



Ana
Hita

ORÁLNÍ
SEX
TO
NEJLEPŠÍ
PRO NI

50 poloh a technik, které ji
zaručeně přivedou k extázi

SONIA BORG, PH.D., M.A., M.P.H.,

Autorka knihy Orální sex – to nejlepší pro něj

Z anglického originálu Oral sex – She'll never forget
(nakladatelství A QUIVER BOOK) vydalo nakladatelství Anahita
Text © 2009 Sonia Borg, Ph.D., M.P.H., M.A.
Fotografie © 2009 Quiver

ISBN 978-80-87740-42-2 (PDF)
ISBN 978-80-87740-43-9 (PDF pro te ky)
Přeložila: Pavla Melicharová
Jazyková úprava: Soňa Charvátová
Grafická úprava české verze: Jindřich Procházka
Vydalo nakladatelství ©Anahita 2012
www.anahitacz.cz
Text © 2010 Sonia Borg, Ph.D., M.P.H., M.A.
Fotografie © 2009 Quiver

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této knihy nesmí být
v jakékoli formě nebo jakýmkoli způsobem, elektronickým nebo
mechanickým, reprodukována nebo použita bez předchozího
písemného svolení vydavatele.

Vydavatel dle 18 USC 2257 uchovává záznamy související
s obrázky použitými v této knize. Záznamy jsou umístěny
v Rockport Publishers, Inc., 100 Cummings Center, Suite 406-L,
Beverly, MA 01915-6101

Poznámka pro čtenáře:

Kniha obsahuje autorčiny názory a nápady a je určena
informovaným dospělým osobám. Nejde o terapii, ale o zábavu.
Dr. Sonia Borg, Ph.D., M.P.H., M.A., je klinickou sexuoložkou,
nikoli terapeutkou nebo doktorkou medicíny. Některé praktiky
nebo polohy uvedené v této knize mohou být nevhodné pro lidi
se zdravotním omezením nebo fyzickým postižením. Posuďte
sami!

ORÁLNÍ SEX – TO NEJLEPŠÍ PRO NI: polohy a techniky, které
ji zaručeně přivedou k extázi / Sonia Borg.

p.cm.

Sexuální návody pro muže. 2. Orální sex. 3. Ženský orgasmus. I.

Obálka a design: Traffic

Layout: Daria Perreault

Ilustrace: Robert Brandt

Veškeré fotografie: Lucia Scarlotti s výjimkou fotografií na
stranách 75, 77, 78, 79, 115, 127, 128, 129, které zhotovil
Richard Avery a stranách 133, 134, 135, které zhotovil Allan
Penn.

Vytištěno a svázáno v Singapuru.

ORÁLNÍ SEX TO NEJLEPŠÍ PRO NI

50 poloh a technik, které ji zaručeně
přivedou k extázi

Sonia Borg, Ph.D., M.P.H., M.A.



OBSAH

006 Úvod

Tahle kniha o orálním sexu vás určitě vyvede ze „zajetých kolejí“

008 ... ale nejdříve základní anatomie:

Musíte přece znát části jejího těla

014 KUNILINGUS JAKO SLAVNOSTNÍ UDÁLOST

016 Otřeste jejím světem v základech

018 Afroditá

020 Tantrický kunilingus

022 Provokující a smyslný

024 Před večerí nezapomeňte na hladké oholení

026 Staňte se členem High Mile Klubu

**030 UMOCNĚTE INTENZITU JEJÍHO ORGASMU
SMYSLNÝM POŽITKÁŘSTVÍM A NEZAPOMEŇTE
NA KUNILINGUS**

032 Celková masáž (opravdu celková)

034 Ranní bouře

038 Královská péče

040 Rozpalte ji

042 Divoký a vlhký

044 Harlequin speciál

046 Budíček

048 Rozechvěte ji od hlavy k patě

050 KUNILINGUS A NEZADANÝ MILENEC

052 Bezpečný orální sex

054 Kunilingus na seznámenou

056 Nezávazný kunilingus

058 KUNILINGUS NA HRANĚ

060 Hra na dominanci a submisivitu

064 Orál pro „děvku“

066 Nemravný a krásný

068 NECHTE SVÉ FANTAZIE O ORÁLNÍM SEXU OŽÍT

070 Kunilingus v plynulém rytmu

072 Opravářova specialita

074 Divoký a lehce drsný kunilingus

076 Kunilingus za Cash

080 Full service kunilingus

082 Kunilingus na pobřeží

084 Bonusový kunilingus

086 Orál Expres

088 Francouzský kunilingus



090 SPECIÁLNÍ TECHNIKY PRO JEŠTĚ HLUBŠÍ PROPOJENÍ

- 092** Pozice psa
- 094** Kunilingus s výstřikem
- 096** Oheň a led
- 100** Chladivý a osvěžující
- 102** Váš nejoblíbenější sport-kunilingus
- 104** Kunilingus na požádání
- 106** Nehybný jazyk
- 108** Zaklínač ženských klínů
- 112** Tři erotogenní zóny
- 114** Broukavý kunilingus
- 116** Kunilingus na závěr

118 OKOŘEŇTE SI SEX ORÁLNÍMI RYCHLOVKAMI

- 120** Rychlovka v automyčce
- 122** Rychlá akce v drive-through

124 SPOLEČENSKÉ HRY, KTERÉ LIDÉ HRAJÍ... BEZ KALHOT

- 126** Hra na masturbaci
- 130** Kunilingus na dálkové ovládání
- 132** Výzva s názvem kunilingus
- 136** Hláskovaný kunilingus
- 138** Orální hrátky se sexy hračkami: Level 1
- 140** Orální hrátky se sexy hračkami: Level 2
- 142** Vadí nevadí
- 144** Ano, ne, možná

150 Příloha I: Ženské fórum

157 Příloha II: Zdroje

158 O autorce

159 Poděkování



Úvod: Tahle kniha o orálním sexu vás určitě vyvede ze „zajetých kolejí“

Ze žádné jiné sexuální techniky není cítit „miluji tě“ tak výrazně jako z kunilingu. Orální uctění nejintimnější části jejího těla je jedním z největších darů, jaký můžete ženě dát. Jako každý dar milované osobě, i tento musí být vybrán přesně podle potřeb a přání obdarovaného a musí být darován od srdce. Pár bezduchých tahů jazykem s nadějí, že za ně dostanu lepší službu oplátkou, nepovažuji za dar kunilingu!

Bez ohledu na váš postoj ke kunilingu ho většina žen miluje a některé bez něj nedokážou dosáhnout orgasmu. Kunilingus je sex a navíc je to krásná forma sexu. Na rozdíl od pohlavního styku můžete vašeho partnera ochutnat, cítit a dotýkat se ho zároveň. Stejně jako řízení se kunilingus dá naučit a dokonce v něm můžete být opravdu hodně dobrý. A já vám ukážu, jak toho dosáhnout.

Jiné knihy vás možná učí různé pohyby jazykem a ústy, stejně jako já. Ale moje kniha vás naučí víc! Vytvořila jsem speciální scénáře, které z kunilingu udělají sexuální událost.

Pokud jste vždycky chtěl být mužem, který dokáže psychicky vzrušit svou partnerku a navíc je vybaven technikou, která jí zaručí orgasmus, je tahle kniha určena pro vás. Kunilingus vám do vašeho života mnohé přinese, například:

- Zvýšení sebedůvěry coby milovníka
- Sexuální uspokojení (její i vaše)
- Pocit mužnosti
- Nové sexuální inspirace a kreativitu
- Schopnost lépe se vcítit do vývoje jejího vzrušení

A navíc jsem si jistá, že vám oběma – vám i vaší partnerce – mohu slíbit, že váš vztah opět nabere čerstvý vítr.

Každý scénář je zábavný a kreativní a pomůže vám zvládnout kunilingus. Rozdělila jsem je do několika kategorií, což vám pomůže najít scénář vyhovující vašemu erotickému naladění. A co víc, knihou se prolínají Fakta o sexu, která určitě rozšíří vaše znalosti v oblasti sexu. V rámci jednotlivých scénářů naleznete jednoduché segmenty: rubrika Nenechte se zaskočit zdůrazňuje použité speciální techniky. Jednotlivé scénáře vytvářejí základnu pro kreativní fantazii, která přetváří kunilingus na sexuální událost. Oddíl Poslední přípravy vám poskytne přehled o detailech, které je třeba vzít v potaz. Technika vám dává podrobný návod od prvního doteku po její orgasmus.

A konečně rubrika Sexperti říkají, že... vám poskytne užitečné informace založené na mých vlastních zkušenostech, sexuologických pozorováních a zpovědích mých klientů. Tyto poznámky vám pomohou pochopit, jak sex s vaší partnerkou udělat hravý a dobrodružný, a poskytnou vám náhled do ženské (a do jisté míry i do mužské) sexuality.

V knize opravdu najdete scénáře pro jakoukoli náladu, od hravých po prohlubující se napojení spřízněných duší. Pokud některý scénář vyzkoušíte a nebude se vám líbit, zkuste jiný... a další... a další. Přizpůsobte se, změňte sebe i scénáře tak, aby vyhovovaly právě vám. Co by se dalo porovnat s teplem vašeho dechu, vlhkým sáním vašich rtů a pevnosti vašeho jazyka?

Opravdu upřímně doufám, že vám moje kniha poskytne nástroje a inspiraci potřebnou k tomu, abyste otřásl jejím erotickým světem v základech a stal se expresivnějším a dobrodružnějším milencem. Také doufám, že se toho hodně naučíte i o své vlastní sexualitě a zažijete uspokojení z dobře odvedeného orálního sexu.

Přeji vám šťastný a zdravý sexuální život!

S láskou
Dr. Sonia

... ale nejdříve základní anatomie: Musíte přece znát části jejího těla

Nemůžete ji přivést k šílenství, pokud neznáte její nejcitlivější místa. Zde najdete několik termínů do začátku

Vulva (lůno)

Politicky a anatomicky správný název, který označuje celou zevní část ženských genitálií.

- Mons neboli mons veneris (latinský termín pro Venušín pahorek): toto měkké místo na nejvyšším bodu spony stydké je citlivé na dotek a vysoce vzrušivé, nicméně jeho stimulace obvykle nevede k vyvrcholení.
- Labia majora (velké stydké pysky): labia majora je poměrně citlivá oblast překrývající a chránící citlivější vnitřní část vulvy. Velké stydké pysky jsou pokryty ochlupením (které velká část žen odstraňuje pomocí vosku nebo holením). Po odstranění těchto chloupků mnoho žen reaguje na dotek citlivěji.
- Labia minora (malé stydké pysky): tyto citlivější pysky při vzrušení zvětšují svou velikost a mění barvu. Běžně jsou sice velikostně menší než velké stydké pysky, ale někdy se zvětší natolik, že „přerostou“ pysky velké.

Klitoris (poštěváček)

Některé slangové termíny popisují tento malý růžový výčnělek občas přirovnávaný k penisu jako holčičku na lodi, fazolku, magické tlačítko, kytičku, perličku atd.. Je to jediný orgán co se jak ženského, tak i mužského těla týče, který je výhradně stvořen pro jediný účel, a tím je rozkoš. Samotný klitoris má 8000 nervových zakončení a patří do sítě celkem 15 000 nervových zakončení, jimiž je protkána celá oblast stydká. Známe-li tyto údaje, musíme si přiznat, že je téměř nemožné dosáhnout orgasmu, který není v zásadě klitorální.

- Poštěváčková kapuca (předkožka): Tento malý kožní převis překrývá a chrání špičku klitorisu. Když je žena vzrušená, špička klitorisu vyčnívá z poštěváčkové kapuce, u některých žen však jen minimálně.
- Špička klitorisu: Když lidé mluví o klitorisu, mají většinou na mysli jeho špičku. Převážná většina nervových propojení mezi klitorisem a vagínou končí právě ve špičce klitorisu. Je to opravdu úžasná a mocná část ženského těla!

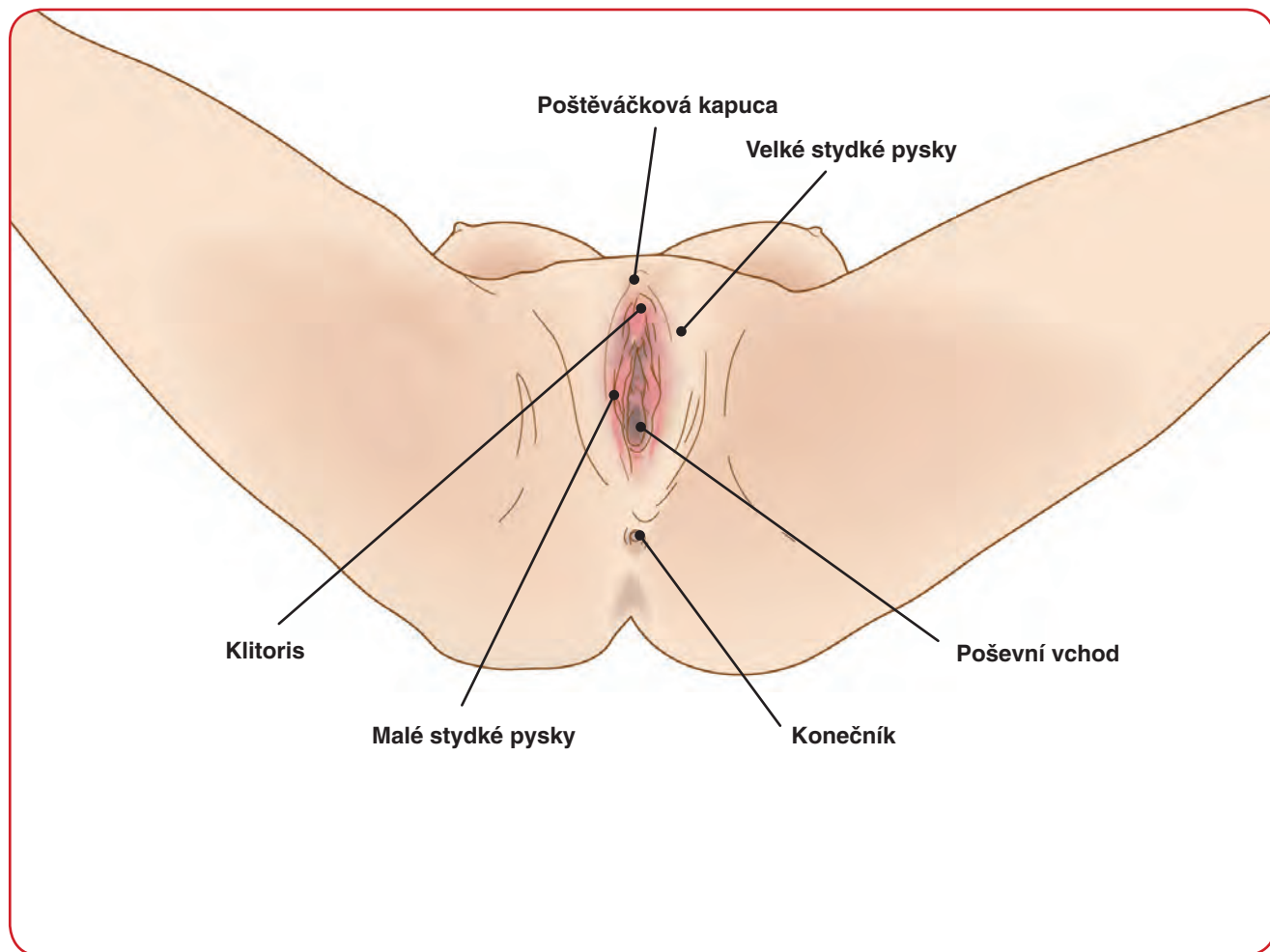
- Crura (čti krura; pozn. překladatele) dvě části těla klitorisu: Mají tvar písmene V. Procházejí zprava a zleva podél ústí močové trubice a vracejí se zpět ke sponě stydké. Pojí se na střední část těla klitorisu v bodě styku ramen „písmene V“.
- Bulbus vestibuli: Proužek erektní tkáně vejčitého tvaru procházející až pod labia minora (malé stydké pysky). Když je žena vzrušená, naplní se tato tkáň krví a způsobí zduření vulvy.
- Pudendální rýha (*commissura labiorum*): Velmi citlivá a často přehlížená oblast se nachází nad tělem klitorisu přesně v místě styku velkých stydkých pysků.
- Fourchette: Spodní část stydkých pysků pod vchodem poševním navazující na hráz.

Vagína (pochva)

Vagína je elastická, svalnatá trubice vedoucí od dělohy (*uterus*) k povrchu těla ženy. Z vagíny vystupují novorozenci na svět, do vagíny vstupují penisy. Když je žena vzrušená, její vagína se zvětší po své šířce i délce a produkuje lubrikační tekutinu. Pokud však žena bere léky, které pochvu vysušují, nebo je po menopauze, může být zapotřebí doplňková lubrikace.

FAKTA O SEXU

Termín cunnilingus pochází z latinských slov lůno (*cunnius*) a jazyk (*lingua*). Tedy člověk provozující cunnilingus může být nazýván „cunnilingvista“.



Děložní čípek

Úzké zakončení dělohy, které ji propojuje s horní částí vagíny, se nazývá děložní čípek. Na dotek je tvrdý, při vzrušení a orgasmu se zvětšuje. Ženy, které mívají cervikální orgasmus (orgasmus díky čípku děložnímu; pozn. překladatele), popisují intenzivní fyzické a emocionální uvolnění.

Bod G

Výrazně medializovaný bod G je houbovitá tkáň velikosti vlašského ořechu (2,5 až 7,5 cm) pod vrchní poševní stěnou hned za vstupem do vagíny. Můžete ho nahmatat, když do vagíny ženy vsunete dva prsty a uděláte jimi gesto „pojď sem“. Některé ženy prožívají intenzivní orgasmy díky dráždění bodu G, jiné si stěžují, že svůj Gbod ani nedokážou najít.

Močová trubice

Moč z těla ženy vychází ústím močové trubice. Malá část topořivé tkáně nad a na obou stranách tohoto otvoru je velmi citlivá vůči erotické stimulaci. Známa coby bod U je tato oblast poměrně neprozkoumaným územím pro některé ženy (a také muže, kteří jí svým jazykem věnují pozornost).

Bartholiniho žláza

Bartholiniho žláza je umístěna mírně pod a po obou stranách poševního vchodu a při vzrušení produkuje malé množství zvlhčujícího sekretu.

Skeneho žláza

Skeneho žláza se nachází za zadní poševní stěnou a v okolí spodního konce močové trubice. Při vzrušení se tato žláza naplní krví.

Konečník

Jakožto vyústění střeva je také konečník bohatě zásoben nervovými zakončeními. Některým ženám se líbí stimulace konečníku prsty, jazykem, análními vibrátory nebo penisem. Jak ženy, tak muži mají na svém těle sval nazývaný anální svěrač. Tento sval zodpovídá za otvírání a zavírání konečníku a při orgasmu se stahuje.



FAKTA O SEXU

Neporovnávejte vulvu své přítelkyně s obrázky v časopisech, jako je *Penthouse*, *Playboy*, nebo v různých pornografických časopisech. Mnoho žen zobrazených na takových fotografiích má za sebou plastické operace, aby vypadaly perfektně.

Pubokocygeální sval (PC)

Tento sval podobný houpací síti se nachází v oblasti pánevního dna mezi stydkou kostí a kostrčí. Ovládá odtok moči a při orgasmu se stahuje. Pokud vaše partnerka – a vy také, protože mužů se to také týká – bude tento sval posilovat, zesílí a přinese vám větší rozkoš a zintenzivní orgasmus vás obou. Bude-li vaše partnerka mít silné PC svaly, bude schopna váš penis pevně „stisknout“ a dokonce jím pohybovat dovnitř a ven ze své pochvy.

Tyto svaly lze posilovat pomocí Kegellových cviků. Toto cvičení u žen pomáhá udržovat správné napětí pochvy po porodu a po menopauze. Kegellovo cvičení je velmi důležité pro posílení PC svalů každé ženy i muže. Jejich provádění je základním doporučením pro dobrý sex. Silný PC sval nejen zpravděpodobní a zesílí váš orgasmus, ale také vám může přinést zážitek opakovaných a prodloužených orgasmů. Tak cvičte!

Pro ni: Jak nalézt svůj (a jeho) PC sval

Lokalizujte svůj PC sval zastavováním a znovu spouštěním proudu moči. Jakmile sval najdete, začněte s krátkými sekvencemi Kegellových cviků.

Stáhněte sval zhruba dvacetkrát rychlostí přibližně jednoho stahu za vteřinu. Při stahu svalů, výhradně v okolí vašich genitálií (včetně análního svěrače) vydechněte. Nestahujte hýžďové svaly. Při uvolnění netlačte, pouze uvolněte napětí. Provádějte dva cvičební sety dvakrát denně. Postupně cvičení zintenzivňujte na 75 stahů dvakrát denně.

Pak přidejte dlouhé sekvence Kegellových cviků.

Svaly držte stažené a počítejte do tří. Poté svaly uvolněte. Postupně stažení prodlužujte až na 10 vteřin, poté 10 vteřin relaxujte. Opět začněte na dvou setech po 20 stazích a postupně přidávejte až na 75.

Až se dostanete na 300 stahů za den při kombinování krátkých a dlouhých sekvencí, budete připraveni přidat ke svému cvičení ještě vytlačování.

Po uvolnění stahu lehce zatlačte dolů a ven, jako byste si snažili vyvolat nutkání na stoličce. Tyto pohyby opakujte. Příliš netlačte.

Nyní si sestavte cvičení, kdy budete kombinovat dlouhé a krátké sekvence s jemným vytlačováním. Po měsíci pravidelného cvičení 300 stahů byste měli mít dobře vyvinuté PC svalstvo. Samozřejmě můžete ve cvičení pokračovat prováděním 150 stahů několikrát týdně.

Variace cvičení pro ni: Kegellův „leh – sed“

Variujte Kegellovy cviky tak, že je zahrnete do jiného druhu cvičení. Například provádějte Kegellovy cviky při cvičení „leh – sed“. Stáhněte PC svaly v momentě, kdy vtahujete svaly břišní. Obojí svalstvo uvolněte současně.

Variace cvičení pro něj: Přidejte zátěž

S postupným sílením vašich PC svalů můžete při Kegellově cvičení přidat zátěž. Nejdříve v podobě žínky na obličej, poté vlhkého kapesníku a nakonec ručníku přehozeného přes váš penis.

VÝVOJ JEJÍHO VZRUŠENÍ

Existují jakési základní stupně sexuálního vzrušení, které prožívá každý z nás, i když svým specifickým způsobem. Budete-li vnímat jak vaše partnerka reaguje a všimnout si proměn její nálady stanete se mistrem v umění milování, a to z vás udělá toho nejlepšího milence kterého kdy poznala. Ženské nálady jsou natolik složité, že k jejich pochopení být u jediné ženy můžete potřebovat celoživotní zkušenosti.

Známé erotogenní zóny na ženském těle

- Klitoris
- Děložní čípek
- Vagina (pochva)
- Konečník
- Krk
- Uši
- Prsa
- Bradavky
- Stehna
- Záda
- Rty
- Boky
- Břicho
- Hýždě
- Ramena
- Ruce
- Klíční kost

- Chodidla
- Podkolenní jamky
- Dolní část zad
- Podpaží

Známky počínajícího vzrušení

- Zvýší se srdeční tep a tlak
- Zvýší se svalové napětí
- Pochva začíná vylučovat lubrikant
- Bradavky a klitoris se naplní krví a zvětší tak svou velikost

Postup

V tomto stádiu je vaším záměrem psychologicky a fyzicky podtrhnout její ženskost. Postupy popsané v této knize pro vás představují kreativní způsob, jak toho dosáhnout. Přístupujte k ní s obdivem reflektujícím její krásu. Pomalu a dlouze ji hladěte. Iniciujte fyzický kontakt:

- Jemnými polibky
- Uvolněným očním kontaktem
- Lehkými doteky

Se stoupajícím vzrušením

- Se prohloubí dech a žena může vzdychat či sténat
- Svalové napětí se zvýší a může způsobit kroucení prstů, jemnou křeč v chodidlech, obličejí a rukou
- Žena se potí
- Vagina se prokrví a pohlaví tak může nabrat tmavší barvu
- Klitoris se zvětší
- Její prsa se mohou zvětšit a působit plněji
- Její tělo získá červený nádech

Postup

- Stanovte rytmus
- Zvolte si systém a postupy
- Vytvářejte tlak
- Zvyšujte tempo

FAKTA O SEXU

V průměru žena k dosažení orgasmu potřebuje stimulaci klitorisu po dobu 20 minut. Průměrný muž k dosažení orgasmu potřebuje dvě až pět minut přímé stimulace žaludu svého penisu při souloži nebo při ruční masturbaci. To není moc fér, že?

- Vytvářejte přímý kontakt s klitorisem a okolními erotogenními zónami
- Dobře funguje sání
- Create gaps or moments of no stimulation
- Dělejte krátké přestávky při jejím vzrušování
- Držte se jí, až bude dosahovat orgasmu

Při vyvrcholení

- Žena má svalové kontrakce a ztrácí nad sebou kontrolu. V závislosti na intenzitě orgasmu může docházet ke třem až patnácti svalovým stahům v intervalech dlouhých pouze 0,8 vteřiny
- Svalové kontrakce může pociťovat i v jiných částech těla, například ve svěrači
- Její tělo může v nejvyšším bodě vyvrcholení ztuhnout
- Některé ženy ejakulují tekutinu

Postup

Někteří lidé vnímají orální sex jako předkrm, jiní jako hlavní chod. Ženy nepotřebují opakovat celý výše zmíněný postup, aby dosáhly dalšího orgasmu. Jakmile se dostanou do orgasmického stavu, jsou vysoce vzrušivé.

- Stůjte nohama pevně na zemi, buďte klidný a buďte jí oporou.
- Udržujte kontakt s jejím klitorisem a okolními dráždivými místy.
- Tlačte na její klitoris nebo jej sajte a občas jej jazykem lehce pohladte. Zintenzivněte tak její orgasmus.

Po posledním orgasmu

Tato fáze je velmi důležitá. Její přerušeni je stejně tak zásadní jako předčasné ukončení jakékoli předcházející fáze.

- Klitoris a bradavky jsou velmi citlivé
- Nával rozkoše opadá
- Do těla ej vyplavováno zvýšené množství oxytocinu – „hormonu lásky a důvěry“

Postup

Jak dlouho je vhodné v této fázi setrvat? Ideálně tak dlouho, dokud se žena sama nevyprostí z vašeho obětí. Dvacet minut je rozumná doba.

- Zpomalte přímou stimulaci erotogenních zón až na nulu
- Buďte s ní
- Držte a hladte ji
- Lichoťte ji

FAKTA O SEXU

Kterékoli místo na těle může být erotogenní zónou. Výzkumník v oblasti sexu Alfred Kinsey přišel na to, že některé ženy mohou dosáhnout orgasmu, když jim jejich partner žužlá ušní lalůček nebo jim mne obočí.





Kunilingus jako slavnostní událost

Orální sex může být součástí jakékoli sváteční příležitosti – slavnostní večeře v drahé restauraci, výročí, dovolené nebo hrátek plných fantazie.

- **Otřeste jejím světem v základech, strana 16**
Žádá si situace dárek v podobě krásného šperku? Oviňte jej kolem svého penisu a poté, co jste ji orálně uspokojil, jím přejíždějte přes její ústa.
- **Afrodita, strana 18**
Pečujte o ni jako o bohyni, která se v ní skrývá.
- **Tantrický kunilingus, strana 20**
Sex spřízněných duší – od vašich úst k jejímu lůnu.
- **Provokující a smyslný, strana 22**
Okořeňte večeři s přáteli erotickým překvapením.
- **Před večeří nezapomeňte na hladké oholení, strana 24**
Jak často se vám poštěstí oholit jí její lasturku? Ano, chyťte příležitost za pačesy!
- **Staňte se členem High Mile klubu, strana 26**
Staňte se členem malého výběrového klubu mezinárodních milovníků – ale souložit v tak těsném prostoru raději nezkoušejte.

OTŘEŠTE JEJÍM SVĚTEM V ZÁKLADECH

Miluje váš penis právě takový, jaký je. Nebyla by však nadšená, kdyby na něm objevila šperk míněný jako dárek pro ni? A přitom jediné, co by musela udělat, aby šperk získala, by znamenalo podvolit se kunilingu?

Tohle je jasný scénář win-win: Žena dosáhne orgasmu a dostane šperk. A vy jistojistě budete mužem, který otřeše jejím světem v základech.

Scénář pro kunilingus, který otřeše jejím světem v základech

Je den svatého Valentýna (nebo její narozeniny, výročí vašeho setkání, svatby či prvního milování) a vy jí chcete dát něco neobvyklého. Zapomeňte na krabičky a balicí papír a buďte stylový. Kupte prstýnek, upevněte ho na svůj penis a po celou dobu přede hry jej nevytahujte z kalhot.

S hravým mužem je život – i sex – zábavnější. A věřte mi: vaše partnerka nikdy nezapomene na prstýnek obtočený kolem vašeho penisu, obzvláště když „rozbalení“ dárku navíc předcházelo orgasmus. Páni!

Poslední přípravy

Navlečte si prsten. Pokud jste zvolil náramek, jednoduše jej kolem údu obtočte jako laso. Prsten můžete převázat mašlí jako dárek a připevnit ho na svůj penis.

Líbejte, laskejte a hladte ji. Řekněte jí, že byste chtěl sníst její buchtíčku. Pokud se bude chtít dotknout vašeho penisu a sáhne vám do kalhot, odmítněte s tím, že tahle chvíle patří pouze jí, a přesuňte se mezi její stehna.

Technika kunilingu, který otřeše jejím světem v základech

- Savými polibky se přesuňte od jejího pupíku až k jejímu klínu. Ruce následují rty.
- Až se váš obličej dostane mezi její stehna, nasajte její vůni. Přiložte svůj nos na špičku jejího klitoris a třete jej sem a tam, vpřed a vzad.

- Přejedte nosem od špičky klitoris dolů k hrázi a zpět.
- Třepetavými pohyby přejíždějte přes špičku klitoris a pak dolů k ústí močové trubice. Jemně rukou drážděte oblast od špičky klitoris až po ústí močové trubice. Zrychlujte pohyb ruky a zkracujte jednotlivé tahy. Zvyšujte tlak
- Vložte prst do její pochvy. Sledujte a poslouchajte její projevy.
- Až ucítíte, že orgasmické kontrakce začínají, začněte zlehka dráždit klitoris jazykem. Jazyk by měl být plochý, aby pokryl co největší plochu.
- Při mazlení po jejím orgasmu si rozepněte kalhoty a s jistotou vyjměte svůj ozdobený penis z kalhot a předejte dárek. Partnerka se bude smát a možná vás poté, co převezme dárek, svými ústy také náležitě odmění.