



Das weibliche Wonderland – und wie du dich darin zurechtfindest

Vorspiel? Ist doch was für Foliengriller, Schattenparker & Konsorten. Zärtliches Streicheln und langes Küssen? Braucht doch kein Mensch, diesen Schnulli-Style. Druff uff die Muddi – und ab geht die Luzie!

Wenn ich die Herren beim zustimmenden Nicken mal kurz unterbrechen darf: Sosehr euch diese aus der Hüfte geschossenen Speedy-Gonzales-Nummern auch anfixen (und so geil Quickies manchmal sein können), sie machen uns Frauen nicht glücklich. Jedenfalls nicht immer. Sex besteht nicht ausschließlich aus Kleider-vom-Leib-Reißen und Schwanz-reinstecken. Nein, Frauen wollen erobert, verführt und in Stimmung gebracht werden. Und zwar immer wieder aufs Neue und immer wieder anders.

Dass das nicht allein durch Andocken von Piephahn an Pussy zu bewerkstelligen ist, scheint in vielen Männerköpfen noch immer nicht angekommen zu sein – leider! Also noch mal an alle Klitoris-Junkies da draußen: Unsere Astralkörper haben jede Menge sexuelle Hotspots, nicht nur den einen zwischen unseren Beinen! Zu diesen erogenen Zonen gehören zum Beispiel die Lippen, Hals und Ohrläppchen, unsere Brüste, die Achseln, der Bauchnabel, der Po, die Innenseiten der Schenkel und bei manchen Frauen sogar die Füße.

So weit zur Theorie des weiblichen Wonderlands, in dem es natürlich weder eine vorgeschriebene Tour gibt noch fahrplanmäßige Haltestellen. In der (gestreichelten, geleckten, geknetete-



Sex her up!

ten) Praxis empfindet jede Frau verschieden, hat ihre speziellen Regionen, die sie erforscht haben möchte. Trotzdem schadet es nicht, wenn du dich in den folgenden, höchst sensiblen Ecken ein bisschen besser auskennst ...

Lippen

Küssen ist göttlich. Küssen ist DER Schlüssel, um Frauen in die Kiste zu kriegen. Ist so, war so, wird immer so bleiben. Moment, eine kleine Einschränkung muss ich machen: Das gilt natürlich nur dann, wenn du nicht aus dem Mund müffelst wie eine Kuh aus dem Allerwertesten, deine Lippen labellogepflegt sind und du ein Mindestmaß an Knutschtechnik zu bieten hast.

Küssen – eigentlich klingt es so einfach: Man schürzt die Lippen, berührt den Mund des anderen, öffnet die Lippen und befördert die Zunge rein. So weit, so gut. Wenn ich allerdings darüber nachdenke, was da schon an und in meinem Mund abgegangen ist, scheint die Sache doch nicht ganz so simpel zu sein: Brettelharte Zungen, die wie eine Stanze im Stahlwerk meine Mundschleimhäute abtackerten; gnadenlose Tiefenbohrer, die nur eins erzeugten, nämlich Würgereiz; schleimig-genoppte Waschlappen, die mir einmal vom Kinn zu den Augenbrauen schlabberten. O Jungs, ich weiß ja, dass Küssen bei den meisten von euch nicht zum Portfolio der Kernkompetenzen gehört. Aber ein bisschen mehr solltet ihr dann doch draufhaben.

Küssen gehört zu den Soft Skills, ist etwas Zärtliches, Leidenschaftliches. Und genauso musst du dabei auch vorgehen: Du berührst ihre Lippen sanft mit deinen und öffnest leicht deinen Mund. Deine Zunge streicht über ihre Lippen, ihre Zähne, ihr



Zahnfleisch. Du knabberst an ihrer Unterlippe und leckst herausfordernd darüber. Vielleicht nimmst du währenddessen ihr Gesicht in beide Hände, fährst mit den Fingern sanft ihre Züge ab; die Wangen, die Schläfen. Eure Zungen berühren sich, tasten sich ab, spielen miteinander – erst langsam, dann fordernder. Es geht darum, ihre Lust zu wecken, langsam ihren Verstand auszuschalten, sich Schritt für Schritt auf Wolke sieben hochzuschaukeln ...

Zu besonderen Anlässen kannst du die Zungenspiele auch mal mit Geschmacksverstärkern probieren: Du nimmst einen Schluck Champagner in den Mund und lässt ihr beim Küssen etwas davon in den Mund laufen: s(chl)uckzessives Anhoten, bei dem Kleckern übrigens nichts macht, im Gegenteil – das ist ein wunderbarer Grund, ihren Körper mit der Zunge weiter zu erkunden ...

Hals

Von ihren Lippen arbeitest du dich jetzt am Hals entlang. Hier kannst du die zarte Haut kurz zwischen den Zähnen ansaugen – aber wirklich nur kurz! Knutschflecken waren in der Pubertät ein super Statussymbol, heute sind sie einfach nur albern. Wie wär's dann anschließend mit den Ohrläppchen? Auch die gehören bei vielen Frauen zu den erogenen Zonen. Knabbere sie vorsichtig an, und wenn du merkst, dass es ihr gefällt, kannst du auch ein kleines bisschen fester zubeißen. Allerdings solltest du in dieser Region dein Stöhnen im Griff haben – wenn du ihr nämlich wie eine historische Dampflok in die Ohrmuschel röchelst, wird sie vermutlich die Notbremse ziehen.

Für mich ist es übrigens am schönsten, wenn mich der Mann am Nacken berührt; die kleinen Härchen dort feuchtleckt und



Sex her up!

dann sanft pustet. Dieses kühle, prickelnde Gefühl – einfach wundervoll, da komme ich richtig in Fahrt.

Brustwarzen und Achselhöhlen

Fast alle Frauen lieben es, wenn du dich mit ihren Brüsten beschäftigst – sie streichelst oder knetest; die Brustwarzen leckst, bis sie sich erwartungsfroh aufrichten.

Aber wisst ihr, was ich am geilsten finde? Wenn ein Mann erst seine Finger um meine Boobs kreisen lässt, bevor er sich die Brustwarzen dann einzeln vornimmt. Was auf diese Weise nämlich geschieht, ist ein bisschen wie die Wellen, die sich ausbreiten, wenn man einen Stein ins Wasser wirft: Um alle Geschlechtsorgane liegen kreisförmige Erregungszonen, die ringförmig ausstrahlen, sobald sie stimuliert werden – das gilt auch für die Brüste.

Die Technik dazu ist ganz einfach: Du beginnst am Übergang von Brust und Brustkorb und gleitest spiralförmig nach innen, immer langsam und ohne zu viel Druck. Wenn du die Brustwarze erreicht hast, umkreise sie – und fang dann wieder von vorne an. Beim zweiten oder dritten Durchlauf kannst du die Nippel dann zärtlich saugen oder lecken, vielleicht (vorsichtig!) zwischen Daumen und Zeigefinger drehen. Wenn du es richtig machst, steigert sich die Geilheit der Frau schnell, was du daran merkst, dass ihr Körper zu zittern beginnt. Einige Frauen kommen auf diese Art sogar zum Orgasmus.

Die Brüste sind übrigens auch Ausgangspunkt für lohnende Ausflüge: etwa entlang der Arme, dann weiter zu den Händen und Fingern. Auch dort kannst du überall lecken, knabbern und saugen. Oder du machst schon vorher halt: in den Achselhöhlen –



denn hier machen sanfte Berührungen viele Frauen richtig heiß! Aber Vorsicht, nicht kitzeln ...

Sowohl die Achseln als auch die Brüste eignen sich natürlich auch für etwas härtere Gangarten. Frag deine Frau doch mal, ob sie Lust hat, es italienisch zu machen: Bei dieser Stellung darfst du dein Gerät in ihrer Achselhöhle reiben und – falls sie darauf steht – die komplette Ladung auf den Oberkörper spritzen. Du kannst ihr natürlich auch mit deinem Schwanz über die Brüste streichen. Oder ihn dazwischenstecken. So ein Tittenfick, bei dem die Frau ihre Brüste über deinem besten Stück zusammendrückt, funktioniert allerdings nur bei größerer Oberweite wirklich gut. ☺

Bauchnabel

Küsse und Berührungen rund um die Körpermitte machen viele Frauen wild und willig. Andererseits sitzen hier manchmal auch kleine Speckröllchen, bei denen wir uns nicht ganz wohl fühlen, wenn ihr sie berührt. Also bitte Vorsicht: Das ist ein delikates Terrain.

Gib dich hin, sei zärtlich. Zeichne mit der Zungenspitze eine imaginäre Acht über ihren Bauchnabel. Wem die Anleihen aus *9 1/2 Wochen* nicht zu platt sind, kann ihn auch mit einem Eiswürfel umstreichen, Zentimeter für Zentimeter, mmmh ... – bis sich die Bauchmuskeln anspannen und lustvoll zu vibrieren beginnen. Es müssen übrigens nicht unbedingt Eiswürfel sein. Kleine Dinge aus dem Haushalt – ein kalter Löffel, ein Kettchen oder eine Feder (auf die ich gleich noch genauer zu sprechen komme) eignen sich ebenfalls sehr gut.