

# Попередження

**Я**кщо любовці — це гра, то їх слід навчатися. Приділяти час дослідженню свого тіла та еrogenних зон, визначати, що вам найбільше до вподоби, розвивати ніжне й шанобливе ставлення до глибинної сексуальності. Лиш тоді розум заспокоїться, час уповільниться, тіло, яким нехтували, почне промовляти... А далі потужна енергія понесе вас у фантастичні світи...

Щоб наочно й дохідливо розкрити тему сексуальності — безумовно важливу, проте надто делікатну, — ми поклали скористатися ілюстраціями з котиками-воркотиками.

У наших пустунчиків оксамитові лапки й дивовижна грація, тож завдяки їм цей практичний путівник продемонструє вам сексуальність без жодного табу. Його призначено читачам, що досягли статевої зрілості.

Відкривайте маленькі тасмниці в любовщах і заживайте втіх із розумом.

*Автори*



# *Любовна прелюдія*

## **Із чого почати 9**

Вдих-видих • Дихання кохання • Метелик • Вібрування • Масаж

## **Як робити масаж 13**

Спина • Ноги

## **Коли градус підіймається 14**

Хто керує бажанням • Любовні стосунки • Еротичний масаж

## **Поцілунки 16**

Перший поцілунок • Вологий поцілунок • Тріпотливий поцілунок  
Гра в поцілунок • Високий поцілунок

## **Гарячі поцілунки 18**

Гра з лоскотанням • Поцілунок шаленого кохання  
Пекучий поцілунок • Вирішальний поцілунок

## **Пан 20**

Ерекція • Оргазм • Соски • Простата

## **Пані 22**

Плекання «трояндового пуп'янка» • Найліпші плоди на світі  
Точка «няв» • Пульсація

## **Оральне кохання 24**

Симфонія «жезла» • Ода «трояндовому пуп'янку» • Гурмани

# *Еротичні пози*

**Спокійна поза 27**

**Калачик 28**

**Справжній епікуреєць 29**

**Ніжки біля серця 30**

**Вершниця 31**

**Непосидько 32**

**Сходинки на сьоме небо 33**

**Гаряча кобилка 34**

**Їнь і Ян 35**

**Припливи й відпливи 36**

**Киця в гамаку 37**

**Танок жабок 38**

**Дике кохання 39**

**Садівник-розпусник 40**

**Фінальний феєрверк 41**

**Чарівне задоволення 42**

**Принцеса на горошині 43**

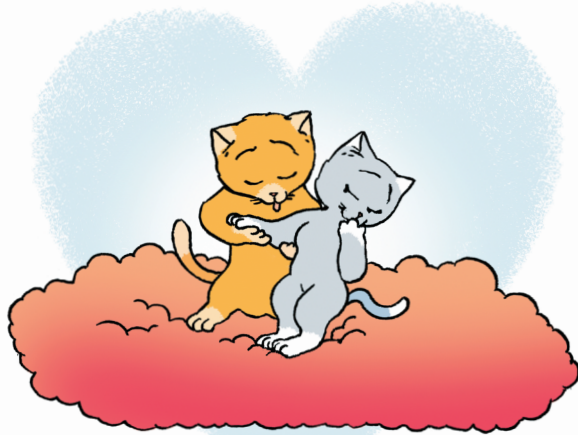
**Обійми з феєю 43**

**Тантра 44**

**Поляризоване дихання 45**

**Священний лотос 46**

# Любовна



## прелюдія

**П**окладіться на інтуїцію наших котиків.

Почніть прислухатися до свого тіла, побавтеся власним диханням, наповнюючи і звільнюючи легені в різний спосіб: швидше чи повільніше, уривчасто чи плавно тощо.

Невдовзі ви зможете досягнути фізіологію кохання і спробувати більш вигадливо масажувати, обіймати, пестити...

Тож, щоб відчутти якомога більше задоволення від кохання, уявіть себе котиком!



# З чого почати

Почнімо з нехитрих вправ, що допоможуть навчитися дихати, позбутися напруження, пізнати власне тіло — і таким чином підготувати ґрунт, на якому розквітає фізичне кохання.

## Вдих-видих

Випростайтеся на спині й зігніть ноги: підшви мають стояти на твердій поверхні — наприклад на килимі. Вдихніть носом.



Видихайте ротом, спустошуючи легені; втягуйте при цьому живіт, щоб повітря виходило з шумом, ніби як при довгому зігнанні.

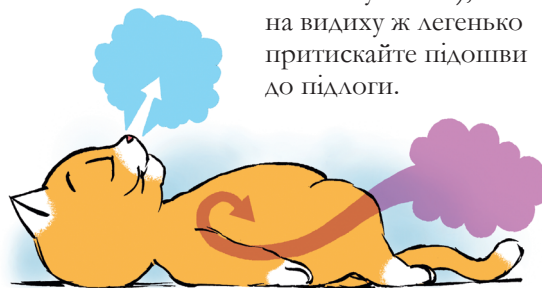


Зробіть отак кілька разів, щоб розслабити все тіло.

## Дихання кохання

Ви лишаєтеся лежати горічерева й уявляєте, що починаєте дихати від самісіньких інтимних м'язів. Вдихаєте — і повітря крізь промежину заповнює весь живіт, а трохи згодом виходить тим самим шляхом.

Наприкінці кожного вдиху напружуйте промежину (немов намагаєтеся стримати сечовипускання), на видиху ж легенько притискайте підшви до підлоги.



Повторюючи цю вправу, намагайтеся не рухатися. А тоді видихніть і розслабте промежину, випроставши ноги.

