## Такие разные игрушки...

Помните, в детстве родители и друзья дарили вам замечательные игрушки! До сих пор многие из нас вспоминают различные эпизоды той золотой поры благодаря именно им. Разве забудешь первый настоящий футбольный мяч, конструктор "Лего" или первую Барби?

Мы выросли, но отнюдь не исключили игрушки из нашей жизни. Просто они тоже повзрослели.

Взрослые игрушки... А что это? По большому счету - те же детские. Созданные, чтобы разбудить нашу фантазию, доставить радость, успокоить, помочь, научить... Если хотите оживить сексуальную жизнь, разнообразить ее и поднять на совершенно новый, более горячий уровень - смело идите в ближайший интим-бутик.

Когда человек хочет стать художником, он покупает множество необходимых вещей. Во-первых, нужна бумага - плотный ватман, хороший альбом для набросков, шероховатые листы для акварели. Во-вторых, карандаши, мелки, пастель, уголь и сангина для графики. Краски, наборы кистей и палитры для живописи. Будущий Пикассо окружает себя всем необходимым для творчества, напитывается этим.

Так и вы, если хотите научиться полноценному сексу, должны иметь все, что дарит эротическое удовольствие.

Во-первых, хороший искусственный член, или дилдо (а лучше всего несколько). Тем, кого вгоняет в краску одна мысль о подобном "безобразии", рекомендую для начала несколько раз повторить про себя: дилдо, дилдо... В нем нет ничего неприличного. Такие приспособления существовали еще в древности, а современные модели выполнены из превосходных материалов. Затем вам понадобится вибратор и набор ароматизированных лубрикантов. Добавьте к этому две-три видеокассеты с записями "тяжелого" порно, откровенное эротическое белье и босоножки на десятисантиметровых шпильках. Ни в коем случае не считайте перечень исчерпывающим. Вы вольны продолжать его до бесконечности. Пусть то, что вас возбуждает, займет достойное место в вашем эротическом арсенале - черные чулки с подвязками, бантики, детские гольфы...

Да, чуть не забыла, найдите какую-нибудь коробку или свободную полку в шкафу, чтобы хранить свои сокровища вдали от любопытных глаз.

### МАГАЗИННАЯ ЛИХОРАДКА

К вашему сведению, в любом крупном городе полно магазинов, готовых удовлетворить самые изысканные сексуальные вкусы.

Если вы ни разу не переступали их порог, то придется набраться мужества. Не сможете себя пересилить - не отчаивайтесь, я посоветую, как поступить. И тем не менее, хорошенько подумайте, прежде чем отказать себе в походе по интим-шопам. Ведь это потрясающее эротическое приключение! Представьте только: вы окажетесь в настоящей пещере Али-бабы, полной всевозможных чудес. В конце концов, возьмите с собой подружку. Разыграете ночных бабочек, залетевших обновить профессиональную коллекцию. Будет что вспомнить за бокалом вина на девичнике! То-то похохочете!

Но если очень стесняетесь - закажите все, что нужно, по интимным каталогам с доставкой товаров на дом или, например, через Ин-тернет. Этот способ я рекомендую скромницам как наиболее безопасный для их душевного здоровья. И не вздумайте делать покупки в сомнительных заведениях на городских окраинах или, еще хуже, в каком-нибудь злачном районе во время путешествия за границу! Во-первых, там никто не гарантирует вам качество приобретаемого изделия, а во-вторых, безопасность дороже. Пользуйтесь услугами только солидных, проверенных магазинов, имеющих лицензию на торговлю интимными принадлежностями.

#### СОСТАВЬТЕ ПОДРОБНЫЙ СПИСОК

Каждая хозяйка знает - перед большим походом в супермаркет необходимо вооружиться подробнейшим списком. Настоятельно рекомендую составить его, прежде чем отправляться по интим-бутикам. С одной стороны, он не позволит вам уйти без нужной вещи. Ведь кто знает, захотите ли вы вернуться! С другой - будете чувствовать себя спокойнее и увереннее. Поверьте, переступив порог "магазина для взрослых", вы рискуете потерять голову от разнообразия его сокровищ. Имея в сумочке подробный перечень необходимых покупок, можно сколько угодно глазеть по сторонам. И восхищаться неутомимой изобретательностью человеческой чувственности, не рискуя забыть, зачем вы, собственно, сюда пришли.

Кстати, основательно порывшись в грудах сексуальных игрушек, вы, глядишь, раскопаете что-нибудь любопытное дополнительно к своему списку. Ни в коем случае не ограничивайте вашу фантазию! Берите все, что понравится, даже если пока не знаете, как это использовать. Уже сам факт обладания эротической вещицей способствует обострению чувственности и полету воображения. Вы в любом случае не прогадаете.

Но вернемся к нашему списку. Итак, в нем обязательно должны присутствовать:

1. По меньшей мере один **искусственный фаллос** (дилдо).

В продаже имеется огромное количество фаллоимитаторов. Если не знаете, какой выбрать, - берите тот, что больше всего напоминает пенис вашего возлюбленного. Как говорится, нет места лучше, чем собственный дом. Не соблазняйтесь огромными орудиями, напоминающими космический корабль. Их обычно покупают в качестве шутливого подарка, но никогда для непосредственного применения.

Теперь о материале. Его ассортимент широк чрезвычайно, но лучше всего мягкая резина или упругий пластик. Если в понравившийся фаллос уже вмонтирован вибратор, - считайте, вам крупно повезло. Покупайте не раздумывая!

Если позволяют финансы - приобретите сразу несколько дилдо разных форм и размеров. Настоящая чувственная женщина не может удовлетворяться одним-единственным! Очень рекомендую изделия с ответвлением для стимуляции ануса, а также всевозможные ребристые и пупырчатые фаллосы, многократно усиливающие эротические ощущения.

2. **Вибратор**.

Среди них существует два типа. Один в виде пениса, который можно использовать, лаская кожу, грудь, клитор или вводя глубоко во влагалище (маленький размер - для заднего прохода!). Другой надевается на руку, как перчатка, и предназначен исключительно для стимуляции клитора. Он редко бывает фаллической формы.

3. **Лубриканты**.

Предпочтительнее на водной основе. Не ограничивайтесь каким-то одним видом вроде широко распространенного Q-геля. Подарите себе целый букет любимых ароматов!

4. **Эротическое белье**.

Возможно, ради него вам придется наведаться в специализированный магазин сексуальной одежды. Пожалуйста, оставьте свою природную стыдливость за порогом! Выбирайте не "что-нибудь скромненькое, в цветочек", а самое что ни на есть вызывающее. Примерно такое, в чем щеголяли модели на порнографических открытках, которые вам как-то украдкой показал одноклассник. Поставьте эксперимент - купите именно то, что вас больше всего отпугнет. Ваша задача выглядеть как ненасытная нимфоманка, а не как непорочная дева в чепце с оборками.

5. **Порнографические видеофильмы**. Да-да, идите прямиком туда, где предлагают "экстремальное" порно, и выберите парочку (или даже три). Руководствуйтесь картинкой и аннотацией на коробке - обычно она избавляет от необходимости задавать лишние вопросы.

6. **Игрушки из серии "почему бы и нет?"**

Все, что вам захочется приобрести из чистого любопытства. Кто знает, вдруг это окажется как раз тем, чего вам давно не хватало?

Ну вот, вроде ничего не забыли? Тогда - за покупками!

#### КАК ВАМ ЭТО ПОНРАВИЛОСЬ?

Когда вернетесь домой, нагруженная сумками и впечатлениями, откройте тетрадку и запишите свои ощущения от первого в жизни "взрослого" шопинга.

О чем думали в магазине и по дороге обратно? .0 работе? Нет... О школьных успехах сына-старшеклассника? Опять нет! Тогда, может быть, обдумывали предстоящие выборы в органы местного самоуправления?

Конечно же, нет. Знаю я, какие органы были у вас на. уме! Признайтесь - вы думали только о сексе? Летели домой, не чуя под собой ног, мечтая о том, как будете разбирать свои сокровища! С нетерпением предвкушали первое знакомство с драгоценными игрушками...

Поздравляю! У вас есть веские основания гордиться собой. Сегодня сделано огромное дело. Теперь вы знаете, что значит чувствовать себя сексуальной. Выбирая все эти чувственные приспособления, вы доказали себе и окружающим собственное право на ненасытные желания и безграничную жажду удовольствий. Тем самым - бесповоротно захлопнули дверь в прошлое, холодное и безрадостное существование. Да здравствует жизнь, - а значит, да здравствует секс! Ведь что такое жизнь без секса?

### ПОРА ИГРАТЬ!

Помните, с каким нетерпением вы в детстве ждали перемены? Срывались с места, неслись на школьный двор, чтобы немедленно начать играть - в классики, в мяч или прыгать со скакалкой? А когда безжалостный звонок гнал обратно в класс, думали - вот вырасту, тогда никто не помешает мне играть!

Радуйтесь! Ваше время наступило. Вы выросли, у вас полный ящик новых замечательных игрушек, и вы сгораете от нетерпения. На правах учителя я объявляю перемену. Слышите? Пришла пора вволю наиграться. Единственное, чего пока не хватает, - места для игры. Поищем его?

#### ПОСТОРОННИМ ВХОД ЗАПРЕЩЕН!

Развлечения с игрушками для взрослых требуют соблюдения особых правил предосторожности. Недопустимо присутствие постороннего на игровой площадке, причем таковым следует считать любого, кроме, разумеется, самого игрока.

Сейчас я объясню, что имею в виду. Для того, чтобы застенчивая женщина превратилась в раскрепощенную затейницу, необходима соответствующая атмосфера. Вам должно быть удобно, уютно, а главное - безопасно. Согласитесь, невозможно как следует опробовать искусственный член, если через полчаса должны вернуться из школы дети, а потом голодный муж потребует повышенного внимания к своей персоне..

Мой вам совет - снимите отдельный номер в мотеле или недорогой гостинице. Поймите меня правильно, я ничего не имею против вашей спальни. Она верой и правдой служила местом сексуальных баталий с партнером и вообще видела на своем веку немало интересного. Но у семейного гнездышка, к сожалению, есть ряд существенных недостатков.

Во-первых, в нем трудно почувствовать себя раскованной искательницей чувственных удовольствий. Все такое домашнее, привычное, знакомое до мелочей... А ведь хочется немножко романтики, чтобы предвкушение неизведанного слегка туманило голову, а чужая обстановка возбуждала самые смелые фантазии.

Во-вторых, в спальне всегда есть телефон, автоответчик и прочие блага цивилизации. Значит, именно в самый волнующий и пикантный момент позвонит мама с подробным рассказом о том, как соседке успешно удалили аппендикс.

Номер в гостинице лишен этих недостатков. Я понимаю экстравагантность своего предложения, но советую хорошенько взвесить все за и против. Номер можно снять на ночь (если обстоятельства позволяют вам не ночевать дома) или на два-три часа днем. Вот увидите, чем дальше окажетесь от родного очага, тем более поразительных результатов добьетесь. Просто удивительно, до чего сексуальны эти отдельные номера! Недаром они накрепко связаны в нашем сознании с фривольной атмосферой адюльтера и запретной страсти. Уверяю вас, вернувшись домой после "романтического свидания" со своей персоной, вы не узнаете себя.

Только, пожалуйста, поставьте в известность партнера. Страшно подумать, что он может вообразить, когда случайно узнает о вашей гарсоньерке, вашем местечке для любовных утех, которую вы сняли втайне от него! Зачем доставлять неприятности себе, а тем более человеку, ради которого все и затевается?!

### ПРИСЯДЕМ НА ДОРОЖКУ

Итак, вы решились? Отлично. Тогда давайте хорошенько проверим, что будет лежать в сумке интересной и решительной женщины:

* искусственный фаллос, вибратор, набор лубрикантов, эротическое белье;
* пара босоножек на шпильках;
* масло или ароматическая пена для • ванны;
* радиоприемник или CD-плеер с наушниками;
* пачка запасных пальчиковых батареек;
* свечи;
* видеокассеты (если вы планируете снять номер с видеоплеером);
* интимный дневник.

Предположим, по каким-то причинам вы не можете воспользоваться гостиницей. Давайте попробуем превратить в чертог любви супружескую спальню. Первым делом отключаем телефон и звук у автоответчика. Потом украшаем комнату свечами, зажигаем благовония и включаем тихую сексуальную музыку. Теперь - белье. Не жадничайте, достаньте из шкафа дорогие шелковые простыни. Кстати, не забудьте о цвете. Психологи традиционно считают самым возбуждающим нежно-оранжевый оттенок. Попробуйте также лиловый или красный - говорят, провоцирует необузданность. Не боитесь потерять голову?

Если вы заранее позаботились о том, чтобы вас никто не беспокоил, - значит, дело сделано. Ждите дальнейших указаний.

### СОБЛАЗНИТЕЛЬНОЕ ОДИНОЧЕСТВО

Ну, получили заветные ключи от комнаты? Сердце колотится? Щеки горят, руки дрожат? Так, все идет по плану. -

Думаю, для начала не помешает немного подкрепиться. Закажите в номер что-нибудь особенное, например большую порцию креветочного коктейля или фруктовый салат со взбитыми сливками. Используйте свой список эротических блюд! Для тех, кто остался дома, проблема решается еще проще - они могут заранее приготовить себе нечто потрясающее.

А теперь минутку внимания. Когда закончите с едой, повесьте на дверь табличку "Не беспокоить" и запритесь на два оборота. Задерните шторы на окнах. Вы же не хотите стать объектом нездорового внимания местных папарацци! Если вы находитесь в собственной спальне, то эту процедуру следует проделать с особой тщательностью (сами понимаете почему).

Уберите посуду и отправляйтесь купаться. Наполните ванну, взбейте пышную пену или добавьте немного ароматического масла. Готово? Погружайтесь в ласковое тепло. Можете украсить омовение зажженными свечами или музыкой - как кому нравится. Не забыли о дыхательной гимнастике? Проделайте не менее пяти-шести чувственных вдохов-выдохов и только потом приступайте к нежным прикосновениям. Помните, что это такое? Когда закончите, вылезайте из ванны, завернитесь в полотенце - и бегом в спальню.

Пора приступать к самому интересному.

#### "Играем". Упражнение 1

Последний, раз проверьте, хорошо ли заперты двери и задернуты занавески. Погасите свет, зажгите свечи, включите негромкую чувственную музыку.

Достаньте из пакета свое эротическое белье, полюбуйтесь на него. Так и хочется поскорее надеть, правда? Не томитесь - наряжайтесь! Не забудьте про высокие каблуки. Теперь подойдите к зеркалу? Узнаете?

Каково вам в костюме роковой искусительницы? А теперь посмотрим, как вы умеете двигаться... Заметили - сразу изменилась походка, манера держать голову? Принимайте самые соблазнительные позы. Помните, как изгибаются полуголые красотки в рекламе "эротического массажа" и "незабываемого досуга"? Получается? И какая же поза вам больше всего к лицу? Не чувствуете желания взять ее на вооружение?

Полюбуйтесь на себя еще разок. Чем не модель для обложки эротического журнала? Расставьте ноги, запрокиньте голову, сожмите руками грудь... Некого стесняться, вы. в номере одна. Будьте дерзкой, вызывающей, страстной, сумасшедшей.

Ведите себя как женщина, для которой нет ничего запретного.

Разогрелись? Значит - пора!

#### "Играем". Упражнение  2

Забирайтесь в постель, предварительно разложив на прикроватном столике все свои игрушки. Не забудьте вставить свежие батарейки в вибратор. Если в комнате есть видеоплеер, поставьте одну из своих кассет, только приглушите звук. Расслабьтесь. Сделайте несколько медленных, глубоких вдохов.

Когда почувствуете, что готовы, возьмите искусственный фаллос. Представьте - это пенис вашего возлюбленного. Не правда ли, он прекрасен? Погладьте его, медленно проведите пальцами по плотной (ребристой) поверхности, насладитесь восхитительной тяжестью... Теперь поцелуйте. Оближите его весь - как эскимо. Ласкайте языком, губами, можете даже сосать.

Затем щедро смажьте "лакомство" лубрикантом. Не скупитесь - фаллос должен быть прекрасно увлажнен до самого конца упражнения.

Осторожно упритесь его головкой во влагалище. Медленно протолкните ее на сантиметр вглубь. Остановитесь, прислушайтесь к своим ощущениям. Потом продвиньте дилдо еще немножко... и бережно, не спеша, введите полностью. Уберите руку, ощутите в себе его скользящую твердость. Попробуйте напрячь влагалищные мышцы, плотно обхватите фаллос. Теперь расслабьтесь. Проделайте так несколько раз.

Начните медленно работать фаллосом. Вот когда вы. по достоинству оцените роль лубриканта! Чувствуете приближение оргазма? Не противьтесь, позвольте себе это наслаждение... Но если вам так и не удается достичь кульминации с помощью имитатора - не расстраивайтесь. В конце концов, оргазм - не самоцель. Гораздо важнее просто получить максимум удовольствия. Надеюсь, с этим у вас все в порядке?

В любом случае отдохните, восстановите силы... Испугались, что все закончилось? Успокойтесь, мы только начали.

#### "Играем". Упражнение  3

Сейчас давайте испытаем вибратор. Если ваша модель снабжена несколькими скоростями, то для начала выберите самую маленькую. Вибратор обычно не смазывают лубрикантом, хватает того, который осыпался на коже. Но если хочется, нанесите масло на влагалище и задний проход.

Для начала опробуйте вибратор на ладони. Легкими, круговыми движениями водите им по руке, прижимайте сильнее, слабее. Разобрались? Тогда приложите его к гениталиям.

Сначала легонько помассируйте клитор. Если вы впервые пользуетесь вибратором, ощущение может показаться слишком сильным, поэтому устраивайте небольшие перерывы между стимуляциями. Всему свое время! Постепенно вы привыкнете, а еще через какое-то время самая низкая скорость покажется уже недостаточной. При отсутствии дискомфорта продолжайте ласки. Поэкспериментируйте со скоростью, интенсивностью прикосновения.

Не торопитесь, наслаждение не терпит суеты. Будьте нежны и внимательны. Ни в коем случае не делайте ничего, что вам неприятно. Малейший намек на неудобство - сигнал для каких-либо изменений. Привыкайте лелеять свои ощущения, доставлять себе максимум удовольствия. Теперь понимаете, насколько непроста задача хорошего любовника? Вы. должны как можно луч-ше изучить собственный темперамент. чтобы стать для возлюбленного надежным гидом по стране вашей чувственности. Умелое обращение с вибратором окажет вам неоценимую услугу.

Большинство из нас быстро и легко испытывают оргазм с помощью вибратора. Не случайно его используют для обучения сексуально незрелых женщин стимуляции ответных реакций. Многим вибратор впервые дарит неземное блаженство так называемых цепных, то есть следующих один за другим, оргазмов. Если и вам судьба подарила такое - наслаждайтесь! Вы честно заработали роскошный приз.

Неспособность достичь оргазма с помощью вибратора - не повод для беспокойства. Возможно, вам просто нужно больше времени, чтобы привыкнуть к нему. Не вышло сейчас - получится в следующий раз. "А если не получится?" - спросите вы. Отвечаю: "Ну и что?" Значит, ваш тип сексуальности ориентирован исключительно на натуральный секс. Разве это плохо? Зарубите себе на носу - ваша цель состоит не в том, чтобы выработать у себя серию условных рефлексов, а в умении доставить себе наибольшее удовольствие. Ищите свои пути, смело сворачивайте с тупиковых тропинок.

Тем же, кто все-таки довел себя до сладостных судорог, советую как следует передохнуть. Так и надорваться можно!

#### "Играем". Упражнение 4

Положите с одной стороны, искусственный фаллос. С другой - вибратор. Чувствуете. что вам предстоит?! Обильно смажьте фаллос лубрикантом и начните уже знакомое медленное проникновение... Когда достаточно возбудитесь, включайте вибратор. Держите его на клиторе.

Обратите внимание на реакцию вагинальны.х мышц. Теперь понимаете, зачем нужны, были постоянные тренировки? Вот он, сладкий плод учения! Продолжая стимуляцию клитора, начинайте двигать искусственным фаллосом. Чувствуете, как стремительно нарастает возбуждение? Если хватит сил, то можете немножко подразнить себя - время от времени убирайте вибратор или прекращайте движения фаллоса. Впрочем, мне кажется, вы слишком распалены, чтобы экспериментировать.

Кстати, какой это у вас сегодня по счету оргазм?

И тем не менее, повторюсь - он не единственная цель этих упражнений. Надеюсь, вы со мной согласны.

**Список использованной литературы:**

1. Избранные главы книги Барбары Кислинг "Сексуальные игры. Руководство к немедленному действию". 2000.