



18+

**Оксана
Лова**

**РАЗНООБРАЗИЕ
СЕКСА -** **счастье
семейной жизни**

Оксана Лова

**Разнообразие секса –
счастье семейной жизни**

«Автор»

2021

Лова О. В.

Разнообразие секса – счастье семейной жизни / О. В. Лова —
«Автор», 2021

ISBN 978-5-532-98730-2

Если перестать задумываться, о том как внести разнообразие в семейную жизнь в постели с мужем или женой, а также прекратить работать над проблемами в сексуальной сфере, отношения могут зайти в тупик. Поэтому необходимо откровенно разговаривать о своих истинных желаниях тем способом, приемлем для вас обоих.

ISBN 978-5-532-98730-2

© Лова О. В., 2021

© Автор, 2021

Содержание

Смените стиль секса	6
Не привязывайтесь к графику	7
В другое время, в другом месте	8
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Оксана Лова

Разнообразие секса – счастье семейной жизни

В данной книге собрано пятьдесят наиболее эффективных советов и хитростей, которые помогут внести разнообразие в интимную жизнь партнеров и наладить их отношения. Они могут пригодиться как опытным парам, испробовавшим все позы «Камасутры», так и наиболее консервативным личностям, с опаской и недоверием относящихся к экспериментам. Здесь вы не найдете призывов заняться BDSM или свингерством. Только простые и безопасные способы, которые не просто улучшат качество секса, но также помогут лучше понять друг друга, обрести гармонию и просто хорошо провести время.

Смените стиль секса

Самое очевидное, с чего бы стоило начать менять приевшийся секс, это его темп. Многие пары грешат тем, что пренебрегают этим простым трюком. Меняя позу за позой и отдаваясь страсти во всевозможных местах, они тем не менее придерживаются одной и той же скорости, в которой привыкли получать удовольствие. Человеческий организм – гибкая система, которая достаточно быстро приспосабливается к различным факторам влияния и если их не менять, то со временем эффективность любого процесса снижается. Поэтому сколько бы поз вы ни сменили, если это делается в монотонном ритме, такое занятие быстро наскучит. Более того, из-за этого многие женщины и вовсе неспособны достичь оргазма. Так что, если вы постоянно практикуете быстрый энергичный секс, попробуйте более чувственный и нежный его вариант. Любителям же заниматься любовью медленно стоит добавить динамики и темперамента.

Не привязывайтесь к графику

Многими секс воспринимается как рутина и выполнение супружеского долга. К примеру, если вы занимаетесь сексом строго по выходным, то неудивительно, что вам не хватает разнообразия. Зная наперед, что вас ожидает, можно легко утратить всякий интерес, ведь расписание убивает всякую интригу и превращает интимные радости в обязательное плановое мероприятие. Так быть не должно. Поэтому обязательно придайте вашему сексу спонтанности. Не ждите уик-энда, чтобы насладиться друг другом, а делайте это в зависимости от желания и настроения. Часто интимности откладываются на ночное время. И это одна из главных ошибок, ведь к моменту, когда мы возвращаемся с работы, ужинаем и принимаем душ, уже не остается практически никаких сил друг на друга. К тому же, исследования показывают, что, например, мужчины чаще испытывают половое влечение именно по утрам, когда организм полностью возобновился от пережитого накануне стресса. Возможно, стоит выделить полчаса в начале своего дня и воспользоваться этим преимуществом?

В другое время, в другом месте

Еще один не менее важный аспект, от которого зависит разнообразие интимной жизни, это место. Как бы хорошо и уютно ни было в постели, было бы неплохо периодически из нее выбираться и осваивать новые территории. Как минимум потому, что занятия любовью на кровати несколько умяют страсть, облачая ее в махровый халат и домашние тапочки. Попробуйте поддаться чувственному порыву на кухонном столе или в душе. В общем, именно в том месте, где вас застигло желание. Ведь, согласитесь, сложно представить себе более пылкую картину, чем мужчина, в порыве страсти прижимающий свою женщину к стенке. Или кухонному шкафу. А может, даже к работающей стиральной машине.

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.