SADIE CAYMAN

O KAMA SUTRA DESCOMPLICADO

O que combina com uma leitura instigante e um romance arrebatador? Sim, uma trilha sonora que nos ajude a criar a atmosfera perfeita, o clima ideal para esse momento de puro deleite. É por isso que pensamos em tudo e preparamos uma playlist para acompanhá-lo: http://bit.ly/playlist_kama-sutra.

Sadie Cayman

O KAMA SUTRA DESCOMPLICADO

Tradução
Cissa Tilelli Holzschuh

Diretora
Rosely Boschini

Gerente Editorial
Carolina Rocha

Assistente Editorial
Natália Mori Marques

Controle de Produção
Karina Groschitz

Tradução
Cissa Tilelli Holzschuh

Diagramação
SG7 Editorial

Revisão
Eugênia Souza

Capa
Gabinete de Artes

Produção do e-book
Schäffer Editorial

ÚNICA É UM SELO DA EDITORA GENTE
Copyright © 2015 by Sadie Cayman
Título original: *The little book of Kama Sutra*
Publicado mediante acordo com Summersdale Publishers Ltd.
Todos os direitos desta edição são reservados à Editora Gente.
Rua Pedro Soares de Almeida, 114
São Paulo, SP – CEP 05029-030
Telefone: (11) 3670-2500
Site: http://www.editoragente.com.br
E-mail: gente@editoragente.com.br

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Andreia de Almeida CRB-8/7889

Cayman, Sadie
O Kama Sutra descomplicado / Sadie Cayman ; tradução de Cissa Tilelli. — São Paulo : Editora Gente, 2017.

ISBN 978-85-9490-009-8
Título original: The little book of Kama Sutra

1. Sexo 2. Amor 3. Comportamento sexual I. Título II. Tilelli, Cissa

17-0357

Índice para catálogo sistemático:
1. Sexo 392.6

A Única Editora não deve ser responsabilizada por quaisquer contusões e/ou fraturas que possam ocorrer pelo seguimento das instruções contidas neste livro. Ao tentar novas posições, sempre verifique o bem-estar de seu parceiro ou parceira e desfrute-as com cuidado!

Sumário

Introdução

CAPÍTULO 1: Beijos

CAPÍTULO 2: Prazeres orais

CAPÍTULO 3: Posições supinas

CAPÍTULO 4: Posições sentadas

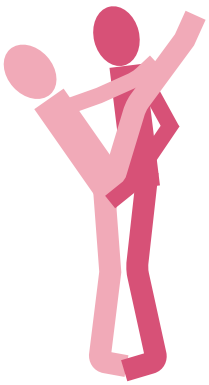
CAPÍTULO 5: Posições em pé

CAPÍTULO 6: Para os extra-aventureiros

Conclusão

Checklist

Sobre a autora



Introdução

O *Kama Sutra* é um antigo texto indiano que foi reproduzido e reimaginado diversas vezes ao longo dos anos e que fornece inspirações para você desfrutar de uma vida feliz e plena com seu par. Ele é conhecido no Ocidente principalmente pelas ilustrações das várias posições que descreve para a realização sexual. Embora não tenha a pretensão de reproduzir todos os ensinamentos contidos no original, este livro conta com a escolha a dedo de algumas das melhores posições e explica como elas podem ser realizadas, qual o melhor momento para executá-las e o grau de dificuldade de cada uma delas. Utilizamos os termos ativo e passivo ao longo do texto para indicar quem está oferecendo e quem está recebendo prazer em cada posição. Entretanto, eles não indicam necessariamente quem (ou se alguém) está sendo penetrado – apenas o indivíduo que está realizando a ação. Em quase todas essas posições, a fricção pode ser substituída pela penetração e desfrutada por ambos os parceiros!

Esperamos que este livro se prove informativo e prazeroso para você e para seu alguém especial. Divirtam-se!

Sadie Cayman

P.S.: Folheie as páginas para encontrar a demonstração prática de uma de minhas posições favoritas, o carrinho de mão.



O ABRAÇO SEXUAL
SÓ PODE SER COMPARADO
À MÚSICA E À PRECE.

MARCO AURÉLIO

IMPERADOR ROMANO

Capítulo 1
BEIJOS

SEXO ÓTIMO NÃO SIGNIFICA, NECESSARIAMENTE, PENETRAÇÃO; CONSTRUIR O MOMENTO TAMBÉM É IMPORTANTE! UMA DAS MELHORES MANEIRAS DE SE CRIAR A PAIXÃO QUE ANTECEDE O "EVENTO PRINCIPAL" É POR MEIO DA SENSUALIDADE DO BEIJO. ESTA SESSÃO OFERECE UMA PEQUENA AMOSTRA DAS MUITAS MANEIRAS QUE O *KAMA SUTRA* SUGERE QUE VOCÊ APRECIE OS LÁBIOS DO SEU PAR.

o
BEIJO DE LADO

PAIXÃO: 

DRAMATICIDADE: 

Esse é o beijo em que os parceiros inclinam a cabeça para o lado e se aproximam dos lábios um do outro. Muitas vezes ele é retratado com o parceiro passivo reclinando para trás enquanto o parceiro ativo se inclina sobre ele, segurando-o bem próximo de si. Esse beijo "clássico", bastante visto durante o clímax romântico de muitos filmes, é popular entre os casais e consegue provocar grande paixão.

8
BEIJO INCLINADO

PAIXÃO: 

ROMANCE: 

Como o beijo de lado, esse também é um clássico. O beijo inclinado é aquele em que o parceiro ativo pega com suas mãos o queixo do parceiro passivo e o aproxima de si para um beijo. O parceiro ativo assume o comando, o que adiciona um toque de paixão ao momento. O passivo pode virar o rosto para demonstrar timidez ou travessura. Esse beijo é um jeito de dizer: agora é o momento para a próxima etapa desse jogo.

o
BEIJO QUE DESPERTA O AMOR

ESFORÇO: 

SENSUALIDADE: 

Esse é um beijo para quem geralmente é passivo. Quando seu par está dormindo e você sente aquela necessidade imensa de lhe tocar os lábios, um beijo lento e sedutor que o acorda pronto para fazer um amor delicado é chamado o beijo que desperta o amor. Iniciado com suavidade, esse beijo pode se transformar em algo muito mais apaixonado à medida que seu parceiro desperta para o mundo e para você.



O BEIJO É UM TRUQUE ENCANTADOR CRIADO PELA NATUREZA PARA CESSAR A FALA QUANDO AS PALAVRAS SE TORNAM SUPÉRFLUAS.

8
BEIJO PARA DISTRAIR

COMPAIXÃO: 

GRAU DE ESTRESSE:

Esse beijo ajuda seu par a esquecer os problemas e redireciona a atenção dele para você e para o relacionamento entre vocês. Quando seu parceiro está distraído, preocupado com o trabalho ou até mesmo discutindo, um beijo suave que gradualmente se torna mais intenso ajuda a afastar a atenção dele do fato negativo e a atraí-lo para a felicidade do seu abraço.

o
BEIJO QUE DEMONSTRA

SUGESTÃO: 

ENTREGA: 

Esse beijo é dado em público ou em privacidade para demonstrar desejo pelo seu par. De fato, esse tipo de beijo não precisa nem mesmo incluir ambos os parceiros de modo direto. Ele representa uma maneira visual de dizer “eu quero você”, às vezes em um ambiente com muitos outros indivíduos. Um parceiro pode, por exemplo, beijar os dedos do outro ao mesmo tempo em que lhe fita os olhos. Quando a sós, um bom exemplo de beijo que demonstra é aquele dado suavemente sobre a coxa do parceiro.

Capítulo 2
PRAZERES ORAIS

PARA MUITOS O SEXO ORAL É PARTE IMPORTANTE DA UNIÃO SEXUAL. PODE SER PARTE DAS PRELIMINARES OU AO ATO PRINCIPAL EM SI. O ANTIGO *KAMA SUTRA* NÃO DAVA MUITO CRÉDITO AO SEXO ORAL, CONSIDERANDO-O UM TRABALHO DE EUNUCOS E CONCUBINAS, MAS O MUNDO MUDOU DESDE ENTÃO, E MUITAS VERSÕES MAIS RECENTES DA OBRA ALTERARAM SEU FOCO PARA O PRAZER ÍNTIMO QUE O SEXO ORAL OFERECE. NESTA SESSÃO HÁ ALGUMAS DAS MELHORES POSIÇÕES PARA SE OFERECER PRAZER ORALMENTE UM AO OUTRO.



SEXO É TÃO IMPORTANTE QUANTO COMER OU BEBER, E DEVEMOS PERMITIR QUE O APETITE SEJA APLACADO COM A MÍNIMA COIBIÇÃO OU FALSA MODÉSTIA.

MARQUÊS DE SADE

ESCRITOR FRANCÊS

FELAÇÃO SOLO

EROTISMO: 

INTIMIDADE: 

Se o seu parceiro é do sexo masculino e você quer agradá-lo sem deixar de desfrutar o momento, essa é uma boa opção. De acordo com o *Kama Sutra*, o ato da felação deve ser realizado em várias etapas, progredindo de modo gradual: inicie com um toque suave dos lábios e avance para beijos, carícias e roce seu corpo contra a zona erógena do seu parceiro antes de chegar à penetração oral completa. Caso desejem, ambos os parceiros podem utilizar uma abordagem mais suave, tornando a ação mais intensa.

Não coloque o pênis inteiro dele dentro da boca de uma só vez – alterne algumas boas lambidas ao longo do membro com pequenos toques da língua ao redor da glande antes de levá-lo todo para dentro do calor excitante de sua boca. Preste atenção à abertura da uretra, passe sua língua ao redor da junção da glande com o restante do pênis e não se esqueça dos testículos; experimente lambê-los ou sugá-los com suavidade para ver o que surte melhor resultado.

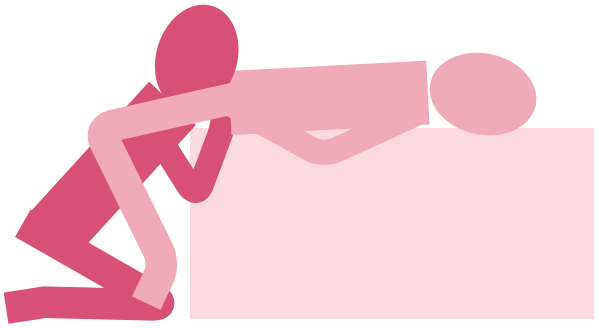


CUNILÍNGUA SOLO

EROTISMO: 

INTIMIDADE: 

Como na felação, se seu par é uma mulher, pode haver momentos em que você vai querer dar prazer a ela enquanto se deleita com a ação. De acordo com o *Kama Sutra*, a maneira adequada de beijar a vagina da mulher deve ser conhecida por meio dos beijos na boca. Esse é um ótimo lugar por onde começar, mas certamente há muito mais a saber! Comece com suavidade, beijando e acariciando. Use sua boca para explorar toda a área íntima dela e não só o clitóris. Algumas mulheres apreciam a penetração com a língua também. Tente diferentes graus de pressão com sua língua e seus lábios e descubra o que sua parceira mais gosta.



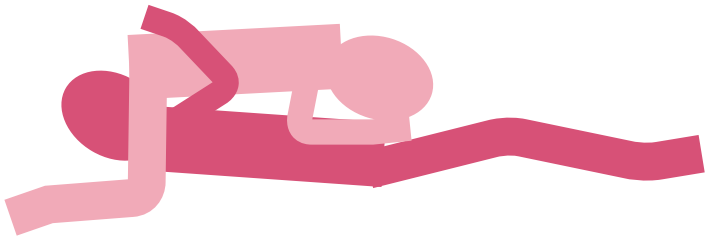
o
CLÁSSICO 69

PRAZER MÚTUO: 

PERIGO DE JOELHADA ACIDENTAL NO ROSTO: 

Uma vez dominada a arte oral básica, a progressão natural é desfrutar o sexo oral juntos. A maneira mais conhecida para realizá-lo é o clássico 69, cujo nome deriva do formato que os corpos dos amantes criam durante a prática dessa posição. O *Kama Sutra* se refere a ela como “união do corvo”.

Para realizar o 69 um dos parceiros deve se deitar enquanto o outro se posiciona sobre ele de ponta-cabeça. Desse modo, a cabeça de cada um fica de frente para a área íntima do outro. Para muitas pessoas o 69 e suas derivações representam uma ótima maneira de alcançar a intimidade corporal completa com o parceiro e chegar ao orgasmo simultâneo.

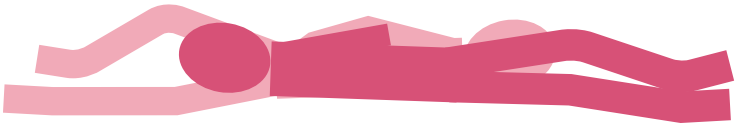


69 LATERAL

ESFORÇO: 

CONVENIÊNCIA: 

Como o clássico, esse também é um 69, porém simplificado. Em vez de um montar sobre o outro, cada parceiro se deita confortavelmente de lado e posiciona a cabeça entre as pernas do outro. Essa disposição é perfeita para um sexo lento e preguiçoso, com o máximo de diversão e o mínimo de esforço.



CACHORRINHO

ESTÍMULO: 

ROMANCE: 

Embora mais conhecido como uma posição de penetração, o estilo cachorrinho também pode ser usado para o sexo oral. Um dos parceiros se coloca de quatro enquanto o outro se ajoelha atrás dele e lhe oferece prazer com a boca (na vagina ou no ânus caso o primeiro seja mulher, e no ânus caso seja homem). Outra possibilidade para essa posição é o parceiro ativo se deitar sob o passivo e excitá-lo por baixo.



o
COLO DO PRAZER

DIFICULDADE:

PRAZER: 

Essa posição oferece total conforto ao parceiro passivo. Ele se senta comodamente em sua cadeira ou poltrona predileta enquanto o parceiro ativo se ajoelha à sua frente e o satisfaz. O passivo pode utilizar as próprias mãos para guiar o par ativo e também conversar com ele, dizer-lhe o que deseja ou simplesmente se reclinar e aproveitar a aventura.



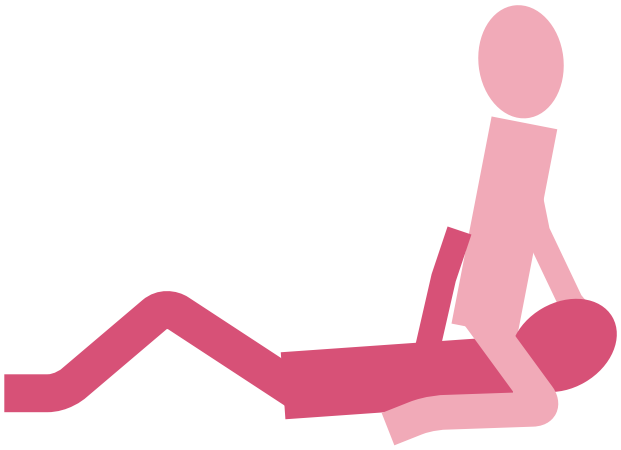
8
BEIJO DO SÚDITO

DIVERSÃO: 

PROVOCAÇÃO: 

Nessa posição o receptor se torna o parceiro ativo. O provedor se deita na cama (ou no chão, no sofá etc.) com a cabeça apoiada em travesseiros enquanto seu par se ajoelha sobre o seu rosto. Então, o parceiro ativo se abaixa lenta e suavemente até que o passivo consiga lhe proporcionar prazer oral. O provedor pode oferecer sustentação apoiando com suas mãos as coxas ou os glúteos do receptor, enquanto este apoia as próprias mãos na parede ou na cabeceira da cama para um amparo extra, se necessário.

Essa posição é perfeita para estimular a sensualidade, em particular se o parceiro passivo realmente gosta de seu papel nesse jogo – o parceiro ativo pode se mover saindo da área de contato físico, deixando o passivo com "gosto de quero mais" e aumentando a sensação de jogo.





EU ESCREVO SOBRE SEXO PORQUE MUITAS VEZES ESSA PARECE SER A COISA MAIS IMPORTANTE DO MUNDO.

JEANETTE WINTERSON

ESCRITORA BRITÂNICA

Capítulo 3
POSIÇÕES SUPINAS

AQUI VAMOS ABORDAR ALGUMAS DAS POSIÇÕES EXCITANTES QUE O *KAMA SUTRA* RECOMENDA PARA CASAIS DEITADOS, E OUTRAS COM UMA VISÃO MAIS CONTEMPORÂNEA DOS ANTIGOS ENSINAMENTOS. TODAS SÃO SIMPLES, MAS OFERECEM UM GRAU SURPREENDENTE DE INTIMIDADE E PRAZER.

A MUNIÇÃO

FLEXIBILIDADE:

PRAZER:

Essa posição permite penetração profunda, sendo ao mesmo tempo confortável e apoiada. É ideal para diversão lenta e sossegada.

Inicie com o parceiro passivo deitado de costas e com a cabeça apoiada num travesseiro aconchegante. O parceiro ativo deve se ajoelhar em frente ao passivo, perto o suficiente para que este consiga apoiar os pés no tórax do ativo. O passivo pode descansar as coxas e os glúteos sobre o colo e as coxas do ativo, ou, caso isso não lhe seja confortável, pode utilizar travesseiros para sustentar a parte inferior das costas.

O parceiro ativo pode então entrar devagar, penetrando gradualmente mais fundo e mais forte. Se o par passivo se sentir hábil, pode alcançar prazer extra com estimulação manual.





O SEXO É ESSENCIAL À VIDA, E NÓS NUNCA APRENDEREMOS A REVERENCIAR A VIDA ENQUANTO NÃO SOUBERMOS ENTENDER O SEXO.

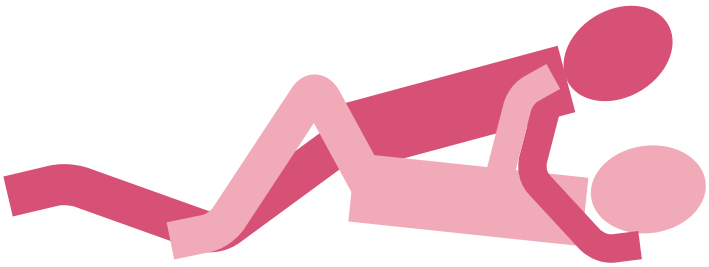
4
TRIÂNGULO LUMINOSO

ESFORÇO: 

PROXIMIDADE: 

Essa posição se baseia, em linhas gerais, na posição missionária em que o parceiro passivo fica deitado enquanto o ativo se coloca sobre ele e "faz todo o trabalho". Entretanto, nessa versão, as coisas são um pouco diferentes. O par que está deitado é, na verdade, o mais ativo.

O parceiro ativo se deita de costas e eleva a parte inferior das costas e as coxas, pronto para a penetração. Ele pode se apoiar em travesseiros, caso isso lhe traga mais conforto. Então, o par passivo se apoia de quatro e entra no ativo, que, segurando nas costas ou nos ombros do passivo, usa o movimento do quadril, para frente e para trás, a fim de alcançar penetração mais profunda ("fazendo todo o trabalho"!).



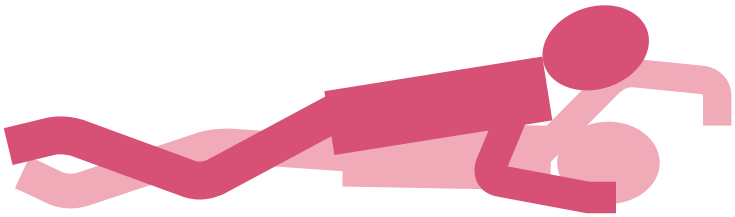
NIRVANA

SENSUALIDADE: 

ESTÍMULO: 

Essa posição funciona melhor quando a mulher é o parceiro passivo, porque permite estimulação extra no clitóris, o que pode levar rapidamente a um orgasmo mais intenso.

O par passivo se deita de costas, com os braços elevados para se segurar na cabeceira ou nas barras da cama e mantém as pernas fechadas. O parceiro ativo monta, com as pernas abertas, sobre o primeiro e o penetra. As coxas pressionadas do parceiro passivo elevam a sensação de penetração ao mesmo tempo em que oferecem estimulação extra ao clitóris, caso esse par seja uma mulher.



A
RACHADURA DO BAMBU

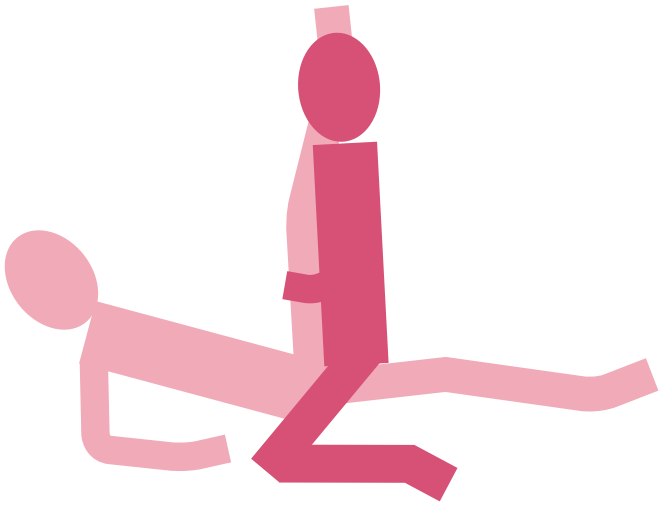
FLEXIBILIDADE: 

SATISFAÇÃO: 

Não permita que a palavra “rachadura” prive você dessa posição! Trata-se de uma posição fácil e ótima para um sexo lento e sossegado.

Para rachar o bambu o parceiro passivo se deita de costas com uma das pernas levemente arqueada. O parceiro ativo se senta de pernas abertas sobre essa perna arqueada e, então, o passivo levanta a outra perna e a apoia sobre o ombro do ativo de modo que suas pernas tomem o formato de uma tesoura.

É possível iniciar com um ritmo deslizante suave, e o par passivo pode alcançar a área de contato com as mãos e ajudar com um pouco de estimulação manual.



A COLHER

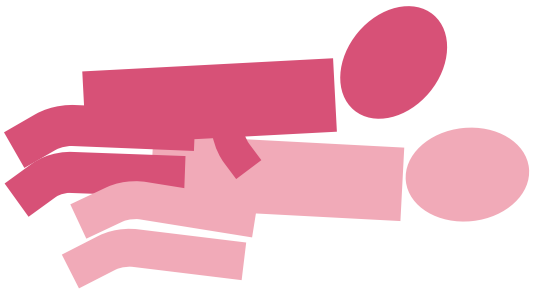
FLEXIBILIDADE: 

CONFORTO: 

Essa posição é a prova de que dormir de conchinha é muito aconchegante.

O parceiro a ser penetrado se curva para a frente, e o que vai penetrá-lo se curva atrás dele, como duas colheres encaixadas. A penetração desse ângulo é suave e fácil – perfeita para uma manhã preguiçosa de domingo – e o parceiro ativo ainda pode usar as mãos para estimular o passivo.

Gestantes também preferem essa posição, tendo em vista que ela é mais delicada e evita comprimir o bebê.



A
UNIÃO DA BORBOLETA

SENSUALIDADE: 

ESTÍMULO: 

Nessa posição relativamente simples o par mais ativo é o que está sendo penetrado.

O parceiro passivo se deita de costas com as pernas fechadas. O ativo se senta sobre elas com as pernas abertas, permitindo a penetração, e se reclina para trás usando as mãos para se apoiar. Já na posição, o par ativo inicia um movimento deslizante para alcançar ritmo, enquanto o passivo acaricia a pele do primeiro ou usa as mãos para oferecer prazer extra a ele.



Capítulo 4
POSIÇÕES SENTADAS

PROGRESSÃO NATURAL DAS POSIÇÕES SUPINAS, QUE SÃO AS MAIS FÁCEIS, AS POSIÇÕES SENTADAS LHE OFERECEM A CHANCE DE TER MELHOR CONTATO COM SEU PAR, ALÉM DE POSSIBILITAR PENETRAÇÃO MAIS PROFUNDA E PROPORCIONAR A VOCÊ E A SEU PARCEIRO UMA NOVA EXPERIÊNCIA NA RELAÇÃO.

8
CAVALO DE BALANÇO

INTIMIDADE: 

FLEXIBILIDADE: 

Nessa posição, o parceiro que está sendo penetrado é o ativo.

O parceiro passivo se senta com as pernas cruzadas, talvez apoiado por travesseiros, e pode usar as mãos para apoio extra. O par ativo se ajoelha sobre o colo do passivo abaixando-se até alcançar a penetração. O ativo pode abraçar seu parceiro para se apoiar à medida que utiliza um movimento vigoroso ou oscilante para alcançar velocidade e penetração.

Essa é uma ótima posição para o romance, pois os parceiros podem se olhar nos olhos durante a ação.



ENTRELAÇADOS

FLEXIBILIDADE: 

ESTÍMULO: 

Nessa posição ambos os parceiros permanecem sentados. Eles começam de frente um para o outro, reclinando-se para trás e elevando o corpo em direção um ao outro até que a penetração seja possível. Então, ambos se abraçam com as pernas, se entrelaçando, e reclinam para trás descansando as mãos sobre a cama ou o chão para apoio extra. Pode-se iniciar com um suave movimento de fricção ou de rebolada, aumentando gradualmente para criar energia para o clímax.



o
BALANÇO

DIFICULDADE: 

AGILIDADE: 

O nome dessa posição se origina da postura encolhida no qual o parceiro passivo fica.

O parceiro ativo se deita de costas na borda da cama mantendo seus pés no chão. Em seguida, o passivo, de costas, se agacha sobre ele para conseguir a penetração. Ambos os parceiros podem realizar movimentos dinâmicos, dependendo somente de quem quer ter mais controle.

O parceiro ativo pode segurar os glúteos do passivo se quiser mais controle sobre o movimento. Durante essa posição, as mãos do par passivo ficam livres para oferecer prazer extra ao ativo ou a si mesmo.



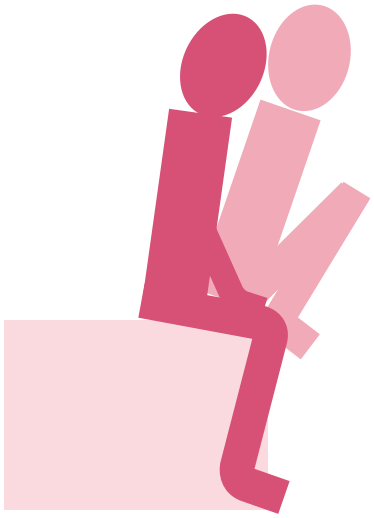
o
SAPO

SENSUALIDADE: 

EQUILÍBRIO: 

Essa posição é bastante parecida com o balanço, na qual o par passivo se agacha sobre o ativo. Entretanto, nessa, ambos os parceiros se mantêm sentados, o que permite ótima proximidade e intimidade, oferecendo ao parceiro passivo sensações de abraço e de segurança.

O par ativo se senta na borda da cama deixando espaço para o passivo se agachar sobre ele. O parceiro passivo se abaixa, de costas para o ativo, usando as próprias mãos para se apoiar e se equilibrar como um sapo. Já na posição, o movimento de fricção do passivo ou o de impulso do ativo pode controlar o ritmo.



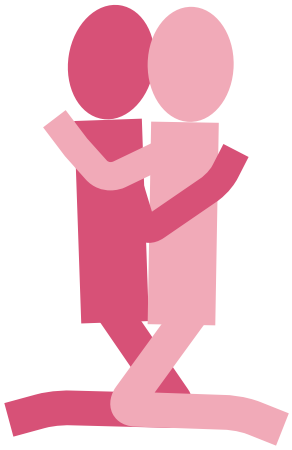
DE JOELHOS

VIGOR: 

PROXIMIDADE: 

Essa é uma ótima posição para o romance, pois ambos os parceiros se encaram e podem olhar nos olhos um do outro. Além disso, há contato de corpo inteiro, o que favorece a intimidade e o romance, podendo elevar a sensibilidade à medida que diferentes áreas do corpo são friccionadas e pressionadas contra o corpo do outro.

Para alcançar o êxtase de joelhos, o parceiro ativo deve manter as pernas juntas enquanto o passivo se senta sobre ele de pernas abertas, permitindo a penetração. Então, o passivo pode abraçar o ativo e avançar para um beijo enquanto este se move em um ritmo lento e suave.





TÊ-LA AQUI NA CAMA COMIGO, RESPIRANDO SOBRE MIM... EU CONSIDERO ISSO UM MILAGRE.

HENRY MILLER

ESCRITOR NORTE-AMERICANO

NO LIVRO TRÓPICO DE CÂNCE

Capítulo 5
POSIÇÕES EM PÉ

TALVEZ MAIS OUSADAS, EM ESPECIAL PORQUE TENDEM A SER MAIS ENERGÉTICAS E PODEM FACILMENTE SER REALIZADAS FORA DO QUARTO, APRESENTAMOS AQUI ALGUMAS DAS POSIÇÕES EM PÉ INSPIRADAS PELO *KAMA SUTRA*. APESAR DE ALGUMAS UTILIZAREM APOIO, ESSAS POSIÇÕES PODEM REQUERER BASTANTE FORÇA E VIGOR!



O AMOR É COMPOSTO DE UMA ÚNICA ALMA QUE HABITA DOIS CORPOS.

ARISTÓTELES

FILÓSOFO GREGO

CADEADO

CONFORTO: 

DESINIBIÇÃO: 

Nessa posição o parceiro ativo fica em pé enquanto o passivo se senta sobre um móvel, como a mesa ou o balcão da cozinha, apoiando-se com os braços. O par ativo se coloca à frente do passivo, que o abraça com as pernas puxando-o para si a fim de alcançar penetração profunda. O parceiro ativo pode se apoiar no móvel para manter o equilíbrio ou segurar o passivo pelos glúteos para controlar a velocidade e a profundidade da penetração.



4
UNIÃO SUSPENSA

FACILIDADE: 

ESFORÇO: 

Essa pode ser considerada a posição em pé clássica e requer que ao menos um dos parceiros seja forte e bastante vigoroso.

O parceiro ativo se mantém em pé com os joelhos levemente dobrados para se certificar de que está firmemente equilibrado. Então, ele levanta o parceiro passivo, que o abraça no quadril com as pernas para realizar a penetração e envolve seus ombros com os braços a fim de garantir proximidade e estabilidade.

Se ajudar, o par passivo pode equilibrar os pés na ponta da cama ou no encosto do sofá para suportar um pouco do próprio peso. A força para baixo induzida pelo peso do parceiro passivo torna essa uma posição de penetração bastante profunda, além de ser um ótimo exercício físico para o parceiro ativo!



9
CARRINHO DE MÃO

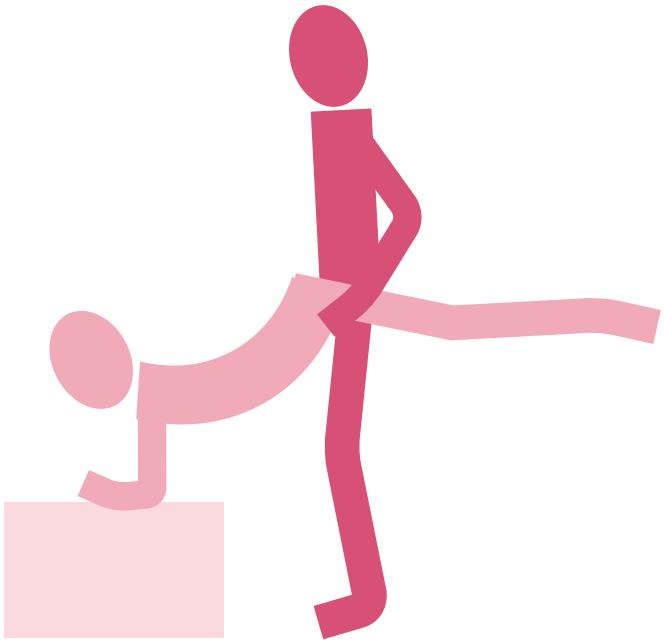
FLEXIBILIDADE: 

LUXÚRIA: 

Apesar de não ser totalmente na vertical, essa posição requer um parceiro bastante vigoroso em pé.

Para realizar a posição do carrinho de mão, o parceiro passivo se deita de bruços com as pernas para fora da cama. Então, o ativo levanta as pernas do passivo e as segura, cada uma de um lado de seus quadris, enquanto se movimenta para penetrá-lo.

O parceiro passivo precisa se apoiar sobre os cotovelos enquanto o parceiro ativo o levanta e comanda os movimentos por trás – o parceiro ativo tem total controle nessa posição.



o
CIPÓ

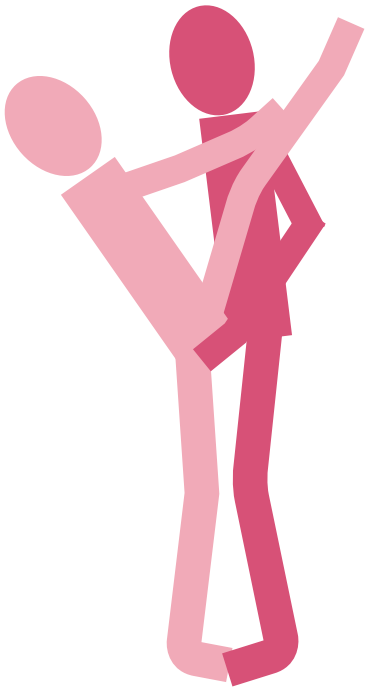
FORÇA: 

FLEXIBILIDADE: 

Essa posição é um pouco mais audaciosa que o cadeado ou a união suspensa e requer mais força, flexibilidade e equilíbrio, no entanto o resultado pode ser ótimo, em especial para quem gosta de penetração mais profunda.

Os parceiros devem ficar de frente um para o outro. O passivo apoia então uma perna sobre a cama, ou outra superfície, enquanto o ativo se abaixa e a levanta, sustentando-a em seu ombro.

O parceiro passivo abraça o ativo acima dos ombros e se permite ser puxado para alcançar penetração. O parceiro ativo segura o passivo pelas nádegas para apoio extra e também para controlar os impulsos.



O DESAFIO

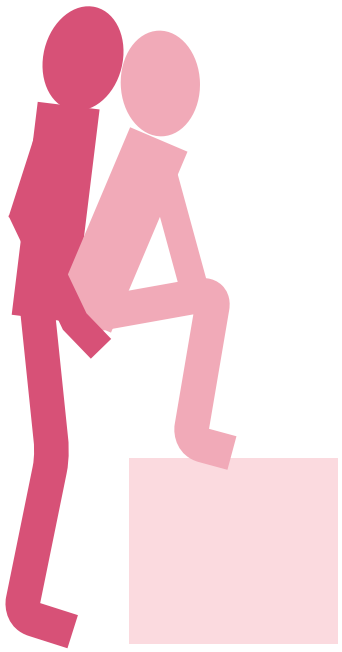
AGILIDADE: 

INTIMIDADE: 

Essa posição tem um nome bastante apropriado. Ela é mais ardilosa que as demais posições em pé e requer bastante força nas pernas e equilíbrio por parte do parceiro passivo. Ela também demanda uma cadeira firme e resistente, ou algo similar.

O parceiro passivo fica em pé sobre a cadeira e depois se agacha como se fosse se sentar, com os cotovelos apoiados nos joelhos.

O parceiro ativo pode penetrar por trás segurando na cintura ou nas nádegas do parceiro passivo para conseguir mais equilíbrio e controle.



Capítulo 6
PARA OS EXTRA AVENTUREIROS

SE VOCÊ PENSA QUE JÁ TENTOU DE TUDO E JÁ CONSEGUIU A CARTEIRINHA DO CLUBE DOS AMANTES DO SEXO, TENTE ALGUMAS DAS AINDA MAIS OUSADAS SUGESTÕES DESTA SEÇÃO. ELAS NÃO SÃO INDICADAS PARA OS MEDROSOS, POIS VÃO DESAFIAR SUA FORÇA E, EM ALGUNS CASOS, SEU EQUILÍBRIO!

a
V SEXY

FORÇA PRINCIPAL: 

SATISFAÇÃO: 

Essa é uma posição em pé/sentado desafiadora pois requer equilíbrio. O parceiro passivo apoia as nádegas na beirada de uma mesa ou de outra superfície firme. O ativo se coloca à sua frente e apoia as pernas do parceiro passivo em seus ombros. O par passivo pode abraçar o pescoço do ativo para apoio extra. Nessa posição o par ativo entra – e essa entrada pode alcançar uma penetração bastante profunda.



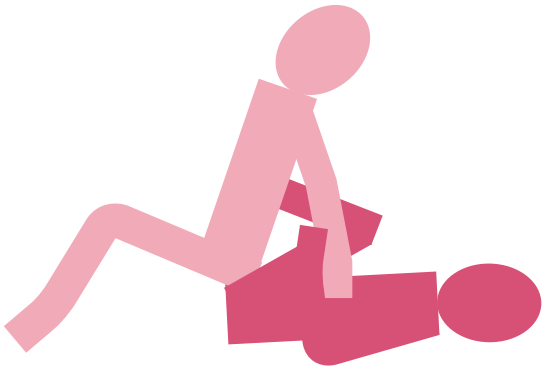
O MACACO

LASCÍVIA: 

DIFICULDADE: 

Essa é uma posição avançada e requer força, vigor, flexibilidade e equilíbrio. Entretanto, por tudo que exige, ela pode oferecer prazer intenso, tendo em vista que permite penetração profunda e controlada.

O parceiro passivo se deita de costas e ergue os joelhos encostando-os no peito. Para realizar essa posição, o apoio em uma superfície firme como o chão é o mais adequado. Então, o parceiro ativo se senta para permitir a penetração. Ele apoia as costas nos pés do parceiro passivo e controla a penetração se movendo para cima e para baixo. O par ativo pode colocar os braços para trás para se segurar nos pulsos do passivo a fim de conseguir apoio extra, se necessário.



A PONTE

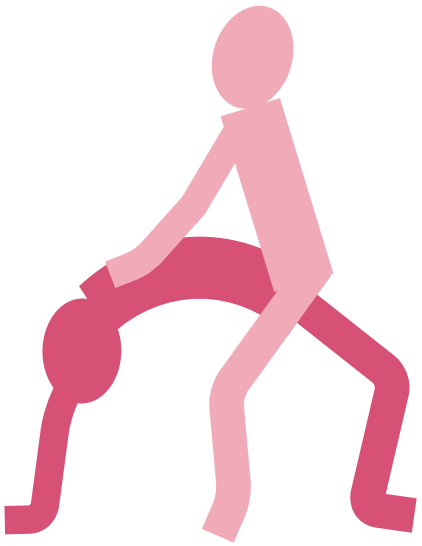
SENSUALIDADE: 

ESFORÇO: 

Essa realmente é apenas para os superfortes e super-flexíveis!

Primeiro, o parceiro que vai penetrar forma uma ponte se inclinando para trás. Então, o parceiro passivo se coloca de pernas abertas sobre ele e vai se abaixando suavemente para alcançar a penetração. A partir daí o parceiro que vai penetrar se torna ativo, utilizando o movimento das pernas para controlar a penetração.

Saiba que não é aconselhável ficar muito tempo nessa posição – você não vai querer despencar com todo esse sangue correndo em direção à sua cabeça!





SEXO É EMOÇÃO. SEXO BOM SIGNIFICA EMOÇÃO LIVRE; SEXO RUIM DENOTA EMOÇÃO BLOQUEADA.

A TESOURA

DIFICULDADE: 

FORÇA: 

EQUILÍBRIO: 

SENSUALIDADE: 

SATISFAÇÃO: 

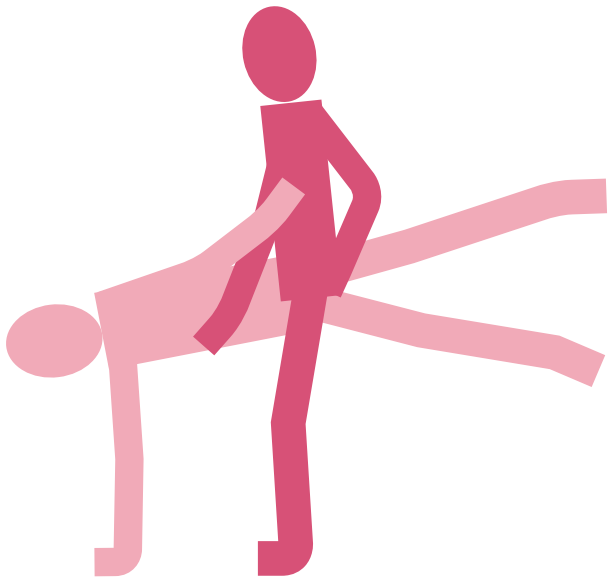
DIVERSÃO: 

Essa é a posição mais ousada e ardilosa que incluímos neste livro! Se quiser experimentar algo verdadeiramente atlético, essa é a melhor indicação.

O parceiro passivo se deita no chão apoiando somente seus pés e a panturrilha na cama, sustentando-se do solo com apenas um braço esticado enquanto o parceiro ativo o segura pela cintura.

O parceiro ativo abre a perna que está mais abaixo do passivo, segurando a perna que está mais acima e o penetra enquanto este se equilibra na borda.

Apesar de parecer complexa, quando se tem a força e o vigor para realizá-la a estimulação natural da posição da tesoura, acrescida da torrente de sangue que é levada para a cabeça do parceiro passivo, podem levar o casal a orgasmos incríveis.





NÃO É O SEXO QUE DÁ PRAZER, É O AMANTE.

Conclusão

Esperamos que você tenha gostado deste livro e que ele tenha alimentado a sua imaginação! Independentemente da maneira que escolher utilizá-lo – como um miniguia, como referência ou apenas como inspiração – esperamos que ele ajude a realçar sua vida sexual e aproxime você e seu par. Talvez você sinta vontade de ler o *Kama Sutra* original e aprecie o imenso conhecimento a respeito dos relacionamentos felizes que a obra tem transmitido ao longo de séculos.

Checklist

- ☐ O BEIJO DE LADO
- ☐ O BEIJO INCLINADO
- ☐ O BEIJO QUE DESPERTA O AMOR
- ☐ O BEIJO PARA DISTRAIR
- ☐ O BEIJO QUE DEMONSTRA
- ☐ FELAÇÃO SOLO 
- ☐ CUNILÍNGUA SOLO 
- ☐ O CLÁSSICO 69 

- [ ] 69 LATERAL 
- [ ] CACHORRINHO 
- [ ] O COLO DO PRAZER 
- [ ] O BEIJO SÚDITO 
- [ ] A MUNIÇÃO 
- [ ] O TRIÂNGULO LUMINOSO 
- [ ] NIRVANA 
- [ ] A RACHADURA DO BAMBU 
- [ ] A COLHER 
- [ ] A UNIÃO DA BORBOLETA 
- [ ] O CAVALO DE BALANÇO 

☐ ENTRELAÇADOS 

☐ O BALANÇO 

☐ O SAPO 

☐ DE JOELHOS 

☐ O CADEADO 

☐ A UNIÃO SUSPENSA 

☐ O CARRINHO DE MÃO 

☐ O CIPÓ 

☐ O DESAFIO 

☐ O V SEXY 

☐ O MACACO 

☐ A PONTE 

☐ A TESOURA 

Sobre a autora

Sadie Cayman é escritora e professora de pilates. Ela acredita no poder de aproveitarmos o dia e não resiste a um bom mojito. Ela vive em Durham, na Inglaterra.