!”

Si, è normale, preparati a sentirti dire questo. Ma come si può affrontare questo problema? Innanzi tutto tu e la tua lei dovete avere un buon rapporto di complicità e confidenza tale da potervi permettere di parlare con serenità di tutto; poi dovrai iniziare ad avvicinarti al suo lato b con delicatezza e pazienza. I preliminari in questa pratica non durano pochi minuti, durano ore, giorni, settimane. Se vuoi che lei sia preparata alla penetrazione senza sentire dolore, dovrai avere la pazienza di lavorarla per bene prima. La fretta non porta da nessuna parte!

Obiezione 2: “Che schifo!”

L'idea che il sesso anale sia sporco e che lasci spiacevoli ricordi sul pene del partner, farebbe desistere una qualsiasi donna dal concedersi completamente al lui. Poi, in realtà, gli uomini più di tanto neanche ci fanno caso presi come sono dal momento, ma anche stavolta, basta il pensiero a frenare ogni desiderio femminile.

Naturalmente facendo sesso anale, sai perfettamente dove vuoi entrare. Entri in un orifizio creato come punto d'uscita e non come punto d'entrata... Questo lo sai e lo sa anche lei! Quindi è normale che lei possa schifarsi un po' all'idea di dove stai entrando e di cosa possa esserci lì dentro. Sta a te tranquillizzarla e farle capire che a te non importa nulla di cosa potresti trovare! L'import-

tante è che lei si senta serena e sappia che a te questo non da fastidio.

Diglielo e ripetiglielo fino a che non sarà convinta: “So dove sto entrando e questo non mi crea nessun problema!”

Logicamente, questo non deve crearti per davvero nessun problema... Se te ne crea, allora evita di avvicinarti al suo culo!

Obiezione 3: “Ho paura di non riuscire più a trattenere niente dal didietro”

Può sembrare assurdo, ma è proprio così. La mente di una donna pensa e lavora a livelli impressionanti e quindi nella sua testa si aggirano già scenari apocalittici al solo sentir parlare di sesso anale, flatulenze che escano a sorpresa in luoghi affollati, rifiuti organici che si espletano da soli senza avvertire, una vita fatta da eremita che non esce di casa per paura che gli altri possano accorgersi di tutto questo. Insomma, noi donne sappiamo bene come aggrovigliarci il cervello con pensieri al di fuori del mondo, sta a te uomo farci cambiare idea e far sparire tutte queste paure dalla nostra testa.

Questa a mio avviso è l'obiezione più difficile da superare perché è una cosa che riguarda direttamente lei, una conseguenza che a te tocca solo in modo marginale... Allora, è vero che il sesso anale allarga l'orifizio, ma

è vero anche che l'ano è un muscolo elastico e che quindi alla fine torna alla forma originale.

Anche quando l'avrai trasformata nella tua Pornostar personale e quindi userai il suo lato b come se fosse il suo lato a, lo sfintere anale tornerà sempre, allo stato originale, a meno che non lo usiate per pratiche più estreme, come il fisting anale o dilatazioni esagerate.

Ad ogni modo, qualsiasi cosa dovesse succedere, qualsiasi piccolo incidente di percorso dovesse capitare alla tua lei, sta a te e alla tua intelligenza sdrammatizzare e riderci su. Non colpevolizzarla mai di questo e non schifarti mai! Dopotutto il sesso anale si fa in due, in due si gode e in due si affrontano simpaticamente le 'conseguenze'...

Il combattimento sarà arduo, ma il premio finale ti ripagherà di ogni fatica... Allora corazzati di santa pazienza e armati di lubrificante perché stai per entrare in un luogo di piacere e perdizione di cui non potrai più fare a meno...

FASE 1: I PRELIMINARI...

Siamo alla fase più importante di tutte. I preliminari.

I preliminari sono fondamentali e determineranno la buona riuscita o meno del rapporto anale. In questa fase dovrai far rilassare la tua donna con tutta una serie di tecniche che ora ti andrò a spiegare e poi dovrai iniziare a tastare il terreno per la penetrazione.

Te l'ho accennato prima, ma te lo ripeto: i preliminari del sesso anale non durano 5 minuti. Durano ore, giorni, settimane...

Devi preparare la tua donna gradualmente e con pazienza. Se pensi che basti farle due carezzine per piegarla a novanta gradi e dominarla allora sei sulla cattiva strada.

Togliti dalla mente quello che hai visto nei film erotici. Quella è finzione. La realtà è che se vuoi far arrivare la tua donna a livello “pornostar navigata” in tempo prima di diventare troppo vecchio, devi metterti in testa che ci vorrà lavoro costante su di lei e sul suo ano...

PRELIMINARI CON MASSAGGI E CAREZZE

La tua donna si deve rilassare. E quale modo migliore per farla rilassare se non farle un bel massaggio? Falla sdraiare a pancia in giù, ungiti le mani di olio di mandorle e comincia ad esplorare il suo corpo. Perditi tra i suoi fianchi, sul suo seno, sulle sue cosce... Fai sì che sia

lei a chiederti di spingerti oltre... Massaggiale le gambe e poi sali fino ai glutei... Li falle capire quanto la vuoi, quanto la desideri, usa un po' di "forza" e massaggiala energicamente.

Lei deve sentire il tuo desiderio anche solo attraverso le mani. Una volta che sei arrivato al suo sedere inizia ad esplorare più a fondo... La tua mano deve scivolare in mezzo e iniziare a toccare delicatamente il suo "buchino"...

Le mani devono essere ancora ben unte d'olio, un massaggio a secco non è per niente piacevole.

Col dito indice ben lubrificato massaggiale l'ano e tutta la zona intorno. Ogni tanto allontanati e poi riavvicinati. Fai così finché non senti che lei si è completamente rilassata e non fa più nessun tipo di resistenza.

Nel frattempo, con l'altra mano, dovresti masturbarla anche davanti, come faresti per farla eccitare prima di un rapporto classico. Penetrala con le dita, falla bagnare, inizia a farle avere qualche spasmo di eccitazione. In questo modo, il piacere della stimolazione vaginale la farà rilassare e la stimolazione anale sarà meno traumatica per lei.

Leccala anche lì dietro. Fai in modo che la tua lingua si insinui in ogni piega che trova e spingi leggermente con la punta per cercare di entrare. Questo la farà letteralmente impazzire. Baciala, succhiala, falle sentire che

ti stai eccitando per lei...

Ora, mentre hai due dita infilate nella vagina, inizia a spingere, delicatamente e senza forzare, il dito indice dell'altra ben lubrificato, nel suo ano.

Piano, senza fretta. Forzare non serve a nulla. Fai una leggera pressione e aspetta che sia l'ano stesso ad aprirsi leggermente sotto al tuo dito. Se senti che il dito inizia ad entrare, continua a fare leggere pressioni e cerca di arrivare fino in fondo.

Lei adesso potrebbe protestare perché sentirà fastidio e un po' di dolore. Ma tu parlate e farle capire che più si allena e più questa sensazione andrà via via a diminuire.

Se è la prima volta che provate a fare questa cosa, stai dentro col dito per pochi minuti e poi esci piano piano (l'uscita è più fastidiosa dell'entrata).

Questo è il primo passo. Tu hai raggiunto una piccola vittoria e lei si sentirà di averti reso felice. Siccome non hai forzato e insistito più di tanto a continuare quando a lei faceva male, la prossima volta sarà molto più ben disposta a rifarlo, sapendo che tu la rispetti, e sicuramente i tempi di permanenza del dito saranno più lunghi...

PRELIMINARI CON BUTT PLUG E SEX TOYS

La seconda fase dei preliminari è l'uso di butt plug e sex toys in generale. I sex toys creati appositamente per il sesso anale sono piuttosto piccoli ed entrano con facilità grazie ad una punta sottile ed affusolata.

Sono utilissimi come anello di congiunzione tra il dito e il pene. Sono la giusta via di mezzo per farle capire che ora si comincia a fare sul serio, ma ancora senza fretta.

Per iniziare puoi usare un butt plug di piccole dimensioni. Cospargilo bene di lubrificante e premilo leggermente sul suo ano. Fai come per il dito, aspetta che sia il muscolo stesso a rilassarsi e ad accogliere il giocattolo.

Quando la punta è dentro continua a spingere senza forzare. Noterai che piano piano il butt plug salirà da solo, risucchiato dalla forza del muscolo che cerca di contrarsi.

Lei a questo punto potrebbe sentirsi un po' strana. Ma strana non è un male. Significa che sta ascoltando i messaggi che il suo corpo le invia e che non aveva mai sentito prima. E sono queste sensazioni che la porteranno pian piano a provare un piacere che non si era mai neanche immaginata.

Durante i preliminari parlate sempre. Chiedile come si sente, se le piace, se prova dolore e che tipo. Tranquil-

lizzala su ogni cosa su cui desidera essere tranquillizzata. Questo ti aiuterà a capire meglio come muoverti, cosa fare e cosa evitare. E soprattutto lei si sentirà al centro delle tue attenzioni e si rilasserà più velocemente.

Se lei reagisce bene e vuole continuare, estrai delicatamente il butt plug e prova ad inserire un'altro sex toy, magari di forma e dimensioni diverse.

Una cosa che ti consiglio assolutamente di fare, e che ti avvicinerà tremendamente al fare sesso anale con lei, è quella di farle un bel ditalino o un cunnilingus coi fiocchi, mentre ha il butt plug infilato dietro. Se poi vuoi strafare e mandarla alle stelle, puoi trombarla, e farle provare l'ebbrezza della stimolazione doppia.

In questo caso lei avvertirà una sensazione molto particolare e piacevole: si sentirà PIENA.

Ti ricordi che qualche capitolo fa ti avevo parlato proprio di questo? Ovvero che per godere davvero tanto lei deve sentirsi piena, deve sentire la pressione all'interno della vagina.

Ecco, la percezione di pienezza sarà molto intensa perché da una parte avrà qualcosa che “riempie” il lato b e dall'altra parte avrà qualcosa che “riempie” il lato a. La pressione che lei avvertirà, per così dire, nel mezzo sarà talmente forte e piacevole da farla incuriosire sempre di più e dal voler andare avanti con la “sfida” del sesso anale.

Se pensi di trombarla col plug inserito, almeno all'inizio non esagerare con la forza e non esagerare con le dimensioni del plug.

Capisco che ti venga naturale prenderla per i fianchi e sbatterla come un tappeto, ma devi ricordarti che lei sta iniziando a prendere confidenza con queste nuove sensazioni e potrebbe avvertire fastidio o addirittura dolore se la sbatterai con molta forza.

Fai su e giù piano e con calma fino a che lei non si sarà abituata e ti chiederà di aumentare il ritmo. Potrebbero volerci giorni o settimane, ma l'importante è sempre rispettare i suoi tempi e non metterle fretta.

Attenzione però: in questo caso è assolutamente necessario un butt plug con la base più larga della punta in modo che non ci sia il rischio accidentale di risucchio. In commercio ne esistono anche di piccole dimensioni con cordino o linguetta finali, ma richiedono molta attenzione da parte tua per evitare che entrino del tutto e riflessi pronti per riuscire ad acchiapparlo in tempo prima che sia troppo tardi.



Siccome in questa situazione tu devi essere concentrato solo sulla tua donna, è preferibile un plug che vi

faccia sentire sicuri e rilassati entrambi per poter godere meglio di questa pratica.

FASE 2: LA PENETRAZIONE

Ora sei arrivato alla fase clou di tutta la preparazione. Potrai finalmente assaporare le lande inesplorate del suo didietro...

La posizione migliore, per l'inizio, è far stare lei sopra come quando ti cavalca durante un rapporto classico. Questa posizione permetterà a lei di avere il controllo della penetrazione e di dosare la "forza" con cui il pene dovrà entrare.

Prima di iniziare, lubrificati le mani e stimola un po' sia il suo ano che la sua figa contemporaneamente, come descritto nel paragrafo precedente.. Senti le sue contrazioni, senti che lei si sta bagnando. Falle sentire quanto anche tu sei eccitato all'idea di avere tutto di lei. Diglielo a chiare lettere.

Lubrificati abbondantemente il pene e inizia a spingere leggermente sul suo buchino. Lei all'inizio farà resistenza perché sentirà un po' di dolore, ma tu non demordere.

Ora devi usare un po' di "forza" buona nel senso che, anche se lei istintivamente si tirerà indietro tu dovrai cercare di tenerla nella giusta posizione.

Non fare niente che lei non voglia e non forzarla in

nessun modo. Devi solo farle capire che, superato questo piccolo ostacolo, la strada del piacere sarà tutta in discesa.

Accompagnala delicatamente, ma con decisione verso la penetrazione completa. Prendi in mano le redini della situazione e lascia che lei si rilassi completamente senza pensare a nulla.

Arrivato a questo punto finalmente anche il suo lato b è tuo! Hai conquistato la vetta!

E' probabile che, le prime volte, lei non sopporti lo sfregamento, quindi resta fermo, e cerca di fare movimenti lenti, quasi impercettibili o, meglio ancora, lascia fare a lei. Lascia che si abitui pian piano a sentirlo dentro, ad accoglierlo, e che trovi il tipo di movimento ed il ritmo per lei più piacevoli.

Ora non ti resta che ripetere questi passi che ti ho descritto minuziosamente in modo costante, finché il suo didietro non sarà abbastanza allenato da accogliere il tuo pene senza nessun tipo di resistenza... e ti assicuro che con questo metodo, non ci vorrà molto prima che ti chiederà essere sbattuta come un tappeto...

FASE 3: L'ORGASMO

“Ma come faccio adesso a farle avere un orgasmo?”

Dopo aver superato le obiezioni ed essere riuscito con calma e pazienza ad entrare nel suo culetto, è arrivato il momento di venire dentro di lei e quindi di avere un orgasmo. Questa parte è un po' più complicata. Perché?

Perché a questo punto occorre iniziare a muoversi dentro e fuori al suo culo come faresti se fossi nella figa. Ma il culo non è la figa e il movimento avanti e indietro è abbastanza fastidioso per la donna all'inizio, in quanto il retto è molto stretto e pieno di terminazioni nervose. Un conto è entrare e stare fermi, un conto è entrare e muoverti nel suo culo.

Il movimento dovrà essere lento e delicato, dovrai cercare di fare avanti e indietro inizialmente per pochi centimetri, così che lei si abitui. Naturalmente è tutta una questione di pazienza e allenamento, più fate sesso anale, più il suo lato b si abitua all'ospite e più sarà facile muoverti dentro di lei. Certo, questo richiede un bel po' di tempo. Non pensare che oggi entri, domani te lo trombi come se fosse una figa!

Ma come fare per accelerare un po' i tempi e cercare di venire nel suo culo prima che entrambi diventiate

vecchi e tu finisca per ritrovarti una corda nelle mutande?

Io ed Alex abbiamo testato più volte la posizione dell'amazzone per il sesso anale. Come detto in precedenza, è il modo più semplice di iniziare perché è la donna



ad avere il “comando” nel senso che è lei a controllare il pene che entra, è lei che gestisce la pressione ed è lei a controllare il movimento. Quindi, se sente un po' di dolore, sarà lei stessa a sistemarsi nel migliore dei modi.

IL MOVIMENTO DA FARE

Diciamo che ora siete riusciti a completare la penetrazione. Tu sei sdraiato e lei è seduta sopra di te col pene nel suo culetto... Metti le mani sui suoi fianchi e falla muovere su di te. Lei deve proprio strusciare, la sua figa deve sfregare contro la tua pancia per intenderci.

In quel modo, invece di fare su e giù nel suo culo e provocarle fastidio, farai muovere il pene avanti e indietro direttamente dentro al retto. Lei sentirà una leggera pressione dentro di lei; quella sensazione più lo sfregamento del clitoride su di te la porteranno all'orgasmo.

Più lei si avvicina all'orgasmo, più il fastidio diminui-

rà, più il suo movimento su di te sarà accelerato. Più lei accelera il movimento e più il pene sarà stimolato e arriverete entrambi all'orgasmo.

Questa posizione è molto comoda perché potrai muoverla su di te come preferisci: più lenta, più veloce, con un movimento rotatorio, più in avanti o più indietro. Questo poi dipenderà da voi.

Ma tranquillo, so che ora tutta questa teoria ti sembra difficile, ma questo genere di cose è più semplice farle che spiegarle. Provate, provate e provate. Solo in questo modo saprete riconoscere le posizioni e i movimenti giusti per voi...

IL MOMENTO CLOU...

A questo punto vi state avvicinando all'orgasmo, magari simultaneamente, lei si muove, tu la muovi, senti che stai per venire e aumenti il ritmo per esplodere più forte che puoi... Questa cosa unisce molto la coppia.

In primis, le stai venendo dentro. Anche se non è il 'dentro classico' comunque non stai sprecando milioni e milioni di soldatini in un preservativo, ma li stai donando a lei.

Secondo, sei rilassato tu perché sai di poterti lasciar andare tranquillamente ed è rilassata lei perché venire nel culo è relativamente sicuro.

Terzo, state facendo insieme una cosa molto intima,

che magari non avrete mai fatto con altri e che consoliderà il rapporto che c'è tra voi. Che sia solo un rapporto di sesso o anche di sentimenti, saprete che, in qualche modo, ora tra di voi c'è più complicità...

IL DOPO...

Beh come detto prima, le conseguenze positive di riuscire ad avere un orgasmo, magari simultaneo, sono molteplici, ma la migliore è sicuramente il fatto che lei si sentirà tua, tua e solo tua. Questo per una donna è psicologicamente necessario.

Oltre a questo metti il fatto che sentirti venire dentro aumenterà considerevolmente la sua eccitazione e in questo modo riuscirà a lasciarsi andare meglio e a provare anche lei il piacere unico dell'orgasmo anale.

Ricordati, variare è estremamente importante in una coppia. Provate, sperimentate, sbagliate e soprattutto godete. Soddisfa il desiderio di cambiamento nella tua donna e lei sarà completamente e sessualmente dipendente da te. Falle fare sempre le stesse cose e lei se ne troverà in fretta un altro che saprà darle ciò che tu non le dai!!

Chiaramente ora è il momento di coccole, carezze e di dirgli quanto è stata brava e quanto siete felici di essere arrivati insieme a questo punto, ma... ti parlerò chiaramente e senza mezzi termini: se decidi di fare

sesso anale, sai perfettamente dove stai entrando. Sai esattamente che il luogo che esplorerai è stato creato come punto d'uscita e non d'entrata e sai anche molto bene ciò che potresti trovare lì dentro.

Evita quindi di colpevolizzarla se dovessi trovare qualche sgradevole traccia sul tuo pene. Evita di farglielo anche notare. Il sesso anale si fa in due con consapevolezza e cervello attaccato al resto del corpo...

L'ANILINGUS

L'anilingus è una pratica sessuale molto intima. Si tratta proprio dell'atto di mettere la tua lingua a contatto con l'ano della tua donna e leccarlo in modo da stimolare tutte quelle terminazioni nervose che si trovano in questa zona così sensibile e che danno una sensazione estremamente piacevole se toccate nel modo giusto.

Anche se non te lo diranno mai, quasi tutte le donne amano ricevere un bell'anilingus fatto con maestria e sentire una bella lingua calda e bagnata che va a stimolare proprio quel punto. La sensazione di voler esplorare un luogo così nascosto, così "proibito", manda la testa della donna completamente in tilt...

E si sa... quando una donna va in tilt, è completamente disinibita e pronta a soddisfare ogni tua richiesta, anche la più trasgressiva. Semplicemente, non riuscirà a dirti di no perché è troppo presa dalla situazione

e dall'eccitazione per poter protestare.

Ricordati che le donne sono attratte dall'uomo che le saprà dare ciò che nessuno gli ha mai dato prima. Sappi che molto probabilmente tu sarai il primo con cui lei proverà questa pratica (se così non fosse, ovviamente, diventa tutto molto più semplice).

Ma se per il sesso anale è probabile che le donne abbiano qualcosa da obiettare (ma tu sei pronto a smontare ogni obiezione pezzo per pezzo) sull'anilingus invece non apriranno bocca...

Il motivo? Semplice, perché le donne amano farsi leccare il culo!

1 – LE DONNE VOGLIONO SENTIRSI AL CENTRO DELL'ATTENZIONE

Questo gesto così intimo e così personale farà capire loro che per te è importante prima di tutto darle piacere. Penserai prima a soddisfare la tua donna, a farla sentire il centro del tuo interesse e a farla eccitare a dovere e solo poi penserai a te. Quindi un uomo che si prende il tempo per leccare il loro lato b e far provare loro sensazioni così forti, è un uomo che vorranno avere sempre al loro fianco e che difficilmente si faranno scappare.

2 – LE DONNE ADORANO CHI PRENDE L'INIZIATIVA

Se hai deciso di voler provare questa cosa con la tua partner, prendi l'iniziativa e falla. Non aspettare che sia lei a chiedertelo. Dimostra di essere un uomo che a letto sa quello che vuole e sa come prenderselo. Se tu sei il primo a fare tutto ciò che puoi per darle piacere, stai pur tranquillo che anche lei si impegnerà al massimo per dare piacere a te e farti cose che apprezzerai molto.

3 – LE DONNE A LETTO AMANO ESSERE DOMINATE

Amano l'uomo che le prende con vigore e che trasmette loro tutta la sua autorevolezza e sicurezza. Immagina cosa potrebbe succedere se all'improvviso prendi la tua donna per i fianchi, la metti a novanta gradi e le inizi a leccare il culo senza che lei abbia il tempo di pensare a cosa stia succedendo.

Ricordati che ogni tuo gesto deve essere fatto con fermezza e senza tentennamenti. Se non sei sicuro è meglio che non lo fai.

4 – LE DONNE VOGLIONO VARIARE

Fare sempre le stesse 2 o 3 cose a letto a lungo andare logora il rapporto. Il segreto per mantenere la tua donna (e tutte quelle con cui farai sesso nel futuro) sempre

vogliosa, è proprio evitare la monotonia e trasformare il solito rapporto sessuale in qualcosa di diverso e che valga la pena di essere vissuto.

Leccare l'ano alla tua donna è probabilmente una delle cose più belle che tu possa fare a lei quindi quale modo migliore di questo per iniziare a variare?

Inoltre, se aggiungi spesso qualcosa di nuovo e intrigante, il sesso per lei diventerà un'ossessione perché penserà a quali altre sublimi "torture" la aspetteranno la prossima volta...

5 - LE DONNE AMANO GODERE

... e amano soprattutto chi le fa godere!!

"E se mi fa schifo??"

Proprio perché l'ano non è la vagina, non è detto che tutti gli uomini siano ben disposti a fare questa cosa, soprattutto se hanno davanti una partner occasionale e che non conoscono bene.

L'ano è un posto ricco di microbi e batteri e, anche con una regolare igiene quotidiana, non è detto che vengano eliminati del tutto, quindi ti consiglio di non fare questa pratica con partner occasionali, ma solo con donne di cui tu ti possa fidare e con le quali hai una relazione stabile.

Un modo divertente ed eccitante per iniziare a scaldare l'atmosfera prima di fare sesso ed allo stesso tempo assicurarti un certo livello di igiene, è quello di farsi una bella doccia insieme.

In questo modo, non solo la scalderei ben bene per il rapporto, ma avrai la certezza che il suo culo sia bello pulito prima di infilarci la lingua.

Anzi, per maggiore sicurezza, offriti di lavarla tu stesso e concentrati bene su tutta la zona anale e perianale. Infilale anche un dito nel sedere in modo che riuscirai a lavare anche i punti più nascosti.

Esistono anche delle protezioni, ma tentare di leccare il culo alla tua donna con una protezione di plastica o lattice tra la tua bocca e la sua pelle è come andare al McDonald e ordinare un'insalata... una cosa senza senso!

Certo, sarai sicuramente protetto e sicuro, ma vi priverete entrambi di una cosa così eccitante che difficilmente ne riuscirete a fare a meno una volta provata. Ma se proprio proprio ne hai bisogno, esistono in giro delle protezioni chiamate Dental Dam o dighe dentali.

Sono dei quadratini di lattice di grandezza 20 x 15 cm che solitamente vengono usate dai dentisti, ma che negli ultimi tempi sono molto usate per evitare la trasmissione di malattie sessuali in chi pratica sesso orale. Usa queste protezioni se non conosci la partner con cui stai

facendo sesso o la conosci poco e non ti fidi più di tanto.

Ricordati però che se tu non leccherai lei, lei non lecherà te... Purtroppo questa è una verità universale e sempre valida: se vuoi che lei sia ben disposta a qualunque tua richiesta sessuale, tu devi fare lo stesso con lei.

Il nostro Metodo pone l'accento su una correlazione molto forte tra il tempo che tu passi tra le sue gambe e il tempo che lei passerà tra le tue...

Ma c'è una correlazione ancora più forte tra quello che tu vuoi da lei e quello che dovrai fare a lei...

Se, ad esempio, il tuo desiderio è venirla in bocca e vederla ingoiare, come ti sentiresti se lei facesse una faccia schifata? Sicuramente saresti infastidito da questo gesto.

Magari continueresti il rapporto comunque, ma non con lo stesso spirito e, di certo, non le leccherai la figa con la stessa passione.

Ecco, lo stesso vale per le donne. Se ti tiri indietro, se ti schifi, lei potrebbe reagire allo stesso modo quando tu le chiederai qualcosa di speciale. Anzi, togliamo il condizionale... Lei reagirà sicuramente così quando tu le farai qualche richiesta particolare... Rifletti su questo.

Dopo aver fatto un bell'anilingus a lei, lascia che lei lo faccia a te. Hai mai provato? Beh, se non l'hai mai fatto ti consiglio vivamente di farlo. E' una sensazione

quasi trascendentale...

Anche l'ano maschile è sensibile come quello femminile, ma a differenza delle donne, gli uomini tendono a considerare roba da gay qualsiasi “intervento esterno” sul didietro.

Niente di più sbagliato, anzi, farlo a vicenda potrebbe essere proprio la soluzione giusta per rompere il ghiaccio. Insomma è un circolo vizioso di piacere infinito.

.....

SCARICA I BONUS DEL LIBRO

WWW.SESSOESPLOSIVO.COM/BONUS-LIBRO

.....

CAPITOLO 14

Falla squirtare: guida all'eiaculazione femminile senza segreti

Riuscire a far eiaculare una donna è un premio a cui tutti gli uomini ambiscono. Certo, non è facile. Richiede una certa esperienza e una buona dose di pazienza e rilassamento. Ma veder la propria donna schizzare come un idrante è un piacere oltre ogni aspettativa...

Naturalmente non c'è una regola fissa o uno schema da seguire passo passo che vada bene per tutte. Ogni donna è a se, ed è a se anche il suo modo di aprirsi e di lasciarsi andare all'orgasmo. Sta a te capire come farla sentire a proprio agio per poter far uscire tutto il meglio di lei...

Vedrai che alla fine diventerai un esperto di eiaculazione femminile e ti basterà pochissimo per arrivare a sconvolgerle i sensi.

Inoltre, molti uomini si preoccupano delle dimensioni del proprio attrezzo e cercano informazioni su come durare di più a letto, ma se impari ad usare le mani come ti insegnerò in questa guida, le donne ti adoreranno come un dio.

Sei pronto? Che la sfida abbia inizio...

Allora, innanzi tutto, lo squirt (o eiaculazione femminile) è un getto di liquido (simile a quello seminale maschile) che si attiva ed esce tramite la stimolazione del punto G.

A differenza dell'eiaculazione maschile, non è una cosa così automatica.

Basti pensare che fino a pochi anni fa questo termine era sconosciuto ed erano pochissime le donne che potevano dire di aver "eiaculato". Fino a quel momento si credeva che lo "schizzo" fosse una prerogativa esclusivamente maschile.

Ora questa pratica sta prendendo piede, ma sono ancora molte le donne che si imbarazzano a sentirne parlare, che non sono pienamente coscienti delle potenzialità della loro vagina e che pensano che squirtare sia solo per le porno star... Starà a te fargli cambiare idea...

Non sei sicuro di avere gli strumenti adatti per riuscire a fare un "buon lavoro"? Niente paura, l'approccio pratico è il modo migliore per avvicinarti allo squirting. Stimolando il "punto G" con forza (vedi il capitolo sul punto G), andrai a rinvigorire indirettamente le ghiandole di Skene (la variante femminile della prostata), situata proprio sopra al "punto G".

Questo causa il riempimento e successiva eiaculazione femminile che viene espulsa con potenza proprio

quando si arriva al culmine dell'orgasmo.

Non c'è niente di così intenso da poter essere paragonato all'orgasmo con squirt e addirittura l'euforia che si prova può durare anche per più di mezz'ora. In più, vedere una donna che squirta rende tutto ancora più bello.

Non credi sia il momento di far provare tutto questo alla tua donna? Bene, per riuscire a far squirtare una donna bisogna innanzitutto trovare il punto G. Ne ho già parlato abbondantemente nel capitolo dedicato al punto G (che ti consiglio di rileggere), ma brevemente diciamo che questo magico bottoncino si trova ad una profondità di circa 5/6 centimetri sulla parete anteriore della vagina. Per trovarlo bisogna infilare due dita nella tua donna e stimolare un po' tutta quella zona.

Il punto G è formato da un tessuto che ricorda i corpi cavernosi del pene, per cui prima di riuscire a sentirlo dovrai massaggiare bene e con insistenza quell'area, fino a che non percepirai un bozzetto che piano piano inizierà ad ingrossarsi.

Dovrai fare pratica prima di riuscire ad individuarlo con facilità perché la sua posizione può variare da donna a donna e anche la sua sensibilità allo stimolo.

Ricordati: tutte le donne possono squirtare, ma non tutte hanno la capacità di lasciarsi andare per farlo. Tu le dovrai aiutare in questo. Come?

1 – METTILA A SUO AGIO

Se una donna non è rilassata e non ha il giusto coinvolgimento mentale, difficilmente riuscirà a squirtare.

Probabilmente si sentirà in imbarazzo al pensiero di inondarti il letto col suo liquido e tenderà a trattenersi quando sentirà la sensazione di “dover fare pipì” che avverterà poco prima di squirtare, ma se si trattiene non riuscirà mai a squirtare.

Cosa fare dunque? Dille chiaro e tondo di lasciarsi andare e non trattenersi se sente di dover fare pipì. In questo modo si sentirà tranquilla e si rilasserà molto più facilmente.

Altra cosa importante: per far rilassare lei, devi essere rilassato tu per primo quindi non avere in testa il solo punto fisso di farla squirtare. Quello arriverà dopo. Sarà il magnifico finale di un ancora più magnifico orgasmo che le farai godere.

Falla sentire desiderata e solo tua. Concentrati su di lei e sul suo godimento. Mettila al centro delle tue attenzioni.

I PRELIMINARI SONO LA BASE DI TUTTO.

Ho dedicato vari capitoli di questo libro ai preliminari, quindi non mi dilungherò molto. Devi sapere però che tutta la zona intima della tua ragazza va stimolata

fin da subito e con attenzione per farle salire l'eccitazione che la porterà a squirtare.

Se vedi che è tesa, falla sdraiare a pancia in su e allargale le gambe. Accarezzala delicatamente, quasi sfiorandola, vicino al clitoride e poi fai scivolare la mano più in basso, vicino all'entrata della vagina. Fai così più volte fino a che non sentirai che lei si sta rilassando e inizia ad eccitarsi.

A questo punto, puoi iniziare a lavorare con la lingua. Leccala, baciala, succhiala. Apri le grandi labbra e tutte le pieghe vaginali. Tocca delicatamente con la punta della lingua queste zone ultra-sensibili e senti come lei reagisce. Poi aumenta l'intensità, ma sempre stando attento alle sue reazioni.

Non avere fretta e non metterle fretta... stai preparando il terreno fertile per lo squirt...

Se lei gradisce (e sono certa che gradisce) continua ad usare la bocca e la lingua e con una mano stimolale dolcemente anche il clitoride... Questo la farà impazzire di piacere.

Continua a farlo e, soprattutto, falle sentire che a te piace dedicarti solo a lei...

Lo devi fare con piacere, vero piacere! Dopo tutto sei tra le gambe della tua donna e hai libero accesso a tutta la sua intimità... Devi sentirti molto orgoglioso di questo...

Se lo fai contro voglia e di fretta, otterrai l'effetto contrario. Lei si sentirà col fiato sul collo, avrà l'ansia di squirtare e non ci riuscirà... Lei si demoralizzerà, tu ti sentirai incapace e, a lungo andare, questo potrebbe ledere il vostro rapporto...

A questo punto dovrebbe essere abbastanza eccitata e rilassata per passare alla fase successiva...

2 – LE TECNICHE

E' ora di iniziare la stimolazione vera e propria. Lubrifica bene l'indice e il medio della mano e penetrala delicatamente. Se i preliminari sono andati nel modo giusto e lei si è rilassata a dovere, non ci sarà neanche bisogno del lubrificante. Sarà talmente bagnata ed eccitata che le dita entreranno da sole...

Se senti che invece c'è un po' di attrito, usa il lubrificante (o la saliva) e gioca con la sua passerina...

Fai con le dita lo stesso movimento di penetrazione che faresti in un rapporto sessuale. Su e giù, su e giù... prima piano piano, poi sempre più velocemente e nel frattempo, mentre spingi le dita in su, col palmo della mano le stimoli anche il clitoride...

Non escludere che durante i preliminari lei potrebbe già avere uno o più orgasmi. Se è così, molto bene! Vuol dire che si è sciolta ed è più disinibita nei tuoi confronti.

Come fai a capire se è pronta per la stimolazione del

punto G? Semplice, se ti accorgi di avere la mano zuppa nonostante abbia infilato solo due dita... significa che è pronta!

Quel liquido che lei sta già perdendo, non è altro che il liquido che uscirà anche durante lo squirt. Quindi anche questo è buon segno. Se lei si bagna tanto e facilmente, è più probabile che squirterà senza troppi problemi e in abbondanza.

TECNICA NUMERO 1: “VIENI QUI”

Col palmo rivolto verso l'alto, inserisci delicatamente 1 o 2 dita nella vagina, fino alle nocche. Sentirai un punto, sulla parete anteriore della vagina, granuloso, ruvido e più rigido dell'area circostante (è il punto G).



Ora piega le dita leggermente all'insù come a formare una piccola conchetta. Muovi delicatamente le dita come a fare il gesto “vieni qui” e gradualmente aumenta pressione e velocità fino a che il punto g non si gonfia.

Prima di provare questo movimento su una donna fai un po' di pratica da solo. Inizialmente ti resterà un po' difficile capire la tecnica esatta, ma in realtà tutto sta nella combinazione di questi due movimenti da fare insieme.

Una volta che avrai preso confidenza con questo movimento ben preciso, puoi provare le altre 4 tecniche che ti descriverò di seguito.

TECNICA NUMERO 2: “L’UOMO CHE CORRE”

Una tecnica fantastica da sperimentare molto simile alla precedente, solo che in questa sono sempre richieste 2 dita che si muovono indipendentemente simulando il movimento della corsa. Questo permette di stimolare in modo più intenso tutti i "lati" del punto G.



TECNICA NUMERO 3: “IL LAVAVETRI”

Anche qui, come nelle due tecniche precedenti, vanno inserite 2 dita che vanno fatte scorrere sulla superficie del punto g, simulando il movimento di un lavavetri o, meglio ancora, come insegnava il maestro Miyagi in Karate Kid, “dai la cera, togli la cera”...



TECNICA NUMERO 4: “IL GANCIO”

C'è chi la considera la miglior tecnica in assoluto per avere un orgasmo sensazionale. Le due dita centrali, medio e anulare, vanno inserite ad uncino all'interno della vagina.



Il palmo della mano dovrebbe poggiare sull'osso pubico con il mignolo e l'indice che puntano in basso. A questo punto tutto quello che devi fare è massaggiare.

Il punto G ha bisogno di insistenza e decisione per farlo eccitare a dovere, quindi usa un po' di forza, ma senza esagerare.

Mentre fai tutto questo, col palmo della mano andrai a stimolarle il clitoride. Ascolta sempre come lei reagisce a tutti questi nuovi stimoli. Probabilmente sono sensazioni che non ha mai provato e potrebbe sentirsi strana e confusa. Tranquillizzala, falle capire che è tutto normale... Anzi, si sta avvicinando rapidamente al momento faticoso...

Il movimento delle mani deve essere deciso, intenso, ma allo stesso tempo sensibile e rispettare l'intimità della tua donna.

Una precisazione: capisco la voglia e l'eccitazione di

arrivare a farla esplodere al più presto, ma attento al movimento che fai perché questo è il segreto dello squirt!

Non sei un segugio che scava la terra in cerca del bottino che ha nascosto... sei come un esploratore alla ricerca del Sacro Graal, hai un tesoro a portata di mano e sai che devi averne cura gelosamente, altrimenti rischi che ti sfugga da sotto al naso senza sapere se lo vedrai mai più...

Se lei reagisce bene, continua questo movimento con insistenza, alternandolo anche al classico “su e giù”.

Naturalmente, non concentrarti solo su questo punto. Ogni tanto dalle tregua ed esci dalla sua passerina. Baciale il collo, mordile i capezzoli, accarezzala e poi ricomincia.

3 – IL COLPO FINALE

Adesso sei pronto a farla squirtare. Lei dovrebbe essere totalmente eccitata e, ormai, disinibita. Continua col movimento che ti ho spiegato prima, ma ora con più insistenza e più ritmo.

Quando sarà sul punto di esplodere, sentirà una pressione sulla pancia, come un bruciore e lo stimolo di dover fare la pipì. Probabilmente si vergognerà di questo, ma sarai tu a doverla rassicurare.

Mentre la stai portando alla conclusione, parlale e

dille che quando avrà queste sensazioni dovrà lasciarsi andare con tutta se stessa. Tranquillizzala del fatto che lei non dovrà preoccuparsi di niente se non di godere e che non vedi l'ora di farti inondare dalla sua eccitazione.

Sarà lei a dirti quando smettere con la stimolazione perché ormai è arrivata al culmine. Una volta raggiunto l'orgasmo del punto G, tutta quella zona diventa ipersensibile e non potrai continuare a toccarla.

La tua donna a questo punto ha raggiunto l'orgasmo più potente della sua vita e avrà riversato fiumi di liquido caldo su di te e sul tuo letto... Adesso prenditi del tempo per coccolarla e per farla rilassare.

Se non è riuscita a schizzare non preoccuparti. Non tutte le donne riescono a farlo, soprattutto se è la prima volta che ci provano. Ci vuole allenamento e tanta pratica anche da parte di lei.

E' un esercizio che dovete fare insieme volta dopo volta, orgasmo dopo orgasmo.

Di certo però porterà un giovamento nella coppia e migliorerà la vostra intesa e comunicazione sessuale (che è una potente arma di eccitazione). Più si parla di sesso, più vi verrà voglia di farlo. Più lo farete, più vi verrà voglia di parlarne. E' un circolo virtuoso.

BONUS

Come durare di più a letto: 7 segreti e 8 esercizi pratici per sconfiggere l'eiaculazione precoce

Ciao da Alex, questo bonus è un mio regalo. Dopo tanti consigli “femminili” adesso si parla tra uomini. Sì, perché se è vero che una donna sa darti consigli migliori riguardo le donne, solo un uomo può conoscere bene il problema del “durare di più” a letto.

Vuoi sapere come durare di più a letto e migliorare le tue prestazioni e trasformarti in un vero e proprio Superman del sesso? Lo so, è una cosa che tutti gli uomini desiderano.

Purtroppo su internet è facile incappare in truffe e consigli senza nessun fondamento, soprattutto quando si parla di tematiche così delicate e che hanno a che fare con la sfera sessuale.

Oggi voglio darti invece dei consigli pratici, che potrai mettere in pratica da subito e testare tu stesso la loro efficacia.

Ma prima vediamo un po' di numeri: secondo le statistiche ufficiali, il 20% (1 su 5) degli uomini italiani, di età compresa tra i 18 ed i 70 anni, soffre di eiaculazione

precoce.

La durata media del rapporto sessuale è stimata dai 3 ai 7 minuti (pochissimo) ed infatti il 38% delle donne sono sessualmente insoddisfatte del proprio partner.

Sono dati spaventosi, non è così? Se hai tra le mani questo libro però sei un uomo fortunato e presto scoprirai come durare di più a letto ed entrerai a far parte di quell'élite di uomini che sa come far provare orgasmi esplosivi alla propria donna anche senza penetrazione.

Questo problema così diffuso, porta con se diverse spiacevoli conseguenze. Oltre al fatto di non riuscire a fare sesso come si desidera, si associano spesso altri disturbi quali stress, ansia, frustrazione, scarsa autostima, i quali non fanno altro che peggiorare la situazione.

Ovviamente anche il rapporto di coppia finisce per risentirne in maniera negativa, infatti anche se spesso all'inizio le donne (alcune) si mostrano comprensive, col passare del tempo si vengono a creare inevitabilmente delle complicazioni che rendono il rapporto difficile da portare avanti.

Dal punto di vista della seduzione, in particolare, chi soffre di eiaculazione precoce finisce spesso per entrare in un circolo vizioso che rovina totalmente il rapporto con le donne.

Questo perché non sentirsi sicuri delle proprie capacità sessuali, provoca insicurezza. E l'insicurezza non

aiuta di certo a conquistare le ragazze.

La cosa migliore da fare in questi casi è una visita andrologica, ma essendo un problema piuttosto imbarazzante, la maggior parte degli uomini preferisce tenerse-lo e soffrire in silenzio. Le statistiche infatti parlano chiaro: solo il 10% degli uomini che soffre di eiaculazione precoce, si rivolge ad un medico.

Pensa però a cosa ti stai perdendo!

Pensa quanto sarebbe bello, far in modo che questo problema non esista e sorprendere la tua donna con una prestazione da record che la faccia urlare di piacere.

Te lo dico io: in quei momenti ti senti come Superman! □ □

Inoltre devi sapere che, al di là della penetrazione vera e propria, ci sono molte altre armi che un vero uomo deve saper padroneggiare, come l'arte del cunnilingus e del ditalino (che sono state ampiamente trattate da Emy in questo libro).

Bene, ritornando all'argomento "come durare di più a letto", coi consigli che ti darò tra poco, ed un po' di impegno da parte tua, sono sicuro che riuscirai a migliorare alla grande le tue prestazioni e fare la tua bella figura, ma prima definiamo un po' meglio il problema:

COSA È L'EIACULAZIONE PRECOCE E COME È POSSIBILE SCONFIGGERLA?

Si tratta di una disfunzione molto frequente tra gli uomini, tanto da essere citata in letteratura come “la più comune tra le disfunzioni sessuali maschili”. Si stima infatti che il 25-40% degli uomini soffra di questo spiacevole disturbo, la cui causa scatenante è spesso sconosciuta.

Non esistono dei parametri universalmente accettati per definire un quadro certo di eiaculazione precoce, ma facendo una media tra i vari studi proposti sull'argomento, si può parlare con certezza di eiaculazione precoce se l'emissione di sperma avviene prima di raggiungere la penetrazione, o comunque entro un minuto dall'inizio del rapporto.

E' inoltre importante che il disturbo si protragga per vari mesi per poter fare una diagnosi di eiaculazione precoce. Se al contrario, si tratta di un episodio singolo o che si presenta raramente, può essere semplicemente un fenomeno passeggero, magari dovuto allo stress.

Secondo uno studio della Società Italiana di Andrologia (SIA), un rapporto dura in media dai 3 ai 7 minuti.

Se la tua media è 8 minuti aspetta ad esultare, perché essere nella media o poco sopra non significa che sia una durata soddisfacente. Infatti lo stesso studio ci dice che il 38% delle donne italiane non è soddisfatta, ses-

sualmente parlando, del proprio partner.

E poi se sei un mio allievo devi farmi fare bella figura, quindi dobbiamo impegnarci di più.

Per finire con le statistiche, devi sapere che soltanto il 20% dei casi di eiaculazione precoce sono causate da disfunzioni fisiche ed è quindi necessario l'intervento medico.

L'80% dei casi sono dovuti a cause di tipo psicologico e comportamentale ed è proprio per questa categoria di persone che saranno più utili i consigli che seguono.

Vediamo dunque i 7 segreti per durare di più a letto.

SEGRETO N° 1: SMETTI DI MASTURBARTI VELOCEMENTE

Lo so, il tempo è sempre poco e gli impegni sono tanti, quindi ti capita spesso di masturbarti in fretta e furia appena hai 5 minuti liberi, giusto?

MALE, molto male! Non c'è niente di più sbagliato.

Il sesso, ma anche l'autoerotismo, sono cose che vanno fatte con la massima calma, senza stress e senza ansia.

La masturbazione deve essere un momento di relax, non uno stress ulteriore.

Masturbarsi velocemente solo per svuotarsi, non fa altro che aggravare il problema, quindi se non hai almeno 30-40 minuti per dedicarti ad ascoltare il tuo corpo e

le sensazioni che ti da, non iniziare per niente. Devi prenderti tutto il tempo di cui hai bisogno, rilassarti e goderti il momento.

SEGRETO N° 2: L'ANSIA È IL TUO PEGGIOR NEMICO

Ehi calmati, non stai facendo un'esame! Fare sesso con una bella ragazza deve essere una cosa piacevole, una cosa che piace prima di tutto a te e che soddisfi anche la tua partner.

Il problema di molti uomini è che si sentono sotto pressione, come se la donna fosse lì per giudicarli e così si fanno prendere dall'ansia... ed il danno è fatto.

Beh devi sapere che più sarai preoccupato e ti farai prendere dall'ansia, più le tue paure finiranno per avverarsi!

Sesso e preoccupazioni non vanno d'accordo, pensa a rilassarti e goditi il momento, goditi il reciproco contatto dei corpi che si sfiorano e ogni altra sensazione che di bello riesci a percepire.

SEGRETO N° 3: NON PUOI CORRERE COME UNA LEPRE SE NON RIESCI NEMMENO A CAMMINARE COME UNA TARTARUGA!

Lo so, questo sembra un vecchio proverbio cinese, ma in realtà è un consiglio molto prezioso.

Significa che quando stai con una donna, non devi pensare a penetrarla in fretta e furia e con tutta l'irruenza di cui disponi. Calma!

Anche in questo caso la fretta è una brutta consigliera. Se vuoi veramente diventare l'idolo delle donne, devi sapere una cosa: una donna va stimolata gradualmente prima di essere penetrata. Dedica del tempo ai preliminari come descritto in questo libro e vedrai che la farai godere senza neanche toglierti le mutande. Io spesso non inizio a penetrarla se prima non le ho regalato almeno un orgasmo mediante stimolazione orale o manuale.

Questo ha il duplice effetto di far eccitare in modo indescrivibile la ragazza e farti sentire più sicuro di te, in quanto, mal che vada, l'hai già fatta godere una volta o più.

SEGRETO N° 4: RESPIRA LENTAMENTE E PROFONDAMENTE

Respirare profondamente ha un effetto benefico sull'ansia ed aiuta a rilassarsi. Questo di conseguenza ha un effetto positivo sull'erezione e sull'iaculazione precoce.

Quando sei teso e sotto stress, tendi a fare respiri corti e poco profondi. Le cellule si ossigenano poco e male ed il corpo non risponde come dovrebbe. Questo

ha effetto anche sul tuo attrezzo, che non riesce a ricevere il sangue necessario per una erezione eccellente.

Quindi respira, riempi bene i polmoni e non restare in apnea. Attento però anche a non fare l'errore opposto, cioè esagerare con la respirazione, altrimenti rischi di iper-ventilare e non è mai una cosa piacevole.

SEGRETO N° 5: IL SESSO NON È SOLO PENETRAZIONE

Purtroppo la maggior parte degli uomini ha una visione piuttosto limitata del sesso, e se anche tu sei tra questi, da oggi devi imprimerti bene in mente questa frase: "Il sesso non è solo penetrazione". In questo le donne sono molto più evolute di noi maschietti.

Il sesso è un gioco di percezione, è fatto di carezze, baci, mani che esplorano punti strategici... insomma, il tuo uccello non è l'unico strumento di cui disponi per far godere una donna. Ogni parte del tuo corpo può diventare un'arma ad alto potenziale erotico!

Come può esserti utile questa cosa per durare di più? Semplice. La prossima volta che stai facendo l'amore con una ragazza e senti che stai per venire, ma è ancora troppo presto... fermati un attimo, trattieni l'orgasmo e continua a stimolarla con le mani o la bocca.

Non c'è limite a quello che puoi farle. Usa la fantasia, sperimenta! Quando senti che il "pericolo di venire" è

passato, cambia posizione e ricomincia.

SEGRETO N° 6: NON ESSERE EGOISTA!

Capita a tutti prima o poi di fare una prestazione non proprio brillante. Non ti devi preoccupare, è assolutamente normale, ed a tutto c'è rimedio.

Già solo applicando i consigli che ti ho dato in questo capitolo sono sicuro che otterrai delle belle soddisfazioni, anzi, fammi sapere come va.

Prima di concludere questo punto però, voglio darti un ultimo, fondamentale consiglio, che però molti uomini sembrano ignorare.

Non essere egoista! Se ti capita di non riuscire a resistere abbastanza a lungo da far venire la tua donna, non te ne scappare fuori dal letto perché “tanto tu sei venuto”!

Il minimo che puoi fare è impegnarti per dare anche a lei l'orgasmo che merita. E non hai scuse, come ti ho detto al punto 5, hai tutto il tuo corpo a disposizione per farlo.

SEGRETO N° 7: ESERCIZI DI KEGEL E REVERSE KEGEL

Si tratta di esercizi che servono per riuscire a controllare i muscoli coinvolti nel rapporto sessuale. Riuscire a controllare questi muscoli permette di ritardare l'eiacu-

lazione e quindi di durare di più.

Secondo Barbara Keesling, esperta in terapia sessuale ed autrice del libro “Come fare l’amore tutta la notte”, esistono due tipi di uomini al mondo: quelli che controllano il proprio pene e quelli che sono controllati dal proprio pene.

Un uomo che non riesce a controllare il proprio pene è un uomo che vive nella paura. Ha paura che la sua inadeguatezza venga scoperta, non è capace di avere una vita sessuale soddisfacente e non è capace di appagare la donna che ama.

Il maggiore ostacolo al piacere sessuale è la paura che il nostro “equipaggiamento” non sia all’altezza, e spesso questa paura deriva dalla scarsa conoscenza che abbiamo del nostro apparato genitale.

Un rapporto più salutare col nostro organo riproduttivo può risolvere una serie di problematiche molto comuni come l’ansia da prestazione, donando all’uomo un adeguato controllo sul suo funzionamento ed una maggiore sicurezza in se stesso.

La tua prestazione sessuale può dunque essere compresa, alterata e migliorata. Ed è proprio quello lo scopo di questo articolo.

COSA È E COME PUÒ AIUTARTI IL MUSCOLO PUBOCOCCIGEO

Il pene, come sicuramente saprai, non è un muscolo. Lo so, è un peccato, se fosse stato così sarebbe bastato allenarlo come un qualsiasi altro muscolo per tenerlo bene in forma.

Non tutti sanno però che esiste un muscolo che ha un ruolo fondamentale nel mantenimento dell'erezione. Stiamo parlando del muscolo pubococcigeo.

In pratica il muscolo pubococcigeo (PC) è quello che usi per fermare il flusso dalla vescica, ed è lo stesso che si contrae per espellere lo sperma durante l'eiaculazione.

Come ti dicevo, questo muscolo è fondamentale per l'attività sessuale e per durare di più a letto, ma quasi nessuno fino a qualche anno fa, era a conoscenza di queste importanti funzioni e di come allenarlo nel modo corretto per migliorare le prestazioni sessuali.

Riuscire a controllare il muscolo pubococcigeo significa avere il pieno controllo del tuo pene, aumentare la durata delle tue prestazioni e raggiungere una sensazione di piacere molto maggiore (anche noi maschietti possiamo arrivare a provare orgasmi multipli).

Padroneggiare le tecniche per il controllo di questo muscolo non è difficile, richiede un impegno di pochi minuti al giorno, ma costante nel tempo.

Tutto ciò di cui hai bisogno sono 2 o 3 esercizi che ti spiegherò tra poco e pochi minuti al giorno del tuo tempo.

Inoltre devi sapere che, al di là della penetrazione vera e propria, ci sono molte altre armi che un vero uomo deve saper padroneggiare, come l'arte del cunnilingus e del ditalino.

PRIMA DI INIZIARE: COME INDIVIDUARE IL MUSCOLO PUBOCOCCIGEO PER SVOLGERE GLI ESERCIZI CORRETTAMENTE

La prima cosa che devi fare, prima di iniziare con gli esercizi, è riuscire a percepire e capire dove si trova il muscolo pubococcigeo, che diventerà il tuo miglior alleato e ti permetterà di durare di più a letto.

Per molti uomini individuarlo è semplice e immediato, mentre per altri può essere un po' più complicato.

Adesso ti spiego il modo più semplice per individuarlo ed isolarlo dagli altri muscoli vicini:

Innanzitutto posiziona delicatamente due dita dietro i testicoli. Adesso spingi come se dovessi urinare e subito dopo trattieni, come se dovessi bloccare l'urina. Sentirai in quel punto un muscolo che si contrae, lo senti irrigidirsi?

Ecco, hai appena trovato il tuo muscolo pubococcigeo. Forse hai notato che pene e testicoli hanno un po'

“saltato” quando hai contratto questo muscolo.

Attenzione: è molto importante che, durante gli esercizi che seguiranno, tu riesca a contrarre solo e soltanto questo muscolo, mentre quelli dello stomaco e delle cosce dovranno rimanere rilassati.

ESERCIZIO DI KEGEL N° 1: CONTRAZIONE E RILASCIAMENTO

Eccoci al primo esercizio per allenare il tuo muscolo pubococcigeo. Mettiti ben comodo, le prime volte avrai bisogno di un po' di concentrazione, ma successivamente riuscirai a fare questo semplice esercizio ovunque.

Tutto quello che devi fare è: contrai il muscolo pubococcigeo come ti ho insegnato poco fa, trattieni la contrazione per 1 o 2 secondi e poi rilascia. Facile no?!

Ripeti questo esercizio per 20 ripetizioni per 3 volte al giorno (60 ripetizioni al giorno).

Ovviamente non è necessario tenere le dita sul muscolo durante lo svolgimento. Le prime volte magari puoi farlo, se hai difficoltà a individuare il muscolo, ma successivamente puoi procedere senza toccarlo, ti basta percepirlo.

Lo so, magari ti sembra troppo semplice per essere efficace, ma ti garantisco che lo è, e presto lo scoprirai da te.

Attento a non trattenere il respiro mentre lo fai, respira normalmente in modo da ossigenare bene l'organismo. L'ossigeno è fondamentale anche per mantenere un'erezione potente.

E' importante anche non esagerare con le contrazioni, essendo un muscolo rischi di farlo infiammare con tutte le conseguenze del caso.

Ripeti questo esercizio 3 volte al giorno per 3 settimane.

ESERCIZIO DI KEGEL N° 2: LA CONTRAZIONE LUNGA

Hai fatto l'esercizio 1 per 3 settimane? Bene, allora dovresti già iniziare a notare i primi miglioramenti ed è il momento di passare all'esercizio successivo.

Continua a fare le 20 contrazioni del primo esercizio come hai fatto finora, ma adesso devi aggiungere 10 contrazioni lente e prolungate.

Come si fa? Contrai il muscolo pubococcigeo più forte che puoi, mantieni la contrazione per 5 secondi, dopodiché rilascialo lentamente. Ripeti per 10 volte ed il gioco è fatto.

Con questo esercizio dovresti sentire il muscolo PC che lavora molto intensamente.

Potresti avere difficoltà a fare 10 ripetizioni fin da subito, ma non ti preoccupare e non ti sforzare eccessiva-

mente. Inizia con 3 o 4 ripetizioni ed aumenta gradualmente giorno dopo giorno fino ad arrivare a 10.

ESERCIZIO DI KEGEL N° 3: STOP & GO

Questo esercizio è un po' più difficile e va svolto durante la masturbazione. Consiste nel riuscire a bloccare l'eiaculazione grazie alla contrazione del muscolo pubococcigeo, che ormai dovrebbe essere diventato abbastanza forte.

Come si svolge? Mettiti comodo e prenditi tutto il tempo che serve, perché questo esercizio va svolto senza fretta. Inizia lentamente, senza movimenti bruschi, rilassa tutti i muscoli dell'addome e delle cosce e respira tranquillamente.

Aumenta gradualmente la velocità fino a raggiungere un certo livello di eccitazione, poi stop, ferma la stimolazione e contrai contemporaneamente il muscolo pubococcigeo.

Fai un respiro profondo e lascia diminuire un po' l'eccitazione, poi riparti lentamente.

Aumenta di nuovo la velocità fino a raggiungere un picco di eccitazione superiore al precedente, poi fermati di nuovo, contrai il muscolo PC e fai un respiro profondo.

Continua questo esercizio per 15 o 20 minuti. Ciò che devi fare è cercare di raggiungere ogni volta un picco di

eccitazione superiore al precedente, ma riuscendo a bloccare l'eiaculazione grazie al muscolo PC ed alla respirazione.

Con che frequenza devo svolgere questo esercizio? Diciamo che dipende molto dai casi, ma direi che una o due volte a settimana può andare bene.

Tieni presente che, una volta che padroneggi gli esercizi 1 e 2, puoi limitarti a svolgerli come mantenimento un paio di volte al mese e quindi hai più tempo da dedicare a questo terzo esercizio che li comprende un po' tutti.

ESERCIZI REVERSE KEGEL PER DURARE DI PIÙ: PIÙ DIFFICILI, MA ANCHE MOLTO EFFICACI...

Gli esercizi Reverse Kegel sono quelli che, al contrario dei Kegels classici, andranno a lavorare sul rilassamento (e non sul rinforzo) sia del muscolo Bulbocavernoso (BC), ossia il muscolo situato alla base del pene, che del muscolo Pubococcigeo (PC), cioè il fascio muscolare che va dal coccige all'osso pubico.

Imparare a rilassare questi muscoli ti aiuterà a controllare l'eiaculazione così da lasciarti andare solo quando sarai tu a decidere. In questo modo avrai la possibilità di far durare il rapporto quanto vuoi.

I Reverse Kegel sono un po più complicati dei Kegels classici. Questo perché potrebbe essere difficile capire

l'esatta posizione dei muscoli e ancora più difficile capire come muoverli correttamente.

Solitamente questo avviene perché non sono stati fatti abbastanza Kegel classici e quindi non si conoscono i muscoli coinvolti. Quindi il modo migliore per identificare i muscoli corretti è quello di imparare prima a fare i kegels normali.

I reverse Kegel coinvolgono gli stessi muscoli, ma in modo differente. Siccome questi sono muscoli di cui solitamente ignoriamo l'esistenza, serve tempo per imparare a contrarli o rilassarli a comando.

Nonostante la difficoltà iniziale, vale la pena provarci perché ti aiuteranno a mantenere la calma durante il sesso e a non farti sopraffare dall'eccitazione. Quindi, se impari bene quelli classici, avrai ottime probabilità di fare correttamente anche i reverse.

REVERSE KEGEL: ECCO GLI ESERCIZI PRATICI

1 . SPINGI VERSO IL BASSO

Il primo esercizio da imparare per fare correttamente i reverse Kegel è, appunto, il movimento inverso ai Kegel classici.

Se nei Kegel bisogna contrarre e rilassare alternatamente il muscolo pubococcigeo, nei Reverse Kegel bisogna spingere con forza verso il basso, un po' come quando fai pipì e vuoi svuotare la vescica in fretta.

Ecco, prova questo esercizio mentre fai pipì: inizia normalmente e poi spingi con più forza per far aumentare il flusso d'urina. Ripeti questo esercizio più volte al giorno, ma senza esagerare.

2 . RESPIRA COL DIAFRAMMA

La maggior parte delle persone respira con il petto. Per migliorare i reverse Kegel, invece, è utile imparare a respirare espandendo lo stomaco e quindi usando il diaframma. Questo ti permetterà di concentrarti di più e ad isolare il movimento del singolo muscolo che vuoi usare. Allenati con questo tipo di respirazione più bassa e profonda tutti i giorni, 2 volte al giorno.

3 . CONTROLLA RESPIRAZIONE E MOVIMENTO

Ora unisci i due movimenti. Prova a controllare la respirazione mentre spingi verso il basso. Sicuramente ti sarà capitato di notare che mentre spingi, il movimento coinvolge anche i muscoli della pancia e il diaframma. La respirazione diaframmatica ti aiuta proprio in questo: a focalizzare l'attenzione solo sul movimento di spinta dei muscoli PC e BC e non sugli altri.

Il movimento del diaframma e dei muscoli del pene dovranno essere indipendenti.

Allenati per 5 minuti al giorno a spingere e respirare in modo controllato. Concentra la tua mente su questo

esercizio e cerca di incoraggiarla al controllo muscolare.

4 • 20 + 4

Siediti o sdraiati e rilassati per un minuto. Ora respira per 4 secondi e spingi verso il basso come se dovessi far pipì per almeno 20 secondi. Cerca di farlo senza tendere la pancia o coinvolgere altri muscoli. Ora rilassati e respira per altri 4 secondi. Ripeti 9 volte questo esercizio.

5 • LA PROVA PRATICA

E' il momento di provare i reverse Kegel realmente. Puoi fare questo inizialmente mentre ti masturbi e poi potrai provare durante il sesso. Il procedimento è uguale in entrambi i casi.

Prima di tutto prenditi del tempo per poterti masturbare in tutta calma perché se non hai la mente rilassata difficilmente riuscirai a controllare alla perfezione tutti i muscoli. Quindi, se hai i minuti contati, evita di provare i reverse Kegel.

L'esercizio consiste nel riuscire a controllare e tenere rilassati i muscoli del pene così da poter far durare più a lungo il rapporto.

Se hai fatto gli esercizi descritti sopra ormai sarai in grado di fare correttamente il movimento di spinta verso il basso senza coinvolgere i muscoli addominali e

controllando la respirazione.

Inizia a masturbarti cercando di tenere rilassati il più possibile pancia e gambe. Fai movimenti lenti e inizia a concentrare la respirazione sul diaframma.

Ora aumenta il ritmo fino a che non sentirai l'eccitazione salire. A questo punto dovrai cercare di tenere rilassati i muscoli del pene spingendo verso il basso e respirando lentamente e profondamente così da controllare l'eiaculazione.

Quando senti di avere il pieno controllo, aumenta gradualmente il ritmo fino a raggiungere un'eccitazione superiore alla precedente, ma senza lasciare che questa prenda il sopravvento su di te.

Continua questo esercizio per almeno 20 minuti fino a che non senti di avere il pieno controllo della situazione.

Puoi ripetere questo esercizio anche 2-3 volte alla settimana fino a che non ti accorgi di riuscire a rilassare perfettamente i muscoli e controllare l'eiaculazione a tuo piacimento.

Sono sicuro che, se metterai in pratica questi consigli, nel giro di 1 o 2 mesi riuscirai a raggiungere una resistenza che prima non immaginavi neanche.

Da parte tua devi solo impegnarti qualche minuto al giorno e svolgere questi semplici (e anche piacevoli) esercizi.

Nella maggior parte dei casi l'eiaculazione precoce non è un problema irreversibile e si possono utilizzare diversi "accorgimenti" per migliorare le proprie prestazioni e durare di più a letto in modo da avere il tempo per regalare alla nostra compagna gli orgasmi che merita.

Ricapitolando i 7 segreti per durare di più a letto sono:

1. Smetti di masturbarti velocemente, perché in questo modo aggravi solo il problema. Se proprio devi, prenditi 30-40 minuti e fallo con calma.
2. No ansia! Sesso e ansia non vanno d'accordo, non pensare che la ragazza è lì per giudicarti come la più perfida delle professoresses del liceo, ma goditi il momento e tutto sarà più bello e appagante.
3. Inizia gradualmente. Non devi fiondarti su di lei come un toro imbizzarrito, stimolala gradualmente ed anche lei raggiungerà l'orgasmo più in fretta.
4. Respira. Quando respiri tutto il corpo di ossigena e funziona meglio, compreso il tuo pene!
5. Il sesso non è solo penetrazione. Se senti che stai per venire, puoi sempre fermarti un attimo e

continuare a stimolarla con mani e bocca mentre dai al tuo pene il tempo di riprendersi!

6. Non essere egoista. Se non resisti e vieni prima di lei, il minimo che puoi fare è usare ogni arma a tua disposizione (mani, bocca, ecc...) per dare anche a lei l'orgasmo che merita.
7. Esercizi di Kegel e Reverse Kegel: sono degli esercizi che rinforzano i muscoli del pavimento pelvico e aiutano quindi a controllare l'eiaculazione.

Buon allenamento!

E ORA??

Il libro finisce qui, ma il tuo viaggio per portare la tua donna a vivere orgasmi esplosivi è appena iniziato. Intanto, se ancora non l'hai fatto, scarica subito i contenuti gratuiti che trovi qui: www.sessoesplosivo.com/bonus-libro/

Se hai avuto la costanza e la passione di leggere questo libro fino alla fine, di sopportare il mio modo di pormi un po' carico ed eccessivo, a volte anche arrogante, ma sempre diretto e senza mezzi termini, allora hai le carte in regola per andare fino in fondo e raggiungere il tuo obiettivo: fare del vero Sesso Esplosivo con la tua donna e farla diventare totalmente dipendente da te e dal piacere che saprai darle.

Il 99% dei siti di sesso e seduzione italiani sono gestiti da uomini che danno ad altri uomini informazioni su come tentare di entrare nella testa delle donne per sedurle e portarle a letto; Sessoesplosivo.com e Seduzionemagnetica.com sono gli unici in cui troverai una donna che ti parlerà senza mezzi termini e che ti svelerà segreti femminili e meccanismi che nessun uomo, per quanto possa essere bravo a sedurre, conoscerà mai.

Puoi intraprendere il tuo percorso di formazione proprio partendo da questi blog densi di informazioni:

www.seduzione magnetica.com

www.sessoesplosivo.com

Dal nostro canale Youtube:

www.youtube.com/c/seduttorein30giornix

E dai nostri corsi:

www.seduzione magnetica.com/corsi-avanzati/

Troverai centinaia di articoli e video sull'argomento, mini corsi, e corsi avanzati.

Il vero segreto di quello che io ed Alex insegniamo e che apprenderai frequentando questi siti, non è un miscuglio di roba presa qua e là da internet e messa su alla meglio. Tutto quello che leggerai è frutto di ricerche, di tempo speso a cercare di migliorare le proprie capacità e conoscenze, di tanti errori e di bei momenti passati a fare sesso e a sperimentare tutte le tecniche che troverai qui.

Non solo... siccome quando Alex ha fondato Seduzione magnetica.com non stavamo ancora insieme, abbiamo deciso di testare sul campo INSIEME le tecniche di seduzione descritte nel blog e nel corso... Il risultato è stato strepitoso...

Alex approcciava ragazze e si faceva lasciare il nume-

ro di telefono mentre io lo guardavo da lontano...

Poi le parti si invertivano ed ero io a tentare di approcciare ragazze mentre lui se ne stava in un angolo, piegato in due dalle risate e cercando di darmi dritte su cosa fare...

Quella sera siamo tornati a casa con 9 numeri di telefono di altrettante ragazze e con tante informazioni utili per accrescere la nostra esperienza e trasmetterla a chi ci segue.

Quindi niente cazzate! Da parte mia e di Alex sentirai parlare solo di quello che funziona REALMENTE, di ESPERIENZA DIRETTA e di cose TESTATE, così eviterai di perdere tempo e soldi in tentativi inutili.

Parliamoci chiaro, al giorno d'oggi siamo tutti tremendamente stanchi, si va troppo di corsa, abbiamo sempre i minuti contati e c'è sempre meno tempo da dedicare a se stessi ed alla coppia. Questo si traduce in uomini stressati, donne nervose e coppie che si tradiscono e si separano in tempi record.

Se in una coppia manca il Sesso, il desiderio di stare insieme e di godere l'un l'altro di questo splendido dono, prima o poi ognuno andrà per la sua strada.

Ci siamo prefissati di insegnarti tutto questo perché vogliamo che la tua vita sessuale (e quella delle donne con cui avrai a che fare) sia piena e soddisfacente. Una persona sessualmente soddisfatta è una persona felice e

le persone felici hanno il controllo della loro vita e del loro futuro. Questa per noi è una missione, uno stile di vita. Chiunque tu sia, da qualunque estrazione sociale tu venga, hai diritto di essere felice ed avere vicino una donna (o magari più di una) con cui condividere questo dono.

Solo conoscendo davvero cosa passa nella mente di una donna prima, durante e dopo il sesso e sapendo cosa vuole realmente che tu faccia, potrai volgere a tuo favore tutte le situazioni in cui ti troverai, anche quelle apparentemente più difficili. Potrete finalmente godere di quel Sesso vero, reale che la soddisferà e la farà tremare di piacere.

La linea che separa una relazione senza sesso da una relazione appagante e godereccia è molto sottile. Sta solo a te avere la voglia e il coraggio di oltrepassare questa linea.

Infine, ricorda che mi piacerebbe molto ricevere una tua recensione su Amazon, sempre che ti sia piaciuto leggermi.

Un saluto da Emy

.....

SCARICA I BONUS DEL LIBRO

WWW.SESSESPLOSIVO.COM/BONUS-LIBRO

.....