

Ананга Ранга

" В Е Т В И П Е Р С И К К А "

Самара Хасия Биака

Индия 1911 г.

С О Д Е Р Ж А Н И Е

ТРАКТАТ ПЕРВЫЙ

Прачехеда (глава): Первая ласка	3
Прачехеда: Объятия сидя и стоя	3
Внешние объявления	3
Объятия сидя	3
Прачехеда: Объятия на ложе	4
О правилах ниямы, асаны, пранаямы, пратьяхары, дхараны, стхала - соитие. Рот	
Прачехеда: Поцелуй рта	6
Прачехеда: Поцелуй тела	6
Стхала - о соитии вообще	
Прачехеда: Определения	7
Прачехеда: Движения юноши	7
Прачехеда: Движения девушки	8

ТРАКТАТ ВТОРОЙ

Прачехеда: Чистота тела	9
Зрение	9
Обоняние	9
Осязание	9
Вкус	9
Слух	9
Прачехеда: О зачатии	10
Прачехеда: Цурисанта (соитие не через половые органы)	10

ТРАКТАТ ТРЕТИЙ

Соитие - положение тел	
Прачехеда: Амата (разные приемы)	14
Прачехеда: Аириак (положение на боку)	15
Прачехеда: Асситака (сидя)	16
Прачехеда: Стиха (стоя)	18
прачехеда: аната (разные приемы)	19

ПРИЛОЖЕНИЕ I

Прачехеда: Древнеиндийские правила любовных игр	25
Примечания автора к приложению I	27

ПРИЛОЖЕНИЕ II

Несколько советов для вступающих в любовные игры 28

ПРИЛОЖЕНИЕ III 30

ТРИ ТРАКТАТА О ЛЮБВИ

Желающий жить имеет три цели:
Познание, Любовь и Стяжание богатства.
Первая часть жизни посвящена познанию,
Вторая часть жизни посвящается любви.
Третья часть посвящается стяжанию богатства.

Три источника имеют влечения человека:
Душа, Разум и Тело. Влечение души порождает дружбу.
Влечение ума порождает уважение.
Влечение тела порождает желание.
Соединение трех влечений порождает любовь.

Каковы наслаждения любви?
Два наслаждения души - причинение и терпение.
Два наслаждения разума - влечение и отдавание.
Три наслаждения тела - касание, трение и всасывание.
Три дополняющих наслаждения - вкус, запах и цвет.

Каково состояние, ведущее к любви?
Напряжение и страсть.
Каково состояние производимое любовью?
Облегчение и нежность.

Т Р А К Т А Т П Е Р В Ы Й

Прачехеда: **Первая ласка**

Первая ласка заключается в касании рукой тела девушки. Если юноша положит руку на голову девушки - эта ласка называется "пробуждающая". Если юноша положит руку на плечо девушки, которое ближе к нему - эта ласка называется "приближающая". Если юноша положит руку на плечо девушки, которое дальше от него - та ласка называется "объяснение в любви". Если юноша берет девушку за руку выше локтя - это просьба побыть с ним. Если только касается руки - то просьба быть приветливее. Если юноша кладет руку на тот бок девушки, который дальше от него - эта ласка называется "язык близости". Менее скромные ласки называются "тревожащими движениями". Если юноша проводит рукой по лбу девушки, гладит ее голову и треплет за щеку - эта ласка "покровительство". Если юноша проводит рукою по спине, рукам и бкам девушки и ненароком касается ее груди - это "надежда". Если юноша поднимает рукой подбородок девушки - эта ласка называется "свидание взглядов". Если юноша проводит пальцами по шее девушки - это ласка "приближающая игру".

Прачехеда: **Объятия сидя и стоя**

Объятия - ласка, заключающаяся в прижатии тела, рук и ног. Будем говорить об объятиях стоя, а из них о тех, которые называются "внутренними". Если юноша, взяв руками голову девушки, целует ее в губы - это скромное объятие, "наслаждение ароматом цветов". Если руки юноши, проходя под руками девушки, обнимают ее за спину или за стан - это объятие называется "совершенным". Если юноша обнимает девушку за плечи - это объятие "внутренняя свежесть". Если руки юноши опускаются со стана на бедра девушки - это объятие "полуденный жар". Если юноша прижимает девушку к себе - это объятие "царское". Если юноша, прижимая к себе девушку, пожимает ее ладони, а девушка стоит опустив руки вниз - это объятие называется "тайным".

Объятия "наслаждение ароматом цветов" и "утренняя свежесть" нежны. "Совершенное" и "полуденный жар" - исполнены страсти. "Царское" - грубо и властно, но прекрасно выражает иступленную страсть. "Тайное" - вызывает головокружение. Руки юноши, охваченного страстью, бродят по спине девушки. Руки юноши, пытающегося соблазнить девушку - двигаются сверху вниз. Вот прием, применяемый соблазнительями: выставив вперед живот, прижать к себе девушку так, чтобы она почувствовала твердость и тепло восставшего члена юноши.

Повисшие руки девушки выражают расслабленность воли, доверие; руки, положенные на плечи юноши - дружбу; положенные на грудь - доверие; обвитые вокруг шеи выражают нежность.

Если руки обоих положены на плечи - это объятие "брат и сестра". Если девушка прячет лицо на груди юноши - это объятие называется "стыдливым". Если девушка, прижимаясь, выставляет вперед свою грудь и юноша чувствует упругую мягкость девичьей груди и прижатия чередуются с трением - это объятие называется "работа сверла". Если девушка, прижимаясь, выставляет вперед свой живот и дышит им, и трется им так, чтобы он прижимался к животу юноши разными частями и с разной силой - это называется "волнующим объятием". Если девушка во время объятия позволяет своим бедрам прикасаться к бедрам юноши и своим коленям соприкасаться с его коленями - это объятие называется "манящее". Если девушка, обеими руками обвив шею юноши, поджимает ноги и так повисает на нем - это объятие "прыжок к счастью". Если же девушка при этом же объятии оплетает колени юноши своими ступнями - это объятие называется "сплетение лиан". Если девушка, обвив шею любимого и переступая в нетерпении, вдруг ставит одну ногу на ногу юноши, а другую обвивает его бедро - это объятие называется "лазание на дерево".

Объятия "стыдливое" и "брат и сестра" нежны. "Манящее", "работа сверла" и "волнующее" распалют юношу. "Прыжок к счастью" и "лазание на дерево" - выражают страсть девушки.

Внешние объятия - если юноша стоит за спиной девушки и так прижимает ее к себе, что его руки ласкают при этом ее груди, живот и лобок или одна рука ласкает спереди, а другая сзади - это объятие называется "звериное".

Объятия сидя - объятия сидя повторяют объятия стоя. Если юноша

отвлекает внимание девушки поцелуями и ласками и подводит свое колено под ее колено - это объятие называется "ловушка". Если юноша и девушка прижимают тела друг к другу и он давлением груди откидывает ее назад в разной степени и с разной силой - это объятие называется "круги ястреба".

Особые объятия - если влюбленные шагают в толпе или гуляют по людным местам, если они, продолжая идти, то отталкиваются бедрами, то трутся руками и ногами, боками и бедрами друг о друга - то прижимаясь, то расходясь, забывая об окружающем мире - то это объятие называется "качание языков племени". Если юноша, охваченный страстью и неспособный к сдержанности, телом прижимает девушку к стене или дереву, а руки его касаются ее груди, бедер, спины, а губы ищут губ - это объятие называется "приближение бури".

Прачехеда: **Объятия на ложе**

Если тела любовников распростерты на ложе и они, обнявшись, лежат неподвижно - это объятие называется "джунгли". Такое объятие хорошо тогда, когда сплетенные тела побеждают усталость.

Если оба лежат на спине и девушка ложится на руку юноши или его плечо, а ноги кладет на его бедро; если юноша лежит на боку, а девушка прячет лицо на его груди и при этом обоими применяются также объятия бедрами; если девушка лежит на боку спиной к юноше, а он держит ее за грудь и одну ногу кладет между бедер и если любовники при этом страстно прижимаются друг к другу, вжимая тело в тело; если девушка лежит на животе, а юноша лежит рядом и руками ласкает ее груди, или, проведя руки подмышками девушки, гладит ее спину, ягодицы и бедра, проводит руками по животу сверху вниз и между сплетенными ногами прижимает к ней свой член - такие объятия называются "вечерний зов".

Если девушка лежит на спине, а юноша лежит на ней и он давит и гладит ее груди, подводит свои руки под ее спину и ягодицы, сплетает ноги и касается членом ее лобка и шейей ее шеи - это объятие называется "ирис". Если любовники при этом нежно трутся друг о друга - это объятие распростертых на ложе называется "сезан". Это объятие нежно, когда оба лежат на боку, более страстно - когда юноша лежит на девушке или наоборот. При этих объятиях любовники трутся друг о друга всеми частями тела, трутся вдоль живота и груди и поперек их, трутся лицом о лицо и ногами о ноги. Эти объятия хороши, когда тихие движения перемежаются с быстрыми, нежные с сильными, а трения чередуются с прижатиями. Эти объятия дополняются трением ягодиц.

Если юноша сидит на коленях девушки или наоборот, опустив вниз ноги - это объятие "детское". При этом они сидят боком друг к другу. Если девушка сидит на коленях юноши боком к нему, поджав под себя ноги - это объятие называется "игра брамы". Если девушка сидит на коленях юноши спиной к нему - это объятие называется "лотос". Если девушка сидит на коленях юноши лицом к нему - это объятие называется "всадница". Если она лежит на его коленях - это называется "упоение

любви". При объятиях "детском" и "игре брамы" влюбленные развлекаются поцелуями и играми рук. При объятиях "лотос" игры рук сочетаются с переплетением ног, а девушка выражает свою страсть движением ягодиц. При объятии "всадница" влюбленные развлекаются трением живота и груди, и ягодиц девушки о бедра юноши. При объятии "упоение любви" девушка лежит неподвижно, а юноша ласкает руками все доступные ему части ее тела: шею, груди, живот, спину, ягодицы и бедра.

Если влюбленные сжимают бедрами друг друга и так лежат неподвижно - это объятие называется "урупагухана". Если влюбленные, покоясь на ложе нагими, прижимая пупок к пупку, трутся лобками и в минуты экстаза среди движений и вздохов замрут, сильно прижимая лобок к лобку - это объятие называется "ягханопарагухава". Есть особая ласка, заключающаяся в том, что влюбленные, не касаясь друг друга прижимаются грудь с грудью. Она называется "станапингана". Если лоб упирается в лоб, нос упирается в нос, глаза впиваются в глаза, рот рассасывает рот, а взаимные прижатия чередуются с трением лиц друг о друга - эта ласка называется "далатика".

Прежде чем приступить к следующему разделу, следует разъяснить, что все, что будет описано ниже - возможно лишь при соблюдении всех правил ниямы, асаны, пранаямы, пратьяхары и дхараны, так как любовные игры и ласки с нечистыми телами, нетренированными мышцами, с нищим духом и рассеянным вниманием просто невозможны - потому что грязные тела, волосатые подмышечные впадины и промежности, неприятные запахи и неумение владеть собой во всех отношениях не могут доставить любовникам ничего, кроме отвращения друг к другу, а неумение сосредоточивать свое внимание не дает возможности почувствовать всю прелесть тех нюансов наслаждения, которую дает та или иная поза или положение любовных игр, описываемых ниже. Предполагается, что все вступающие в любовные игры, как юноша, так равно и девушка, знают правила йоговской ниямы, прививающей с детских лет такие привычки, как очищение тела путем омовений и принятия здоровой и чистой пищи; и кроме внешнего очищения (бахья) у любовников должно быть полное усвоение абьяхтары, или внутреннего очищения, то есть воспитание в себе хороших чувств - дружелюбия, доброжелательности, непричинения другому моральной или физической боли и так далее; воспитания в себе привычки довольствоваться тем, что приходит само собой, без особых усилий, то есть сантоши. Без полного овладения законами и тренировками, предписываемыми асаной, совершенно невозможно выполнение тех положений и поз в играх любви, которые требуют особой ловкости и устойчивости, выносливости и моментальной реакции, короче, всех разновидностей асаны: подмасаны, вирасаны, бхадрасаны и прочих.

Любовникам, не владеющим системой пранаямы, очень трудно будет регулировать дыхание при рекомендуемых способах поцелуев рта, тела и его различных органов. Без знания законов пратьяхары любовники в процессе ласк и любовных игр не сумеют сохранять свои чувства в полной гармонии от воздействий окружающей их среды, не смогут направлять свой ум на созерцание только объектов взаимного наслаждения и улаждающих слух звуков, неизбежно их сопровождающих.

Знание дхараны позволит юноше и девушке фиксировать свое внимание на внутриорганных объектах, своих и партнера, то есть фиксации ума - читты на желаемом объекте.

Ахьяна поможет сочетать наслаждение с размышлениями, равномерно текущей мыслью об объекте наслаждения, то есть о своем партнере и отдельных частях его тела, его движениях, запахах и, в целом, о позах, движениях, звуках, вкусовых ощущениях.

Предупреждение: все ниже описываемые способы и приемы любовной игры доступны только партнерам с чистым духом и разумом, со здоровым и чистым телом!!!

Соитие - стхала. Рот

Прачехеда: **Поцелуй рта**

Поцелуи рта различны по значению и выполнению:

1. Простой поцелуй рта называется "нимга".
2. С применением языка называется "самьяна".
3. Поцелуй с применением пальцев называется "авакумбана".
4. Поцелуйные игры называются "юдха".

"Нимга". Если девушка, покраснев от стыда, прикасается сжатыми губами к губам юноши - это поцелуй "целомудренный". Если, прижав губы к губам юноши, девушка делает легкое движение нижней губой, не двигая верхней,- это "стыдливый" поцелуй. Если трубочкой губ юноша нежно всасывает губы девушки - это "ровный" поцелуй. Если трубочку губ собирают не в центре, а сбоку рта - это "нежный поцелуй победителя". Если юноша, всасывая губы девушки, крепко прижимает свой рот к ее рту - это "страстный" поцелуй. Если юноша во время поцелуя трется губами о губы девушки - это поцелуй "волнующий". Если юноша страстно и долго всасывает губы девушки, то качая головой, то отнимая лицо, то прижимаясь вновь и дыхание целующихся смешивается - это "жгучий" поцелуй. Если юноша соединяет приоткрытый рот с полуоткрытым ртом девушки и рты целующихся всасывают, трутся и покусывают друг друга - это "борьба ртов". Если юноша волнует подругу легким прикосновением к ее губам - то к верхней, то к нижней - это "игривый" поцелуй. Если целующиеся широко раскрытыми ртами целуют зубы друг другу - это "поцелуй тигров".

"Самьяна". Если девушка нежно и стыдливо всасывает губы юноши и вдруг на мгновение вталкивает в его рот свой язык, делая вид, что сама испугалась нечаянного поступка - это "жалящий" поцелуй. Поцелуй, заключающийся в лизании губ, называется "распаляющим". Если язык вводится в рот и там вращается - это "мельничка". Если язык касается во рту языка - это "встреча друзей". Если язык вводится в рот и там касается неба - это "изысканный" поцелуй. Если язык скользит по зубам и вводится за щеку - это "царский" поцелуй.

"Авакумбана". Поцелуй с применением пальцев называется "поцелуем утихающей страсти". Если юноша, оттягивая пальцами нижнюю или верхнюю

губу девушки, вводитей за щеку язык и так замирает на несколько секунд - это поцелуй "лепесток".

Второй поцелуй: юноша сжимает двумя пальцами обе губы и так их целует - этот поцелуй называется "наслаждение бутонем".

Третий поцелуй: юноша разводит пальцами губы девушки и целует ее зубы - этот поцелуй называется "обрывание лепестков розы".

Четвертый поцелуй: юноша прижимает пальцами нижнюю губу девушки к ее зубам и, растягивая ее, вводит ей в рот свой язык - этот поцелуй называется "собираение нектара".

"Юдха". Суть первой игры в том, чтобы первым схватить зубами нижнюю губу своего друга.

Суть второй - в том, чтобы с помощью языка вытолкнуть из своего рта язык друга и самому завладеть его ртом.

Суть третьей игры состоит в том, чтобы первым всосать губы своего друга. Нежный соблюдает правила игры поцелуев, страстный смешивает их.

Прачехеда: **Поцелуй тела**

"Страстный поцелуй" заключается во всасывании и оттягивании губами тела. Так целуют соединения бедер, руки, плечи, соски, своды груди, ягодицы. "Нежный поцелуй" заключается в прикосновении к телу вздрагивающими губами. Так целуют лоб, глаза, соски груди, локтевые сгибы, подколенные впадины. "Тревожащий поцелуй" заключается в трении губами по телу - так целуют уши, нос, брови, живот, лобок, внутренние поверхности бедер, ягодицы и большие губы у женщины, а у мужчины - все то же и ствол и головку члена. "Лижущий поцелуй" заключается в прикосновении языком к телу и полизывании его в различных направлениях. Так целуют соски груди, большие и малые губы, клитор у женщины, а у мужчины - головку члена, предварительно отодвинув крайнюю плоть, если она не обрезана или не приучена всегда быть сдвинутой. Особый вид лижущего поцелуя - это "бой богов", когда широко открыв рты и соединив их в страстном поцелуе - юноша и девушка лижут языки друг друга, ведя борьбу за вертикальное положение своего языка во рту друга. Победа заключается в том, чтобы полностью занять телом своего языка рот друга, загнав его язык в сторону, вверх или вниз.

Стхала - **о соитии вообще**

Прачехеда: Определения

Соитие - вершина и цель любви, объединяющее наслаждение души, разума и тела. Соитие для тела мужчины состоит в введении члена, движении членом и облегчении члена при извержении семени. Соитие для тела женщины состоит из принятия члена и его обволакивания в излиянии. Соитие считается полным, когда есть все

его части для мужчины и для женщины.

Соитие хорошо, когда оно длинно и неустойчиво.

Соитие плохо, когда оно слишком коротко или слишком длинно и утомительно.

Соитие всегда должно быть подготовлено предварительными ласками и поцелуйными играми.

Вступающие в соитие разделяются по таким признакам:

по размерам: если возставший член мужчины величиною до шести пальцев - это модус "заяц"; до девяти - "бык"; до двенадцати - "жеребец"; более двенадцати - "олень". Если влагалище женщины маленькое - это "газель"; среднее - это "коза"; большое - это "кобылица"; очень большое - это "слониха". Сочетание соответствующих размеров - гармонично; большого с малым - хорошо, хотя и несколько стеснительно; малого с большим - плохо, так как в этих случаях приходится избегать положений, расширяющих вход во влагалище и пользоваться только жесткими позами, сужающими вход.

По темпераменту: мужчины и женщины бывают холодными, ровными и горячими. Сочетания каждого вида имеют свои преимущества, но более гармонично, если оба партнера имеют одинаковый темперамент.

По времени: мужчины и женщины делятся на "быстрых", "нормальных" и "медлительных". И по времени лучше всего сочетание равных. Медлительные мужчины утомительны для женщин, а медлительные женщины не могут быть удовлетворены быстрым мужчиной. Все же лучше, если мужчина медлительнее женщины. Тогда она никогда не останется неудовлетворенной и очень плохо наоборот.

Согласно разделению, выполнение сношений не должно быть одинаковым. Есть способы сужающие и расширяющие вход, есть способы распалюющие страсть, отдаляющие конец игры, предупреждающие опасность беременности, если она нежелательна, и обеспечивающие беременность, если она желанна.

Прачехеда: Движения юноши

По направлению движения члена различаются четыре приема. Если юноша сильно прогибает живот и делает удар снизу вверх - это "кабаний удар". Если юноша несильно прогибает живот и бьет вдоль тела - это удар "копье" если удар члена направлен не вдоль тела, а сверху вниз - это удар - "дротик". Если юноша бьет не прямо, а вкось - то вправо, то влево - это удар "пловец". Для большинства женщин наиболее приятен "кабаний" удар. Самый слабый удар - это "дротик", его применяют для того, чтобы распалить девушку, или когда мужчина устал, так как это самый легкий удар. "Копье" - обычный удар, а удар "пловец" применяется только любителями, это изысканный удар.

Сочетание ударов-движений:

"Обычный" - состоящий из равномерных ударов-движений туда и обратно, не быстрых и не медленных - называется "качели". Если юноша вводит член внутрь влагалища не сразу, а несколькими толчками - это называется "сту-пеньки". Если юноша, глубоко введя член, держит его

там долго и страстно делая толчки у самого предела - это "таран". Если юноша, введя член до предела, крепко прижимаясь к лобку девушки, вращает член внутри при помощи бедер - это удар "победный". Если введя член до половины, юноша при помощи бедер трясет его сверху вниз - это удар "петушиный". Если юноша крепко надолго прижимает член к боку влагалища, введя его почти полностью -это прием "мужское пожатие". Если юноша, введя член, два-три раза ударяет им и вновь вытаскивает его - это удар "воробьиный". Если юноша каждый раз извлекает член целиком - это "турнир".

Прачехеда: Движения девушки

Если девушка при сношении лежит неподвижно, расслабив члены - она дольше способна к игре, но тело ее не получает достаточного облегчения. Приятное быстрее перестает быть приятным, но тело облегчается вполне, если во время сношения она напрягает тело и помогает юноше.

Первое движение девушки состоит в общем потягивании.

Второе - девушка напрягает живот - это создает впечатление, что влагалище противодействует вхождению в него члена.

Третье движение состоит в том, что девушка сокращает мышцы влагалища, этот прием называется "пожатие богини". Это нежная и возбуждающая ласка.

Четвертый прием заключается в сжимании бедер, усиливающим взаимное наслаждение; пожатие бедрами не должно быть очень сильным, чтобы не мешать движению члена.

Если девушка во время соития движется по ложу бедрами и ягодицами вправо и влево - это прием "качание лодки". Если она движется кругообразно - это "веретено". Если во время соития она сильно вытягивает то одну, то другую ногу - это "лебединое движение". Если во время соития девушка делает толчки животом навстречу животу и члену юноши - это "призыв к финалу". Если девушка делает животом и влагалищем толчки вперед и немного в сторону, навстречу члену юноши - это "призыв к борьбе". Трудность этих движений заключается в том, что их необходимо согласовывать и сочетать с аналогичными движениями юноши.

Самое простое движение девушки заключается в поднимании и опускании таза и низа живота и оно должно согласовываться с движениями юноши и всегда должно быть направлено против его движения, навстречу члену. Если во время соития девушка, извиваясь, трется всем телом о тело юноши - это "змеиное движение" или "игра дракона".

Т Р А К Т А Т В Т О Р О Й

=====

"Повторение - основа учения"

Этим древним постулатом мы хотим начать второй раздел трактата

"о любви" и более подробно разъяснить некоторые требования, кратко упомянутые в первом разделе.

Прачехеда: Чистота тела

Любовные игры требуют полного участия в них всех пяти чувств, которыми обладает вполне здоровый человек.

Зрение. Если при первой встрече юноша и девушка увидят друг у друга грязную или болезненную кожу, слипшиеся от пота и небрежно спутанные волосы (особенно у девушки) - то вид такого партнера способен не возбудить желание близости с ним, а скорее вызвать отвращение. К сожалению, многие не понимают этого. Мохнатый и "бородатый" лобок скрывает от глаз юноши всю прелесть этого восхитительного женского места и, особенно, всю прелесть ее больших и малых губок.

Обоняние. Запах застарелого пота исключительно неприятен, что, безусловно, известно каждому, но наиболее он неприятен в области промежности, как у мужчины, так и, особенно, у женщины, где он смешивается с запахом выделения специфических половых желез; и если половые органы не получают ежедневной гигиенической процедуры, то эти запахи также способны отравить самую сильную страсть и сделать невозможным даже самое простое сношение. Волосы на лобке и в области промежности как у мужчины, так и, особенно, у женщины всегда являются местом скопления грязи, пота и всех видов неприятных запахов, затрудняют поддержание в чистоте половых органов. Но кроме этих, вполне понятных для каждого причин, волосы на лобке являются еще и самым лютым врагом здоровья женщины, так как волосы на лобках как у мужчины, так и у женщины, очень легко выпадают, а в процессе любовной игры, при трении лобков друг о друга - особенно, и во множестве; отсюда понятно, что, выпадая, волосы не просто падают на пол или любовное ложе, а увлекаются членом мужчины вглубь влагалища женщины и там, занеся с собою неисчислимое количество микробов и сами собою рана в процессе трения члена о стенки влагалища, его слизистую оболочку - почти всегда влекут за собою воспаление влагалища, воспаления придатков и, как следствие - потерю чистоты и стерильности слизистой оболочки влагалища; выделения из влагалища становятся зловонными, приобретают зеленовато- гнойный вид и, конечно, о поцелуе таких губок не может быть и речи.

Здоровая же чистая кожа и хорошо обработанный лобок (химическим путем или бритвой - безразлично) всегда имеют приятный запах, свойственный им, и, естественно, не отталкивают, а привлекают партнеров друг к другу. Здесь уместно добавить, что запах сильных духов, кремов и помад, которыми некоторые нечистоплотные женщины стремятся уничтожить запах грязного тела, отнюдь не способствует влечению партнера, так как смешиваясь с запахом застарелого пота, духи и все прочие создают еще более неприятный "букет" (французы говорят "амбре").

Осязание. Что может быть приятнее прикосновения к эластичной и здоровой коже! Губы, кончики пальцев, да и вся кожа человека очень

остро реагируют на прикосновение к коже партнера возбуждающим образом, увеличивают сладострастные чувства. Но может ли привлечь грязная, шероховатая, дряблая или покрытая угрями или прыщами кожа даже очень красивого партнера? думается, каждому понятно, что нет!!! заросшие волосами подмышечные впадины и лобок также не могут привлечь к себе желание поцелуев.

Вкус. Здоровая чистая кожа имеет слегка солоноватый приятный вкус, что наиболее сильно ощущается при лижущем поцелуе, и особенно в районе подмышечных впадин и у лобка. Но застарелый пот и грязь и, особенно, застарелые выделения сальных желез в этих же местах, кроме неприятного, отталкивающего запаха, имеют и не менее неприятный горько-соленый вкус, могущий отравить всякое желание поцелуя даже у очень влюбленного и страстного партнера!

Слух. Если слух менее всех других чувств человека страдает от неприятностей, связанных с нечистоплотностью, то тем не менее, он занимает одно из важнейших мест в полноценности любовных игр, так как ласки, протекающие в полном молчании и в сопровождении полнейшей тишины, теряют большую часть своей прелести, нежели те, которые имеют хороший музыкальный аккомпанимент или, за отсутствием такого, сопровождаются милым лепетом подруги, выражающей свое восхищение или удовлетворение тем или иным жестом, движением, видом ласки или положением партнера или его восторженным излиянием о ее прелестях, нежности, умении, ловкости и так далее.

Все это необходимо твердо помнить партнерам вступающим в любовную игру и никогда не отступать от правила: чистота тела способствует не только сохранению здоровья человека - но и счастья.

Прачехеда: О зачатии

Одни не имеют ничего против возможной беременности, но многие пары придают этому вопросу исключительное значение, и особенно женщины - страх перед возможным зачатием является одной из причин, которые мешают им полностью отдаться мучительным желаниям ласки или принимать самые не лучшие меры, зачастую очень вредные для здоровья, предупреждения беременности.

Народная мудрость, не знающая всех тонкостей, способов и возможностей, имеющих у современной медицины для предупреждения зачатия, но имеющая огромный опыт наблюдения любовных игр окружающего человека животного мира (членом которого, в конце концов, является и он сам), учит, что для партнеров, боящихся зачатия, началом каждой любовной игры должно быть сношение в рот ("кейра"), или в зад ("здората"), или между сомкнутых бедер девушки ("винхарита"), или между прижатых друг к другу грудей девушки ("нарвасадата"), или "муравьиный узел", или любой другой способ, описанный в разделе "цурисанта".

Смысл такого начала любовной игры заключается в том, что мужчина при окончании первого полового акта выделяет наибольшее количество очень активной спермы, из которой, в свою очередь, в результате очень

сильного полового возбуждения и напряжения члена - еще задолго до окончания полового акта - вырывается множество самых активных сперматозоидов, которые, в большинстве случаев и производят зачатие, свободно проникая в гостеприимно открытую для них шейку матки. Это с одной стороны. С другой же, сперма мужчины - это, в основном, отличнейший белок и прекрасный питательный продукт, который любят очень многие женщины, хоть раз познавшие его вкус и всю его прелесть, хотя не меньшему же количеству мешают им пользоваться всевозможные предрассудки и нелепейшее чувство брезгливости, что особенно свойственно некоторым северным народам и малокультурным слоям общества. Но во Франции, например, этот прием, носящий название "минет", очень распространен между всеми слоями общества, а в такой отсталой стране, как Россия - является предметом одного из самых распространенных там ругательств!

Но от этого вся его прелесть и получаемое обоюдное удовольствие нисколько не умаляются, и в России, как и во всех других странах, есть уже немало людей, не считающихся с отживающими предрассудками, суевериями и ложной брезгливостью!

Прачехеда: **Цурисанта**

В этот раздел входят все виды соития не связанные с половыми органами женщины, и некоторые из них являются привилегией людей с изысканными вкусами, другие - мимолетным капризом одного или обоих партнеров.

"**Кейра**" - соитие через рот - наиболее деликатное и интимное и требует особенно большого такта от обоих партнеров. Обычно этот вид является продолжением "поцелуев тела", в процессе которых, последовательно целуя "большую дорогу любви" - губы, шею, грудь, живот, лобок - партнеры меняют положение и оказываются каждый перед лобком другого! Девушка встречает уже до предела напряженный член юноши, а он - ее зовущие к поцелую полуоткрытые нежные внутренние губки! В зависимости от темперамента сношение начинается по-разному: или же она сразу берет головку члена в рот и всасывающим движением втягивает его столько, сколько может, а юноша впивается всасывающим поцелуем в ее клитор и раскрытые губки, или же, у наиболее выдержанных (хоть и очень страстных партнеров), этот вид сношения может быть начат с легкого поглаживания кончиками пальцев головки члена, нежным порывистым охватом ее всей рукой, легкими движениями сжимающей руки вверх и вниз, в раскачивании крепко охватившей весь член рукой в разные стороны, круговыми движениями в оттягивании члена вниз к бедрам и внезапном отпусчении его, что вызывает приятный для мужчины удар его члена по животу; затем легким нежным трением всего члена, от корня до головки, между двумя ладонями, и, наконец, легким покусыванием от корня до головки причем головка, как правило, покусывается зубами, спрятанными за губы, так как прикосновение острых зубов к этой наиболее нежной части полового члена мужчины не доставляет удовольствия, а при неосторожности сможет принести и сильную боль и даже ранение. Покусывание головки может быть сменено "лижущим поцелуем", который, в свою очередь, сменяется "страстным", всасывающим, когда головку члена встречает ласкающий ее язык, и она, как бы выталкивается им обратно

и опять всасывается до возможного предела. Затем следует движение головой вперед и назад, член партнера крепко охватывается "всасывающим" поцелуем и эти движения длятся до конца игры, причем девушка стремится проглотить сперму раньше, чем член будет продвинут вглубь рта, или, чувствуя близость этого момента, она боится себя от слишком глубокого проталкивания члена, крепко охватив его одной или обеими руками (в зависимости от его величины) у самого корня, и, тем самым, предупреждает нежелательно глубокое его проникновение. Тем же приемом девушка пользуется и в том случае, когда она предоставляет юноше самому производить движения вперед и назад, ограничиваясь лишь "всасывающим" поцелуем, так как юноша, увлекшись в инстинктивном стремлении как можно дальше продвинуть член в момент извержения семени, может без всякого умысла причинить множество неприятных ощущений, а приняв член очень глубоко в момент его извержения девушка может захлебнуться белком. В это же время юноша ласкает лобок и половые органы девушки - правила этой ласки описываются ниже.

Прием "кейра", в отличие от других, может быть выполнен партнерами при самых разнообразных положениях тела: на ложе - девушка лежит на спине - юноша над нею, и она обеими руками поддерживает его таз; юноша лежит на спине - девушка над ним, и он придерживает обеими руками ее таз, целуя ее внутренние губки и клитор; оба лежат на боку - бедра девушки раздвинуты или она ими обнимает голову целующего ее юноши; юноша сидит на ложе или любом другом удобном для него предмете - девушка стоит перед ним на коленях на подушке и ласкает его член вышеописанными способами, а он обнимает ее спину бедрами, а ягодицы ступнями ног, руками лаская ее волосы, голову, шею, груди; юноша стоит - девушка стоит перед ним на коленях на чем-нибудь мягком, ртом и одной рукой лаская его член, а другой ласкает его бедра и ягодицы или, обнимая, прижимает его ягодицы к себе, регулируя глубину проникновения его члена в рот, или, предоставив эти движения самому юноше, боится себя второй рукой, особенно в момент извержения спермы; девушка сидит на полу, подложив под себя пару или больше подушек (в зависимости от ее роста и роста юноши), опираясь спиной и головой о ложе - юноша стоит перед нею, прижимаясь бедрами к ее груди, а руками опираясь на ложе за голову девушки - девушка всасывает его член и лишь регулирует глубину его проникновения в рот, так как движение членом здесь предоставляется исключительно юноше.

Разновидностью этого приема является "нарвасадата". "Нарвасадата" также может быть выполнена в нескольких положениях: как в только что описанном приеме "кейра", с несколько видоизмененной исходной позицией; девушка садится еще более высоко, так, чтобы ее груди находились на одном уровне с членом стоящего перед нею юноши - он кладет член между ее грудями, она сжимает груди обеими руками, и член движется между грудями девушки; это чистая "нарвасадата" или сношение между сжатыми грудями девушки - но наиболее изощренной и приятной ее разновидностью является сочетание "нарвасадаты" и "кейры". Способ заключается в том, что девушка, пригнув голову к груди, ловит ртом выдвигающуюся при движении вперед головку члена юноши, которая при этом движении высовывается между сжатыми грудями и, поймав, всасывает и ласкает языком столько времени, сколько захочет юноша или она сама - и в этом случае сперма юноши не проливается на

груди и шею девушки, как в обычной "нарвасадате", а проглатывается девушкой, причем опасности слишком глубокого проникновения члена в рот во время извержения семени в этом случае нет, так как груди служат ограничительной преградой, которую не могут преодолеть толчки юноши вперед. Как чистая "нарвасадата", так и ее сочетание с "кейрой", также могут быть выполнены во многих положениях - как и чистая "кейра".

Следующей разновидностью "нарвасадаты" является "муравьиный узел". Девушка лежит на спине, широко раздвинув бедра и согнув ноги в коленях. Юноша ложится на нее, головой к ее ногам, кладет член между ее грудей и, обнимая ее ягодицы, целует "лижущим" и "всасывающим" поцелуями ее лобок, большие и малые губы и клитор, а девушка обеими руками сжимает груди и охватывает ими член юноши, который, целуя ее, одновременно делает движения членом вперед и назад между сжатыми грудями девушки. Руками он ласкает ее бедра, живот и ягодицы.

"Муравьиный узел", как и "нарвасадата" может сочетаться с "кейрой". В этом случае девушка сама регулирует последовательность чередования "муравьиного узла" и "кейры". Если она прекращает сжимать свои груди, охватывающие член юноши - он должен приподнять свой таз так, чтобы его член мог быть свободно взят девушкой в рот и, поскольку он находится в положении над нею, он самостоятельно должен делать движения в рот и обратно, так как, лежа на спине, девушке неудобно делать эти движения головой. Руками она поддерживает таз юноши и, тем самым, имеет возможность регулировать глубину проникновения члена в рот.

И, наконец, мы опишем самое трудное сочетание "кейры" и "нарвасадаты", называемое "полет орла", легко выполняемое йогами, но почти недоступное мало тренированным партнерам. Юноша стоит, широко расставив ноги. Девушка делает стойку на руках, опираясь о ступни его ног. Юноша ловит ее ноги или бедра и, обняв девушку за таз, помогает ей приподняться на руках до уровня его таза. В этот момент лобок девушки находится перед губами юноши, а ее бедра охватывают его шею. Ступнями ног она обнимает его грудь, а руками опирается о его колени. Спина девушки предельно выгибается, как при исполнении упражнения "мост", а голова предельно откидывается назад и ртом она ловит член юноши. В этом случае девушка сама делает все движения головой и ласкает член юноши так, как хочется ей самой, а он "лижущим" и "всасывающим" поцелуями ласкает ее губки и клитор, а руками - ягодицы, бока, живот и груди. В этом положении девушка не может проглотить сперму, поэтому, чувствуя приближение окончания игры, юноша, опустив ноги девушки, сперва ложится на спину, а, затем, на бок, и девушка, не выпуская изо рта его члена, следует всем его движениям, то есть сперва выходит из положения "мост" и ложится животом на его голени, а уже из этого положения, поворачивает свои бедра к голове юноши и, обвив ее ими, переворачивается на спину, а юноша оказывается над нею и, продолжая целовать ее клитор и губки, заканчивает игру.

Все промежуточные разновидности "кейры" и "нарвасадаты", все

неисчислимы возможности в выполнении импровизации той или иной детали этой ласки описать невозможно и мы предоставляем поле широкой предприимчивости в этом отношении самим партнерам по игре - их интеллекту, темпераменту, вкусу, выносливости и физическому развитию.

"Кумбитака" - это вид соития когда юноша удовлетворяет девушку своим ртом: губами, зубами и языком.

Как самостоятельная, такая форма соития употребляется редко и обязательно должна быть применена в том случае, если юноша вышел из игры раньше девушки и оказался настолько утомленным, что возможность удовлетворения полового возбуждения девушки членом юноши исключена. Незаконченная любовная игра для девушки не менее тяжела и вредна, чем для юноши, поэтому, каждый уважающий свою подругу партнер должен любым способом удовлетворить ее и, конечно, одним из лучших способов является "кумбитака". "Кумбитака" обычно начинается с "тревожащих" и "всасывающих" поцелуев бедер и лобка, затем, в процессе "всасывающих" поцелуев юноша губами раздвигает ее большие губы и "лижущим" поцелуем ласкает ее малые губки и клитор. Клитор особенно чувствителен и сладострастен. Поэтому, поскольку в состоянии возбуждения он также тверд и выдается вперед, как и член юноши, то юноша может свободно охватить его зубами, спрятанными за губы, и так, очень нежно, покусывать его. Затем, покусывание может быть увлажнено "лижущим" поцелуем, "всасывающим" с применением толчков языком по головке клитора и так далее. Руки юноши в это время ласкают ягодицы, живот и грудь девушки. Эти приемы дают возможность девушке очень скоро закончить игру, так как сладострастное возбуждение ее к этому моменту достигает предельного напряжения - чувственная сила этой ласки исключительно велика!

"Почка" - это игра, при которой девушка удовлетворяет юношу своими руками и, обычно, с этой формы ласки начинаются большинство любовных игр. Если член юноши не возбужден или уже утомлен, то девушка сначала легкими пожатиями кончиков пальцев массирует мошонку и яички, а другой рукой, легкими пожатиями кулака, охватившего член юноши, массирует его и одновременно делает рукой движения вверх и вниз; затем производит легкие прокатки всей рукой головки члена; затем надвигает на головку кожу крайней плоти и сдвигает ее, продолжая эти движения до удовлетворения юноши. Следующей разновидностью является положение, когда девушка охватывает обеими ладонями член юноши, а он, сжав ее ладони своими руками, делает движения между ее ладонями членом, сам регулируя силу прижатия и быстроту движения. Нюансов этой формы ласки также очень много и она, по существу, также является прихотью или капризом одного или обоих партнеров.

"Алората" - соитие через задний проход. Этот вид любовной игры может быть выполнен во многих положениях: девушка лежит на животе, ее ноги широко раздвинуты - юноша на ней сверху. То же самое, но ноги девушки перекинуты крест-накрест. То же, но одна нога девушки поджата под себя, а другая вытянута. Девушка лежит на боку, прижав колени к животу, опираясь согнутыми в коленях ногами о ложе или таз юноши. Юноша лежит на спине - девушка садится на его член спиной или лицом к нему. В последнем варианте юноша ласкает пальцем ее клитор и

губки, живот, бедра, грудь. Девушка стоит на коленях, опираясь локтями о ложе. Юноша, введя член в ее задний проход, ложится животом на ее ягодицы и ласкает руками шею, груди, живот и бедра или стоит перед ней на коленях и, охватив руками ягодицы девушки натягивает ее на свой член и обратно или делает эти движения тазом, а руками лишь усиливая прижатие ягодиц девушки к своему лобку. В этом случае его член проникает предельно далеко и своей головкой ласкает и массирует задний свод тела матки.

"Санкха" - соитие через волосы. Это изысканное, но вместе с тем и довольно опасное наслаждение, так как не исключена возможность пореза головки члена о волосы при неосторожном или очень энергичном движении. Эта ласка возможна лишь при наличии у девушки густых и длинных волос, когда нетуго заплетенная коса или скрученные жгутом волосы смогут обвить член юноши и сделать подобие влагалища. Девушка охватывает член кольцом косы и так ласкает его, либо ласкает член взбитыми и перепутанными прядями волос.

"Д вабандха" - соитие через ушную раковину. Вернее сказать - ласкание членом ушной раковины.

"Наблюдение луны" - трение и легкое поколачивание членом по лицу девушки или трение ею самую лицом о член юноши.

"Ванхарита" - соитие через сомкнутые бедра девушки.

"Раковинка" - игра заключается в трении членом между ягодицами лежащей на животе девушки.

"Виргхата" - игра заключается в трении членом по промежности девушки, не входя ни в задние, ни в передние "ворота рая".

"Манхана" - соитие через отверстия сомкнутых ступней девушки.

Т Р А К Т А Т Т Р Е Т И Й

Соитие - положения тел Прачехеда: Амата (разные приемы)

Примечание: все виды положений, когда лица партнеров находятся друг перед другом, как правило, сопровождаются всеми видами поцелуев шеи, лица, губ - в зависимости от каприза играющих и поэтому в дальнейшем изложении положений участие поцелуев описываться не будет, за исключением отдельных случаев.

Предупреждение: любовные игры, вообще говоря, могут происходить в любых условиях и при любых обстоятельствах, в независимости от климатических условий, времени года и страны света, где проживают партнеры, от их экономической обеспеченности и прочих неисчислимых факторов, но мы должны предупредить, что для того, чтобы любовные игры были полноценными во всех отношениях, необходимо в меру своих сил и возможностей обеспечить соответствующую обстановку и, желательно, специальную мебель, которая дала бы возможность

выполнения всех положений и приемов с максимальными удобствами и комфортом.

Если для некоторых положений вполне достаточно самого элементарного ложа или даже "ковра из травы", дерева, достаточно высокого пня или стула, кресла - то большинство положений могут быть с удобством и максимальным комфортом выполняемы лишь на специальной или, на худой конец, специально приспособленной мебели. При достаточной изобретательности и сноровке даже и самая элементарная обстановка, состоящая из обыденной мебели спальни, кабинета или гостиной - также может быть вполне приспособлена для большего или меньшего удобства выполнения приемов любовной игры, которые на обычной мебели почти невыполнимы или, в связи с неудобством положения на них партнеров, приводят к слишком быстрому утомлению или отказу от выполнения наиболее любимых положений.

"Деревенское"- девушка лежит на спине, ее ноги согнуты в коленях, и бедра предельно раздвинуты. Юноша лежит на ней, вытянув или слегка поджав ноги. Руками он опирается о ложе. Улучшение этой древней позиции достигается тем, что юноша одну руку подкладывает под ягодицы девушки и обнимает их, а другою обнимает и ласкает одну из грудей девушки или обнимает ее шею.

"Ножницы" - девушка лежит на спине, широко раздвинув бедра. Юноша ложится на нее, вводит член и слегка приподнимает живот. В это время девушка сдвигает бедра, скрещивает ноги в коленях, а юноша бедрами охватывает ее бедра. Обеими руками он обнимает снизу ее ягодицы и тем самым усиливает прижатие ее лобка к своему, или одной рукой обнимает ее ягодицы, а другой ласкает одну из грудей или обнимает ее за шею. Это очень жесткий вид, предельно суживающий влагалище, и рекомендуется лишь в финале любовных игр, так как после этого приема при других более мягких видах игры юноша будет получать меньше наслаждения. Разновидностью "ножниц" является более мягкое положение, когда бедра девушки слегка раздвинуты.

"Игра в ручей" - девушка лежит на спине, согнув ноги в коленях и раздвинув бедра. Юноша садится между ее ног на корточки, вводит член и, обняв руками ягодицы девушки, притягивает ее к себе. Девушка делает движения тазом вперед и вверх, в такт с движениями юноши. Ее голени могут быть просунуты между руками юноши и девушка может ступнями ног обнимать его за спину или же опираться ногами о ложе. Этот прием может выполняться в любых условиях.

"Восточный вид" - юноша садится на согнутые в коленях ноги, его ягодицы на ложе. Девушка садится на корточки, обняв ступнями ног его ягодицы, лицом к нему и обнимает его за шею. Движения вверх и вниз делает девушка. Юноша обнимает ее за ягодицы и ласкает ее груди и спину.

"Лягушка" - юноша находится в том же положении, а девушка садится на его член спиной к нему, опираясь руками о свои или его колени. Юноша помогает движениям девушки, обняв ее руками за ягоди-

цы или груди.

"Наездники" - это цветущая разновидность, имеющая несколько положений:

1) Юноша лежит на спине - девушка на нем, лицом к нему, на корточках, обнимая ступнями ног его ягодицы, а руками опираясь о его таз. Юноша ласкает ее груди.

2) Юноша лежит в том же положении, но девушка сидит к нему спиной, руками опираясь о колени юноши. Он же, обнимая руками ее ягодицы, помогает движениям девушки и, по желанию, усиливает прижатие ее ягодиц к своему лобку.

3) Девушка лежит на животе - юноша сидит над нею, обнимая ступнями ног ее бедра, на корточках, а руками за таз, приподнимает ее в такт своим движениям, прижимая к своему лобку или же опирается ладонями о ее ягодицы и одновременно ласкает их.

Прием "наездники" может быть выполнен и на обычном ложе, но его приятная разновидность, которая наиболее полно имитирует езду на лошади, достигается лишь на невысокой узкой мягкой кушетке, высота которой подобрана по росту партнеров, а длина соответствует их росту. В этом случае "наездник" имеет возможность как бы сидеть "на лошади" на полусогнутых ногах, а еще лучше, если к кушетке приспособлены настоящие стремена, которые могут легко подгоняться по росту партнеров. На такой кушетке с наибольшими удобствами могут быть выполнены и следующие приемы:

"Амазонка" - девушка садится на член лежащего на спине юноши боком к нему, опираясь одной рукой о его живот, а другой - о колени или бедра. Движения вверх или вниз делает девушка, как при езде на лошади в дамском седле.

Прачехеда: Тириак (положения на боку)

"Гарудабандхай" - девушка лежит на боку, поджав к животу бедра. Голенни выпрямлены. Юноша ложится сзади, вводит член и также поджимает ноги к ногам девушки. Если девушка более упитана, чем юноша и имеет полные бедра и ягодицы, то для удобства юноша подкладывает под свой таз плотную подушку так, чтобы его лобок был на уровне промежности девушки. При отсутствии подушки девушка слегка разворачивает свой таз к юноше, но при этом уменьшается глубина проникновения члена. Одной рукой юноша обнимает снизу ягодицы девушки, а другой ласкает ее лобок и клитор, одновременно усиливая прижатие ее к себе.

"Оамарити" - девушка лежит на боку, широко раздвинув бедра. Юноша ложится сзади, между ее ног, ногами к затылку, вводит член и ложится между ногами девушки. Она обнимает его бедрами, а юноша одной рукой обнимает ее ягодицы, а другою ласкает груди. Это же положение может быть выполнено и в обратной позиции, то есть юноша ложится между бедер девушки, ногами к ее лицу. В этом случае он может

ласкать только ягодицы девушки, хотя, при достаточной гибкости, он может одной рукой ласкать и грудь, если сзади прижмется к спине девушки. Но в этом случае глубина проникновения члена будет еще меньше.

"Заячье" - девушка лежит на полубоку, широко раздвинув ноги. Юноша ложится боком на вытянутую ногу, лицом к лицу, вводит член и девушка обнимает его другой ногой за ягодицы, а он, так как обе руки свободны - по желанию может ласкать ягодицы, спину, бока живот или груди девушки.

"Треугольник" - девушка лежит на боку. Одна нога ее вытянута, а другая поднята вверх. Юноша ложится рядом, лицом к лицу, одну ногу протягивает рядом с вытянутой ногой девушки, а другую сгибает в колене и вводит член. Юноша прижимает бедро согнутой ноги к ягодице девушки, а она обнимает его другой ногой сверху или опирается ступней ноги о его бедро. Руки обоих ласкают все, что им хочется.

"Драконье" - юноша сидит, поджав и широко расставив ноги. Девушка ложится на бок между его ног, прижав бедра к животу. Движения вперед-назад для обоих в этом случае ограничены и поэтому оба партнера помогают друг другу: юноша за ягодицы притягивает девушку к себе и отталкивает обратно, а девушка, держась руками за бедра юноши, старается как можно крепче подтянуться к нему.

"Палана" - девушка лежит на боку, прижав бедра к груди, на каком-нибудь возвышении так, чтобы ее промежность была на одном уровне с лобком юноши. Он стоит перед нею и так вводит свой член. Обе руки его свободны, и он волен ласкать все, что ему захочется. Это положение может быть выполнено на достаточно высоком ложе, на столе, если его высота соответствует росту юноши, а лучше - на специальной высокой кушетке с регулируемой высотой поднятия.

Положения "гарудабандхай", "палана" и "драконье" наименее опасны для зачатия, так как в этих положениях шейка матки сжата, но может быть опасным и болезненным для девушки, если член юноши слишком велик или длинен и он в экстазе сладострастия плохо владеет собой. Упираясь головкой члена в шейку матки, юноша может при движениях вперед причинить сильную боль и даже надорвать купол влагалища, так как положение дает возможность члену предельно плотно войти на всю глубину влагалища и если его глубина менее длины члена юноши, то, повторяем, девушка может сильно пострадать. Но это положение доставляет обоим партнерам очень сильное наслаждение и при нормальных соотношениях размеров члена и влагалища не представляет никакого риска. Если же размеры не соответствуют и юноша не умеет владеть собой - он может надеть на основание члена ограничительный буфер в виде одного или нескольких эластичных резиновых колец, соответственно излишней длине своего члена.

Прачехеда: Асситака (сидя)

"Бутон" - юноша сидит, вытянув сомкнутые ноги, опираясь руками о

ложе за спиной. Девушка становится над ним, лицом к лицу, раздвинув ноги. (При желании юноша может в этом положении целовать лобок и губки, а девушка может поставить одну ногу ему на плечо и давать возможность целовать полураскрытые в этом положении губки и клитор). Затем девушка садится на корточки, сама вводит член юноши в себя, полностью опускается на него и обнимает юношу ступнями ног сзади за ягодицы, а руками обвивает его шею. С этого момента юноша может не опираться руками о ложе, так как девушка уравнивает своей тяжестью его торс и он может ласкать ее обеими руками во всех доступных в этом положении местах. Движения делаются обоюдно или же, если девушка утомлена - юноша может отталкивать и притягивать ее к себе, держа за ягодицы. Этот прием лучше выполнять на жестком или полумягком ложе.

"Тюльпан" - это обратное положение "бутона", при котором девушка становится задом к лицу юноши и, садясь над ним на корточки и опираясь о его или свои колени руками, делает движения вверх и вниз, а юноша, опираясь руками о ложе, может, делая движения тазом (как движения девушки при "деревенском" положении), помогать девушке, или же (если она держится руками за его колени) он может помогать ей, держа руками за ее ягодицы.

"Роза" - то же самое, что и "бутон", только ноги девушки широко раздвинуты, а юноша держит ее пятки в руках.

"Орхидея" - юноша находится в положении "бутон", но его ноги широко раздвинуты. Девушка также повторяет все движения "бутона", но, введя член в себя не сидит, а ложится на спину между ногами юноши, затем поднимает свои ноги вверх, кладет свои голени ему на плечи, сцепив ступни за его головой, садится и обнимает его шею руками. В этом случае все движения девушки скованы, кроме возможности вращения тазом, поэтому юноша, уравновешенный телом девушки - сам держа девушку за ягодицы - делает движения вперед-назад, имея одновременно возможность целовать ее лицо, шею и губы.

"Лотос" - юноша сидит, поджав под себя ноги, кисти рук кладет себе на локти и сложенные так руки кладет себе на колени. Девушка, опираясь на его плечи, проводит свои ноги между его рук и садится сама на его член. Ее ноги оказываются за спиной юноши и, опираясь на них, она помогает ему в движениях, а руками обнимает спину юноши. Он же сомкнутыми руками приподнимает и опускает ее ягодицы и регулирует силу прижатия девушки к себе. В этом случае член проникает лишь до половины своей длины, шейка матки сильно прижата и находится в вертикальном положении, гарантируя безопасность в отношении зачатия. Это положение также хорошо при очень длинном члене юноши.

"Чаша" - девушка сидит на краю ложа, стола или кушетки, подогнанных по росту юноши, широко раздвинув подтянутые к груди бедра и слегка откинувшись назад, опираясь руками о возвышение. Юноша становится перед нею и, поскольку ее губки в этом случае широко раскрыты, вначале или целует их, или ласкает головкой члена сперва большие, затем малые губки, трет головкой своего члена головку

клитора девушки, и лишь затем вводит членсначала только головку, затем до половины и обратно, и, наконец, до конца, впритирку, если его размеры позволяют это (так как в этом положении, как и при "гарудабандхай", "драконьем" и "палава", слишком длинный член может принести девушке боль и увечье) - и так начинает игру. Юноша ласкает бедра, ягодицы и груди девушки. Затем, не опуская ног, прижатых к груди, девушка приподнимается и обнимает юношу за шею. Ее ноги тесно прижаты к его груди, груди девушки сжаты между ее бедрами. Юноша обнимает ее обеими руками за ягодицы и игра так продолжается. Разнообразив это положение, если юноша достаточно силен, а девушка не очень тяжела - он может, приподняв ее с возвышения, продолжать игру, держа ее на руках, прислонившись к чему-нибудь спиной или же гулять с нею так, делая движения в такт ходьбе. Девушка, обнимая юношу за шею, помогает его движениям, так как упираясь коленями в его грудь, она может легко делать движения тазом вперед и назад, а юноше остается только поддерживать ее за ягодицы. Следующее разнообразие может заключаться в том, что в этом же положении ноги девушки не раздвинуты, а плотно сомкнуты в бедрах, а раздвинутыми в коленях голеними она упирается в его бока, а ступнями ног охватывает его таз. Третья разновидность заключается в том, что в этом же положении ноги девушки раздвинуты и за руками юноши продвинуты за его спину, где она и обнимает его скрещенными ступнями за ягодицы.

"Ударата" - то же, что и "чаша", но девушка во время игры то поднимает, то опускает широко раздвинутые бедра или лежит, свободно свесив раздвинутые ноги вниз, или поднимает и опускает их поочередно. При выполнении этой позиции юноша может ласкать руками ее шею, лицо, волосы и груди. Если девушка сидит на возвышении, то все движения производит юноша. Если же она висит у него на руках, которыми он обнимает ее за ягодицы, то девушка только поднимает и опускает ноги, а все движения остаются за юношей.

"Колыбелька" - юноша сидит на небольшом возвышении (стул, табурет, край невысокого ложа, кушетка). Девушка садится боком к нему, одной рукой обнимает его за шею, а другой его колено. Ее ноги стоят на полу. Юноша одной рукой прижимает ее к себе за ягодицы, а другой ласкает ее бедра, груди, шею, живот, лицо. При этом положении также возможны все виды поцелуев рта, шеи, груди. Движения вверх и вниз делает девушка.

"Нага" - начинается с положения "ладья". Затем юноша садится, стараясь не вытащить при этом член.

"Гамак" - то же, что и "колыбелька", но одна нога девушки поднята и закинута за шею юноше или он держит поднятую ногу за пятку, под коленом в руке. Девушка в этом приеме немного откидывается назад и обеими руками опирается о ложе или же, одной рукой опираясь о бедро юноши, другой обнимает его за шею, рядом со своей ногой. При недостаточной гибкости девушка может второй рукой держаться за бедро своей поднятой ноги.

"Сверло" - юноша лежит на спине. Девушка садится на него верху

любым способом: боком, на корточки или на четвереньки, вводит в себя член и не делает движений вверх и вниз, а производит лишь вращательные движения бедрами. Этот прием наиболее удобно совершать на невысокой кушетке, когда девушка, сидя на юноше, легко достает ногами до пола.

"Бубен" - девушка в том же положении, как и при позиции "сверло", но ноги подтянуты, а руками она, опираясь то на ложе, то на бедра юноши, вращается вокруг своей оси, сидя на его члене, стараясь не садиться на него всей тяжестью своего тела, а удерживается на руках. Разновидностью этого приема является чередование вращения с качаниями тела в стороны, слева-направо и вперед-назад, все время поддерживая свое тело на весу на руках.

"Шалость маленькой обезьянки" - юноша лежит на спине. Девушка становится над ним на четвереньки, расставив ноги, а он старается приподняться и ввести в нее член. Девушка не делает никаких движений, а лишь старается достигнуть того, чтобы член юноши не выскакивал при каждом движении, или же, разнообразя этот прием, если юноша устал, девушка сама делает движения вверх и вниз. Большее наслаждение достигается тогда, когда член юноши при каждом движении девушки вверх совсем выходит из нее и снова вводится до отказа.

"Двойной замок" - девушка садится на корточки. Юноша продвигает свои ноги под колени девушки и, опираясь на руки за своей спиной, садится на корточки. Девушка вводит в себя член и обнимает юношу за шею. Теперь юноша, уже уравновешенный телом девушки, тоже обнимает ее и они так продолжают игру, делая тазом движения в стороны и обычные - вперед-назад. Этот прием может быть выполнен только очень гибкими партнерами, но дает очень большое наслаждение и совершенно безопасен в смысле зачатия.

Прачехеда: Стиха (стоя)

"Простая стиха" - оба партнера во время игры стоят лицом к лицу друг с другом. Этот прием невыполним, если партнеры имеют разный рост. Для возможности выполнения его, если девушка ниже юноши, она должна встать на небольшое возвышение: камень, пень, ступенька лестницы. Ее глаза должны быть на уровне глаз юноши или чуть-чуть выше. Если же юноша ниже девушки, то он должен стоять на возвышении так, чтобы быть чуть-чуть ниже девушки. При несоблюдении этого правила движения члена не будут естественными, а игра будет затрудненной.

"Цапля" - девушка стоит лицом к юноше, подняв одну ногу и прижав ее к своей груди, согнутую в колене или положив ее на плечо юноше, или же он держит ее поднятую ногу за пятку. Это положение более удобно, если девушка спиной опирается о что-либо.

"Дватала" - юноша стоит, опираясь спиной о что-либо. Девушка, обняв его шею руками, повисает на нем и, раздвинув бедра, подтягивается и вводит в себя его член. Юноша ловит ее ступни и, держа

девушку за пятки, помогает ей делать желательные движения, разнообразя их по обоюдному желанию: вверх-вниз, скользя по груди, или вперед-назад, отталкиваясь от его живота, прижимаясь к нему опять, или в стороны, скользя бедрами и лобком вправо-влево.

"Харивакрама" - то же самое, что и "дватала", но юноша поддерживает девушку за бедра. Движения те же.

"Унукурната" - то же самое, что и "харивакрама", но колени согнутых ног девушки покоятся у юноши на локтях, а ягодицы он поддерживает обеими руками. Это самое высокое положение при играх стоя и наиболее мягкий его вид, так как влагалище девушки максимально растянуто, член юноши входит весь, без остатка, и опасность зачатия также равна нулю, так как матка сжата и девушка находится в почти вертикальном положении.

"Седло" - то же самое, что и "унукурната", но юноша поддерживает ягодицы девушки сплетенными кистями рук. Если девушка имеет массивные ягодицы, юноша (если он одного с ней роста) в этом случае должен немного прогнуться вперед. Девушка, поддерживаемая юношей за ягодицы, скользит по его животу вверх-вниз или, если ее ноги согнуты в коленях, отталкивается от его живота и делает движения вперед-назад.

"Маятник" - положение то же самое, что и при позиции "седло", но ноги девушки, согнутые в коленях, свободно опущены вниз, а она висит на руках на шее юноши. Юноша же, поддерживая девушку сплетенными кистями рук за ягодицы, прогибается вперед несколько больше, чем в позиции "седло" и девушка как бы повисает на его шее и руках. Раскачивая девушку на руках к себе и от себя получает эффект качания маятника, причем, при желании юноши либо девушки в этом положении член может с каждым движением выдвигаться весь и вновь вводиться до отказа, так как в этом случае влагалище девушки также предельно раскрыто.

"Замок" - одно из наиболее изощренных и сладострастных положений при игре стоя, но требует особой гибкости от девушки и физической силы от юноши. Легче всего этот прием выполняется так: девушка ложится на возвышение (ложе, стол, скала и тому подобное) на спину, подняв вверх и раздвинув бедра. Юноша вводит член и она обнимает его за шею скрещенными ступнями ног. Затем подтягивается на ногах и обнимает его шею руками поверх скрещенных ступней. Юноша снимает ее с возвышения и она повисает на его шее на руках и ногах. Так как все движения девушки в этом случае скованы, кроме движений бедрами в стороны, то юноша, обнимая ее ягодицы руками снизу, имеет возможность делать все движения вышеописанных приемов, включая и движения маятника; откинув свой корпус назад, может спокойно двигать девушку вверх-вниз по своему животу. Это полумягкий вид, так как бедра девушки раздвинуты незначительно. Девушка в этом случае получает особое удовлетворение, еще более усиливающееся, если юноша выдвигает весь член и вновь вводит его обратно. В этом случае член также входит весь предельно плотно, но должно быть соблюдено правило соответстви-

ячлена и влагалища. В отношении зачатия это положение абсолютно безопасно и им особенно охотно пользуются девушки, опасаясь беременности и, в частности, еще и потому, что это положение может быть выполнено в любых условиях.

"Восточное" или "звериное" соитие - возможно лишь при условии, что девушка значительно ниже юноши и оба обладают большой гибкостью тел. Девушка становится спиной к юноше, подняв руки вверх. Юноша, стоя сзади, ласкает ее ягодицы, бедра, живот, грудь и, обняв за шею и затылок обеими руками, пригибает ее вниз. Девушка, стоящая на небольшом возвышении, сама вводит в себя член юноши и, прогнув спину и выпятив зад, прижимается к лобку юноши, а руками опирается на свои или его бедра на такой высоте, на какой ей наиболее удобно. В этом положении движения девушки не связаны и она может делать любые движения по своему желанию.

"Южное" соитие - является разновидностью "восточного" и может быть выполнено без особых затруднений партнерами любого роста. Девушка также становится спиной к юноше, наклоняется и опирается руками о свои бедра (если нет никакого другого возвышения), прогибает спину и поднимает вверх ягодицы. Юноша вводит член и, обнимая девушку за ягодицы, прижимает ее к себе и наоборот. Этот прием может быть выполнен жестко или очень жестко, так как в этом положении бедра девушки обычно сжаты (жесткий вид) или даже скрещены (очень жесткий вид), но возможно и полумягкое положение, если девушка, наклоняясь, максимально раздвинет ступни и бедра, а юноша будет стоять между ними. Если же юноша обнимет скрещенные бедра девушки и дополнительно сожмет своими бедрами, то это будет предельно жесткий вид. Все жесткие виды этого положения рекомендуется применять лишь в конце любовной игры, так как обычно после жесткого приема член юноши в мягких положениях уже имеет пониженную чувствительность и наслаждение и сладострастие значительно ослабляются.

"Танец комара" - разновидность "южного" соития, но в противоположность ему может быть выполнено и при малом росте партнера. Девушка становится в то же положение, а юноша, встав на достаточно высокий предмет, вводит свой член и ложится животом на ягодицы девушки, а руками обнимает и ласкает ее живот, бока и груди, если сможет до них дотянуться.

"Скорпион" - разновидность "танца комара", но юноша не стоит на возвышении, а вводит член, ложится на ягодицы девушки животом, а ноги подводит под ее живот и обнимает его ими или опирается ступнями своих ног о ее бедра у таза. Если юноша достаточно мал и легок, а девушка достаточно сильна может быть выполнена и еще одна разновидность "скорпиона": введя член, юноша также ложится животом на ягодицы девушки, но выпрямленные ноги протягивает вперед, а девушка, продолжая стоять наклонившись, берет юношу за ступни и за них сама натягивает его на себя и отталкивает, производя тем самым движения юноши вперед-назад.

Прачехеда: Аната (разные приемы)

"Аталаса" - девушка лежит на животе, вытянув и расставив ноги, юноша ложится сверху, вводит член и, просунув одну руку под живот девушки, ласкает ее лобок, груди и клитор, одновременно усиливая прижатие ее к себе, а другой рукой ласкает ягодицы, бедро, живот и грудь или, при небольшом росте девушки, достает до груди, обняв ее сверху за шею; а девушка, повернув к нему голову, целует его рот. Рукой, обнимающей девушку у лобка, юноша может ласкать пальцами ее губки, дополнительно прижимать их к своему движущемуся члену с обеих сторон, доставляя тем самым большинству женщин максимальное дополнительное наслаждение. Этим приемом пользуются для повышения сладострастия утомившейся женщины - он помогает ей быстрее прийти к финишу.

"Аталаса сура" - то же самое, только девушка лежит, слегка приподняв или согнув в колене одну ногу.

"Пирамида" - девушка становится у края ложа, стены или дерева и тому подобного, спиной к нему, наклоняется не сгибая ног, и опирается о ложе, пол или землю руками. Юноша, введя член, ложится на нее сверху и если он значительно выше девушки, то опирается своими руками рядом с нею, а если он ниже девушки, то опирается руками о ее подмышки.

"Козочка" - девушка стоит на четвереньках, опираясь о ложе коленями и локтями, максимально прогнув спину и подняв вверх ягодицы. Юноша вводит в нее член присев и опираясь на таз руками и продолжает игру. Девушка может делать любые движения навстречу юноше и в стороны, приподнимать опускать ягодицы и тому подобное.

"Слониха" - девушка стоит на коленях и опирается о ложе грудью, максимально прогнув и подняв ягодицы. Юноша неподвижно стоит перед нею на коленях, лишь прижимая ее к себе за ягодицы, а девушка делает все движения, приподнимая и опуская ягодицы или вращая ими в стороны.

"Собачки" - девушка стоит на четвереньках, но юноша введя член, стоит на коленях, лишь наклоняясь над нею и, подражая приему собаки, обнимает ее живот у бедер и прижимает к себе. Бедра девушки могут быть широко расставлены или сжаты, или, при желании, даже перекрещены, что дает возможность использовать все приемы, от мягкого до очень жесткого.

"Газель" - девушка стоит на коленях в положении "слониха", но ее руки вытянуты назад и подняты вверх. Юноша, введя член, берет девушку за руки и как бы натягивает на себя. Или, навалившись на нее, прижимает ее руки к своей груди и так продолжает игру.

"Лошадки" - девушка стоит на коленях и опирается о ложе ладонями выпрямленных рук. Юноша, присев, вводит член и ложится животом на спину девушки, вытянув вперед ноги и сжав ими ее бедра, а руками обнимает и ласкает ее груди. Девушка раскачивается вперед и назад,

тем самым движет на себя юношу в противоположных направлениях; игра так и продолжается.

"Петушиное" - девушка лежит на животе, широко раздвинув бедра. Юноша садится между ними, поджав под себя ноги и обняв девушку за бедра - натягивает ее на себя, вводит член и, держась за ягодицы, раскачивает ее на себе вперед-назад, регулируя силу прижатия, а девушка обнимает его за бедра и помогает или мешает прижимать себя, регулируя тем самым продвижение члена.

"Веер венеры" - девушка лежит, поджав под себя ноги, сжатые в коленях и с раздвинутыми ступнями, вытянув руки вперед или разбросав их в стороны. Юноша садится на корточки, приподнимает ее за ягодицы и, введя член, прижимает ее к себе. В дальнейшем он может делать движения вперед-назад своим тазом или натягивать и отталкивать ягодицы девушки руками, или вращая своим тазом в стороны. Девушка помогает ему, поднимая или опуская свой таз или делая им движения в стороны, обратные движениям юноши. В этом положении юноша, если он достаточно высок, может, наклоняясь, обнять девушку не за ягодицы, а за груди и так прижимаясь к ней или прижав за груди к себе, делать все движения тазом.

"Сложный веер" - то же самое, только юноша ложится сверху девушки, вытянув ноги, а она приподнимает ягодицы вверх.

"Клубок змей" - девушка лежит на животе, поджав под себя ноги со сжатыми бедрами, и приподнимает ягодицы. Грудью она опирается о ложе, руки просунуты назад и раздвигают ягодицы, помогая тем самым юноше ввести член. Юноша вводит член, сидя за нею на корточках, а затем, введя, сжимает ее бедра своими, ложится на нее сверху и обнимает ее груди поверх вытянутых рук, которыми девушка обнимает юношу за ягодицы, помогая его движениям.

"Цветок лотоса" - девушка лежит на животе, вытянув и слегка раздвинув ноги, приподнимает таз и раздвигает вытянутыми назад руками ягодицы, помогая юноше ввести член, который он вводит, сидя над нею на корточках, затем садится на колени и, ложась животом ей на спину, обнимает ее обеими руками под животом у лобка или за груди и так продолжает игру. Ноги девушки могут быть широко раздвинуты, сжаты или перекрещены, обеспечивая желаемую жесткость приема. Девушка, помогая юноше, делает движения ягодицами вверх.

"Лежащая цапля" - девушка лежит на животе, одна нога ее согнута и прижата к груди, а другая вытянута. Руки девушки раздвигают ягодицы. Юноша садится над нею на корточки и так вводит член или же, введя, ложится сверху и так продолжает игру. Руки обоих ласкают все доступные части тела.

Следует заметить, что во всех вышеописанных приемах, несмотря на то, что в некоторых из них матка значительно сжата - есть максимальная возможность зачатия и почти все эти приемы рекомендуются тем, кто его ищет. Обезопасить эти приемы можно лишь применяя

специальные средства, которые будут описаны ниже.

"Клин" - девушка лежит на боку, прижав бедра к груди и обняв их под коленями руками. Юноша садится на корточки, обнимая одной ногой ягодицы девушки, а другой - согнутые бедра. Раздвинув руками ягодицы, он вводит член и натягивает ее на себя, затем, приседая и опускаясь, делает членом движения вперед-назад или делает тазом движения в стороны. В этом же положении девушка может лежать на возвышении, а юноша - стоять перед нею, притягивая к себе за бедра и ягодицы или ягодицы и грудь, если девушка не слишком высока.

"Двойной клин" - может быть выполнен из положения простого "клина", не выводя члена. Юноша переворачивает девушку на спину, она же, продолжая обнимать свои бедра под коленями, раздвигает голени и юноша ложится между ними сверху, обнимая девушку под ягодицами или за груди. Ноги юноши могут быть вытянуты или согнуты в коленях. Не меньшее наслаждение получают играющие, если девушка в этом же положении лежит на спине, а юноша садится перед нею на корточки, притягивает ее к себе за ягодицы, грудь или плечи. Этот же прием может быть выполнен и в обратном направлении, если юноша, не вынимая члена, повернется ногами к голове девушки и обнимет ее бедрами у плеч, а сам, опираясь грудью на ложе, обнимет ее ягодицы руками и так будет продолжать игру.

"Отражение в воде" - девушка лежит на спине, подняв вытянутые ноги вверх, раздвинув бедра на высоте члена юноши. Введя член, он, опираясь о ступни ее поднятых ног, как бы повисает на них, и в этом положении делает все необходимые движения. Девушка же, одной рукой сверху, от лобка, а другой снизу, от ягодицы ловит член и усиливает его прижатие к той или иной губке, или вверх к клитору, или, остановив движения юноши, выдвигает из себя его член и трет его головкой по своим губкам и клитору. Этот прием доставляет большое наслаждение девушке своим богатством разнообразных движений, прижатий, трений, производимых по желанию ею самой.

"Нанайская позиция" - девушка лежит на спине или животе, а юноша по-перек ее.

"Крест" - девушка ложится на спину, прижимает широко раздвинутые ноги к груди. Юноша садится над нею на корточки, спиной к ее голове, вводит член и протягивает ноги, обнимая бедрами плечи девушки. Она опускает ноги и, в свою очередь, обнимает ими плечи юноши. Руками оба обнимают друг друга за ягодицы, а девушка, держа юношу за ягодицы, движет его вперед-назад на себя.

"Полукрест" - если в этом же положении юноша лежит наискось. Как прамило, этим положением пользуются для отдыха.

"Вертел" - юноша лежит на боку. Девушка ложится на спину перекинув через него раздвинутые ноги и согнув их в коленях, опирается ими о ложе за его ягодицами. Юноша вводит член и, обняв девушку одной рукой за ягодицу снизу, другой рукой обнимает ее за

грудь сверху, а девушка, опираясь ногами о ложе, помогает ему, прижимаясь ягодицами, а руками, обняв юношу за бедро и ягодицу, усиливает прижатие к себе. Разнообразя это положение юноша может лежать строго поперек и ласкать одной рукой ягодицы девушки, а другою - клитор и губки, или держа одной рукою свой член, усиливать его прижатие к той или иной губке и так далее.

"Игра тигров" - девушка стоит на четвереньках, головою к ногам юноши, опустившись, садится на его член. Когда член введен до отказа, юноша обнимает девушку ногами за спину и берет ступни в "замок", а руками обнимает девушку за живот у бедер. Девушка опять становится на четвереньки, юноша как бы висит под нею, а она раскачиваясь вперед и назад, движет под собою и юношу, который, в свою очередь, помогает ей, подтягиваясь на руках и ногах. Этот прием несколько напоминает маятник, но более сложен в выполнении и возможен лишь при небольшом весе юноши, хорошей физической подготовке девушки и достаточном для этого приема соответствии их роста, так как это очень затруднительно, если юноша значительно меньше девушки или имеет короткие ноги.

"Двойной замок" - юноша лежит на спине, девушка становится над ним, расставив ноги и затем, сев на корточки, вводит в себя его член. Юноше доставляет особое наслаждение наблюдать этот процесс, так как, слегка приподняв голову, он видит, как девушка садясь, приближается к его стоящему члену, как ее губки раскрываются и как она, дополнительно раздвинув их кончиками пальцев, постепенно опускаясь все ниже и ниже, вводит в них сначала только головку - а если хочет, то повторяет это продвижение только головки несколько раз - затем продвигает все глубже и, наконец, садится совсем, тесно прижавшись лобком к лобку. Окончательно сев на член юноши, девушка протягивает раздвинутые ноги вперед и обнимает юношу ступнями под мышками. Юноша также раздвигает ноги и девушка, откинувшись назад, держась за руки юноши, ложится на спину между них. Движения производятся притягиванием друг друга за руки, которые во время игры остаются взятыми в "замок".

"Фазы луны" - юноша лежит на спине. Девушка становится над ним, расставив ноги, спиной к его лицу и также как в "двойном замке" садится на корточки, и тем же приемом вводит в себя его член. Юноша имеет возможность наблюдать весь этот процесс с задней позиции, обняв девушку за ягодицы и как бы ...

"Езда на верблюде" - девушка лежит на животе на достаточно высокой (по росту юноши) узкой мягкой кушетке, опираясь руками о ее изголовье, а юноша, сев на нее верхом, опирается ногами о пол и, раздвинув руками ягодицы девушки, вводит член (по капризу обеих сторон - этот прием может быть выполнен и в задний проход). Опираясь ладонями о ее ягодицы, юноша делает все желаемые движения, а девушка, согнув ноги в коленях, пятками усиливает его прижатие к себе, давя ими на ягодицы юноши. Пригнувшись, как при быстрой езде, к шее девушки, юноша может обнять и ласкать ее груди.

"Катание на лодке" - обратное положение "езды". На той же

кушетке девушка ложится на спину, слегка расставив ноги. Юноша садится на нее сверху и, введя член, взяв руками обе ее груди, делает движения гребца веслами, одновременно скользя ягодицами по ее бедрам, как на подвижной скамейке в лодке. Этот прием может разнообразиться тем, что девушка, лежа на спине, сгибает ноги в коленях, юноша садится верхом на кушетку перед нею и, введя член, обняв обеими руками колени девушки, имитирует ими движения гребца, или, взяв голени девушки под мышки, обнимает ее за ягодицы и так производит все желаемые движения.

"Банджуриата" - девушка лежит на спине на невысокой узкой кушетке. Ее ноги слегка раздвинуты и согнуты в коленях. Ягодицы лежат на пятках и, тем самым, лобок сильно приподнят. Юноша садится на ее бедра верхом и девушка принимает его член, раздвигая кончиками пальцев свои губки, или предоставляя это юноше и, введя член, юноша на полусогнутых ногах делает все движения, обнимая, слегка пригнувшись, груди или ягодицы девушки, или, вытянув ноги, ложится сверху, опираясь руками о ложе, стараясь не очень сильно прижимать ее к нему. В этом положении девушка не может оставаться долго без тренировки, и поэтому партнеры устав - не вынимая члена - меняют положение на:

"Детские качели" - когда юноша, обняв девушку за спину и приподняв над собой, ложится на спину, увлекая ее за собой. Ноги юноши протянуты вдоль ложа, а девушка лежит на нем, сдвинув бедра, или, лежа грудью на его груди, опускает ноги на пол и так, приседая и приподнимаясь на них, делает все желаемые движения. В первом же случае юноша, держа девушку за ягодицы, двигает ее на себя вверх и вниз.

"Двойной крест" - это положение используется, как правило, для отдыха. Девушка лежит на спине или животе, широко раскинув ноги и руки. Юноша ложится сверху, вводит член и совмещает свои ноги и руки с ногами и руками девушки. Это очень мягкий вид и проникновение члена очень незначительное. Удобно оно тем, что из него без особого труда можно перейти в любое другое положение не извлекая члена.

"Два столба" - девушка лежит на спине, подняв вверх выпрямленные и широко расставленные ноги. Юноша, вводя член, ложится между ними сверху и обнимает девушку, по желанию, за ягодицы, груди или плечи, продолжая игру.

"Квадрат" - этот прием может быть продолжением "двух столбов", когда у девушки устанут ноги. Она опускает их, согнув в коленях, а юноша, также поджав ноги под себя, держит ее за пятки или колени и делает ногами все желаемые движения, раздвигая или сдвигая ее бедра, поднимая и опуская их вверх и вниз или же поочередно поднимая каждую ногу и прижимая ее к груди девушки.

"Небо и земля" - девушка лежит на узкой невысокой кушетке на спине, прижав к груди широко раздвинутые бедра. Ноги согнуты в коленях. Юноша, сев перед нею на кушетку, вводит член и ложится на

нее животом сверху так, чтобы ее ноги (голени) оказались у него на плечах, и, обнимая за ягодицы, усиливает прижатие к себе, одновременно поднимая голени плечами еще выше и, если девушка достаточно гибка, то она, подняв свои руки за голову, дает возможность юноше прижать ее ноги так, что между раздвинутыми бедрами он может прижаться грудью к ее груди; а ягодицы в этом случае максимально приподнимаются вверх и член юноши может быть введен весь впритирку, если, конечно, позволяет соотношение размеров члена и влагалища. Это положение может быть очень сладострастным, доставляющее одинаковое наслаждение обоим партнерам, но, при этом, весьма опасное в смысле зачатия.

"Горка" - на ложе устраивается возвышение из нескольких небольших плотных (но мягких) подушек. Девушка ложится на живот так, чтобы возвышение оказалось у нее под тазом, слегка раздвинув бедра. Юноша садится над нею на корточки, обнимая руками ее ягодицы, раздвигает их и вводит член. Его ступни обнимают его таз, а руками он притягивает ее к себе за бедра или опирается на ее ягодицы и так продолжает игру. Девушка делает движения ягодицами вверх, усиливая их прижатие к юноше. Это положение очень приятно для девушки, его используют для ее отдыха, но оно также опасно для зачатия, как и предыдущее. Юноша, отдыхая может не сидеть, а лежать на девушке, обнимая ногами ее бедра. Девушка может усилить жесткость приема сжав ноги крест-накрест и - для сверхжесткости - напрягает мышцы ног.

"Черепаша" - девушка ложится на живот и поджимает под себя ноги, ее бедра прижаты к груди, а руками она обнимает свои колени. Ягодицы подняты вверх и лежат на пятках с вытянутыми вперед ступнями. Юноша ложится поперек боком так, чтобы его таз оказался между ступней девушки и, введя член, одной рукой обнимает девушку за ягодицы, а другой - за бедро или грудь и так продолжает игру. Это положение безопасно в смысле зачатия и очень приятно для девушки.

"Цветок лотоса" - изысканный прием, дающий равное наслаждение обоим партнерам и позволяющий каждому из них, по своему желанию, разнообразить движения, степень жесткости и силу прижатия друг к другу. На узкой, высокой и мягкой кушетке (или столе и тому подобном, предварительно положив на него что-либо мягкое), девушка становится на ее краю на колени так, чтобы ступни ее ног свешивались. Затем ложится животом на бедра и локтями опирается о ложе. Юноша становится сзади, раздвигает ее ступни и вводит член снизу вверх. Девушка помогает ему, раздвигая ягодицы руками и, выгнув спину, поднимая их вверх. Затем она опять опирается руками о ложе. Юноша, обнимая ее за ягодицы, помогает девушке делать движения ягодицами вверх-вниз, сам оставаясь неподвижным или делая толчки членом снизу вверх, навстречу девушке. В основном, движения ягодицами вверх-вниз девушка делает сама, регулируя частоту и силу движений, движения в стороны и тому подобные, а юноша лишь усиливает их, держа девушку за ягодицы; при желании бедра девушки могут быть предельно раздвинуты в коленях и ее пятки могут находиться с обеих сторон ее ягодиц. Это предельно мягкий вид. В этом случае юноша стоит между ее ступнями. Или бедра сомкнуты в коленях, а пятки расставлены. Это полумягкий

вид. Или колени и пятки сжаты, а юноша обнимает ее ступни своими бедрами. Это жесткий вид. Или девушка скрещивает под собой бедра в коленях, а юноша, держа ее за раздвинутые ступни, усиливает жесткость, раздвигая ступни в стороны и тем самым усиливая сжатие бедер. Если ноги девушки устанут при игре в этом положении, то юноша берет ее ступни и поднимает ее за них вверх и опускает на свой член, а девушка в этом положении ложится не делая никаких движений. Если же ноги девушки затекут в согнутом под себя положении, то, не прекращая игры, она может опустить их на пол, оставаясь лежать животом на кушетке, а юноша продолжает игру стоя, или, отдыхая, может лечь животом на ее ягодицы. Это положение также безопасно для зачатия.

"Бутон орхидеи" - исключительно красивая разновидность "кейры", рекомендуемая для мужчин с очень страстным темпераментом и большим членом. Дает максимальное наслаждение обоим партнерам, безопасно для девушки и дает мужчине большую свободу движений.

Девушка сидит на кушетке. Юноша становится сбоку, за ее спиной. Рука девушки поднята и юноша кладет свой член в ее подмышечную впадину. Девушка опускает руку и прижимает ею член, одновременно сгибая руку в локте, кладет ее на противоположное плечо. Второй, свободной, рукой поднимает грудь и прижимает ее к зажатому подмышкой члену. В этом случае член юноши только наполовину выдается наружу между подмышкой и грудью девушки, и она берет его головку в рот, не опасаясь, что в порыве страсти юноша продвинет ее глубже, чем можно. Юноша получает очень большое наслаждение, так как имеет возможность неограниченно сильно прижиматься к плечу девушки и чувствовать весь член крепко сжатым подмышкой и грудью девушки. Руками он имеет возможность ласкать свободную грудь девушки, ее шею, спину и волосы и, обнимая голову, регулировать силу прижатия ее к себе.

"Стебли лианы" - разновидность приемов "кейры", рекомендуемая для мужчин с бурным темпераментом и большим размером члена, но меньшим, чем в вышеописанном приеме. Целью этих приемов также является обеспечение безопасности девушки от слишком глубокого проникновения члена в рот и получения юношей максимального наслаждения.

Девушка сидит на возвышении. Одна нога ее покоится на полу, вторая поднята вверх. Юноша подходит к поднятой ноге с боку и прижимает свой член к подколенной впадине. Девушка опускает ногу, сжимая под коленом член юноши и, прижав ее к ягодице, держит одной рукой за ступню, а второй рукой может ласкать член и мошонку юноши, его ягодицы, бедра, живот, спину и, если нужно, держа рукой его член с наружной стороны ноги, дополнительно страховать себя от слишком глубоких толчков юноши. Юноша может ласкать девушку руками, как и в "бутоне орхидеи".

Вторая разновидность этого приема заключается в том, что член юноши зажимается девушкой в локтевом сгибе, и игра может происходить сидя или лежа: девушка может лежать на боку, на спине или над юношей, охватив его член рукой в локтевом сгибе. Второй рукой она так же может дополнять страховку.

Третья разновидность заключается в том, что девушка охватывает член юноши с обеих сторон предплечьями, локти согнуты и опираются о бедра юноши, а ладонями она опирается о его живот. Это тоже очень удобный и изысканный прием. Кроме того, он может быть выполнен в любых положениях и дает большую возможность регулирования глубины продвижения члена и большую силу для сопротивления девушки. Он незаменим для очень страстных мужчин и может с успехом применяться для любых размеров члена, так же как и "бутон орхидеи".

П Р И Л О Ж Е Н И Е I

=====

Прачехеда: Древнеиндийские правила любовных игр

Любовные игры ради простого удовлетворения желания (похвата) отличаются от истинно любовного наслаждения, как завтрак бедняка от княжеской трапезы.

Искусные в любви и благородные сердцем - исполняют следующие правила: ласки должны предшествовать соитию и быть вчетверо продолжительней времени соития. Соитие должно быть вчетверо продолжительнее, чем это надо для удовлетворения желания. Ласки должны быть продолжены и после соития и быть равными времени соития или несколько более.

Ф а з ы л у н ы

Искусный и благородный сердцем пусть сочетает порядок любви со знаком луны.

В новолуние любящие пусть соединяются ночью. Пусть они, уйдя на покой, сняв платье, останутся в исподнем. В эту ночь применяются страстные поцелуи, объятия, царапание щек, ягодиц, спины, боков, кусание губ, поцелуи в лоб и стопы. Пусть девушка отдается с равной страстью, но не дает раздевать себя до гола.

Во второй день, пусть влюбленные до наступления вечера разденутся до гола и так сядут в покое, пусть между ними сначала будут лишь поцелуи рта без объятий, а потом царапание щек, груди, ног. Пусть потом объятия сочетаются с поцелуями. Пусть соитие произойдет только сидя и девушка не будет проявлять страсть, а только смеяться и произносить возгласы наслаждения.

В третий день утром, после совершения туалета, юноша пусть полюбит девушку, остающуюся в исподнем. Пусть кусает ее губы, царапает грудь и щекочет подмышки. Пусть целует ее бедра. И пусть девушка не отдается ему, а он возьмет ее силой, сзади или спереди. Пусть девушка при этом наслаждении сама не отвергает его. Пусть юноша неоднократно в течение дня получает в обладание ее "ворота рая" - но сразу не облегчается. А вечером девушка поманит его и скажет: "бери меня", и даст себя раздеть догола и удовлетворит его так, как он захочет, применяя движения и ласки, но выказывая больше заботы об его удобстве, чем страсти.

В четвертый день пусть юноша обладает ею утром, быстро, со

страстью, без ласк. А вечером ласкает ее как должно и играет всеми сложными способами.

В пятый день пусть девушка часто раздевается при юноше и обнажает сокровенные места своего тела. Пусть она наслаждается его ласками, но отдается полностью только в третий раз, и пусть она лежит при этом безразличная ко всему, молча.

В шестой день пусть юноша применяет только нежные ласки. В этот день пусть девушка не позволяет себя обнажать и отдается только ночью.

В седьмой день юноша наслаждается телом девушки и удовлетворяет страсть, не вводя члена в "ворота рая".

В восьмой день юноша сам раздевает девушку и удовлетворяет ее так, как она захочет, а она может дать ему удовлетворение или не дать.

В девятый день пусть юноша целует ягодицы и уши девушки, щекочет ее бока и ладони. В этот день хорошо быть в соитии трижды: утром, днем и вечером. Пусть девушка в этот день страстно принимает его.

В десятый день, перед ночью девушка сама раздевается донага, а юноша целует все ее тело. В соитии оба нежны.

В одиннадцатый день юноша имеет девушку дважды: утром и вечером. Оба раза она не показывает, что хочет его, и он берет ее силой.

В двенадцатый день юноша раздевает девушку в полдень, играет с нею, и их соитие страстно и долго.

В тринадцатый день - день бога любви - любящие не вступают в соитие, но юноша много раз в день вводит свой член в "ворота рая" девушки, делая однократный удар. Облегчение пусть наступит после полуночи, способом "банджурита".

В четырнадцатый день юноша дожидается, пока девушка заснет и вступает в соитие со спящей.

В этого дня все начинается сначала.

Примечание автора к ПРИЛОЖЕНИЮ I

Эти древние рекомендации, безусловно, имеют некоторый интерес для ознакомления с психоморальными сторонами жизни наших предков, но практически для современных людей они, безусловно, малопримемлемы. В них явно выражено превосходство мужчины и подчиненная роль женщины, что по современным понятиям о полноценности любовных взаимоотношений совершенно исключается.

С другой стороны, рекомендации проводить любовные игры в нижнем белье - вполне приемлемы, так как изящное и дорогое белье самых последних и лучших фасонов, безусловно возбуждает играющих, особенно юношу, и в большинстве случаев значительно увеличивает наслаждение ощущения тела партнера. Часто меняя нижнее белье девушка не позволяет юноше пресытиться ею, и всегда предстает перед ним в новом обликии. Рекомендация же тринадцатого дня даже вредна для здоровья обеих сторон, так как для того, чтобы произвести даже один "удар", член

юноши должен быть возбужден, и если он не будет удовлетворен полностью, то юноша будет довольно долго иметь неприятные ощущения. Если же повторить многократно, в течение дня и не дать полного удовлетворения возбужденному члену, то к вечеру здоровый юноша вообще сляжет в постель с нестерпимыми болями в мошонке и члене. Без особого вреда для здоровья эту рекомендацию могут принять только очень пожилые люди, для которых незаконченное соитие обычно не сопровождаетя тяжелыми последствиями.

Что же касается овладения девушкой силой - то это, конечно, может быть только имитацией и девушка также знает, что это только ритуальный прием и, по существу, только играет в сопротивление. Для современного мужчины овладение женщиной силой, против ее воли, вряд ли доставит удовольствие. Другое дело - овладение девушкой во сне! Это требует очень большой выдержки, ловкости и сноровки от юноши, чтобы придать спящей девушке такое положение, в котором можно легко ввести член, не тревожа ее сна. Если это юноше удастся хорошо, то девушка просыпается с разбуженным еще во сне сладострастным желанием игры и, конечно, останется очень довольна. Но если попытка к овладению приводит лишь к тому, что девушка просто пробуждается, то естественной реакцией будет обида и раздражение и тем большая, чем сильнее девушка была утомлена перед сном.

П Р И Л О Ж Е Н И Е П

Несколько советов для вступающих в любовные игры

Современные данные психоанализа дают нам право рекомендовать следующие основные положения или, вернее, правила, соблюдение которых избавит любящих партнеров от многих неприятностей, могущих возникнуть перед, во время или даже после любовных игр.

Полное или обоюдное удовлетворение от любовных игр может быть достигнуто партнерами лишь при взаимном уважении друг друга, взаимной уступчивости и понимании настроения и желаний друг друга, взаимном исполнении прихотей и капризов партнера, интуитивного ощущения предела возможного сопротивления тому или иному желанию - за которым обязательно должно следовать его удовлетворение. Если партнеры имеют неодинаковый "порог допустимости", то есть, если для одного из партнеров по разнообразным причинам (природная застенчивость, ложная брезгливость, дефекты воспитания и тому подобное) какая-либо форма ласки, прием или положение любовной игры кажутся противоестественными, "постыдными" - то партнер должен не силой и грубостью добиваться исполнения своей прихоти, а постепенной, последовательной и убедительной подготовкой доказать свою правоту, приводя соответствующие примеры из окружающей жизни, законов физиологии, истории разных народов и научных трудов по этим вопросам авторитетных ученых.

Например, в Европе, в результате многовекового религиозного мракобесия и фанатизма, любые формы любовных игр считались "развратом", и даже простейшая форма соития считалась греховной, и самое зачатие - даже "освященное брачным союзом" - считалось "результатом греха", так как по христианским канонам "дева" Мария родила Христа в результате "непорочного зачатия", то есть без

участия какого-либо мужчины! За "прелюбодеяние" в запрещенные церковью дни и времена года даже сжигали на костре, а некоторые формы любовных игр с тех пор и по настоящее время считаются преступными. К ним, например, по европейским понятиям, относятся все виды любовных игр, описанных в разделе "цурисанта"! А между тем, в странах востока и юга отношение к этим положениям и приемам любовных игр совершенно другое. Оно сложилось исторически, в силу соответствующих социальных условий, в которых веками жили определенные слои населения. Например, в гаремах фараонов, султанов, князей и прочей знати, и даже просто у очень богатых людей, содержалось под строжайшей охраной множество красивых молодых женщин, жажду любовных наслаждений которых один "повелитель" утолить при всем своем желании никак не мог (исключая, если верить легенде, иудейского царя соломона, который один удовлетворял свой гарем из 1000 женщин!!!). Женщины, естественно, были вынуждены искать полового удовлетворения в ласках друг с другом, которые современными женщинами употребляются лишь как утонченные способы любовной игры или капризы. В европе, в греции, "неверных" жен ссылали на остров лесбос, где они находились в еще худших условиях, чем женщины гаремов, так как у них не было и единственного "повелителя"! И что же?! Там женщины пошли по тому же пути и нашли не меньшее наслаждение и удовлетворение полового чувства или сладострастия в объятиях друг друга, лаская одна другой половые органы носом, губами, языком, пальцами и прочими способами. В европе эти формы любовных игр и называются "лесбийскими"!

Если партнеры, вступающие в любовную игру, не являются супругами, то они должны, в процессе знакомства, особенно полно изучить "порог допустимости" друг друга, тактично знакомясь со взглядами на тот или иной вопрос половых взаимоотношений, ту или иную форму ласки или любовной игры, прежде чем окончательно сойтись для их выполнения. Супруги же должны особенно тщательно и настойчиво поднимать друг друга до одинакового понимания и восприятия тех или иных истин, связанных с любовными играми и до того почему-либо бывшими непонятными или казавшимися запретными одному из них. Иначе полной гармонии в половой игре вы никогда не получите, и чем значительнее разрыв между "порогами допустимости" - тем больше разочарований и огорчений будет на любовной тропе, и тем больше неудовлетворенных чувств и желаний вопьется в вас в результате отказа партнера от исполнения той или иной формы ласки.

Нельзя забывать и пренебрегать и комфортом обстановки, в которой вы собираетесь проводить любовную игру. Слишком шумное окружение, возможность неожиданного вторжения посторонних, неудобное ложе, недостаток времени, нежелательная музыка, отсутствие самых, казалось бы, незначительных вещей - все это способно совершенно отравить всю прелесть истинно любовного наслаждения.

П Р И Л О Ж Е Н И Е П

=====

У народов востока с древнейших времен женщина являлась, в противоположность европейским народам, не только супругой, рабыней или хозяйкой, но и, прежде всего, предметом поклонения, восхищения и даже обожествления (в европе нечто похожее было у древних греков и

римлян - культ веныры-афродиты) и, естественно, непревзойденным инструментом наслаждения. У большинства индийских рас женщины были жрицами храмов, и религиозные праздники и торжества непременно сопровождались мистическими танцами, исполнявшимися красивейшими женщинами-жрицами и построенными, в основном, на эротических мотивах. Вполне естественно, что мужчины востока с незапамятных времен воспитываемые в восторженном отношении к женщине, восхищении и наслаждении красивым женским обнаженным телом, с детских лет очень высоко ценят пластику, грацию и эротическую выразительность женского танца пьянящую и призывно-сладострастную. Примером тому может служить наиболее известный в Европе "танец живота", являющийся лишь одним из фрагментов индийских мистических танцев, отдельные элементы которого распространены даже далеко за пределами Индии и встречаются и у полудиких племен.

Восточная религиозно-мистическая музыка, сопровождающая женские танцы, несколько напоминает ритмичную танцевальную мелодию европейцев; в ее мелодии сочетаются элементы ритмов танго, блюза, фокстрота, румбы и прочих синкопированных мелодий, дающих наибольшие возможности танцовщице выразить всю полноту переполняющих ее эротических чувств и легкость воспроизведения движений любовной игры, сладострастный смысл которых и передает танцующая женщина.

Поэтому одной из лучших прелюдий к любовным играм при наличии соответствующих способностей и умением владеть своим телом и искусством танца у женщины - будет доведение мужчины до сладострастного экстаза в созерцании ее эротически насыщенных призывных движений, игры глаз, улыбок и - при наличии у женщины хотя бы элементарных голосовых данных - песенок и нежных напевных любовных слов и шуток. Исходные положения для них в этих случаях могут быть самыми разнообразными, в зависимости от места, обстановки и меблировки помещения и, само собой, от физических (рост, полнота, гибкость) и артистических возможностей обоих партнеров. Музыкальное сопровождение танцев и последующих за ними любовных игр должно быть организовано так, чтобы не было досадного перерыва мелодии в самый неподходящий момент и необходимости прерывать танец или любовную игру для его продолжения. Весьма желательна возможность повторения любой мелодии в любой момент танца или игры по желанию одного или обоих партнеров.

Не меньшее значение, чем музыка имеют и специфические приятные запахи, любимые партнерами - но духи, эмульсии, кремы и прочие косметические средства, употребляемые женщиной, не должны иметь одинакового запаха с теми, что применяет мужчина. Ваше обоняние очень быстро привыкает к одинаковым ароматам, и вы потеряете всю прелесть любимого запаха, сопровождающего игру, а резко-контрастный запах партнера увеличивает наслаждение любимым запахом, который, как и мелодия, и музыка, как бы подчеркивает, акцентирует все ваши движения.

Если говорить о полном комфорте любовных игр - то необходимо описать правила пользования так называемыми "любовными напитками", которыми должны пользоваться партнеры как перед началом, так и в процессе игр и поле их окончания.

Прежде всего, "напиток любви" - вино! Хорошо выдержанное, холодное искристое виноградное вино должно быть обязательным

спутником любовной игры. Оно повышает настроение, придает бодрость и силу мышцам. Но, конечно, употребляется в дозах, не достигающих предела даже самого малого опьянения.

В перерывах между играми хорошо пользоваться возбуждающими и укрепляющими напитками - кофе, сладкими и ароматизированными настоями из орехов кола, сладким натуральным соком лимона и тому подобными. В идеальной комфортабельной обстановке одним из наиболее эффективных и приятных способов поддержания бодрости является хороший купальный бассейн, расположенный непосредственно в помещении, где проходят игры - с водой, сменяемой по желанию, или даже проточной, и с легкой и быстрой регулировкой ее температуры. Если же этой роскоши нет - то можно воспользоваться душем, а за отсутствием и его - обойтись и тазом, и парой кувшинов с ранее приготовленной теплой ароматной водой.

- The END -