

Анальный и оральный

# СЕКС



Намрик Дж. Халли

Патрик Дж. Холл

# **Анальный и оральный секс**

«Автор»

**Холл П.**

Анальный и оральный секс / П. Холл — «Автор»,

ISBN 978-5-44-967193-6

Теперь обучиться искусству анальных и оральных ласк очень просто — под одной обложкой вас ждут два подробных пособия! Как правильно заниматься анальным сексом, чтобы девушка смогла испытать оргазм? Какие позы лучше всего подходят для такого вида сексуальных утех? Может ли что-нибудь рассказать о чувствах партнеров техника минета? В своей книге «Анальный и оральный секс» Патрик Дж. Холл подробно отвечает на эти и многие другие вопросы.

ISBN 978-5-44-967193-6

© Холл П.

© Автор

## Содержание

Анальный секс	5
Может ли быть анальный секс приятен женщине?	5
Может ли быть анальный секс «грязным» и не вреден ли он?	7
Правила безопасности, которые всегда важно соблюдать	9
Конец ознакомительного фрагмента.	10

# Патрик Дж. Холл

## Анальный и оральный секс

### Анальный секс

#### Может ли быть анальный секс приятен женщине?

В парах, где не слишком любят разнообразить сексуальные отношения, об анальном сексе слагают целые легенды. Принято думать, что «вечеринки на заднем дворе» не только способны навредить здоровью женщины, но даже не приносят ей совершенно никакого удовольствия. Но так ли это на самом деле?

Согласно данным анонимных опросов, регулярно проводимых сексологами по всей стране, в современных супружеских парах анальным сексом часто занимаются лишь 37 % семей. Остальные предпочитают воздерживаться от подобного опыта, считая его «грязным» и «потенциально опасным». Однако это совсем не так. Качественный анальный секс не может навредить женщине и даже способен подарить ей новые приятные переживания в постели.

Но что означает – «качественный»? И как понять, действуете ли вы правильно? Здесь все достаточно просто: если во время анальных ласк партнерша не ощущает боли и неприятных ощущений, то подобный половой контакт ей скорее всего понравится. На самом деле, подавляющее количество женщин, отказывающихся от анала, боятся именно возможной боли. Усугубляться этот страх может после пережитого негативного опыта, когда мужчина был слишком груб или просто не посчитал нужным действовать предельно осторожно.

Для некоторых женщин анальный секс становится запретной темой только потому, что это считается чем-то грязным и неприемлемым. Однако и здесь существует масса мифов и ложных фактов. Естественно, подобные сексуальные отношения требуют предварительной подготовки, и об этом я расскажу позже. Но не стоит опасаться этого опыта только потому, что вы боитесь увидеть на половом члене партнера «что-то не то». Фактически, такие ситуации случаются крайне редко. Это означает, что вы наверняка не попадете в тот ничтожный процент людей, для которых анальный секс завершился «шоколадной катастрофой».

Получать удовольствие от ласк и активации заднего прохода способна любая женщина, вопрос лишь в том, как это делать правильно. Если ваш мужчина будет действовать нежно и постепенно, боли при подобном половом контакте быть просто не может. В любом случае, неприятные ощущения в анусе – это свидетельство того, что вам попался слишком неопытный партнер. При адекватных анальных ласках женщина испытывает исключительно наслаждение. И наотрез отказываться от шанса испытать новые переживания в постели не стоит. Просто постарайтесь научиться вместе со своим мужчиной заниматься этим правильно.

Когда пенис проникает в задний проход, партнерша переживает особенные, ни с чем не сравнимые ощущения, которых невозможно добиться ни при каких прочих видах секса. Дело в том, что анальное отверстие – зона повышенной чувствительности. Надавливая на сфинктер и добиваясь его расширения, мужчина активирует невероятно чувствительные точки как снаружи заднего прохода, так и внутри него. Кроме того, между стенками влагалища и прямой кишкой существует всего лишь тонкая мышечная перепонка. А потому при анальном сексе женщина тоже может испытывать оргазм, причем – вагинальный.

Если ваша партнерша слишком обеспокоена тем, что ей может быть неприятно, стоит начинать процесс не с введения полового члена в ее задний проход, а с долгих предварительных ласк. По сути, анальный секс вообще не терпит спешки и резких движений. Если у вас нет

времени на то, чтобы как следует «завести» свою женщину, лучше вообще отказаться от идеи устроить «вечеринку на заднем дворе».

Анал – искусство тонкое, требующее не только терпения, но и нежного отношения. Все, что вы делаете при вагинальном сексе, здесь просто не работает. Задний проход – область высокой чувствительности, как я упоминал немного выше, потому любое неосторожное движение способно причинить женщине сильную, невероятно острую боль. Поэтому сам процесс введения полового члена в анальное отверстие может занимать достаточно большое количество времени – от десяти минут и до часа.

Прежде всего, женщине необходимо полностью расслабиться. Получить удовольствие от анального секса невозможно, если тело партнерши будет напряжено, а сама она будет морально не готова к переживанию подобного сексуального опыта. Сначала мужчине необходимо максимально возбудить свою партнершу, чтобы она сама была не против испытать нечто новое. Начинать заниматься анальным сексом, когда женщина даже толком не возбуждена – это настоящее преступление. Потому что в подобных ситуациях ни о каком удовольствии для партнерши не может идти и речи.

Таким образом, получать наслаждение от альтернативного секса способна каждая женщина – это научно доказанный факт. Однако для этого ей необходимо обзавестись умелым и терпеливым партнером.

Очень часто ко мне обращаются не очень опытные пары, в которых партнерша наотрез отказывается давать на растерзание мужа свою «пятую точку». И чаще всего выясняется, что мужчина в постели излишне торопится и суетится, отчего его супруга начинает испытывать боль. В принципе, если женщине не понравился анальный секс, то винить в этом стоит исключительно ее кавалера. Подобные «торопыжки» зачастую в корне обрубает дальнейшее желание пассивной партнерши пробовать анальный секс снова. Вот почему вам стоит всерьез задуматься о своих сексуальных умениях, если женщина говорит вам решительное «нет» на просьбу заняться аналом.

Однако обучиться этому мастерству не так уж сложно. И это хорошая новость, ведь разнообразить свою сексуальную жизнь просто необходимо, если вы находитесь в длительных отношениях. Это не только сблизит вас эмоционально с вашим партнером или партнершей, но и выведет отношения на более доверительный уровень. Кроме того, качественный анальный секс дарит наслаждение обоим партнерам – и мужчине, и его женщине.

Для партнера это – особый сексуальный опыт, ведь плотность обхвата головки полового члена при анальном контакте существенно выше. По этой причине при анальном сексе мужчина может испытывать более яркий и продолжительный оргазм. К тому же, температура в прямой кишке несколько выше, чем внутри женского влагалища. Поэтому это дополнительно усиливает сексуальное возбуждение мужчины.

Кроме всего прочего, для обоих партнеров такой секс – это шанс пережить не просто новые эмоции в постели, но и возможность почувствовать себя «плохими». Буквально, анальный секс заманчив для большинства супружеских пар просто потому, что это в большинстве своем – запретный плод. Это что-то «грязное» и «развратное», что возбуждает и будоражит воображение.

К слову, в завершение этой главы я хочу отметить одну интересную вещь. Если женщина не испытывает оргазма при вагинальном сексе или же это происходит нерегулярно и редко, то анальный секс – это лучший способ «завести» ее как следует.

Многие женщины, испытывающие сложности с сексуальной разрядкой в процессе традиционного полового контакта, переживают сильные и глубокие чувства при стимуляции заднего прохода пенисом партнера. Это значит, что особенно важно попробовать подобный опыт тем женщинам, которых природа обделила возможностью испытывать яркий оргазм при вагинальном сексе.



## **Может ли быть анальный секс «грязным» и не вреден ли он?**

Перед тем, как заняться этим видом половых ласк, многие рекомендуют воспользоваться клизмой для очищения кишечника. На самом деле, такой необходимости нет, если вы каждый день справляете нужду в туалете. Процент вероятности того, что секс будет действительно «грязным» невероятно мал.

Чаще всего это случается как раз после клизмы, когда процедура была проведена недостаточно тщательно. В том же случае, если ваши каловые массы имеют твердую консистенцию, лучше вообще не вмешиваться в естественную микрофлору прямой кишки и не делать клизму перед анальным контактом. Анальное пространство и без того будет свободно от всего «лишнего».

Таким образом, если вы регулярно ходите в туалет и ваш стул не разжижен, шансов нарваться на «сюрприз» в процессе анальных ласк у вас практически нет. Для тех женщин, которые желают попробовать этот вид сексуального опыта, но имеют какие-либо сложности с пищеварительной системой, я бы рекомендовал предварительно принимать закрепляющие препараты или просто перейти на диету, богатую крахмалом. Чем суше и тверже ваши каловые массы, тем меньше шанс «запачкать» половой член партнера.

Если вы все же решили сделать очищающую клизму перед грядущими ласками, то стоит выждать, по крайней мере, несколько часов после того, как вы сходите в туалет. Кроме того, клизма не может дать гарантии того, что после нее в вашем кишечнике не останется кала. Это – миф. Да и в домашних условиях сделать полноценную клизму просто невозможно, этим занимаются в стенах медицинских учреждений.

Скорее, вы просто добьетесь разжижения крайней части каловых масс, отчего эффект после очищения может быть обратным. Вот почему я не советую бездумно ставить клизмы перед анальным сексом. Лучше наладить процесс естественного очищения кишечника.

Если на завтра вы с партнером запланировали «вечеринку на заднем дворе», то накануне будет полезно сменить меню. Рис, отварной и запеченный картофель, крепкий черный чай и ягодные кисели, сухое красное вино и макароны – все эти продукты помогут вам сходить утром в туалет максимально «сухо», а потому после подобной дефекации использовать клизму не придется.

В то же время, непосредственно за день до планируемых анальных ласк стоит воздержаться от всей пищи, что заметно слабит кишечник и разжижает стул. К подобным нежелательным продуктам относятся спелые бананы, огурцы, бобовые и кукуруза, капуста и некоторые запеченные овощи и фрукты (яблоки, тыква), большая часть ягод, обилие растительного масла в пище, жирные и острые блюда.

Все эти яства раздражают стенки кишечника, отчего разжижается не только стул, но и появляются неприятные ощущения в заднем проходе. Естественно, при наличии подобных симптомов заниматься анальным сексом не стоит.

Большая часть супружеских пар не используют очищающую клизму перед анальным сексом, однако никаких неприятностей в процессе половых сношений у них не происходит. Зато этим не могут похвастать те женщины, которые регулярно мучают свой задний проход клизмами. Во-первых, этот процесс очень сильно раздражает стенки прямой кишки. Во-вторых, шанс «запачкать» половой член партнера после этого действительно возрастает, но никак не снижается. В-третьих, вымывая микрофлору кишечника, вы на самом деле вредите своему здоровью, а также делаете стенки прямой кишки более уязвимыми к образованию микротравм и трещин в процессе анальных ласк.

А теперь давайте более детально пройдемся по теме вреда от анального секса. Многие люди, приходящие ко мне за советом, желают испытать этот новый сексуальный опыт, но опасаются последствий. Кто-то краем уха слышал что-то о геморрое, других запугали риском развития рака прямой кишки. А несколько женщин были горячо убеждены в том, что анальный секс делает задний проход ослабленным, отчего в последствии может начаться недержание каловых масс. Естественно, все это – чистой воды бред.

Качественный анальный секс не способен навредить вашему здоровью. К тому же, этой сексуальной практикой занимаются не каждый день, а потому потенциальной угрозы для здоровья она не несет. Другими словами, если ваш партнер все делает правильно, и вы не испытываете боли при половом контакте, а также практикуете «вечеринки на заднем дворе» не слишком часто, то беспокоиться вам решительно не о чем.

Реальному риску подвергаются лишь те женщины, партнеры которых не обладают элементарными познаниями в сексуальной сфере. Так, неосторожное и грубое отношение мужчины во время интимной близости и резкое введение пениса в задний проход может спровоцировать появление трещин и ссадин прямой кишки, а также причинить партнерше сильную боль. Однако глупо перекладывать вину за это на сам анальный секс. Виноват исключительно ваш неумелый партнер.

Плавный и размеренный анальный секс не способен навредить здоровью, привести к появлению травм или неприятных ощущений. Если мужчина ласков и терпелив, то альтернативный секс принесет его женщине исключительно приятные переживания.

Также нередко отрицательные эмоции переносят женщины, использующие неподходящую смазку для подобного рода сексуальных ласк. Естественно, для анального секса смазка крайне необходима. Я бы сказал, что вам вообще не стоит даже думать о таком опыте, если у вас в доме нет под рукой баночки с хорошим лубрикантом, предназначенным конкретно для этих целей. Хорошая смазка для анального секса не только облегчает процесс введения пениса в задний проход, но и повышает степень приятных ощущений для обоих партнеров. А заодно и защищает чувствительную область от возможных травм.

Таким образом, вред от анального секса невозможен, его способен причинить лишь сам неопытный мужчина своей женщине. В остальных случаях такая сексуальная практика в постели не оказывает негативного воздействия на здоровье партнеров. Это доказывают и современные исследования, и мнение квалифицированных сексологов. Поэтому заниматься аналом можно – это не опаснее, чем оральный или классический вагинальный секс.



## **Правила безопасности, которые всегда важно соблюдать**

Я всегда настоятельно рекомендую парам пользоваться барьерными контрацептивами при занятиях альтернативными видами секса. Презерватив надежно защитит здоровье обоих партнеров, а кроме того, не допустит проникновения болезнетворных микроорганизмов в мужскую уретру.

## **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.