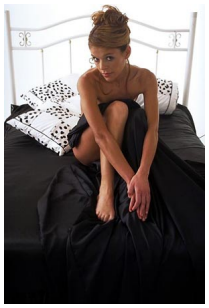
Автор: Administrator
07.08.2008 14:08 -



Загадка природы. После секса мужчины немедленно засыпают, а женщины напротив полны энергии и жизненных сил. Пока вы ждете от своего возлюбленного сладких слов на ушко и нежных поцелуев, он мирно засыпает и отворачивается от вас. Почему? К сожалению, коктейль сексуальных гормонов, который во время оргазма выплескивается в кровь, имеет совершенно противоположный эффект на женский и мужской организм.

"Исследования показывают, что после сексуального общения, мозг мужчины часто переходит в состояние покоя и отдыха - пылкий любовник чувствует себя утомленным и уставшим, в то время женщина становится бодрой, активной и жаждущей общения", - говорит врач и автор книги "О чем же он думает: как работает мозг мужчины" Майкл Гериан.

Однако не стоит расстраиваться. Биологические препятствия можно преодолеть и сделать время после секса приятным для обоих партнеров. Журнал Cosmopolitan дает некоторые рекомендации, как разнообразить постсексуальное меню. Некоторые из них помогут побороть сонливость вашего партнера и придать ему сил, другие – удивить его и заставить удовлетворить вашу потребность в близости.

Сделайте ему чувственный комплимент

Мужчинам жизненно необходимо постоянно слышать о том, что они потрясающие любовники. Когда вы говорите вашему партнеру, что его действия уносят вас на вершину блаженства, это тешит его эго и заставляет чувствовать себя настоящим мужчиной.

"Мужчины часто беспокоятся о том, как оны были в постели, поэтому действительно хотят услышать от вас подтверждения своих экстраординарных возможностей", -

отмечает доктор философии, автор книги "Руководство по созданию здоровых отношений для полного идиота". Ваши комплементы заставят его забыть о сне – ведь трудно уснуть, когда тебя хвалят.

Итак, расскажите ему подробно об эротических событиях вечера, однако постарайтесь не переусердствовать. Для начала можно описать ваши любимые ласки или позу, которая вам нравится больше всего. Откровенный разговор надолго останется в его памяти. Кроме того, в следующий раз он не забудет сделать вам самые приятные вещи.

Сделайте ему массаж

Если секс закончился, это отнюдь не значит, что пора убирать друг от друга руки. Массаж – отличный способ продлить физический контакт и доставить удовольствие партнеру. Однако не стоит притрагиваться к интимным органам, необходимо найти на теле вашего мужчины эрогенные зоны, стимулирование которые будет приносить ему удовольствие, а не боль.

Для улучшения эффекта – ложитесь напротив него и смотрите ему в глаза. "Гладьте круговыми движениями его торс, начните с груди, обогните пупок, затем медленно проведите рукой по его телу до тазобедренной кости и вернитесь обратно, - говорит массажист Стив Капеллини, автор книги "Массаж для чайников". – Или водите по нему кончиками пальцев от ключицы вниз по груди до бедер и обратно".

Если вы хотите добиться от него ответных ласк, необходимо перейти к более активным действиям. Капеллини предлагает технику под названием "ударные". Попросите своего мужчину лечь на живот и широко раздвинуть ноги. Затем кончиками пальцев или ребрами рук аккуратно побарабаньте по его спине и ягодицам. Ваши прикосновения улучшат его кровообращение, что заставит почувствовать возбуждение и даже продолжить ночь любви.

Примите душ вместе

Когда Cosmo провел опрос среди мужчин с целью выяснить, что больше всего им нравится делать после секса, большинство ответили, что с удовольствием бы приняли душ вместе со своей женщиной. Это прекрасное место, где можно быть одновременно горячим, мокрым и обнаженным – это невероятно возбуждает.

Для начала можно потереть друг другу спинку, плечи и шею. Затем можно постоять, обнявшись, под горячей струей. Поводите мыльными руками по его спине и ягодицам. Горячий влажный воздух продлит приятные ощущения после оргазма, поскольку горячая вода усиливает кровоток и заставляет ваше тело пробуждаться.

Трогайте себя

Если первый раз лишь разгорячил ваши желания и вы жаждете "продолжения банкета", а ваш мужчина уже выдохся, продолжите самостоятельно и дайте ему понять, что вы не отказываетесь и от его помощи. В независимости от того, присоединится он к процессу или нет, ему в любом случае понравится за этим наблюдать. Даже если процесс мастурбации не подвигнет вашего возлюбленного на новые сексуальные подвиги, он, в первую очередь, доставит удовольствие вам, а любимый сможет увидеть замечательное пип-шоу.

Прижмитесь к нему

Наилучший способ контакта между партнерами после секса – прижаться друг к другу. Объятия помогут тебе почувствовать себя любимой и не потребуют от него большого количества усилий. Есть хорошая новость: не все мужчины спешат на боковую через пять минут после секса. Многие хотят разделить с женщиной радость от проведенным вместе моментов. Если ваш мужчина не привык вас обнимать во сне, позвольте ему лечь в удобную позицию и нежно обхватите его своими руками, чтобы он почувствовал вашу любовь и заботу, пишет ФАКТNEWS.