

Сун Ян

Гимнастика

для

Пениса

*Или Как Укрепить и Увеличить
Любимого Яшмового Змея*



Издательский Дом Образовательного Центра “КАРПОФФ”

Главный редактор **Сергей Карпов**

По общим вопросам обращайтесь в Образовательный Центр “КАРПОФФ” по адресу: soonyahn@yandex.ru, <http://www.karpoff.org>

Сун Ян

Гимнастика для Пениса (для Женщин)

Или Как Укрепить и Увеличить Любимого Яшмового Змея

Издание 2-е, исправленное и дополненное

Написанная известным специалистом в области ДАО Любви, книга посвящена интересной и полезной теме - Гимнастике для Пениса. Автор объясняет, что Укрепление и Увеличение Пениса - возможно, а также дает подробное описание Комплекса Упражнений (с подробными иллюстрациями). При этом женщина может выполнять этот Комплекс для партнера как ласку, оздоравливая его пенис, как принято говорить, “без ведома большого” :-)

Для широкого круга читателей.

ВСЕ ПРАВА НА ДАННУЮ КНИГУ ЗАРЕГИСТРИРОВАНЫ И ЗАЩИЩЕНЫ!

Настоящая книга защищена законом об авторском праве и смежных правах на территории России, Украины, стран СНГ и Балтии, Ближнего и Дальнего Зарубежья.

Воспроизведение всей книги или любой ее части, даже абзаца, сохранение текста настоящей книги или всей книги в любой форме и любыми техническими средствами (электронными или механическими, включая печатную форму, фотокопирование и запись на магнитные или оптические носители) или обращение любым способом в иную форму хранения информации разрешается исключительно в целях личного использования.

Настоящая книга предназначена для личного использования и поставляется в виде “как есть”. В книге выражено мнение Автора по данному вопросу, которое может не совпадать с мнением читателя.

Автор и Издатель настоящей книги не несут никакой ответственности за действия, которые могут быть выполнены читателем после прочтения настоящей книги, а также за неверную интерпретацию ее содержимого. Читатель книги в безусловном порядке принимает на себя всю ответственность за применение материалов настоящей книги.

Любые попытки нарушения закона будут преследоваться в судебном порядке. Кстати, это ко всем относится (с) Жвалевский и Мытько ;)

Copyright © Сун Ян, 2010, <http://taocenter.karpoff.org>

Copyright © Сергей Карпов - иллюстрации, дизайн, верстка, 2011, <http://karpoff.org>

Copyright © Издательский Дом Образовательного Центра “КАРПОФФ”, 2011

All rights reserved worldwide

ОБ АВТОРЕ



Сун Ян - известный специалист по ДАО Любви с опытом работы более 20 лет, директор и старший Мастер Центра ДАО Любви.

Сун Ян - популярный автор, который написал более 20 книг, посвященных ДАО Любви, в том числе руководства по гимнастике, массажам и техникам даосского секса.

Сун Ян проводит курсы и семинары ДАО Любви, а также помогает как индивидуальный тренер (коуч).

Более подробные сведения о нем можно найти на сайте www.taocenter.karpoff.org

ДРУГИЕ КНИГИ АВТОРА

Секреты ДАО Любви, Которые Может Узнать Каждый, Образовательный Центр "КАРПОФФ", 2006
Даосская Пробуждающая Гимнастика Для Спины
Образовательный Центр "КАРПОФФ", 2007
Даосская Укрепляющая Гимнастика Для Спины
Образовательный Центр "КАРПОФФ", 2007
Даосская Укрепляющая Гимнастика Для Языка
Образовательный Центр "КАРПОФФ", 2007
ДАО Массаж Женской Вагины (пары М+Ж и Ж+Ж)
Образовательный Центр "КАРПОФФ", 2008
ДАО Массаж Мужского Пениса (пара Ж+М)
Образовательный Центр "КАРПОФФ", 2008
Мужской Интимный ДАО Массаж (пара Ж+М)
Образовательный Центр "КАРПОФФ", 2008
Женский Интимный ДАО Массаж (пара Ж+Ж)
Образовательный Центр "КАРПОФФ", 2008
Индивидуальное Женское Совершенствование
Образовательный Центр "КАРПОФФ", 2008
Индивидуальное Мужское Совершенствование
Образовательный Центр "КАРПОФФ", 2008
Даосское Искусство Орального Секса
Образовательный Центр "КАРПОФФ", 2008
Искусство Даосского Секса (пары М+Ж и Ж+Ж)
Образовательный Центр "КАРПОФФ", 2008
Лекарство от Одиночества (ДАО Любви для Ж)
Образовательный Центр "КАРПОФФ", 2011
Забота о Груди (Секс. Уход За Телом для Ж)
Образовательный Центр "КАРПОФФ", 2011
*Интимная Эпиляция для Мужчин и Женщин
(Сексуальный Уход За Телом)*, ОЦ "КАРПОФФ", 2011

ОТ АВТОРА

Я хочу посвятить эту книгу нашему Старшему Ассистенту. Гордо и бесстрашно он предоставил свой выдающийся (во всех смыслах этого слова ;-) пенис в распоряжение нашего Центра ДАО Любви - для исследований и изготовления иллюстраций к руководствам ;)

Спасибо тебе, Мистер Х (да что там скромничать - XXL :-), за смелость и доверие!

Я хочу поблагодарить своего Духовного Учителя Мантэка Чиа. Много лет я изучал китайские тексты ДАО, буквально продираясь сквозь загадочные высказывания древних мудрецов. И только благодаря Учителю знания о ДАО Любви сложились в стройную систему. Спасибо, Учитель Чиа, что Ваши книги помогли перейти от увлекательнейшей теории к захватывающей практике!

Огромное спасибо всем сотрудникам и добровольцам ДАО Центра за помощь, замечания и предложения! Отдельная благодарность моим ассистентам, которые помогают мне в изготовлении иллюстраций.

Я надеюсь, что изучение этой книги доставит вам такое же удовольствие, как мне - ее написание :-)



ВВЕДЕНИЕ

Если Вы читали мою книгу **“Секреты ДАО Любви, Которые Может Узнать Каждый”**, то Вы знаете, что базовой и самой возобновляемой энергией даосы считают сексуальную энергию (если у Вас еще нет этой книги, то Вы можете получить ее бесплатно на моем сайте www.taosex.org)

Что это означает для мужчины? Откуда он может брать практически неисчерпаемые запасы сексуальной энергии? Ответ прост - из своих половых органов, к которым в том числе относится мужской член или пенис.

Яички очень важны для выработки сексуальной энергии. Но, как правило, на размер и форму яичек мало обращают внимание и женщины и мужчины. А вот на пенис смотрят все ;-)

Кроме того, яички спокойно висят снаружи и успешно выполняют свою работу без особенного напряжения. А пенис должен наполняться кровью, увеличиваться в размерах, твердеть и становиться фаллосом.

И вот здесь возникают вопросы:

- Важен ли размер пениса, его длина и толщина?
- Зависит ли сексуальный потенциал мужчины и его уверенность в себе от размера полового члена и крепости его эрекции?
- Возможно ли реально увеличить длину и толщину пениса, а также усилить эрекцию?
- Что необходимо для этого делать?

КАК И ДЛЯ ЧЕГО УКРЕПЛЯТЬ И УВЕЛИЧИВАТЬ ПЕНИС

*Если мало будет - растянем!
Если велико будет - обрежем!
А если эта штука на электричестве,
То мы ее через трансформатор пустим!*

"Что-то синев в полосочку" Григорий Горин

Так важен ли размер пениса? И если да, то в какой своей части и почему?

С одной стороны - все умные книжки убеждают нас, что размер не важен, важно умение и так далее и тому подобное. Это, конечно, в общем и целом правильно. Особенно если мы говорим о любящей паре.

Но встречаются мужчины, размер члена у которых в эрегированном состоянии не превышает 10 сантиметров. И это при статистической норме в 14-15 сантиметров! Конечно, такой мужчина не удовлетворен своими размерами и если он сможет удлинить свой член на 4-5 сантиметров, то он и его партнерша будут просто счастливы, Вы согласны?

С другой стороны, исследования и опыт даосов говорят о том, что женщина скорее предпочтет более короткий, но толстый пенис, чем длинный и тонкий. Хотя, конечно, лучше всего иметь и то и другое, то есть чтобы и длина устраивала, и толщина присутствовала :)

Слишком длинный пенис может доставлять женщине неудобство и даже боль. А вот пенис среднего размера, но более толстый, будет оказывать более сильное воздействие на чувствительные зоны женской вагины. Хозяин такого пениса тоже будет испытывать намного более приятные ощущения от "тесного контакта", чем если бы его пенис болтался в вагине "как пестик в колоколе" (с) Михаил Жванецкий :)

Теперь вопрос - зависит ли сексуальный потенциал мужчины и его уверенность в себе от размера полового члена и крепости его эрекции?

Конечно, зависит! Если мужчина обладает членом, длина и толщина которого его полностью устраивает и он обладает мощной эрекцией - такой мужчина уверен в себе и своих силах. Поэтому он смело может вручить свой Нефритовый Жезл своей возлюбленной и гордо наблюдать ее искреннее восхищение!

Но как же быть тому мужчине, который пока не обладает всеми этими преимуществами?

Так называемая “западная медицина” считает, что размер пениса каждого мужчины - величина постоянная и не может быть увеличена без операции.

Опыт даосов говорит о другом - увеличение пениса возможно! Предлагаемый комплекс упражнений разрабатывался и испытывался сотни и даже тысячи лет. Поэтому правильное применение данной методики гарантирует Вам увеличение пениса Вашего партнера и усиление его эрекции и всего сексуального потенциала в целом.

Рассмотрите, пожалуйста, внимательно рисунок подробного строения мужского пениса (в разделе Анатомия мужских половых органов).

То, что позволяет пенису увеличиваться в размерах (“вставать”, как еще говорят) и становиться большим и крепким фаллосом - это так называемые эректильные ткани. Эрекция - это как раз процесс наполнения этих тканей кровью, их “набухания” и увеличения в размерах.

Состоят эти эректильные ткани из двух пещеристых тел и губчатого тела с головкой пениса. При этом на длину пениса влияет состояние всех трех частей, а на толщину ствола пениса большее влияние оказывают пещеристые тела.

И если Ваш партнер будет принимать определенные препараты, а Вы будете выполнять с его пенисом специальные упражнения, то Вы сможете растянуть и расширить полости для крови в эректильных тканях его пениса. Что приведет к увеличению длины

и толщины пениса Вашего партнера.

Посмотрите еще раз на схему - Вы видите вены и артерии? Это они несут в пенис Вашего партнера кровь, так необходимую для сильной и крепкой эрекции. Для увеличения притока крови в пенис есть специальные препараты.

Большинство из Вас, скорее всего, первым делом подумали о Виагре. Существуют и другие химические препараты с подобным действием. Но даосские техники основаны на натуральных препаратах, поэтому мы с Вами поговорим о травах и корешках.

Существуют специальные даосские смеси трав для увеличения кровотока к пенису, принимаемых как таблетки или настои, а также используемые в виде мазей. К сожалению, такие препараты практически не доступны, так как должны составляться опытным китайским Мастером-травником из качественных, редких и проверенных ингредиентов. Мало кому удастся встретиться с таким Мастером. Кроме того, эти препараты имеют соответствующую стоимость.

Если говорить о более доступных натуральных растительных препаратах, то даосская медицина советует йохимбе, женьшень и пальму сереноа (называемую также карликовой пальмой).

Йохимбе добывают из коры тропического дерева ЙОХИМБЕ, которое растет в Западной Африке. Местные племена использовали эту кору с давних времен. Эта кора содержит сильный алкалоид йохимбин.

Йохимбин стимулирует усиление притока крови к периферическим сосудам, в том числе к пенису. Таким образом он помогает усилить и укрепить эрекцию, помогает контролировать семяизвержение и продлевать половой акт. Также этот алкалоид также стимулирует выработку гормона тестостерона, что способствует усилению полового влечения.

Российским Институтом Питания разрешено применение йохимбе на территории России.

Существует несколько разновидностей женьшеня - китайский, американский и корейский. Для увеличения сексуального потенциала рекомендуют применять американский женьшень. Хотя надо понимать, что препараты с женьшенем действуют больше как тонизирующие.

Препараты на основе пальмы сереноа используются для лечения простаты и для обеспечения усиленного притока крови к пенису.

Это общие рекомендации по подбору препаратов. Если же говорить более конкретно, то лично я много лет работаю с Компанией АРГО и могу порекомендовать препараты, распространяемые этой компанией:

Йохимбе (Yohimbe) - Производитель - NutriCare International, США (таблетки, более чем на треть состоящие из экстракта коры дерева йохимбе).

Мейл Эktiv Комплекс - Male Active Complex - Производитель - AD Medicine, США (Коллоидная фитоформула для укрепления здоровья мужчины, кроме всяких других полезностей, содержит женьшень и экстракт плодов пальмы сереноа).

Эта продукты распространяются через представительства Компании АРГО.

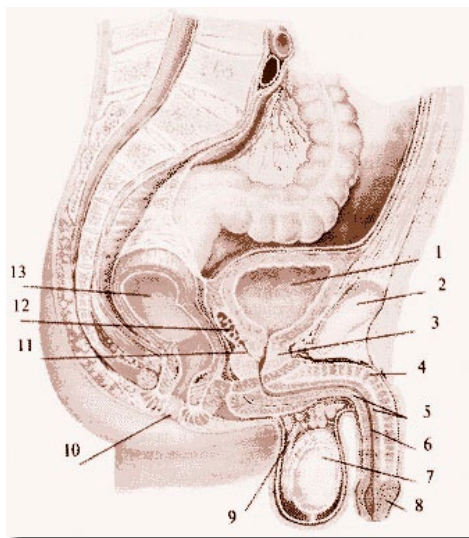
Однако приемом таких препаратов мы решим только одну сторону вопроса - обеспечим дополнительный приток крови в пенис, то есть усилим и укрепим эрекцию. Но на увеличение его размера это особенно не повлияет.

Для увеличения размера пениса необходимо обеспечить увеличение полостей в эректильных тканях. Для этого служит комплекс упражнений, который я привожу далее.

АНАТОМИЯ МУЖСКИХ ПОЛОВЫХ ОРГАНОВ

*Половой член,
Как и сердце,
Является органом
Самостоятельным!*

Аристотель



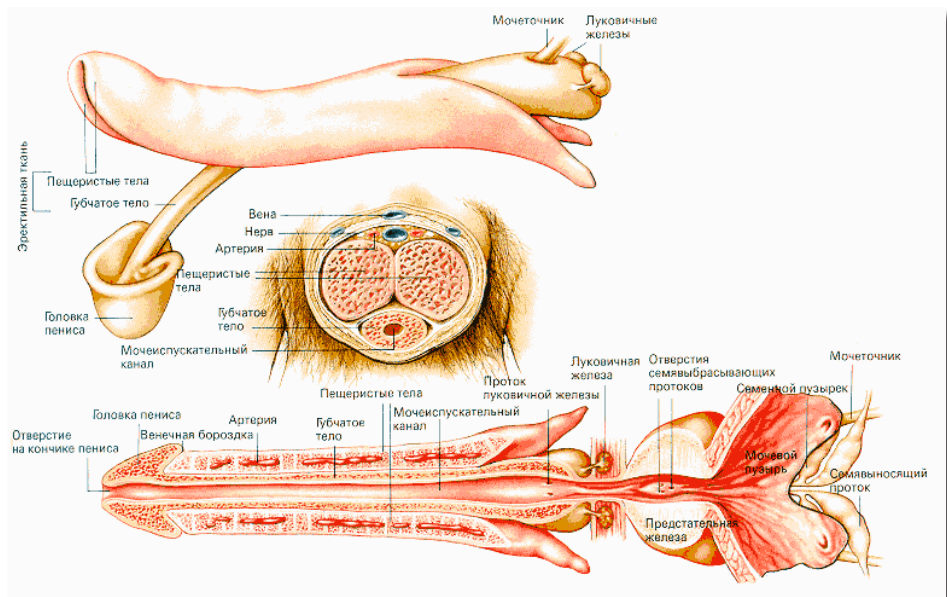
Мужская половая система:
1- мочевого пузыря; 2- лобковая кость; 3 - предстательная железа (простата); 4 - пещеристое тело; 5 - губчатое тело; 6 - уретра; 7 - яички (семенники); 8 - головка члена; 9 - семяпровод; 10 - задний проход (анус); 11 - семенной проток; 12 - семенной пузырек; 13 - прямая кишка.

Мужской половой член, по-латыни -- пенис (penis), представляет собой цилиндр, состоящий из двух пещеристых

тел и губчатого тела, по которому проходит мочеиспускательный канал (уретра), выводящий из организма мочу и семя. Как подсказывают сами их названия, ткани пещеристых тел и губчатого тела содержат тысячи маленьких пустот, способных сильно расширяться, когда их заполняет находящаяся под давлением кровь. В результате член возбуждается, увеличивается, набухает и отвердевает, “встает”; это состояние называется эрекцией. Когда вызывающий ее стимул ослабевает, вены расслабляются и по мере оттока крови член опадает, возвращаясь в спокойное состояние.

Многих мужчин волнует вопрос величины своего пениса. Я постоянно получаю вопросы: возможно ли безоперационное увеличение полового члена и как этого добиться на практике, как получить сильную и стабильную эрекцию, как бороться с преждевременной эякуляцией и т.д.

Отвечаю - в ДАО Любви существуют методики и комплексы упражнений, которые решают все эти вопросы и проблемы. В этом Руководстве мы будем говорить подробно об укреплении и увеличении полового члена. Другие вопросы подробно рассмотрены в Руководстве по Мужскому ДАО Совершенствованию.



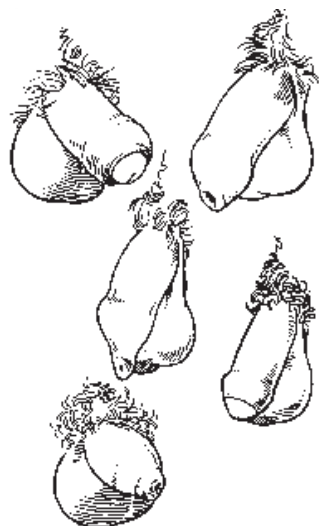
Ткани пениса, которые на этом рисунке помечены, как **ЭРЕКТИЛЬНЫЕ** (пещеристые тела, губчатое тело и головка пениса) способны к растяжению. Именно на этом их свойстве основаны даосские упражнения для увеличения пениса.

На наружном конце члена расположена утолщенная, отделенная венчиком и покрытая чрезвычайно чувствительной, с множеством нервных окончаний, кожей, головка, которая в спокойном состоянии прикрыта подвижной кожей -- крайней плотью; при эрекции она задирается кверху, обнажая головку. Наиболее чувствительные эрогенные зоны головки -- проходящий по ее краю венчик и расположенная под мочеиспускательным отверстием уздечка.

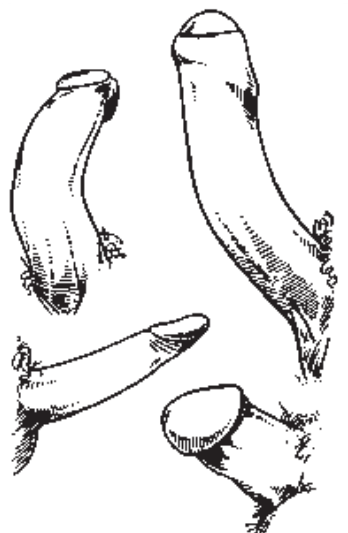
Тело члена менее чувствительно к нежным прикосновениям, но хорошо реагирует на давление. Расположенные за венчиком

и под крайней плотью сальные железы выделяют пахучее густое вещество смегму. Эта смазка предохраняет чувствительную кожу головки, но в то же время служит хорошей питательной средой для разных бактерий.

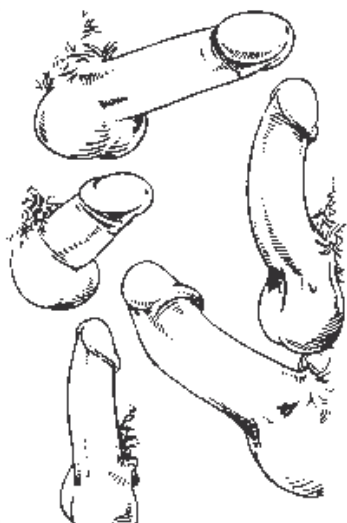
Мужские члены чрезвычайно разнообразны по своим размерам и форме.



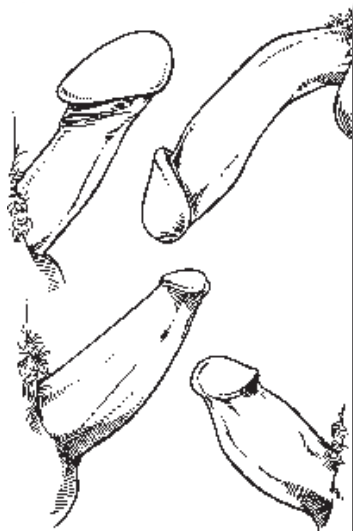
Одни члены длинные и тонкие, другие -- короткие и толстые, одни прямые, другие кривые.



При эрекции, один член стоит прямо, другой задирается вверх, третий смотрит вбок.



Все эти индивидуальные вариации, нередко вызывающие у мужчин тревогу, вполне нормальны и не мешают осуществлению половой функции.



В мешочке из темной морщинистой кожи -- мошонке находятся мужские половые железы (гонады) -- семенники (тестикулы), в просторечии -- яички, производящие мужской половой гормон тестостерон и мужские половые клетки (гаметы) -- сперматозоиды или спермин, обобщенно -- сперму.

Средние размеры каждого яичка -- около 4 см в длину и 2,5 см в ширину, но так же, как и размеры члена, они сильно варьируют. У большинства мужчин левое яичко висит ниже правого.

Первоначально яички у зародыша расположены внутри живота, за лобковой костью, но к концу беременности они спускаются в мошонку. У некоторых мальчиков к моменту рождения одно или, реже, оба яичка задерживаются, не спускаются в мошонку. Часто отставшее яичко позже опускается само, в других случаях требуется хирургическое вмешательство. Наличие только одного яичка не лишает мужчину способности к оплодотворению, но если оба яичка не спускаются, он обречен на бесплодие.

Для сохранения жизнеспособной спермы, температура яичек должна быть на несколько градусов ниже температуры тела. Когда яичкам становится слишком тепло, мошонка отвисает, отдаляется от тела. Напротив, когда температура опускается ниже нормы, а также непосредственно перед семяизвержением и оргазмом, мошонка стягивается и яички подтягиваются вверх, к самому телу.

Яички -- едва ли не самый нежный и чувствительный орган мужского тела. Их сжатие или удар вызывают невыносимую боль.

При половом возбуждении, кровь скапливается как в члене, так и в яичках. Если половое возбуждение долго не получает разрядки в форме семяизвержения, набухшие яички могут болеть (так называемые "синие яйца"). Мужчины часто используют этот довод, убеждая женщин не задерживать их сексуальное удовлетворение. Однако через несколько часов эта боль проходит и без семяизвержения.

Произведенная яичками сперма хранится в двух длинных (35--40 см) семяпроводах, откуда в момент семяизвержения

(эякуляции) выносятся в уретру. По дороге сперма смешивается с вырабатываемой предстательной железой, двумя семенными пузырьками и Куперовыми железами густой беловатой (иногда желтоватой или сероватой) семенной жидкостью, состоящей в основном из сахарной фруктозы, которая служит энергетической базой для движения сперматозоидов, позволяя им добраться через женский репродуктивный путь до подлежащего оплодотворению яйца.

Семенная жидкость содержит также естественный антибиотик, предохраняющий женщин от вагинальных инфекций, а мужчин -- от заболеваний уретры.

В среднем мужской эякулят содержит около 300 миллионов спермиев в 3 миллилитрах семенной жидкости. Человеческий сперматозоид движется со скоростью около 1,5 миллиметров в минуту.

Во влагалище он может прожить около 2 дней, но способность к оплодотворению яйцеклетки сохраняет только от 12 до 24 часов (в специально замороженном виде сперма может храниться 15--20 лет).

Предстательная железа (простата), окружающая уретру после ее выхода из мочевого пузыря, также вырабатывает семенную жидкость, а расположенные у основания члена Куперовы железы выбрасывают в уретру небольшое количество прозрачной жидкости, нейтрализующей кислую среду уретры, которая могла бы повредить сперме.

В данной главе частично использованы материалы сайта И.С. КОНА СЕКСОЛОГИЯ - sexology.narod.ru

ПОДГОТОВКА

Если Ваш партнер принимает какой-либо из препаратов, о которых мы говорили в предыдущей главе (йохимбе и т.д.), то начинайте выполнение комплекса упражнений через полчаса-час после приема этого препарата.

Большинство даосских Гимнастик выполняются в обнаженном виде. Поскольку в данном случае мы будем тренировать половые органы, то следует снять с себя всю одежду. Следите, чтобы температура в помещении была комфортной для Вашего обнаженного партнера. Все Упражнения выполняются в позе “партнер сидит на стуле”.

Для выполнения упражнений Вам также понадобится смазка. Я обычно рекомендую натуральную смазку - оливковое масло первого отжима, которое еще называется Extra Virgin. Но если у Вашего партнера реакция на масло (предварительно это можно проверить на сгибе его локтя - помазать и оставить на полчаса), то Вы можете использовать любую смазку по Вашему выбору.

Перед каждым упражнением я рекомендую Вам разогревать руки, с силой потирая одну ладонь о другую - так Вы “наполните” свои руки жизненной энергией ци.

Далее раздел содержит описание 2-х подготовительных Упражнений и 2 иллюстрации.

УПРАЖНЕНИЕ ОЛЕНЯ ДЛЯ ЯШМОВОГО ЗМЕЯ

Следующие приемы предназначены для привлечение к гениталиям дополнительного потока крови и энергии ци.



Раздел содержит:
- описание
Упражнения;
- 4 иллюстрации.

УПРАЖНЕНИЕ ЯШМОВЫЙ ЗМЕЙ МОТАЕТ ГОЛОВОЙ

Это упражнение тоже относится к разогревающим.

Раздел содержит:

- описание Упражнения;
- 3 иллюстрации.

СКРУЧИВАНИЕ И ВЫТЯГИВАНИЕ ТЕЛА ЯШМОВОГО ЗМЕЯ

При выполнении этого Упражнения растягиваются и увеличиваются эректильные тела, которые наполняются кровью.

Раздел содержит:

- описание Упражнения;
- 3 иллюстрации.

СЖАТИЕ И РАСТЯГИВАНИЕ ТЕЛА ЯШМОВОГО ЗМЕЯ

При выполнении этого Упражнения увеличивается приток крови ко всем эректильным телам пениса - пещеристым, губчатому и головке пениса, что приводит к их увеличению и более «крепкой» эрекции - а ведь Вам этого и надо, правда?

Раздел содержит:

- описание Упражнения;
- 3 иллюстрации.

УПРАЖНЕНИЕ ЯШМОВЫЙ ЗМЕЙ ВЫГИБАЕТ ТЕЛО

Цель данного Упражнения - максимальное расширение всех эректильных тел пениса.

Раздел содержит:

- описание Упражнения;
- 2 иллюстрации.

УПРАЖНЕНИЕ УВЕЛИЧЕНИЕ ГОЛОВЫ ЯШМОВОГО ЗМЕЯ

Это Упражнения служит для увеличения тела Яшмового Змея и особенно - его головки.

Раздел содержит:

- описание Упражнения;
- 4 иллюстрации.

УПРАЖНЕНИЕ ПОГЛАЖИВАНИЕ ТЕЛА ЯШМОВОГО ЗМЕЯ

Это Упражнения служит для увеличения толщины пениса Вашего партнера.

Раздел содержит:

- описание Упражнения;
- 4 иллюстрации.

УПРАЖНЕНИЕ ПЕРЕКАТЫВАНИЕ ТЕЛА ЯШМОВОГО ЗМЕЯ

Это Упражнение тоже служит для увеличения толщины пениса.

При этом увеличивается приток крови ко всем эректильным телам пениса, что приводит к увеличению его диаметра.

Раздел содержит:

- описание Упражнения;
- 3 иллюстрации.

УПРАЖНЕНИЕ ПОГЛАЖИВАНИЕ ГОЛОВЫ ЯШМОВОГО ЗМЕЯ

Это Упражнение предназначено для увеличения головки и удлинения тела Яшмового Змея Вашего партнера.

Раздел содержит:

- описание Упражнения;
- 3 иллюстрации.

МАССАЖ ЯИЧЕК (ЖЕМЧУЖИН ЯШМОВОГО ЗМЕЯ)

Этот массаж предназначен для повышения уровня сексуальной энергии и укрепления эрекции.

Также он позволяет увеличить количество семенной жидкости и усиливает выработку «мужского» гормона тестостерона.

Раздел содержит:

- описание Упражнения;
- 2 иллюстрации.

МАССАЖ СЕМЕННЫХ ПРОТОКОВ ЯИЧЕК (ЖЕМЧУЖИН)

Этот массаж предназначен для увеличения притока крови к протокам, по которым из яичек поступает семя.

Это необходимо для профилактики застойных явлений в этих протоках.

Такой массаж особенно важен для тех мужчин, кто практикует оргазм без эякуляции.

Раздел содержит:

- описание Упражнения;
- 2 иллюстрации.

МАССАЖ ПОСТУКИВАНИЕ ЖЕМЧУЖИН ЯШМОВОГО ЗМЕЯ

Это упражнение повышает мужскую энергетику партнера и способствует увеличению количества спермы.

Раздел содержит:

- описание Упражнения;
- 3 иллюстрации.

МАССАЖ СКРУЧИВАНИЕ ЖЕМЧУЖИН ЯШМОВОГО ЗМЕЯ

Это упражнение также повышает мужскую энергетику партнера и способствует увеличению количества спермы.

Раздел содержит:

- описание Упражнения;
- 3 иллюстрации.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ



Вы начали изучать эту книгу, потому что Вам хочется, чтобы Ваш партнер имел более крепкого, сильного и большого Яшмового Змея.

Поэтому разрешите дать Вам несколько советов:

Первое. Развить и улучшить можно практически любую часть тела. Примите для начала, что предлагаемый комплекс упражнений - работает! Нет смысла начинать занятия, если Вы не будете верить в конечный результат ;)

Второе. Всякий комплекс упражнений требует определенного времени для достижения результата и предлагаемая гимнастика - не исключение. Запаситесь терпением. Заметный результат может потребовать от 2-х до 6-ти месяцев ежедневных занятий.

Третье. Ведите подробный журнал занятий, выполняйте регулярные замеры и все записывайте! Если Вы не будете этого делать, то через некоторое время Вам может показаться, что все напрасно и Вы бросите заниматься. Записи помогут Вам видеть, что Вы и Ваш партнер понемногу движетесь вперед.

И последнее, но самое важное! Тело Вашего партнера - это не конструктор. С ним не получится «простых» действий по типу «отвинтил маленький член и привинтил большой» :)

Поэтому занимайтесь только тогда, когда вы оба в хорошем расположении духа. Если вы огорчены, раздражены или сильно устали, то лучше перенести занятия на более подходящее время.

Ваш партнер должен изменить отношение к своему телу с критического на одобрительное. Пример:

НЕГАТИВНОЕ - «У меня маленький и слабый член, как бы я хотел другой - больше и крепче!»

ПОЗИТИВНОЕ - «Мой замечательный пенис! Я так рад, что ты у меня есть! Спасибо тебе за то наслаждение, которое ты приносишь в нашу жизнь! Я сделаю все, чтобы ты стал еще больше, красивее и сильнее!»

Некоторые сейчас скажут, мол, Мастер Сун Ян тронулся - предлагает с пенисом разговаривать!

: -)

Отвечаю - это очень важная часть практики, пожалуйста, прислушайтесь! Это не я придумал, это проверено тысячелетиями и многими поколениями даосов.

Поэтому - обязательно! - после выполнения комплекса Упражнений и Массажей вместе с партнером поблагодарите его Яшмового Змея и все его прекрасное тело за то, что они делают для вас обоих :)

Желаю Вам удачи!

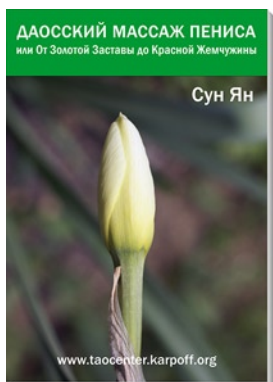
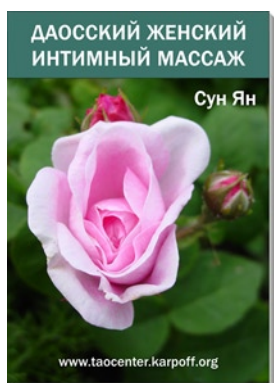
КНИГИ АВТОРА ПО ТЕМЕ “ДАО ЛЮБВИ”



Книга *“Секреты ДАО Любви, Которые Может Узнать Каждый”*

Подпишитесь на мою рассылку *“ДАО Секса и Любви - Секреты Китайских Мудрецов”* на сайте www.taosex.org и получите эту книгу БЕСПЛАТНО.

Другие книги Мастера можно заказать на сайте www.taosex.org



СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|-----------|
| ОБ АВТОРЕ | 3 |
| Другие книги Автора | 3 |
| ОТ АВТОРА | 4 |
| ВВЕДЕНИЕ | 5 |
| ГЛАВА 1. ОСНОВНЫЕ СВЕДЕНИЯ | 6 |
| Как и для чего Укреплять и Увеличивать Пенис | 6 |
| Анатомия мужских половых органов | 10 |
| ГЛАВА 2. КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ ДЯ ПЕНИСА | 15 |
| Подготовка | 15 |
| Упражнение Оленя для Яшмового Змея | 16 |
| Упражнение Яшмовый Змей Мотаает Головой | 18 |
| Скручивание и Вытягивание Тела Яшмового Змея | 19 |
| Сжатие и Растягивание Тела Яшмового Змея | 21 |
| Упражнение Яшмовый Змей Выгибает Тело | 23 |
| Упражнение Увеличение Головы ЯшмовогоЗмея | 24 |
| Упражнение Поглаживание Тела ЯшмовогоЗмея | 26 |
| Упражнение Перекатывание Тела ЯшмовогоЗмея | 28 |
| Упражнение Поглаживани Головы ЯшмовогоЗмея | 29 |
| ГЛАВА 3. КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ ДЯ ЯИЧЕК | 30 |
| Массаж Яичек (Жемчужин Яшмового Змея) | 30 |
| Массаж Семенных Протоков Яичек (Жемчужин) | 31 |
| Массаж Постукивание Жемчужин Яшмового Змея | 32 |
| Массаж Скручивание Жемчужин Яшмового Змея | 33 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ | 34 |