



آنچه خانمتان در همخوابی انتظار دارد

نوشته David Strovny

از سری مقالات سایت AskMen

ترجمه و تنظیم از مجید (Email: www.mcico2003@yahoo.com)

مردان زیادی همواره این سوال را مطرح میکنند که چه کاری باید انجام دهند تا دفعات سکس با همسرشان را افزایش دهند. آنچه که آنها درک نمیکند اینست که با ایجاد چند تغییر کوچک، ممکن است قادر باشند که نه تنها دفعات بلکه کیفیت اعمال جنسیشان را نیز افزایش دهند.

آنها خود به ما میگویند چه کار کنیم

من از بسیاری از خانمهایی که میشناختم سوال کردم که مایلند چه تغییراتی در همسرشان و اعمال جنسی او روی دهد تا به آنها در آمیزش کمک کند. در اینجا آنچه که این زنان عنوان کردند را بدون هیچگونه دسته بندی خاص بیان میکنم:

معاشقه ناکافی

یک لحظه صبر کنید، این آن چیزی نیست که شما فکر میکنید... بسیار خوب، تا حدودی هست. تنها بدانید هر زنی در دنیا آرزو میکند ای کاش مردش زمانی را برای تحریک او تا آخرین سطح ممکن صرف کند، اما این فقط شامل بوسیدن دهان و گونه اش نمیشود.

از این بیشتر، آیا سعی کرده اید حتی یکبار تا حالا وقتی برای قدردانی از همسرتان بگذارید. این لزوماً به این معنی نیست که مثلاً برایش طلا و جواهر بخرید، بلکه تنها به او بگوئید که چقدر زیباست یا شیوه راه رفتنش برای شما تحریک کننده است.

بعلاوه، اگر شما همیشه با وی مثل یک خانم رفتار میکنید، بدین ترتیب او را وادار خواهید کرد هر چیزی باشد جز انسانی با خواهشهای جنسی در اتاق خواب. در بیرون اتاق خواب یک جنتمن باشید، بی هیچ بهانه ای او را با تمام احساس ببوسید، و وادارش کنید خود را به همان مهمی که شما فکر میکنید هست حس کند. بی آنکه خواسته باشید، او با شما مانند یک سلطان رفتار خواهد کرد.

نظافت ناکافی

شاید فکر میکنید آلت شما همانند آلت خانمتان نیاز به تمیز کردن ندارد، چون مثلاً گوستی نیست و مرتباً مایعات خاص ترشح نمیکند، اما کلیه مردان باید اطمینان حاصل کنند که نواحی تناسلیشان قبل از هرگونه معاشقه (ترجیحاً درست قبل از آن) کاملاً نرم، تمیز و پاک باشد.

علاوه بر آلت تناسلیتان، باید مطمئن باشید که دستها و ناخنهایتان تمیزند (برای جلوگیری از انتقال عفونت به نواحی نرم وی در هنگام معاشقه)، و اینکه بسیار خوشبو باشید. پاکیزگی وقتی در موضوعات سکسی مطرح میگردد بسیار حائز اهمیت است پس به خود تکانی بدهید و از شر کثافات راحت شوید.

هیچ صدایی در نمی آورد

فرض کنید شما با چرخش زبانتان و با استفاده از انگشتانتان در حال تحریک مهبل همسرتان هستید و کم و بیش ماراتتی از سکس زبانی انجام میدهید و حالا، اگرچه شما میتوانید رسیدن او به لذت را مرتباً احساس کنید او هیچ صدایی در نیآورد. حتی یک آه خوشایند؛ چه احساسی دارید؟ پس چرا اغلب شما مردان صدایتان را خفه

میکنید و فریاد نمی‌زنید آنچه را که او با آلت شما میکند. زنان، درست مثل شما، می‌خواهند بدانند که آنچه انجام می‌دهند آیا باعث لذت همسرشان میشود یا نه، پس گفتن این چیزها همیشه میتواند خوشایند باشد: “اوه آره”، “مممم”، “خودشه”، “خوبه”، “حرف نداري”، “وای خدای من”.

و یا اگر فکر میکنید در حین سکس نمیتوانید بر حرفی کنید در عوض میتوانید آه و ناله کنید. او به پاسخ شما نیاز دارد؛ به نیاز او پاسخ بده، مرد حسابی!

خیلی سریع عمل میکند

اما برای بسیاری از زوجها، سکس بیشتر از سه دقیقه طول نمیکشد چون اغلب آقایان اصلاً توقف نمیکنند. پس باید چه کار کنید؟ خوب، میتوانید همیشه زمان زیادی را صرف معاشقه کرده و سعی کنید او را از طریق سکس زبانی و یا تحریک بوسیله انگشت به ارگاسم (اوج لذت جنسی) برسانید قبل از اینکه شروع به کردن وی کنید.

یا اینکه میتوانید با استمناء آلت خود را طوری تربیت کنید که زمان بیشتری دوام بیاورد.

به این ترتیب که هر وقت که مبادرت به استمناء میکنید و احساس میکنید در حال رسیدن به ارگاسم هستید، از لمس کردن آلت خود دست بردارید تا احساس شما فروکش کند، بعد دوباره شروع کنید. این کار را چند بار انجام دهید و سپس اجازه تخلیه بدهید. سرانجام شما قادر خواهید شد تا زمانی که با همسرتان به ارگاسم میرسید را تعیین کنید و خود را کنترل نمایید.

خیلی طول میکشد

میدانم، میدانم، چه میگویند؟ اما حقیقت دارد؛ خیلی از زنان شکایت دارند که شوهرانشان خیلی طول می‌دهند. خوب شما می‌رسید “چه زمانی زیاد محسوب میشود؟” بیشتر از یک ساعت؟ و مگر چه اشکالی دارد که بعضی مردها خیلی طولش میدهند؟

مسئله برخی افراد بدلیل مشکلات فیزیکی و جسمانی قادر نیستند که در زمان مقتضی انزال داشته باشند، اما در اغلب موارد مردانی که در همخوابی واقعا طول میدهند به این دلیل است که زیاد و با خشونت جلق میزنند.

در موردش فکر کنید. چگونه یک مهبل نرم و خیس میتواند همان احساسی را ایجاد کند که یک دست سخت و خشن و چگونه میتواند آلت شما را بفشارد؟ این آن چیزی است که من فکر میکنم.

بنابراین آنچه شما آقایان باید انجام دهید اینست که با ترک جلق زدن برای چند هفته حساسیت را به آلت‌هایتان برگردانید (میدانم که سخت است اما میدانم که شما میتوانید).

بنابراین وقتی که دوباره شروع به جلق زدن کردید با استفاده از نوک انگشتانتان بمالیمت اینکار را انجام دهید. از فشار دادن آن خودداری کنید. عمل به این توصیه‌ها باعث میشود در مدت زمان مناسبتری با همسرتان به انزال برسید.

تحریک دیوانه‌وار مهبل

خاراندن، گاز گرفتن و مالیدن انگار که میخواهید آتش روشن کنید، همگی عوامل مخربی در نواحی مهلبی وی هستند. اول وقتی به این نواحی میرسید، خیلی آرام و با مالیمت بلیسید، چون باید برای تحریکات قویتر آماده شود.

همینکه به میزان لازم روانکاری صورت گرفت، میتوانید کمی خشن تر باشید اما یادتان باشد که هرگز با خشونت و نامهربانانه عمل نکنید (مگر اینکه خودش دوست داشته باشد). این قسمتها بسیار حساسند، پس با آنها مهربان باشید.

غرغر کردن را بس کنید

با اینکه مطمئنم شما آقایان نیز صدها شکایت از زنان در امور جنسی دارید، قصد من اینست که به شما کمک کنم بهترین مردی که میتوانید باشید. و اگر گلایه‌ای در مورد برخی رفتار وی دارید، پس بگذارید او هم بداند. بهر حال ارتباط و گفتگو دوی هر دردی است.

تا بعد، اوقات خوشی را در تختخواب بریتان آرزو میکنم.