



Erotyczny poradnik wszech czasów powraca!
Ponad 250 000 sprzedanych egzemplarzy w Polsce

GRAHAM
MASTERTON

MAGIA
SEKSU

Niniejsza **darmowa publikacja** zawiera jedynie fragment pełnej wersji całej publikacji.

Aby przeczytać ten tytuł w pełnej wersji [kliknij tutaj](#).

Niniejsza publikacja może być kopiowana, oraz dowolnie rozprowadzana tylko i wyłącznie w formie dostarczonej przez NetPress Digital Sp. z o.o., operatora [sklepu na którym można nabyć niniejszy tytuł w pełnej wersji](#). Zabronione są jakiegokolwiek zmiany w zawartości publikacji bez pisemnej zgody NetPress oraz wydawcy niniejszej publikacji. Zabrania się jej od-sprzedaży, zgodnie z [regulaminem serwisu](#).

Pełna wersja niniejszej publikacji jest do nabycia w sklepie internetowym [Nexto.pl](#).

GRAHAM
MASTERTON
MAGIA
SEKSU

czyli co zrobić, by twój mężczyzna był wspaniały w łóżku

Przełożył **Jacek Ławicki**



REBIS

Dom Wydawniczy **REBIS**

Od wydawcy

Drodzy Czytelnicy,

w marcu mijają dwadzieścia dwa lata od epokowego wydarzenia – pierwszego polskiego wydania *Magii seksu*.

Dlaczego było to wydarzenie? Dlatego że pierwszy raz ukazała się książka, której autor w ten sposób pisał o seksie: przystępnie, interesująco, z humorem i przede wszystkim praktycznie, bez teoretyzowania.

Dlaczego było to wydarzenie epokowe? Dlatego że książka ta wpłynęła na ważną sferę życia całego pokolenia.

Była komentowana i omawiana w czasie spotkań towarzyskich, czytana na głos przy ogniskach, dyskutowana przez pary małżonków czy kochanków, a czasem czytana w zaciszu czy samotnie.

Wraz z wydaną wkrótce potem bliźniaczą *Potęgą seksu* zmieniła zwyczaje seksualne wielu osób, zwyczaje określane dotąd skrótem CPK:

- ciemno,
- pod pierzyną,
- klasyczna pozycja.

Wznawiając te książki po ponad dwudziestu latach, mamy nadzieję, że zarówno osoby w średnim wieku, jak i wchodzące w dorosłość pokolenie ich dzieci znajdą w nich inspirację do wzbogacania tej ważnej sfery swojego życia.

Poznań, marzec 2013 roku

Wstęp

Czy mężczyzna – którykolwiek z mężczyzn – potrafi wyjaśnić kobiecie, co ma robić, aby doprowadzić mężczyznę do szaleństwa w łóżku?

Odpowiedź brzmi: wyjaśni to lepiej niż jakakolwiek kobieta. Ona sama bowiem nigdy nie jest tak naprawdę pewna, co czyni ją atrakcyjną, choćby nawet miała za sobą doświadczenia ze stu uwielbiającymi ją, adorującymi i zafascynowanymi nią kochankami.

Może przypuszczać na przykład, że jest to zasługa jej figury. Miłość jednak nie rodzi się z samych tylko piersi i pośladków.

Może sądzić, że to kwestia jej ładnej twarzy, uśmiechu, nadzwyczajnego poczucia humoru. Często chodzi jednak o dużo, dużo więcej. O pewien dodatkowy czynnik, którego nie potrafią określić nawet te kobiety, które go mają i o tym wiedzą.

Aby to coś zdobyć, mężczyźni gotowi są zaryzykować karierę zawodową, małżeństwo lub narazić się na klęskę finansową. A to coś – bez względu na to, czy już jesteś kochanką, czy dopiero zamierzasz nią zostać, czy też jako żona chcesz się zachowywać jak kociak – ty też możesz mieć.

Choć tak trudno jest uchwycić istotę owego dodatkowego czynnika, nie stanowi żadnej tajemnicy sposób, w jaki możesz go pozyskać – zdobędziesz go dzięki ciężkiej pracy. Jeżeli nie chcesz podjąć wysiłku, by wznieść się na poziom kochanki doskonałej, powinnaś w tym miejscu zaniechać dalszej lektury. Nic, co warto posiadać, nie przychodzi łatwo, a w przypadku seksu nakład pracy trzeba nawet podwoić.

Książka ta zawiera kurs erotycznego samodoskonalenia. Dowiesz się z niej, jak technika seksualna, ćwiczenia, dieta, psychologia i zrozumienie mogą wzbogacić twoje życie seksualne – nawet jeśli jesteś z niego zadowolona – by stało się ono jeszcze bardziej podniecające i udane. Kurs opiera się na moim osobistym doświadczeniu jako mężczyzny i kochanka, na mej dziesięcioletniej pracy w redakcjach wiodących czasopism erotycznych, takich jak: „Forum”, „Penthouse”, „Mayfair” oraz szwedzki „Private”, a także na wskazówkach i pomocy psychiatrów, seksuologów, socjologów, a nawet prostytutek, jaką uzyskałem w ciągu wielu lat.

Jaka jest „kochanka doskonała”? Czy w ogóle istnieje taka egzotyczna istota?

Moja definicja takiej kobiety – i tego dodatkowego „czegoś” w niej – brzmi następująco: *partnerka doskonała to kobieta, która daje więcej, niż sama otrzymuje*. Jest twórcza w sferze seksualnej i towarzyskiej do tego stopnia, iż daje mężczyźnie poczucie, że wszystko, co on dla niej poświęci i jej ofiaruje, jest tego naprawdę warte.

Takie kobiety rzeczywiście istnieją, lecz zawsze były rzadkością. A to z tego względu, że z reguły nie

mówi się dziewczętom, gdy dorastają i stają się kobietami, czego będą od nich oczekiwać mężczyźni. Oczywiście paru rzeczy o seksie się dowiadują. Słyszą o menstruacji i zapłodnieniu oraz o sztuce macierzyństwa. Matki może nawet ostrzegają je przed mężczyznami, którzy chcieliby czegoś więcej niż pocałunku na dobranoc.

Większość dziewcząt jednak nawiązuje stosunki seksualne, a w końcu wychodzi za mąż, mając jedynie mgliste pojęcie o swych możliwościach erotycznych, o własnych oczekiwaniach w sferze seksu, o tym, co mogą z siebie dać. Mają one bardzo niejasne poglądy na rolę seksu w ich życiu.

Znam kobiety dobiegające trzydziestki – wyrefinowane pod każdym względem – które nadal myślą, że podczas pierwszego w życiu stosunku obowiązkowo zachodzi się w ciążę, ponadto nigdy nie słyszały o seksie oralnym i właściwie nie mają zielonego pojęcia o funkcjonowaniu kobiecych narządów płciowych, nie wspominając już o męskich.

Nawet kobiety, które opanowały podstawową wiedzę o życiu, przejawiają bezradność i nie wiedzą, co robić, gdy już znajdują się w łóżku z prawdziwym mężczyzną. Na przykład:

- czy jesteś pewna, że wiesz, jak chwycić penisa, aby maksymalnie podniecić mężczyznę?
- czy wiesz, jak właściwie trzymać go w ustach?
- jeżeli partnerowi nie udaje się utrzymać erekcji, jesteś pewna, że nie ma w tym twojej winy – albo przynajmniej wiesz, jak możesz temu zaradzić?
- czy jesteś pewna, że potrafisz mu pomóc, tak aby cię zaspokoił i dał ci orgazm, o jakim marzysz?
- czy wiesz, jakie zabawy seksualne go podniecają, a jakie zdecydowanie odstręczają?
- kiedy jest już po wszystkim – wiesz, co powiedzieć?

Nie martw się, jeśli nie znasz odpowiedzi na wszystkie te pytania – zna je zaskakująco niewielka liczba kobiet. Mają one pewne pojęcie, próbują nawet odpowiadać, ale po chwili zaczynają się wahać, zastanawiać od nowa i w końcu zdają sobie sprawę, że tak naprawdę wcale nie mają pewności...

Dlaczego właściwie w obecnych czasach – czasach rosnącej niezależności płci pięknej – kobiecie miałyby zależeć na tym, by zostać doskonałą kochanką? Czyż to nie oznacza, że przyjdzie jej stać się niewolnicą pożądania mężczyzny?

Chodzi jednak o to, że każda kobieta ma ogromny potencjał, by świetnie bawić się w łóżku. W rzeczywistości w sferze doznań cielesnych kobiety są zdolne do czerpania głębszej niż mężczyźni przyjemności seksualnej. Jeszcze długo po tym, jak organ mężczyzny opada z wyczerpania, kobieta nadal może szczytować.

Ten potencjał rozkoszy jest zatem w tobie. Masz prawo się nim cieszyć. Podejmując ćwiczenia, staniesz się doskonałą kochanką; wszelkie rozkosze życia erotycznego będą twoim udziałem, gdy tylko zechcesz, a przy tym wcale nie zostaniesz niewolnicą mężczyzny, z którym sypiasz. Szczerze mówiąc, im sama będziesz lepsza i bardziej wymagająca, tym lepszy będzie musiał być twój mężczyzna, aby ci dorównać. Ty zatem znajdziesz się w korzystniejszej sytuacji – a nie odwrotnie.

Sensuous Woman („Kobieta zmysłowa”) była dobrą książką, ale wcale nie wyjaśniła precyzyjnie

pojęcia męskiej mentalności. W umyśle mężczyzny powstają wszelkiego rodzaju fantazje erotyczne, dokładnie tak samo jak w twoim. Jednakże w odróżnieniu od twoich wizji wyobrażenia seksualne mężczyzny są z reguły brutalne, wulgarne oraz bezosobowe. Większość mężczyzn nie myśli o kochaniu się z Brigitte Bardot czy Sophią Loren w taki sposób, jak ty myślisz o robieniu tego z Robertem Redfordem lub Paulem Newmanem – mężczyźni myślą o piersiach, pochwach i najbardziej nawet dziwacznych sytuacjach.

Pewien mój znajomy niedawno zdobył się na odwagę i opowiedział żonie o swoich najgłębiej skrywanych pragnieniach seksualnych. „Opowiedziałem jej, jak wyobrażałem sobie dwunastoletnie dziewczynki odbywające stosunki z psami. Nie odzywała się do mnie przez tydzień i nie pozwoliła mi się dotknąć przez miesiąc”.

Możesz spróbować spytać swego mężczyznę – czy swych mężczyzn – co naprawdę dzieje się w najgłębszych zakamarkach ich jaźni, gdzie kryją się fantazje erotyczne. Nie gwarantuję jednak, że otrzymasz szczerą odpowiedź. Musisz po prostu zdawać sobie sprawę, że męska wyobraźnia tak właśnie działa i jeśli chcesz doprowadzić mężczyznę do szaleństwa w łóżku, będziesz zmuszona robić rzeczy, którymi karmi się jego fantazje.

Oczywiście to wcale nie oznacza, że musisz się kochać z Rin-Tin-Tinem, może natomiast oznaczać, że będziesz musiała nosić majtki z dziurką w kroczu, zgolić włosy łonowe lub pozwolić się przywiązać do łóżka za ręce i nogi, podczas gdy on będzie się z tobą zabawiał.

Choć nie możesz oczekiwać, że w ciągu jednej nocy twój mężczyzna przemieni się w Steve’a McQueena, istnieją jednak sposoby nakłonienia go, by odegrał z kolei twoje fantazje, a jeśli masz ochotę przez jedną noc być królową Sabą, z kochankiem stojącym przy tobie całkiem nago i karmiącym cię dietetyczną czekoladą – da się to zorganizować.

W moim przekonaniu doskonała kochanka może się spodziewać uzyskania co najmniej takiego potencjału aktywności seksualnej jak jej partner.

Ta książka pomoże ci osiągnąć trzy cele:

- po pierwsze – pozwoli ci odkryć własny potencjał erotyczny oraz sposoby jego wykorzystania,
- po drugie – dowiesz się, czego mężczyzna najbardziej oczekuje od ciebie w łóżku i jak mu to zapewnić,

- po trzecie – dowiesz się, jak zdobyć i zatrzymać przy sobie mężczyznę, którego pożądasz.

Ten ostatni punkt uważam za niezwykle istotny. Wiele podręczników seksuologicznych od samego początku zakłada, że masz już kogoś, kto czeka na ciebie w łóżku, jak gdyby ich autorzy nie zdawali sobie sprawy, że znalezienie odpowiedniego partnera może się okazać najtrudniejszym elementem całego treningu seksualnego. Ja nie zamierzam omijać tej kwestii.

Żywię za to nadzieję, że ty nie będziesz stronić od ciężkiej pracy, której wymaga ten kurs. Trzeba ściśle stosować się do zalecanej diety i ćwiczeń, jeśli rzeczywiście mają one być pomocne. Konieczne jest nabranie wprawy i zdobycie umiejętności w zakresie technik seksualnych (choć nierzadko sprawia to

ból), przy czym nie wolno ci rezygnować po pierwszej próbie, jeżeli nie będzie ona udana. Człowiek nie rodzi się z danym mu z góry udanym życiem erotycznym, podobnie jak nie rodzi się z umiejętnościami gotowania czy szycia, stenografowania ani też (w tym miejscu muszę się przypodobać feministkom) wynalezienia bomby wodorowej. Dlaczego to właśnie seks pośród wszelkich innych rodzajów aktywności człowieka miałby być tą jedyną, w której treningu i poradnictwa nie uważa się za istotne – nawet jeśli z fizjologicznego i psychologicznego punktu widzenia seks jest sprawą wielce złożoną i wpływającą na cały byt?

Nie wystarczy tu sama wiedza teoretyczna. To tak, jak gdyby opisywać młotek i dłuto oraz dębowy kłoc przysłemu cieśli, a potem kazać mu radzić sobie w pracy. Każda kobieta potrzebuje treningu, który dostarczy jej nie tylko wiedzy, ale również sposobów jej wykorzystania oraz zrozumienia.

Twój kurs na doskonałą kochankę właśnie się rozpoczyna. Nawet jeśli szereg lekcji wymaga praktycznego zastosowania, połączonego z wysiłkiem, z pewnością nie będzie to dla ciebie nieprzyjemne. (Czy mogłoby być inaczej, skoro wskaże ci najlepszy sposób pobudzenia łechtaczki za pomocą penisa?) Mam nadzieję, że ci się spodoba, a kiedy już go ukończysz, poznasz wszystkie rozkosze, do jakich kobieta ma prawo... jeśli tylko wie, jak doprowadzić mężczyznę do szaleństwa w łóżku.

Graham Masterton
Londyn, 1975 r.

Czy jesteś dobra w łóżku?

Gdy po stosunku leżysz, wsłuchując się w chrapanie ukochanego, przypominające recital muzyki organowej Bacha, czy zadajesz sobie pytanie, co on tak naprawdę myśli o tobie jako swej partnerce?

Czy od czasu do czasu nachodzi cię myśl, że może już dawno stracił zainteresowanie i sypia z tobą wyłącznie z przyzwyczajenia?

Czy rzeczywiście go podniecasz? Czy macie jakieś wspólne zabawy erotyczne? Czy też po prostu wchodzi w ciebie, wykonuje kilka ruchów frykcyjnych, a gdy już osiągniecie jako taki orgazm, odwraca się do ciebie plecami i zaraz zasypia?

Kiedy ostatni raz zrobiłaś coś odmiennego – szokującego, zaskakującego lub nawet wulgarnego?

Czy w ogóle jesteś dobra w łóżku?

Cały kłopot w tym, że kobiecie naprawdę niełatwo zrozumieć, co kryje się pod pojęciem „dobra w łóżku” w mniemaniu mężczyzn.

Nie chodzi tu bynajmniej o to, że kobiety nie rozmawiają z przyjaciółkami o swych doświadczeniach seksualnych – robią to bowiem częściej i bardziej otwarcie, niż ośmiela się na to większość mężczyzn. Rzecz w tym, że literatura poświęcona erotyce traktuje ją z punktu widzenia kobiety w sposób bardzo mglisty i niejasny, nie podejmując wprost kwestii rozwoju w tej dziedzinie.

Zdecydowaną przewagę ilościową mają powieści erotyczne pisane przez mężczyzn, dlatego też łatwiej im identyfikować się z bohaterem i porównywać swoje zachowanie z postępowaniem fikcyjnego ogiera. A czego może nauczyć się kobieta z takiego na przykład urywka: „Gdy ją posiadał, poczuła cudowne ciepło rozlewające się po całym ciele, a oczyma duszy ujrzała miliony gwiazd”?

Czym to „cudowne ciepło” miałoby się różnić od każdego innego rodzaju ciepła? Jak można zobaczyć miliony gwiazd oczyma duszy? To romantyczne i nawet dość zabawne, ale żaden z tego praktyczny pożytek. Chciałbym od razu coś powiedzieć: nawet jeśli wierzę w romantyczną miłość, to wątpię, by mogła ona przetrwać i rozkwitać w sytuacji, gdy wraz z ukochanym nie dysponujecie praktyczną wiedzą na tematy łóżkowe. Muzyka Yehudiego Menuhina jest bardzo romantyczna, ale jak brzmiałyby jego skrzypce, gdyby nie opanował technicznych arkanów gry na tym instrumencie?

Czasopisma, takie jak „Cosmopolitan”, zamieszczają artykuły o seksie i zachowaniach seksualnych kobiet, jednak bardzo niewiele publikacji zawiera bezpośrednio i precyzyjne porady techniczne. Nie ma w nich roboczej wiedzy, jaką może zdobyć mężczyzna, czytając „Playboya” lub przeglądając pisma pornograficzne pełne kolorowych zbliżeń narządów płciowych.

Jeśli zatem chodzi o to, by stwierdzić, czy jesteś dobra w łóżku czy nie, znajdujesz się w zdecydowanie niekorzystnej sytuacji. Co gorsza, nawet twój ukochany pewnie nie będzie chciał ci nic na ten temat powiedzieć, mimo iż czuje się tobą rozczarowany.

Posłuchajmy Emmy, dwudziestosześcioletniej gospodyni domowej, która dopiero co rozstała się z mężem, Jimem, trzydziestoletnim księgowym:

Zawsze myślałam, że nasze życie seksualne jest całkiem udane. Przed małżeństwem z Jimem miałam dwóch chłopaków, ale nie wiedziałam zbyt wiele o seksie i tak naprawdę nigdy wcześniej nie widziałam penisa z bliska. To właśnie Jim nauczył mnie wielu rzeczy i dlatego też pod wieloma względami jego winię za to, co się stało.

Sypialiśmy ze sobą dwa-trzy razy na tydzień, to znaczy zawsze wtedy, gdy on miał ochotę. Oczywiście po czterech latach pożycie nie było już tak ekscytujące jak na samym początku. Wydaje mi się, że to chyba normalne. Zazwyczaj Jim mnie rozbudzał, następnie odbywaliśmy stosunek, a potem szczytowałam i tak było prawie za każdym razem.

Gdy dowiedziałam się, że ma romans z sekretarką, byłam zupełnie rozbita. Przez cały czas zadawałam sobie pytanie: dlaczego, dlaczego, dlaczego? Przecież lubi nasze wspólne życie, akceptuje mnie taką, jaka jestem, chwali sobie moją kuchnię i uznaje moje metody wychowawcze. Chyba lubi też sypiać ze mną – przynajmniej nigdy się w łóżku na nic nie skarżył. Nie potrafiłam tego pojąć, a tym samym sytuacja tylko się pogarszała.

W końcu powiedział, że przestałam go fizycznie pociągać, że jestem nudna w łóżku. Gdy zaproponowałam, że mogę nauczyć się czegoś nowego, że zrobię dla niego wszystko, odparł, że jest za późno. I to był koniec. Właściwie nigdy mi nie wyjaśnił, co tak bardzo mu się we mnie nie podobało. Teraz boję się intymnych związków z mężczyznami: znowu może stać się to samo, bo przecież w łóżku nie ma ze mnie żadnego pożytku.

Pierwszy błąd Emmy polegał na tym, że bez zastrzeżeń uwierzyła, iż jest nieatrakcyjna i nudna, mimo że była to wyłącznie opinia Jima. Z jej słów wynika przecież, że Jim niekoniecznie był najwspanialszym partnerem w dziejach ludzkości i że duża część winy za to, co się stało, spoczywa na jego barkach. Zarazem Emma przystała na ich monotonne, pełne rutyny współżycie i zawsze oddawała Jimowi wszelką inicjatywę w łóżku.

W tej mierze zatem nie była zbyt dobra. W żadnym razie nie oznacza to jednak, iż była beznadziejna. Przejawiała chęć uczenia się, a gdyby wcześniej zorientowała się, że coś jest nie tak, z pewnością nie straciłaby męża.

Z drugiej strony, kobieta znająca wiele erotycznych sztuczek, namiętna i z temperamentem wcale nie musi być „dobra w łóżku”. Dwudziestośmioletnia Veronica omal nie zerwała ze swym ukochanym, także dwudziestośmioletnim Paulem, właśnie z powodu własnych zachowań seksualnych.

Długo trwało, zanim mi to wyjaśnił, ponieważ nie chciał zranić moich uczuć. Rzeczywiście, gdy mi powiedział, o co chodzi, poczułam się urażona, ale teraz cieszę się, że był ze mną szczery. Z całą pewnością poprawiło to jakość naszego związku.

Problem polegał na tym, że zawsze robiłam właściwą rzecz w niewłaściwym czasie. Paul wracał do domu wieczorem, zmęczony długą podróżą, a ja spoglądałam mu w oczy i czułam coraz większe podniecenie. Potem rozpiniałam mu spodnie, wyciągałam koguta i zaczynałam ssać. A Paul oczywiście wcale nie miał nastroju w tym właśnie momencie. Może gdybym robiła to, powiedzmy, raz na tydzień, to pół biedy, ale nie co wieczór.

No i jeszcze to, co zazwyczaj robiłam, kiedy byliśmy już bliscy orgazmu. Wtedy zwykle wbijałam mu palec w tyłek. Nie miałby nic przeciwko temu od czasu do czasu, na przykład gdy byliśmy lekko wstawieni czy coś w tym guście. Normalnie jednak, co przyznał później, bardzo go to zrażało, a ja niestety miałam długie paznokcie.

Podobnych rzeczy robiłam jeszcze mnóstwo. Sprowadzało się to w sumie do tego, że wypróbowywałam małe seksowne sztuczki w nieodpowiedni sposób i w niewłaściwej chwili. Dlatego też Paul odbierał seks jako pasmo nieudolnych poczynań z mej strony, a mnie miał za amatorkę w łóżku. Kiedy mi to powiedział, byłam przerażona, ale teraz rozumiem, o co mu chodziło.

Jest zatem wiele spraw, w których kobiety po prostu mogą się nie orientować – podobnie jak mężczyźni nie mogą przecież wiedzieć, co czuje kobieta, gdy penis wślizguje się do jej pochwy. Ale nawet jeśli nie jesteś w stanie czegoś doświadczyć, w miarę precyzyjny opis może ci dać niezłe pojęcie o tym, jak działasz na ukochanego mężczyznę i jak on reaguje.

Dopóki nie zdobędziesz choćby minimalnej wiedzy o tym, co czuje mężczyzna, gdy dotykasz go w szczególny sposób, gdy chwytasz jego penisa lub bierzesz do ust jądra, dopóty będzie ci trudno ocenić, czy i na ile jesteś „dobra w łóżku”.

A przecież twoim celem jest nie tylko być „dobra” – ty chcesz być *doskonała*.

Zanim rozpoczniesz trening, warto ustalić, jakie są twoje obecne możliwości w łóżku. Warto też stwierdzić, jaki masz stosunek do seksu, bo to właśnie będzie decydowało o wszystkim, co w tym kierunku zrobisz.

Dlatego opracowałam ankietę, która pomoże ci stworzyć autoportret seksualny i wyposaży cię w wiedzę o tym, co leży w zasięgu twych możliwości, czego zrobić nie możesz oraz na ile jesteś przygotowana, by podjąć odpowiedni trening.

Najważniejsze, abyś odpowiadała na pytania bez zbyt długiego namysłu, a także była wobec samej siebie maksymalnie uczciwa.

1. Zawsze przeraża mnie perspektywa pójścia do łóżka z nowym partnerem. TAK/NIE
2. Uwielbiam penisa ukochanego. TAK/NIE
3. Kochanie się zawsze sprawia mi dużą satysfakcję. TAK/NIE
4. Moje zbliżenia nigdy nie są dostatecznie romantyczne. TAK/NIE
5. Nie jestem zadowolona z mojego ciała. TAK/NIE
6. Czasami się martwię, że penis ukochanego nie będzie pasował do mojej pochwy. TAK/NIE
7. Lubię przejmować inicjatywę w łóżku. TAK/NIE
8. Czasami chciałabym, żeby partner zachowywał się w bardziej seksowny sposób. TAK/NIE
9. Lubię brać do ust penisa kochanka. TAK/NIE
10. Chciałabym mieć większe piersi. TAK/NIE
11. Dość często nie osiągam orgazmu. TAK/NIE
12. Jestem raczej pewna, że znam najwrażliwsze miejsca na ciele ukochanego. TAK/NIE
13. Nigdy nie przełknęłabym spermy ukochanego. TAK/NIE
14. Lubię sobie wyobrażać, że jestem gwałcona. TAK/NIE
15. Miewam bardzo wyraziste fantazje erotyczne. TAK/NIE
16. Czasami myślę, że bez mężczyzny bym zwariowała. TAK/NIE

17. Gdyby ukochany próbował odbyć ze mną stosunek analny, stawiałabym opór. TAK/NIE
18. Myślę, że mężczyźni, gdy się kochają, są jak zwierzęta. TAK/NIE
19. Nie lubię, gdy mój ukochany z bliska przygląda się moim genitaliom. TAK/NIE
20. Lubię, gdy ukochany liże moje genitalia. TAK/NIE
21. Chciałabym kochać się na oczach innych ludzi. TAK/NIE
22. Lubię, gdy mężczyzna w łóżku dominuje. TAK/NIE
23. Podoba mi się pomysł kochania się z dwoma mężczyznami naraz. TAK/NIE
24. Zwykle dochowuję wierności jednemu mężczyźnie. TAK/NIE

Za każdą z następujących odpowiedzi przyznaj sobie po jednym punkcie: 1. – nie, 2. – tak, 3. – nie, 4. – tak, 5. – tak, 6. – nie, 7. – tak, 8. – tak, 9. – tak, 10. – tak, 11. – nie, 12. – nie, 13. – nie, 14. – tak, 15. – tak, 16. – tak, 17. – nie, 18. – nie, 19. – nie, 20. – tak, 21. – tak, 22. – nie, 23. – tak, 24. – nie.

Jeśli po podliczeniu uzyskałaś wynik w granicach 12 punktów, jesteś normalną, zainteresowaną seksem kobietą, która dąży do doskonalenia swych umiejętności w zakresie technik seksualnych. Jeśli uzyskałaś lepszy wynik, masz zadatki na kobietę zmysłową. Nie martw się jednak zbyt, jeśli rezultat jest gorszy – oznacza to, że prawdopodobnie dotychczasowe pożycie dawało ci dostatecznie dużo radości, więc jest to chyba powód do zadowolenia.

Wynik średni, w granicach 10–15 punktów, wskazuje, że żywisz pewne wątpliwości co do twego obecnego życia seksualnego, szczególnie gdy chodzi o wiarę we własne siły i skłonność do przeżywania przygód. Nie jesteś zbyt pewna swej techniki i jej wpływu na partnera, może nie masz precyzyjnego rozeznania we wszystkich fizycznych aspektach seksu, ale widać u ciebie entuzjazm dla poszerzania zakresu doświadczeń erotycznych.

Wyższy rezultat dowodzi, że masz świadomość roli seksu w życiu, ale zarazem twe obecne życie seksualne pozostawia wiele do życzenia. Jesteś gotowa na wszystko, aby tylko poszerzyć krąg swoich doświadczeń erotycznych, a twój stosunek do seksu i roli kobiety jest dość liberalny i wyważony. Chcesz wszystkiego spróbować i frustruje cię to, że dotąd tego nie zrobiłaś. Już teraz jesteś w łóżku całkiem niezła, ale mogłabyś być wprost cudowna.

Ponieważ młode kobiety przejawiają skłonność do kierowania się przykładem swego pierwszego partnera, męska ignorancja i brak porozumienia często przesądzają o zachowaniu kobiety w jej całym dalszym życiu erotycznym. Tymczasem stosunek jest jak taniec: mężczyzna pewnie prowadzi, ale kobieta musi wiedzieć, jak postawić stopę, oboje partnerzy zaś powinni być równie twórczy, aby przydać temu, co robią, maksymalnej atrakcyjności. Wina nie zawsze leży po stronie mężczyzny i jego niezręczności, zwłaszcza że ty możesz mu pomóc.

Zawsze kochaliśmy się w tej samej pozycji – mówi dwudziestotrzyletnia Michelle. – On niezmiennie kładł się na mnie, ja byłam pod spodem i tak za każdym razem. Któregoś dnia pomyślałam sobie, że przecież nie muszę tego znosić w nieskończoność. Ja weszłam na niego. Obojgu nam się spodobało, a on wcale nie wziął mi za złe, że przejęłam inicjatywę. Była to po prostu kwestia zerwania z rutyną,

mnie udało się tego dokonać.

Jednak nie we wszystkich kobietach drzemie iskra wyzwalamąca bunt. Dwudziestodwuletnia Sandra zwierzyła mi się:

Pierwszy raz spałam z mężczyzną, kiedy miałam dziewiętnaście lat, on był prawie dwukrotnie starszy ode mnie. Nie oczekiwał ode mnie niczego – dopóki leżałam z rozsuniętymi nogami, wszystko było w porządku. Prawie nigdy mnie nie całował ani nie przytulał. Czasami tego pragnęłam, ale niczego lepszego nie znałam. Gdy więc kochałam się z Terryem, z chłopakiem, z którym teraz chodzę, oczywiście leżałam biernie, pozwalając mu działać. Trwało to jakieś dwa czy trzy tygodnie, po czym Terry wybuchnął. Nie możesz choć trochę się ruszyć? Śpisz czy co? Ze zdenerwowania aż się poryczałam. W końcu zaczęłam rozumieć, o co chodzi, ale przeraża mnie myśl, że mogłam do końca życia sądzić, że właśnie w taki sposób trzeba się kochać – spokojnie leżeć i czekać, aż mężczyzna zrobi swoje.

Seksuolog z wieloletnim doświadczeniem powiedział: „Obecnie sprawy mają się znacznie lepiej, stale jednak zadziwia mnie ignorancja wielu młodych, a nawet dojrzałych kobiet. To nie ich wina. Winę ponoszą rodzice, nauczyciele i cały system, w którym dziewczyna napotyka trudności w zdobyciu wiedzy w dziedzinie seksu.

Najsmutniejszy list, jaki kiedykolwiek nadszedł do redakcji „Forum”, napisała pięćdziesięcioletnia kobieta, która w jednym z numerów pisma przeczytała o orgazmie. Nigdy dotąd nie słyszała o czymś podobnym. Przepełniała ją gorycz, że prawie całe jej aktywne życie seksualne przeminęło, a ona nie doznała choćby jednego orgazmu. Czuła się oszukana.

W dzisiejszych czasach dziewczętom nie brakuje aż tak podstawowej wiedzy. Większość z nich już w wieku kilkunastu lat wie na tyle dużo o seksie, by nie popełnić klasycznego błędu młodych nowożeńców sprzed dwudziestu lat, którzy próbowali odbyć stosunek, wpychając członek pana młodego do pępka panny młodej. Nie podejmuje się natomiast dyskusji i praktycznego treningu, które mogłyby uczynić kobietę kimś więcej niż na wpół wyuczonym ekspertem w zakresie ginekologii, więcej niż wymagającą partnerką czy obowiązkową żoną. Kobiety nie dysponują środkami, dzięki którym mogłyby oceniać swe zachowania seksualne i dążyć do doskonalenia.

Brakuje wreszcie poradnictwa dla kobiet, tak by mogły się dowiadywać, w jaki sposób dawać więcej w łóżku i więcej dostawać.

Zawsze myślałam, że ja i mój pierwszy chłopak byliśmy dobrzy w łóżku – mówi dwudziestojednoletnia Janet. – Później zaczęłam chodzić ze starszym chłopakiem i dopiero wtedy uświadomiłam sobie, że ten pierwszy był do niczego, a ja sama poczułam się jak idiotka. Okazałam się tak kiepska, niezręczna i niedouczona, że ze wstydu nie chciałam już nigdy więcej umówić się z tym nowym chłopcem.

Sądziłam, że jestem fatalna w łóżku – wyznaje trzydziestojednoletnia Heloiza. – Należę do osób, które nie mają za grosz poczucia rytmu. Nie potrafię nawet wystukiwać nogą do taktu piosenki. Trafił mi się mężczyzna, który powiedział, że jestem absolutnie doskonała. Orzekł, że dotąd nie spotkał nikogo równie cudownego. Oczywiście podbudowało mnie to trochę, ale i tak zdaję sobie sprawę zarówno z własnych zalet, jak i słabości. I przede wszystkim zrobiło mi się żal wszystkich dziewczyn, z którymi ten facet spał wcześniej, bo skoro ja jestem tak kiepska, to cóż dopiero one.

Helena, lat dwadzieścia pięć, mówi:

Dawniej myślałam, że nie ma większego znaczenia to, czy jest się dobrym w łóżku czy nie. Lubiłam seks, ale na pewno nie stanowił on najważniejszej rzeczy w moim życiu. Chyba nie przywiązywałam do niego dużej wagi. Aż któregoś dnia mój chłopak i ja strasznie się pokłóciliśmy. Wrzeszczał na mnie, a na samym końcu wykrzyczał w złości: A na dodatek w pieprzeniu się jesteś do kitu! Były to najbardziej raniące słowa, jakie kiedykolwiek wypowiedziano pod moim adresem. Wtedy nagle dotarło do mnie, że seks się liczy, jeśli mam znaleźć mężczyznę, którego będę chciała utrzymać przy sobie. Cały problem polegał na tym, że nie wiedziałam, co dokładnie powinnam w tej sprawie zrobić.

Rzadko która młoda kobieta jest tak beznadziejna, by nie potrafiła udoskonalić swego życia erotycznego. Z drugiej strony, rzadko która młoda kobieta jest aż tak dobra w łóżku, by nie mogła być jeszcze lepsza. Na początek musisz jednak uświadomić sobie, że nie staniesz się idealną kochanką bez pomocy i że wszystkiego nie nauczysz się sama. Konieczna jest książka taka jak ta oraz wyrozumiały partner, mężczyzna, z którego pomocy będziesz korzystać, przeprowadzając eksperymenty. (Jeśli na razie jesteś sama, jeden z kolejnych rozdziałów podpowie ci, jak go znaleźć).

Sztuka porozumienia seksualnego z mężczyznami jest jednym z twoich najważniejszych celów, do których powinnaś dążyć. Jak wielkie ma to znaczenie, mogłaś się przekonać, czytając przytoczone wypowiedzi kobiet. W każdym przypadku mężczyzna i kobieta byli razem, dokonywali najbardziej intymnego aktu, a jednak nigdy na ten temat nie rozmawiali. A czy tańcząc z ukochanym, milczysz? Zwłaszcza jeśli depcze ci po palcach albo to ty jemu przydeptujesz stopy? Czemu zatem nic nie mówisz, gdy nie wychodzi wam w łóżku? Przecież to sprawa o wiele ważniejsza dla waszego szczęścia i równowagi psychicznej od tanga.

Brak łóżkowych umiejętności nie jest rzeczą niewybaczalną. Casanova podobno bywał do luzu, caryca Katarzyna też. Rzeczą niewybaczalną natomiast jest sypiać z kimś i nie powiedzieć mu, że jest w łóżku do niczego i że można temu zaradzić.

Zdaję sobie sprawę, z jakich względów nie chcesz powiedzieć partnerowi, że nie jest zbyt dobrym kochankiem. Boisz się zranić jego dumę, obawiasz się, że się wścieknie albo nastąpi „bardziej niż gwałtowny” koniec waszego związku. Ale czy nigdy nie przyszło ci do głowy, że on dokładnie z tych samych powodów obawia się wyjawic ci, że ty także nie jesteś zbyt namiętna i twórcza?

Jedyny sposób przezwyciężenia impasu stanowi współpraca. Ta książka ma zatem zachęcić cię do skoncentrowania się na *praktyce*, a nie na *teorii*. W końcu i tak w przypadku seksu praktyka dostarcza o wiele więcej radości niż teoria.

Masz już pewne pojęcie o tym, na co cię stać w łóżku, czego musisz się jeszcze nauczyć, jakie pokłady w sobie odkryć, by udoskonalić swe umiejętności. Zacznijmy więc od najważniejszego waloru twej płci i zobaczymy, co da się z nim zrobić...

Tytuł oryginału: *How to Drive Your Man Wild in Bed*

Copyright © by Graham Masterton, 1976
All rights reserved

Translation copyright © 1991, 1997, 2004, 2013 by REBIS Publishing House Ltd., Poznań

Copyright © for the Polish e-book edition by REBIS Publishing House Ltd., Poznań 2013

Wiersze tłumaczył: Marek Obarski

Informacja o zabezpieczeniach

W celu ochrony autorskich praw majątkowych przed prawnie niedozwolonym utrwalaaniem, zwielokrotnianiem i rozpowszechnianiem każdy egzemplarz książki został cyfrowo zabezpieczony. Usuwanie lub zmiana zabezpieczeń stanowi naruszenie prawa.

Projekt i opracowanie graficzne okładki: Izabella Marcinkowska

Fotografia na okładce

© Hilxia Szabo/Corbis/FotoChannels

Wydanie I e-book

(opracowane na podstawie wydania książkowego:
Magia seksu, wyd. III poprawione, Poznań 2013)

ISBN 978-83-7818-163-7

Dom Wydawniczy REBIS Sp. z o.o.
ul. Żmigrodzka 41/49, 60-171 Poznań
tel. 61-867-47-08, 61-867-81-40, fax 61-867-37-74
e-mail: rebis@rebis.com.pl
www.rebis.com.pl

eBook: www.kaladan.pl

Niniejsza **darmowa publikacja** zawiera jedynie fragment pełnej wersji całej publikacji.

Aby przeczytać ten tytuł w pełnej wersji [kliknij tutaj](#).

Niniejsza publikacja może być kopiowana, oraz dowolnie rozprowadzana tylko i wyłącznie w formie dostarczonej przez NetPress Digital Sp. z o.o., operatora [sklepu na którym można nabyć niniejszy tytuł w pełnej wersji](#). Zabronione są jakiegokolwiek zmiany w zawartości publikacji bez pisemnej zgody NetPress oraz wydawcy niniejszej publikacji. Zabrania się jej od-sprzedaży, zgodnie z [regulaminem serwisu](#).

Pełna wersja niniejszej publikacji jest do nabycia w sklepie internetowym [Nexto.pl](#).