

Вие сте девойка, а сякаш вчера пораснахте и се разделихте с куклите. Днес стройното ви тяло вълнува момчетата в училище, по улицата ви заглеждат и по-зрели мъже. Нещо повече – вече си имате сериозно гадже, с което, когато сте сами сте правили какво ли не, но още не сте прекрачили прага на „онова нещо".

Той казва, че много ви обича и желае, а вие се дърпате. Боите се от неизвестното, което ще дойде когато го направите. Колебаете се и много сте притеснена, защото се страхувате, че друго момиче, което е задръжки, може да ви отнеме любимия. И друго – тези от вашите приятелки, които вече са го направили, се държат подигравателно и ви подхвърлят: „А ти, бе, малката, кога ще пораснеш?" И така дилемата за всеки – девойка или младеж, на който му предстои да започне половия си живот, е една? КОГА? С КОГО? И КАК?

Важно е самата вие да решите това, защото другите вече са опитали. Кога? Когато вие самата сте готова за това, а именно, когато сте зряла и физически и психически, и най-вече социално. А зряла социално значи, че вече сама можете да поемете и носите отговорност за половия си живот.

С кого? Разбира се, с този, когото обичате и който също ви обича толкова много, че заслужава този ваш първи път. А това значи, че и двамата сте се опознали до този момент твърде добре. Уверили сте се във взаимната си обич и малко или много в интимните си срещи чрез ласки, милувки, и целувки сте преодолели стеснението и

притеснението от голотата на телата си.

А как? Ето за това, мило момиче, ще поговорим сега.

Най-напред ще трябва самата вие да се потрудите малко, ще ви трябва време, за което помолете приятеля си да поизчака. Моля ви хич да не давате ухо на такива приказки , които се говори колко жестоко е първия път за момичето, как много боли и колко много кръв тече и т.н.

И второ – никак не се уповавайте на това, че приятелят ви вече има опит, защото преди вас е имал връзка с едно по-голямо от него момиче. Ще споделя с вас една малка тайна, която моля ви да си остане между нас. Независимо на каква възраст е мъжът, независимо колко партньорки в секса е имал до този момент, винаги когато е с нова партньорка на него му е… за първи път.

Та така, когато човек потърси – винаги ще намери! И вие не само намерете съответните книжки, ами ги прочетете и научете от тях как е устроено собственото ви тяло като жена. Кои са и как са разположени органите на половата система и как функционират те. Кои са психосексуалните особености на полово зрялата жена. Много ще спечелите, ако научите също и за мъжкия пол. След като придобиете съответните познания, ще трябва да имате представа и за собственото си тяло. И то конкретна. Изберете време и спокойна обстановка, когато сте сама и никой не ви безпокои, и много бавно, без да бързате се съблечете. Разгледайте тялото си. След това легнете по гръб и с помощта на огледало вижте кое къде ви е при външните полови органи. Точно така, бъдете наясно вече с това къде точно е входът на влагалището, кои са ви малките и кои са големите срамни устни, къде точно е клиторът ви. И сега нещо много важно – така, както сте насаме със себе си докоснете се сама, пипнете се по онези места от тялото ви които са вашите предполагаеми ерогенни зони: гръдните ви зърна, клитора, преддверието на влагалището, вътрешната страна на бедрата. Моля ви, не се безпокоите, не само се докоснете, но и погалете, помилвайте тези места. Важното е да установите кои от тях са по-чувствителни и с какви ласки и милувки усещането у вас е по-силно.

Всичко това направете няколко пъти и с тези нови познания за вашето тяло запознайте приятеля си. По-точно научете го къде и как да ви милва, гали и целува, за да ви става приятно и хубаво по време на интимните ви срещи. Но в никакъв случай не бързайте с очакванията си, че когато целувате или сте целувана, милвана и галена трябва веднага непременно да изживеете неземно сладострастие. Така е женската природа, че тези

сладострастни тръпки се научават във времето. При едни момичета става по-бързо, а при други по-бавно, като много зависи от съответния учител – интимния партньор. За това къде трябва да пипнете, галите и целувате вашия приятел, за да му бъде и на него хубаво и приятно, ще научите директно от самия него. А след това без никакво притеснение и срам, трябва да усвоите тази техника за доставяне на блаженство и на двамата. Защото много ще ви е необходима и в този сублимен момент – първия път. Ето мило момиче, че дойдохме до дилемата: Как точно? Запомнете: любенето, първото полово сношение е неповторимо изживяване, което казва нещичко за секса, но не всичко. И затова тези, които много го очакват нерядко биват разочаровани. Така че на залагайте предварително на това, че след него изведнъж ще откриете един нов свят в областта на интимното. Не, това ще е само една много важна

и голяма ваша първа стъпка в тази насока. Второ – различно е. Различното е в това, като как ще се получи. В смисъл, че при едни резултат е внезапен вътрешен импулс а при други нещо планирано. Когато е планирано, се избира предварително подходящия момент и това става, когато вие самата се чувствате спокойна и сигурна с партньора си. Опознали сте се добре и внимателно сте преценили рисковете при началото на половия ви живот и как да ги избегнете. Подбрали сте и мястото. Аз лично ви препоръчвам втория вариант.

И ето двамата сте в прегръдките си. А те са много топли и страстни. Решението – да минем Рубикон! Две предварителни условия: към приятеля ви – да бъде търпелив и много, много нежен. Към вас самата – да преодолеете страха, боязънта и притесненията си. Очаквате че ще ви боли и ще има много кръв? Добре. Девствената ципа (хименът) разположена на входа на влагалището, си има своя анатомичен строеж, който е различен у всяка жена. При едни е много тънка и лесно се къса, а при други е много здрава и еластична и може да се съхрани при фрикциите на влизащ и излизащ полов член. Тя може да се разкъса чак по време на първото раждане. Парадокс е, че така жена по време на половите си сношение не изпитва никаква болка. Защото нервните окончания разположени в химена са много оскъдни. Болката в такива случай идва от предварителното притеснение. Същото е и с кървенето – зависи от количеството на капилярите в химена. Може да има по-обилно кръвотечение, както когато ви се нарани носната лигавица, а може да има само една две капчици кръв, а не рядко абсолютно нищо.

Ако притесненията за болката ви е много голямо, набавете си предварително от аптеката тубичка „Лидокаин” или едно флаконче със спрей „Анестезин”. Едно предварително намазване или напръскване в областта на преддверието на влагалището ще ви бъде от полза. Друго – вече сте дама, а всяка дама трябва да има в чантичката си винаги поне два презерватива. По-спокойни ще сте и двамата ако първия път сте с презерватив.

И накрая няколко думи за позата, която ще изберете за неговото първо проникване във вас. Прието е, че жената в този момент се отдава на любимия си мъж. Да, така е прието. Но аз смятам, че когато едно момиче прави първите си стъпки в едно полово сношение с любимия, много по-подходяща е позата, при която тя да е отгоре, върху партньора си. Така леко и постепенно тя сама може да насочва пениса на партньора си в проникването му, като това става постепенно и безболезнено за самата нея. Важното е тук, мило момиче, да се отпуснете и всичко си идва на мястото.

А след това не задържайте емоциите си – ако искате радвайте се, ако пък ви се плаче – поплачете си. Няма по-солени и по-сладки от сълзите на едно момиче точно в този момент. И не забравяйте с момчето си да се почерпите – една чаша шампанско и парче торта ще са добре дошли за новия ви рожден ден.