

Владимир Лешан

**Как  
получать  
огромное  
удовольствие  
от оргазма**

18+

Владимир Лешан

**Как получать огромное  
удовольствие от оргазма**

«ЛитРес: Самиздат»

2017

**Лешан В.**

Как получать огромное удовольствие от оргазма / В. Лешан —  
«ЛитРес: Самиздат», 2017

Если мужчина будет знать как, и женщина в этом ему поможет, всякий раз, занимаясь сексом, он будет получать огромное удовольствие от оргазма. Не оставляйте это дело на самотёк.

# Содержание

Владимир Лешан	5
Предисловие	6
Конец ознакомительного фрагмента.	9

## **Владимир Лешан**

### **Как получать огромное удовольствие от оргазма**

Друзья мои, уважаемые мужчины!

В этой небольшой книжке я хочу рассказать вам, как с помощью одного упражнения и правильного его применения добиться того, что вы будете получать огромное удовольствие от секса и оргазма. Кончая, вы будете не просто разгружаться, у вас произойдёт не банальная эякуляция, а вы будете испытывать целый взрыв от фонтанирующего из вас наслаждения. Я подскажу и научу вас тому, чему научился сам, что испытываю при каждом занятии сексом. Тратя 5-10 минут в день на это упражнение, которым вы сможете заниматься в любом месте: удобно сидя в своём автомобиле или автобусе, перед экраном телевизора или монитором компьютера, совершенно не отвлекаясь от дела, стоя в очереди за чем-либо или с удочкой в руках у водоёма. Вам не потребуется тренажёр и не нужно будет никаких приспособлений, ваш самый любимый орган станет для вас ещё роднее, потому что будет приносить ещё больше радости и удовольствия. Он станет вам лучшим другом, на которого вы всегда сможете положиться (и он, конечно же, за это на вас не обидится). Став стойким бойцом, принося вам большое наслаждение от секса, сделав вас уверенным в своих силах мужчиной, он будет верой и правдой служить вам долго и честно.

Цена этой книжки ничтожно мала в сравнении со всякой там химией, на которую так усердно пытаются нас подсадить в рекламах по телевизору. Не стоит надеяться на таблетки. Один раз прочитав мою книжку, вы будете всю свою жизнь этим способом пользоваться, получая огромное удовольствие от секса, принося не меньшую радость вашей любимой женщине.

Есть такое выражение : «Всё гениальное-просто». Так и в деле получения огромного удовольствия от оргазма всё очень просто. Есть три правила которые нужно знать и выполнять.

1) Нужно знать как и какие мышцы тренировать. На это в день достаточно будет тратить 5-10 минут, в удобной расслабленной, сидячей позе. Просматривая любимую передачу по телевизору, или добираясь до работы в общественном транспорте, или же за рулём автомобиля. Совершенно не имеет значения где вы сидите и чем в данный момент занимаетесь. Тренировка совершенно не отнимет у вас внимания.

2) Знать как их (мышцы) правильно использовать, для того чтобы вы могли пролонгировать половой акт, а также пролонгировать и сам оргазм, получая от него удовольствие столько времени сколько вашей душе будет угодно.

3) Вам нужно знать что способствует получению супер оргазма. Какие и где расположены эрогенные зоны, и как они влияют на получение умопомрачительного удовольствия.

Знание этих трёх правил, сделает вас в постели прекрасным любовником, способным дать насладиться вашей любимой женщине и самому получать высшее удовольствие от секса и оргазма. Ни какой химии, ни какого допинга вам не потребуется на протяжении всей вашей сексуальной жизни, а она у вас будет долгой, если вы не поленитесь на себя любимого тратить 5-10 минут в день.

## Предисловие

(Но прежде прочти P. S.)

Мой друг, ты держишь в руках эту книжку, и это значит, что ты равнодушен к сексу и получению удовольствия от него. В самом названии уже заложена интрига: «Получать огромное удовольствие от оргазма.» А разве оргазм – это не удовольствие? Да конечно, и чем человек моложе, тем большее удовольствие он испытывает от занятия сексом. Молодой организм, переполненный гормонами, стремится к разрядке. «Завод» по производству семенной жидкости работает на всех оборотах в три смены, 24 часа в сутки. И если юноше не удастся «разгрузиться» во время бодрствования, а зачастую, даже вопреки тому, что и удалось («завод» то запущен на всю «катушку»), так как заложенный природой защитный механизм может сработать ночью и разрядка в виде поллюции освободит простату для следующей партии семени. Разгрузка даже таким образом это уже какое-то удовольствие. Но вот человек возмужал, женился. Сексуальная жизнь упорядочена, регулярна. Все хорошо, все прекрасно. Проходит время и человек начинает соображать, что иной раз он получает удовольствие (конечно же, если у него желанная, и опытная партнерша), а иной раз просто разгружается. Как признавался мне друг детства, женатый, взрослый мужчина «Я иногда заезжаю к подруге, она так делает минет, что я просто улетаю». С женой у них такого нет. Или она не умеет это делать, а может ей не позволяет воспитание, ведь мы еще то поколение, выросшее во времена как ляпнула одна дамочка во время прямого телемоста с Америкой : «У нас в Советском Союзе секса нет. » Считалось, что это может делать какая-нибудь проститутка или не вполне пристойная, легкомысленная женщина. Нормальная жена ничего подобного делать не должна. Классический секс в миссионерской позе, вот это нормально. Но времена изменились, взгляды поменялись. Я, ни один год пытавшийся понять, почему занимаюсь одним видом секса и доводя до оргазма дело, только разгружаешься, получая минимум удовольствия. Когда же мы занимались оральным сексом, и доведенный до оргазма «ласками Богов» я получал гораздо большее удовольствие. Минуту, полторы, две, которые длится оргазм я просто улетаю от целой гаммы приятных чувств. Почему же так получается? Почему женский орган, казалось бы предназначенный для занятия сексом, не приносит столько удовольствия, сколько приносят «божественные ласки»? Откуда взялось выражение «ласки Богов»? В конце перестроечных годов появилась книга М. Кинессы «Брак под микроскопом», которая взорвала существовавшее в обществе представление о поведении супругов в постели. Оказалось, что оральным сексом можно и нужно заниматься. Ничего предосудительного в этом нет. Для любящей друг друга пары это вполне нормальное и нужное, и если даже не сказать полезное дело, для налаживания внутри семейных отношений.

Ведь сначала между мужчиной и женщиной возникает притяжение, постепенно перерастающее в страсть, затем возникает любовь, чувство, которое неудержимо тянет обоих в постель, и если они понятия не имеют, что же там делать друг с другом, страсть потухает после второго, а то и первого неудавшегося опыта. И чувство любви не задерживается. И вот уже молодая пара пылко влюбленных друг в друга людей начинает избегать близости, то у жены голова болит, то устал на работе муж и еще куча разных причин, чтоб отвернуться друг от друга на супружеском ложе. Так и уходят сначала страсть, потом любовь, остается только супружеский долг, за который ратует наиболее сильная в сексуальном плане половина. Все познается в сравнении. Я буду иногда приводить примеры. Сейчас мне вспоминается типичный случай молодой пары. Им было по 16 лет, когда они вспыхнули чувствами друг к другу. Парень был цыганских кровей, а как известно, у цыган поощряются ранние браки. Молодые Ромео и Джульетта объявили родителям, что любят друг друга и хотят создать семью, наивно полагая, что их любовь до гроба, то есть до конца жизни. Наивные молодые люди не понимали, что это всего

лишь страсть, маленький костерок, едва загоревшийся, и чтобы он запылал, ни одну палочку надо было подкинуть. А откуда взяться знаниям, как вести себя в постели, ведь литературы, освещающей эти вопросы, почти не было, время интернета еще не пришло. В конце концов, их семейная лодка разбилась о камни незнания и неумения доставлять друг другу удовольствие в постели. И вот результат их короткой страсти и неумелой любви вылился в маленького человечка, для зачатия которого эти чувства, как известно, и не обязательны. Меньше чем через год они разбежались в разные стороны, и малыш рос в неполной семье. Вот к чему приводит незнание и неумение. Так что как ни крути, а технику приносить друг другу удовольствие, и чтобы оно, это удовольствие, было огромным, надо искать, развивать и поддерживать в течении всей семейной жизни. Один из этих методов я вам расскажу. Подмечать, вычитывать, искать информация о сексуальных отношениях между мужчиной и женщиной меня заставила сама жизнь. На автора этих строк в далекие советские времена, во время срочной службы в советской армии, наехал тяжелый грузовой автомобиль. Десяток переломов, два из которых пришлось на таз. Внутренние разрывы. Кости срослись. Разрывы сшили. Поставили на ноги. Ходить, бегать смог так же, как и до травмы, не перекосило, не деформировало. Но вот беда, стал импотентом. Врачи говорили, что по идее этого не должно быть, а по факту, молодой парень, а эта штука в 19 лет и не работает. Но хорошо, что в это время приехал в наш гарнизон высокий чин из Владивостока с проверкой. Забрали меня, более полугода занимались мной. И вот спасибо и врачам, и Богу, стало у меня потихоньку все налаживаться. Закончился срок моей службы, и я уже твердо верил, что все восстановится, так оно и произошло, и к 22 годам я жил с девушкой, которая родила мне первого сына. Учитывать надо то, что потенция – это такое дело, которое надо беречь, лелеять и холить, тренировать и поддерживать. Но ни в коем случае не относиться к своему органу, как Илья Муромец к своему телу, просидев 33 года на печи и высидев силушку богатырскую. С нашим мужским половым органом такой номер не пройдет, «завод» по производству спермы останавливать ни в коем случае нельзя, запустить его будет очень тяжело, если вообще возможно. Мышцы промежности надо тренировать не только тем, что регулярно заниматься сексом, но и тем, что выполнять специальные упражнения, о чем речь пойдет ниже. Простой пример, когда мышцы какого-либо участка тела оставались без работы, это при длительном голодании по 10 дней (автор строк испытал на себе), челюстно-лицевые мышцы после десятка дней безработицы, начав свою работу, некоторое время ноют и болят, пока не придут в физическую норму. А сломанная нога или рука, пару месяцев обездвиженная, но упорными каждодневными тренировками все же приводятся в норму, но сколько это отнимает времени и сил, пока полтора, два месяца, закованная в гипс конечность вновь обретает былую работоспособность. Так что экспериментировать и оставлять свой любимый орган без работы, я не советовал бы. «Наши руки не для скуки», как пелось в одной старой советской песне. Да сейчас рукоблудство и не осуждается, хотя и посмеиваются над этим. Но куда уж деваться, если чаще под рукой не женщина оказывается, а ... . В этой маленькой книжке речь пойдет о мужчинах, о том, что делать, чтобы он не просто разгружался, не просто выполнял супружеский долг, а получал удовольствие от секса и огромное удовольствие от самого оргазма. Как эякуляцию делать, не просто выстрелом, а мощным взрывом бомбы. И смею вас заверить, уважаемые женщины, получая в постели с вами неопишемое удовольствие, ваш мужчина не поменяет его на сомнительное удовольствие с алкоголем, бичом нашего времени, к 40 годам жизни зачастую делающего из него импотента. Я не врач и не всегда у меня получается выразить свою мысль строго по научному. Меня скорей можно назвать методистом, так как хочу донести до читателя метод получения физического удовольствия от сексуального общения полов. Все эти знания были накоплены с годами. Пробы, эксперименты. К 52-м годам все было разложено по полочкам, чем я и хочу поделиться с вами, уважаемые читатели. Эту информацию должны знать оба супруга. Мужчина для того, чтоб упражнением разработать-натренировать нужную группу мышц, участвующую в поддержании

эрекции и способствующую получению супер оргазма, а женщина для того, чтобы содействовала его получению. Не просто оргазма, а именно супер оргазма, когда мужчина не просто дернулся 2-3 раза и все, «спустил», а будет дергаться и биться полторы-две минуты в конвульсиях. Рычать, как тигр, реветь, как дикий бык, раненый в жопу. Мужчины, не надо в этот момент себя сдерживать, дайте этой энергии выход. Рычите, кричите, выплесните из себя все хорошее, что у вас накопилось меж ног, и все плохое, что накопилось за день в вашем теле и сознании. Освободившись, таким образом, сегодня, завтра вы опять будете, готовы к «подвигам» и сделаете все для своей «королевы», чего бы она не пожелала и до постели, и в постели, и после, чтобы только опять испытать это блаженство, этот взрыв, это неземное удовольствие на брачном ложе. Надо только сделать все верно, подготовить в физическом плане определенные мышцы и правильно их использовать при оргазме и эякуляции. Во второй главе я расскажу вам, отчего и почему мужчина получит огромное удовольствие от этого.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.