



Софи Детруа

18+

# КАЧЕСТВО СЕКСА ПРЕВЫШЕ ВСЕГО



# Софи Детруа

## Качество секса превыше всего

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=63091911](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=63091911)  
SelfPub; 2020*

### Аннотация

У мужчин оргазм длится примерно 6 секунд, а у представительниц прекрасного пола он продолжается до 20 секунд. Точно также, как и смех – оргазм продлевает нашу жизнь. Секс уже давным-давно является не просто способом размножения, а самой что ни на есть полноценной частью человеческих отношений. Да, все им так или иначе занимаются, однако мало кто интересуется сексом с научной и статистической точки зрения.

# Содержание

Как научиться хорошему сексу?	4
Прощупать свою сексуальность	6
Борьба с внутренними тараканами	10
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# Софи Детруа

## Качество секса превыше всего

### Как научиться хорошему сексу?

Как через призму хорошего секса познать все прелести жизни? Звучит интригующе. Ведь практически все люди, в той или иной степени знают, что такое секс. Какая-то часть из них уверена, что знает, какой он - хороший секс. Тем не менее, сексуальное воспитание в школах и семьях – только для «прогрессивных» и «пугающе» современных. Это и понятно: очень сложно поговорить о том, о чем с тобой никто не говорил.

Поколение, растущее в условиях «табу на секс», вырастет зажатым, от чего страдает и мучается вопросом: как научиться хорошему сексу? Как вылезти из «коробки», в которую так заботливо поместили тебя учения о том, что «секс – это грязное и пошлое зло»?

Хороший секс, как дикий редкий зверь – он где-то обитает, но как его «приручить» никто не знает. Может это и не нужно? Ведь так все хорошо, наверно? Ведь само наличие половых отношений это уже хорошо. Может так должно

быть?

В головах современных женщин крутится множество мыслей: Что надеть? Как найти достойного мужчину? Как себя обеспечить? Когда на горизонте появляется он – своеобразный принц, на своеобразном белом коне, казалось – бы, все налаживается! Но возникает еще больше проблем и страхов, среди которых – вопрос близости.

*«Как выйти на тему секса? Я не так хороша для него? Мне надо всегда быть готовой? А как он любит?»* или даже *«Как сказать, что у меня это впервые...?»* – поток вопросов нескончаемо крутится в сознании очарованной возлюбленным женщины, словно белка «нарезает» круги в колесе.

Что сделать, чтобы успокоить мечущегося грызуна в голове, и разбудить внутреннюю богиню? Как преподнести себя в максимально выгодном свете и правильно расставить акценты в будущих отношениях? Или как «раскрыть» сундук наслаждений в уже старых, «заплесневевших» отношениях? Может надо влюбить мужа заново? На пути к хорошему сексу, каждая найдет ответ на давно мучающий вопрос.

# Прощупать свою сексуальность

Уверенность в постели с любимым мужчиной начинается далеко не с покупки откровенного белья, а с принятия и любви к самой себе.

Речь идет об эмоциональной стабильности и уверенности. Современная массовая культура навязывает женщинам стереотипы о моде и внешности. В модном журнале между строк: *«Привлекательное тело – это обязательно спортивная накаченная фигура, с выдающейся грудью и «орехообразной» пятой точкой. Если ты не дотягиваешь – ты за бортом!»* Ирония в том, что крайне-крайне редко мужчина, обнажив свою избранницу, будет презрительно показывать пальцем на еле видный целлюлит и кричать: *« – Фуу!»*. А если и будет – то этот мужчина точно не нужен, но об этом позже.

Большинство проблем порхают в женской голове, словно бабочки, из-за неуверенности в себе. Женщины пропускают важный этап прелюдий, из-за страха, что партнер увидит маленькую грудь или неплоский живот. Интимная близость строится на желаниях партнера и весь процесс лишь на это и направлен, ведь если будет не так, «он уйдет или ему не понравится». Это неправильно и, как минимум, не справедливо!

Гораздо более ценны те женщины, которые знают себе це-

ну! Если внутренние расценки у девушки дешевле, чем на распродаже в Черную Пятницу, над этим обязательно нужно работать.

Начало на поверхности: внешний вид. Если ходить с засаженными волосами, собранными в пучок, без намека на макияж и в растянутом свитере – разбудить «спящую красавицу» не получится. Стоит немного причесаться, подчеркнуть ресницы тушью и накрасить губы – и все, в зеркале уже богиня. Конечно, это все утрировано, главное, что хочется донести, это то, что внешняя привлекательность по отношению к самой себе, формирует общее отношение к самой себе. Можно не краситься вовсе, если так нравится. Важно именно нравиться! Сейчас есть масса возможностей выглядеть и одеваться современно. Любая девушка найдет идеальное для себя стилистическое решение, не зависимо от того, сколько денег может на это потратить. Нужно лишь желание!

Про мужчин часто говорят, что главный сексуальный орган «сильного пола» это мозг. Умные женщины так же более привлекательны. Это не значит, что нужно бежать учить таблицу Менделеева наизусть, мол, вдруг после секса любимый захочет узнать валентность магния. Чтение книг, прохождение курсов, или просмотр умного кино – любые новые знания в интересующей сфере повысят уверенность как в своих глазах, так и изменят мнение окружающих. Даже если это увлечение вязанием или коллекционирование бабочек.

Главное, что необходимо сделать на пути к сексуально-

сти – это приложить все усилия, чтобы влюбиться в себя! Маленькие радости, в виде хорошей книги, «лишнее пирожное», сеанс массажа – постепенно отражение в зеркале начнет меняться. И причиной тому станет не одежда и макияж – а новый взгляд, который заметят все вокруг.

Удивительно, но многие женщины, и не важно, сколько им лет – 13 или 30, совсем не знают своего тела. Один гинеколог просил своих пациенток, в качестве эксперимента, нарисовать на листке бумаги главные женские половые органы. То, что изображалось девушками, дало понять, что женская половая анатомия – это «нераскрытая тема»: у кого-то был цветок, кто-то рисовал силуэты. Некоторые вообще сдавали чистый лист. Почему так? Здесь на все ответит массовая культура, веками навязывающая обществу, что «все, что ниже пояса» это грязно, постыдно и страшно. Женщинам неловко познавать себя, им кажется это некрасивым и пошлым, когда мужчина называет свой орган «достоинством, другом и товарищем». Пора рушить эти установки и перестать бояться. Познание в области «мягкого места» раскроет для женщины целый мир того, что она может испытать, даже не догадываясь об этом. Зная, что нравится, гораздо проще объяснить или даже показать это партнеру. Вот он – путь к хорошему сексу.

Начать персональные познания можно разными способами: даже элементарное рассмотрение себя в зеркале будет уместным, если большинство не знает, как и что там выгля-

дит, не говоря о том, что с этим всем делать. Второй способ – это самоудовлетворение. В этом помогут различные «игрушки», которые сегодня можно заказать в интернете, сохранив анонимность. Широкая разновидность цветов, форм и даже запахов, делящихся по назначению и зонам применения – любая, кто желает *«поиграть по-взрослому»*, найдет для себя варианты. Никто не сможет принести наслаждение женщине, если она сама не знает, как это сделать! И это нормально!

# Борьба с внутренними тараканами

Каждая женщина когда-то была маленькой девочкой – переживала период взросления, страдала от гормональных перестроек. В это время ее сопровождали установки извне. Это могли быть учения мамы и бабушки или рассказы подружек, начитавшихся женских журналов. Кино, сериалы, музыка, книги – источниками было все, от менталитета до климата. Ведь когда ничего не знаешь, впитываешь любую информацию, как губка, не фильтруя. В результате сформировалась «армия тараканов»: комплекс установок и понятий по важным жизненным вопросам – как надо и как – не надо. Они настолько укореняются в сознании, что со временем, сковывают уже взрослых состоявшихся женщин на пути к принятию себя и своих желаний.

Почему говорить о сексе страшно и стыдно? Вероятно, в семье тема половых отношений была табуирована. Почему стоит стесняться своего тела и прятать его? Потому что, «это вульгарно и пошло. Так ведут себя только недостойные девушки». Почему я, взрослая самостоятельная женщина, не могу расслабиться с мужчиной и получить удовольствие? «Всем мужчинам от женщин нужно только одно, а утром он тебя бросит!» – вероятно, все это запрограммировано в голове.

# 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.