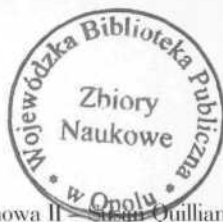


Spis treści



Przedmowa I – Alex Comfort 6 • Przedmowa II – Susan Quilliam 8 •

O wyrafinowanej sztuce miłosnej 24

303041

INGREDIENCJE 30

Czułość 32 • Nagość 35 • Kobiety (przemowa do mężczyzn) 36 • Mężczyźni (przemowa do kobiet) 37 • Hormony 40 • Preferencje 41 • Pewność siebie 42 • Cassolette 43 • Srom 46 • Wagina 48 • Lechtaczka 48 • Wzgórek łonowy 49 • Piersi 50 • Sutki 52 • Pośladki 55 • Penis 56 • Wielkość 60 • Napletek 61 • Moszna 62 • Nasienie 62 • Skóra 63 • Nawilżanie 65 • Uszy 65 • Pępek 67 • Pacha 68 • Stopy 69 • Paluch 71 • Włosy 72 • Włosy łonowe 72 • Zdrowie 74 • Wiek 76 • Mapy seksualne 78 • Wierność 79 • Dopasowanie 80 • Pragnienie 81 • Miłość 84

PRZYSTAWKI 86

Prawdziwy seks 88 • Jedzenie 90 • Taniec 93 • Stosunek między udami 93 • Stosunek w ubraniu 94 • Bezpieczny seks 96 • Sekstelefon 99 • Słowa 99 • Technologia 100 • Częstość 101 • Priorytety 101 • Uwiedzenie 102 • Kąpiel 103 • Łóżko 107 • Pocałunki 109 • Pattes d'araignée 110 • Nacieranie 112 • Pióra 113 • Afrodyzjaki 114 • Fantazja 115 • Oddychanie 117 • Masaż językiem 120 • Dmuchanie 121 • Ugryzienia 122 • Onanizm 124 • Walka 126

GLÓWNE DANIA 128

Pozycje 130 • Palcówki dla niej 133 • Palcówki dla niego 134 • Seks oralny dla niej 136 • Seks oralny dla niego 139 • Przyjemności lechtaczki 142 • Soixante-neuf 143 • Antykoncepcja 144 • Jego erekcja 148 • Sprawność 148 • Penetracja 150 • Choreografia 152 • Czułe punkty 153 • Pozycja misjonarska 153 • Pozycja małżeńska 156 • Różnorodność 157 • Na górze 158 • Pozycje frontalne 160 • Inwersja 161 • Pozycja X 165 • Flanquette 166 •

Pozycje stojące 166 • Wejście od tyłu 169 • Postillionage 172 • Stosunek
 analny 173 • Croupade 175 • Cuissade 176 • Pozycje klęczące 179 • Pozycje
 siedzące 179 • Pozycje zmienne 180 • Wiedeńska ostrzyga 181 • Seks i ciąża 182 •
 Faza plateau 183 • Jego orgazm 184 • Kłopot z przedwczesną ejakulacją 185 •
 Stosunek saski 188 • Pompoir 188 • Jej orgazm 190 • Most 191 • CAT 193 •
 Motyl Wenus 194 • Śpiew ptaka o świcie 194 • Mała śmierć 198 • Jeszcze
 raz 199 • Ekscesy 201 • Równoczesny orgazm 202 • Szybkie numery 202 •
 Powstrzymywanie się 204 • Relaks 205 • Potem 207 • Przebudzenie 208

SOSY I PRZYPRAWY 210

Zabawa 212 • Styl japoński 214 • Koń 214 • Styl indyjski 215 • Dziewictwo 216 •
 Ubranie 217 • Corset 220 • Stringi 220 • Pantofle 221 • Botki 221 •
 Pończochy 221 • Kulki ben-wa 224 • Nakładki 224 • Guma 224 • Skóra 225 •
 Striptiz 226 • Transwestytyzm 228 • Lód i ogień 229 • Farbki do ciała 229 •
 Rękawiczki i naparstki 230 • Koleczyki 230 • Gry 230 • Maski 231 • Fetysze 232 •
 Gadżety 233 • Bujany fotel 237 • Huśtawki 237 • Żarty i szaleństwa 238 •
 Lustra 241 • Pociągi, statki, samoloty 242 • Samochody 242 • Na dworze 243 •
 Zdalne sterowanie 246 • Podglądacze 246 • Erotyka 247 • Sex shopy 249 •
 Les anneaux 250 • Pompki 250 • Wydłużacze penisa 251 • Karezza 251 •
 Ligottage 252 • Opaski na oczy 253 • Łańcuchy 254 • Uprząż 254 • Kneble 256 •
 Wiązanie 256 • Ryzyko 260 • Sztuczne pochwy 261 • Dilda 261 • Wibratory 262 •
 Ból 264 • Dyscyplina 265 • Czwórki i grupy 268 • Powolna masturbacja dla
 niego 269 • Powolna masturbacja dla niej 272 • Radość 274

Bibliografia 276 • Wsparcie 280 • Indeks 282 • Podziękowania 288