



АЗБУКА  
СЕКСА

ВСЕ О СЕКСЕ  
ОТ А ДО Я

ДАРЬЯ НЕСТЕРОВА  
КАК  
ПРАВИЛЬНО  
ЦЕЛОВАТЬСЯ

ЛУЧШЕЕ РУКОВОДСТВО  
ПО ИСКУССТВУ  
ПОЦЕЛУЕВ

18+

Азбука секса. Все о сексе от А до Я

Дарья Нестерова

**Как правильно целоваться.  
Лучшее руководство  
по искусству поцелуев**

«ЭКСМО»

2015

## **Нестерова Д. В.**

Как правильно целоваться. Лучшее руководство по искусству поцелуев / Д. В. Нестерова — «Эксмо», 2015 — (Азбука секса. Все о сексе от А до Я)

Дарья Нестерова – автор бестселлеров о сексе, вышедших тиражом более 400 000 экземпляров. Благодаря этой книге вы:

- Узнаете, можно ли целоваться на первом свидании
- Освоите основные техники идеальных поцелуев
- Познакомитесь с самыми горячими видами поцелуев
- Узнаете об искусстве незабываемого поцелуя все.....и даже больше

Дерзкие и игривые, несмелые и робкие, страстные и обжигающие, нежные и едва уловимые – ваши поцелуи станут незабываемыми.

© Нестерова Д. В., 2015

© Эксмо, 2015

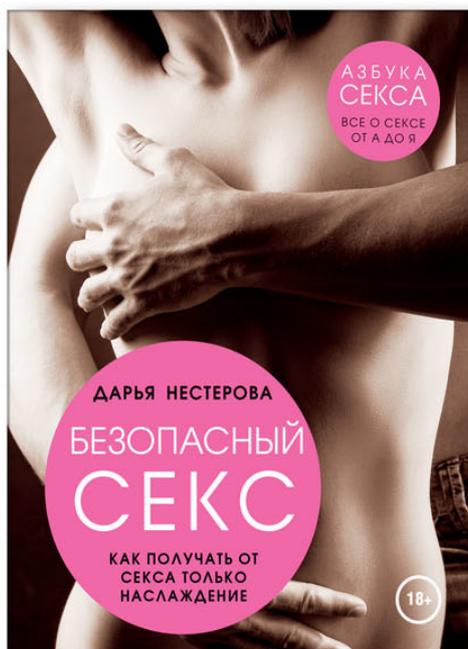
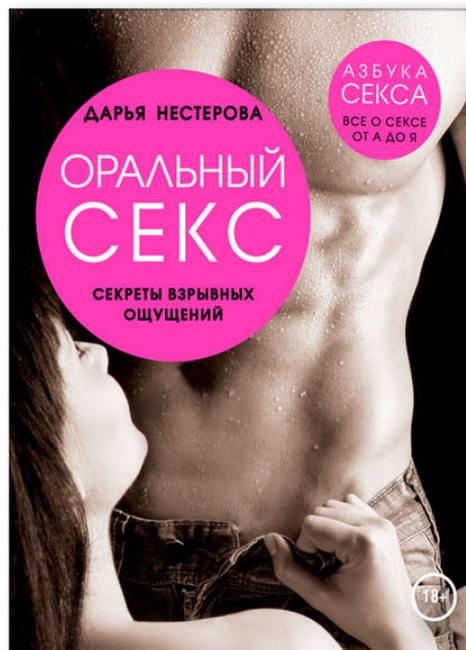
## Содержание

Книги Дарьи Нестеровой из серии «Азбука секса»	5
Введение	7
Азбука поцелуев	8
В каком возрасте люди целуются первый раз	10
Можно ли целоваться на первом свидании	12
Конец ознакомительного фрагмента.	14

# Дарья Нестерова

## Как правильно целоваться. Лучшее руководство по искусству поцелуев

Книги Дарьи Нестеровой из серии «Азбука секса»



### **«Супероргазм. Пульт управления удовольствием»**

Оргазм – это настоящая кульминация путешествия для двоих, полного смелых секс-экспериментов, дерзких идей и дразнящей импровизации. Подарить любимому человеку ни с чем несравнимое удовольствие – это чувственная наука, изучение которой не стоит откладывать на завтра.

Книга поможет вам лучше узнать тело партнера и свое собственное, подскажет, как выпустить наружу ураганную энергию в постели и за ее пределами и получить незабываемые эмоции от тотального сближения!

### **«Оральный секс. Секреты взрывных ощущений»**

Постичь все тонкости и техники чувственных ласк губами и языком для фантастического орального секса совсем непросто.

Эта книга поможет вам не только овладеть азами этого искусства, но и познакомиться с новыми сценариями и дерзкими идеями для стимуляции самых пикантных точек.

### **«Безопасный секс. Как получать от секса только наслаждение»**

Благодаря книге «Безопасный секс» вы узнаете все о современных средствах контрацепции и сможете подобрать надежный и максимально удобный для вас способ предохранения.

Чтобы секс приносил только удовольствие – думайте о собственной безопасности заранее и помните, что от вашего здоровья зависит здоровье ваших любимых и близких!

### **«Как правильно целоваться. Лучшее руководство по искусству поцелуев»**

Постичь все тонкости и техники идеального поцелуя не так просто. Книга «Как правильно целоваться» поможет вам не только овладеть азами этого искусства, но и поднять уже имеющиеся навыки до невероятных высот.

Дерзкие и игривые, несмелые и робкие, страстные и обжигающие, нежные и едва уловимые – ваши поцелуи станут незабываемыми.

## Введение

Никто не может сказать точно, когда люди начали целоваться, выражая через прикосновение губ любовь, нежность, заботу и страсть. Есть мнение, что первой целующейся парой были Адам и Ева. Однако многие историки утверждают, что поцелуи между влюбленными стали практиковаться гораздо позже, приблизительно в 3000 году до н. э. До этого времени существовали только ритуальные поцелуи.

Где именно появились настоящие поцелуи, тоже нет единого мнения. Одни исследователи считают, что поцелуи возникли в Древнем Египте, другие приписывают это эротическое изобретение шумерской культуре. Однако во все времена и у разных народов поцелуи были важной вехой отношений влюбленных. Ведь через поцелуй можно выразить то, что невозможно сказать словами. Настоящий поцелуй – это фонтан эмоций, море чувственности, океан любви и нежности.

Даже многие семейные пары не умеют правильно целоваться. А что уж говорить о юношах и девушках, у которых еще не было настоящего свидания и которые даже не знают, как подарить поцелуй любимому и как ответить на прикосновение его губ.

Существует несколько десятков техник одних только поцелуев в губы. Вы можете просто прикоснуться губами к губам любимого, проводить по ним языком... Можете нежно или, напротив, страстно приоткрыть своим языком губы партнера, проникнуть в его рот и, слившись с ним в поцелуе, прикоснуться кончиком своего языка к его языку, проводить им по внутренней поверхности щек и губ, гладить десны и нёбо...

Самый страстный и возбуждающий, по мнению большинства влюбленных, – это французский поцелуй, при котором партнеры двигают языками во рту друг друга.

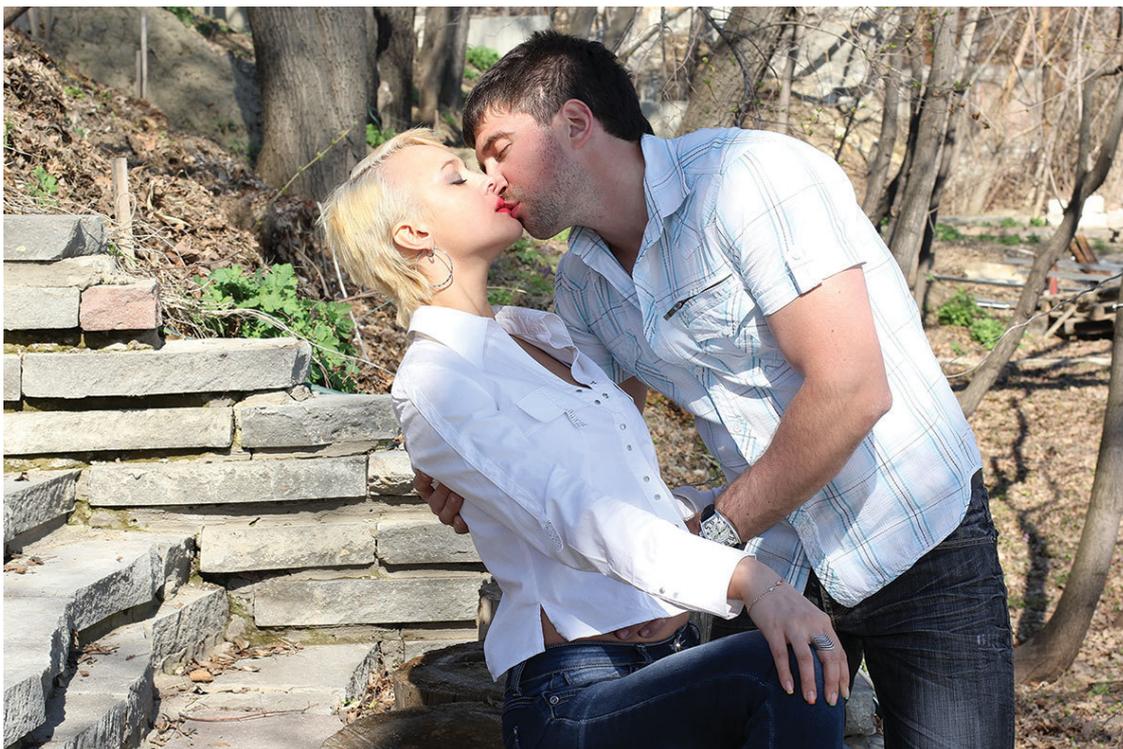
Перед вами – книга об искусстве поцелуев. С ее помощью вы научитесь правильно целоваться, освоите различные виды и технику поцелуев. Вы узнаете, как выбрать подходящий момент для поцелуя, каким должен быть первый поцелуй, чтобы воспоминания о нем остались на всю жизнь. Вы научитесь читать «язык» поцелуев, безошибочно определяя, какие чувства питает к вам партнер, узнаете о самых модных поцелуях, происходящих на публике и наедине с любимым (любимой).

## Азбука поцелуев

Настоящий поцелуй, чувственный, головокружительный, наполненный яркими красками эмоций, может быть только с тем, в кого вы влюблены, с человеком, при одном только взгляде на которого ваше сердце «выпрыгивает из груди». В один прекрасный момент любимый оказывается настолько близко, что у вас перехватывает дыхание, кружится голова. Вы теряете дар речи, закрываете глаза и чувствуете только скольжение его нежных губ, прикосновение языка. Весь мир перестает существовать для вас, и вы понимаете: вот он, первый поцелуй, самый настоящий, самый лучший и самый запоминающийся.

Первый поцелуй – это большое испытание для юных влюбленных. Это первый шаг к серьезным отношениям, важное событие в жизни пары, приоткрывающее дверь в мир чувств, которые юноше и девушке только предстоит познать.





Если вы еще ни разу не целовались, вас наверняка волнует целый ряд вопросов, связанных с поцелуями. Как выбрать подходящий момент для поцелуя? Как справиться с застенчивостью или страхом? Как правильно целоваться? Как начать и как закончить поцелуй? На все эти, а также многие другие важные вопросы мы постараемся ответить в этой главе и тем самым подготовить вас к тому ответственному моменту, когда вы впервые прикоснетесь губами к губам любимого человека и попытаетесь выразить свои чувства через поцелуй.

## В каком возрасте люди целуются первый раз

Если верить статистике, то впервые люди целуются в 14–16 лет. Та же статистика говорит о том, что 67 % юношей и девушек впервые поцеловались только для того, чтобы не отставать от сверстников, не выглядеть белыми воронами. Еще 14 % юных пар целуются из любопытства, 16 % – для того чтобы получить опыт поцелуев. И только для 3 % молодых людей первый поцелуй – это выражение чувств, признание в любви, развитие романтических отношений.

Не стоит беспокоиться, если вы до сих пор не целовались. Скорее всего вы не столь любопытны, как ваши ровесники, а опыт настоящих поцелуев мечтаете получить только с любимым человеком. Встретив его, вы быстро наверстаете упущенное.





## Можно ли целоваться на первом свидании

Неважно, на каком по счету вы свидании – первом или десятом. Главное – это искренность ваших чувств, желание стать ближе друг другу, выразить свою любовь и нежность. Если вы на самом деле испытываете сильные эмоции, волнение, дрожь или сладкую истоми, когда находитесь рядом с любимым человеком, то это веское основание для поцелуя.



### Любовь с первого взгляда

Любовь с первого взгляда и свидание в первый же день знакомства... Ну как обойтись без поцелуев при столь стремительном развитии отношений?

Вы смотрите в глаза человеку и не понимаете, как раньше могли жить без него. Он берет вас за руку и вас «бьет током». Он обнимает вас, и вы готовы провести в его объятиях целую вечность. Он прикасается губами к вашим губам, и вы теряете голову, отвечая на его поцелуй с той нежностью, любовью и страстью, на которую только способны. Вы наверняка не будете задавать себе вопрос: стоит ли целоваться на первом свидании? Слияние губ, а возможно, и интимные отношения, будут для вас абсолютно естественными.



### **Любовь как продолжение дружбы**

Ситуация, когда дружеские отношения перерастают в любовные, довольно распространенная. Подростки, которые сидели за одной партой, а потом вместе гуляли или ходили в кино, вдруг понимают, что испытывают друг к другу чувства, отличные от дружеских. Вроде, и свидания уже были – прогулки или походы в кафе, а вроде, свиданиями такое совместное времяпрепровождение и не назовешь.

Целоваться ли на первом настоящем свидании с тем, кто совсем недавно считался просто товарищем? Если вы уверены в том, что ваши дружеские чувства переросли в любовные, попробуйте сначала уловить ответные сигналы потенциального партнера.

По его поведению вы поймете, что именно он к вам испытывает, – дружескую симпатию или любовь. Если чувства взаимны, то, конечно, целоваться можно и нужно уже на первом настоящем свидании. Ведь вы уже достаточно времени провели вместе и доверяете друг другу.

## **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.