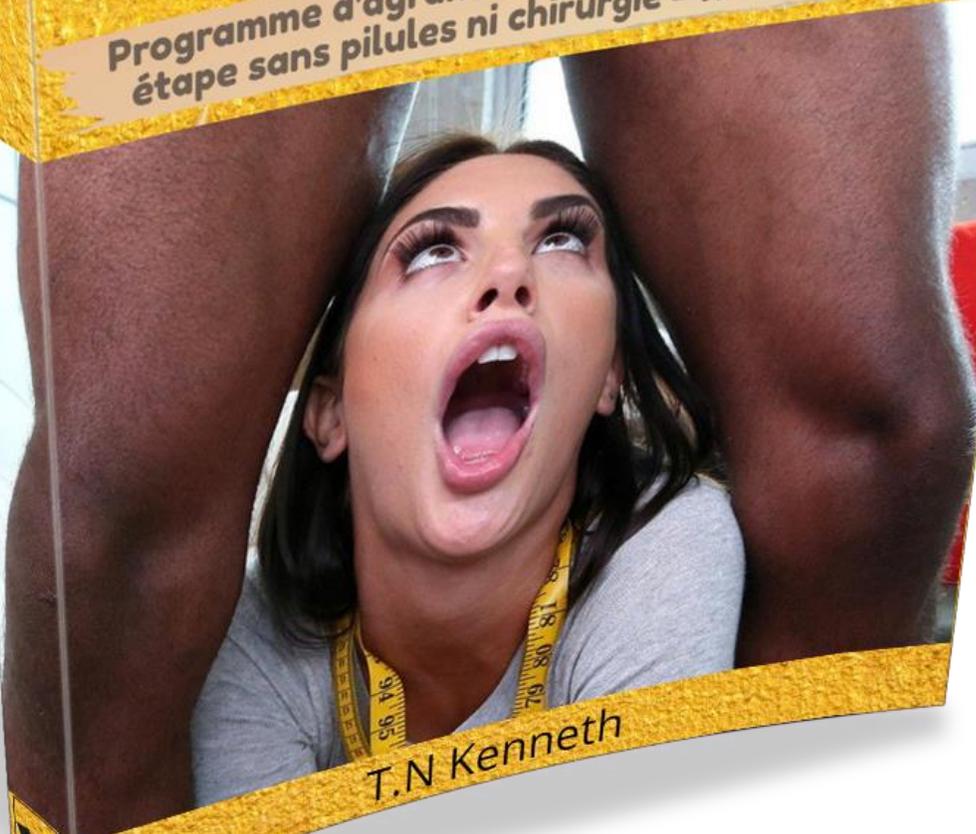


# Guide ultime pour Grossir le pénis Naturellement

Programme d'agrandissement du pénis étape par  
étape sans pilules ni chirurgie - 100% NATUREL



T.N Kenneth

## **Conditions d'utilisation de ce livre**

Le contenu de ce livre est basé sur des recherches et de l'expérience personnelle menées par T.N Kenneth LLC.

Les informations sont présentées à des fins éducatives uniquement et ne sont pas destinées à diagnostiquer ou à prescrire une condition médicale ou psychologique de telles conditions.

Les informations contenues dans ce livre ne sont pas destinées à remplacer une relation individuelle avec un médecin ou un professionnel de la santé qualifié. Par conséquent, ces informations ne sont pas conçues comme des conseils médicaux, mais plutôt comme un partage de connaissances et d'informations basées sur la recherche et l'expérience.

Santepeanoir.com qui a obtenu le droit de commercialiser ce livre vous encourage à prendre vos propres décisions en matière de soins de santé en fonction de votre jugement et de vos recherches en partenariat avec un professionnel de la santé qualifié.

Ce livre vous est remis tel quel sans aucune garantie. L'auteur et l'éditeur ne seront pas tenus responsables de toute utilisation abusive du contenu de ce livre.

Aucune partie de cette publication ne peut être reproduite, distribuée ou transmise sous quelque forme ou par quelque moyen que ce soit, y compris la photocopie, l'enregistrement, ou autre forme plus ou moins, ou par n'importe quel système de récupération sans l'ordre écrit par l'auteur.

*Droits d'auteur © 2019 [www.Santepeanoir.com](http://www.Santepeanoir.com). Tous les droits sont réservés.*

## **NOTE D'ATTENTION :**

Ce matériel contient du contenu explicite de sites Web pornographiques. Donc la discrétion des lecteurs conseillée.

Vous devez atteindre l'âge adulte légal dans votre pays avant de lire le contenu de ce livre.

La lecture du contenu de ce livre signifie votre approbation que vous avez atteint l'âge adulte légal de votre pays pour accéder à ce matériel explicite.

Assurez-vous de consulter un professionnel de la santé avant d'utiliser les informations contenues dans ce livre. Nous sommes désolés pour toute erreur qui pourrait être présente dans ce livre.

**JE VOUS SOUHAITE BEAUCOUP DE SUCCÈS ET DE  
GRANDES RÉALISATIONS DANS VOTRE FUTURE VIE  
SEXUELLE**

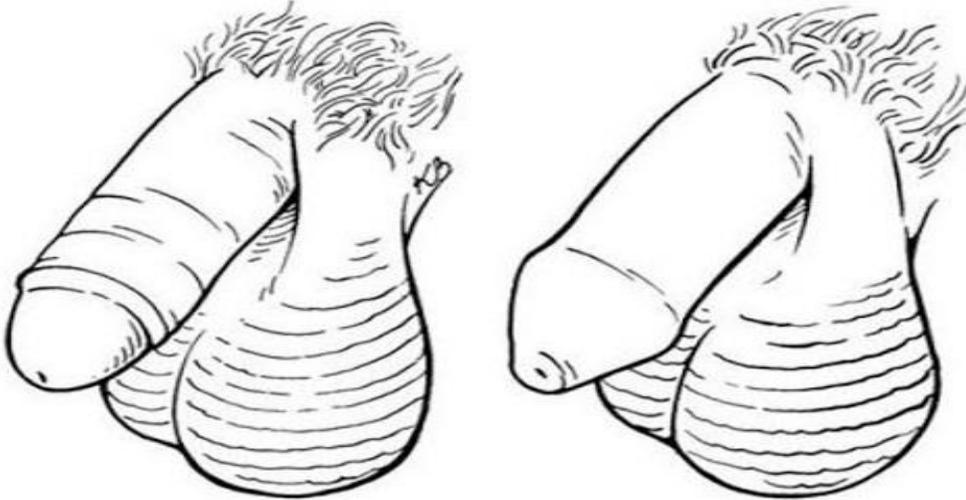
*EN Kenneth*

## **Contenu du livre**

<i>Introduction</i>	6
<i>Ce Que Je Fais Personnellement Pour Agrandir Mon Pénis</i>	6
<i>Comment Utiliser Le Bananier Pour Faire Pousser Le Pénis</i>	7
<i>Agrandissez Votre Pénis À L'aide D'escargot</i>	10
<i>Agrandissez Votre Pénis Avec Du Beurre De Karité</i>	11
<i>Herbes Africaines Pour Augmenter La Taille Du Pénis</i>	12
<i>6 Meilleures Herbes Africaines Pour L'agrandissement Du Pénis.</i>	13
<i>L'herbe Entengo</i>	13
<i>Butea Superba</i>	14
<i>Bangalala</i>	15
<i>Palmier Nain</i>	16
<i>Pollen De Fleur Suédois</i>	17
<i>Cistanche</i>	18
<i>Comment Faire Jouir Une Fille Rapidement... Avec Ces 3 Positions Sexuelles Tueuses</i>	20
<i>Comment Faire Jouir Une Fille Rapidement Sur Commande</i>	21
<i>Les Secrets Des Orgasmes Multiples : Comment Faire Gicler Une Fille À La Demande... En Quelques Secondes !</i>	25
<i>Différents Types D'orgasmes Qu'une Femme Peut Avoir</i>	26
<i>Façons Super Coquines De Taquiner Une Femme Dans La Chambre Pour Qu'elle Vous Supplie De La Baiser</i>	31

<i>Questions Les Plus Courantes Sur L'éjaculation Féminine</i>	38
<i>Comment Rendre Une Fille Excitée Et Transformer N'importe Quelle Fille En Une Bête Vorace Dans La Chambre</i>	39
<i>Pourquoi Certaines Femmes Ont Un Faible Distribution De Sexe</i>	40
<i>Comment Devenir Dur En 5 Secondes Et Rester Plus Dur Plus Longtemps</i>	43
<i>Comment Manger La Chatte Comme Un Champion En 5 Étapes Simples</i>	50
<i>3 Positions Populaires De Léchage De Chatte</i>	55
<i>4 Conseils Rapides Pour Un Meilleur Cunnilingus</i>	57
<i>Comment Faire Du Viagra Naturel Avec Effet Immédiat</i>	65

# Introduction



Plus de 80% des femmes que j'ai interviewées, si elles aiment les gros pénis pendant les rapports sexuels, confirment pour moi que c'est très important, car cela leur apporte plus de satisfaction que celle avec un petit pénis, je ne veux plus jamais prouver plus loin, car un homme de deux pouces et plus ou micro pénis ne peut pas s'appeler un homme

J'ai aussi vu des mariages brisés simplement à cause de ces problèmes, et j'ai également testé cela moi-même et j'ai été étonné de ce que j'ai vu au cours de quelques semaines d'utilisation. Si vous êtes sceptique, j'étais aussi, jusqu'à ce que je l'essai. Maintenant c'est la solution naturelle

## Ce que je fais personnellement pour agrandir mon pénis

Cher ami, comme toi, j'ai souffert d'un petit pénis pendant de nombreuses années. J'ai perdu ma première, deuxième et troisième petite amie parce que je n'ai pas pu les satisfaire.

Un gros pénis est tout ce dont vous avez besoin pour rendre votre femme folle et lui donner envie de faire l'amour avec vous tous les jours. Je vais vous montrer ce que j'ai personnellement fait pour développer mon pénis de ceci à cela comme vous pouvez le voir sur les photos ci-dessous.

Tout ce dont vous aurez besoin est une tige de banane



Il existe deux façons d'utiliser un bananier pour faire pousser votre pénis. Je suis tombé sur ça quand j'étais au secondaire dans le dortoir. À cette époque, nous avons des grands qui nous montraient toutes sortes de choses étranges pour nous protéger et développer nos parties intimes

### **1. La première méthode consiste à insérer un trou sur le bananier**

Recherchez une banane fraîche et créez un trou au milieu de la plante. Le trou doit être de la taille de votre pénis.



Vous allez insérer votre pénis dans le trou que vous avez créé pendant environ 15 minutes. Tu seras comme faire l'amour à l'arbre au ralenti. Pour des résultats plus rapides, vous le ferez trois fois par jour, matin, après-midi et soir. Créez un nouveau trou sur un autre bananier une fois que vous avez remarqué que l'autre est sec et que l'intérieur n'est plus frais.

C'est ce que je fais personnellement pour agrandir mon pénis à la longueur à laquelle il se trouve actuellement. Si vous ne voulez pas de cette méthode, vous pouvez faire la seconde ci-dessous

## **2. huiler le liquide de banane sur votre pénis**

Si vous ne pouvez pas faire la première pour une raison quelconque, vous pouvez essayer cette deuxième méthode qui est très simple et pourtant efficace.

Vous allez créer un trou sur un bananier et retirer le liquide de l'intérieur de la plante. Une fois le liquide retiré, vous allez huiler ce liquide sur votre pénis comme si vous vous masturber tout en tirant le pénis vers l'extérieur. Vous le ferez deux fois par jour, matin et soir



## **Liquide de tige de banane**

Alternativement, vous pouvez utiliser le liquide de la tige de banane et frotter votre pénis matin et soir en tirant votre pénis vers l'avant.

## **Mise en garde**

Avant d'utiliser l'une des méthodes ci-dessus, assurez-vous de vérifier si votre corps ne sera pas allergique à ce remède pour l'agrandissement du pénis. Avant d'insérer votre pénis sur le bananier ou de frotter le liquide sur votre pénis, vous devrez d'abord effectuer un test de compatibilité.

Vous allez d'abord frotter le liquide de banane sur votre bras, puis l'attacher avec un pansement et attendre 1 heure. si vous ne ressentez pas de démangeaisons et de brûlures, vous pouvez continuer avec votre pénis

## **Quels sont les bénéfices**

Cette méthode à la banane est non seulement pour l'agrandissement du pénis offrant des résultats rapides, mais elle a d'autres avantages incroyables pour votre santé globale

Une fois que vous commencez à utiliser cette méthode, vous pouvez dire au revoir aux infections sexuellement transmissibles car votre pénis devient plus dur et résistant aux infections.

Je m'explique mieux. Lorsque vous avez un rapport sexuel avec votre partenaire, vous pouvez avoir des blessures sur et autour du pénis en raison de la friction constante. Mais une fois que vous commencez à insérer votre pénis dans le bananier, vous rendez la peau de votre pénis solide et résistante aux petites blessures dues à la friction. Par conséquent, il devient plus difficile pour vous d'attraper une infection sexuellement transmissible

De l'autre côté, vous pouvez également traiter l'éjaculation précoce en utilisant cette méthode. Une fois que vous avez inséré votre pénis sur le bananier pendant un mois, vous durez plus longtemps sur votre partenaire.

Je dis cela parce qu'avant d'agrandir mon pénis en utilisant ce bananier, j'étais sexuellement faible et ne pouvais pas durer 2 minutes avec ma copine. Mais depuis que j'ai commencé à agrandir mon pénis, je peux aller jusqu'à 30 minutes au premier tour. Je ne prétends pas que cette astuce d'agrandissement du pénis fonctionnera pour tout le monde, mais c'est ainsi que j'ai pu augmenter la taille de mon pénis à la maison ici en Afrique.

Si vous souhaitez suivre cette astuce, je vous souhaite bonne chance. ci-dessous est un autre moyen efficace d'augmenter la taille de votre pénis que j'ai reçu de mon ami herboriste.

## **Agrandissez votre pénis à l'aide d'escargot**

Procurez-vous un gros escargot semblable à celui que vous voyez sur la photo, procurez-vous un couteau,





Coupez-lui la tête et mélangez-le ou broyez-le avec de la graine noire, puis appliquez-le sur votre pénis deux fois par jour et ne pas laver pendant 3 heures du temps. Dans quelques semaines, voyez le miracle ! Là vous témoignerez

## Agrandissez votre pénis avec du Beurre de Karité

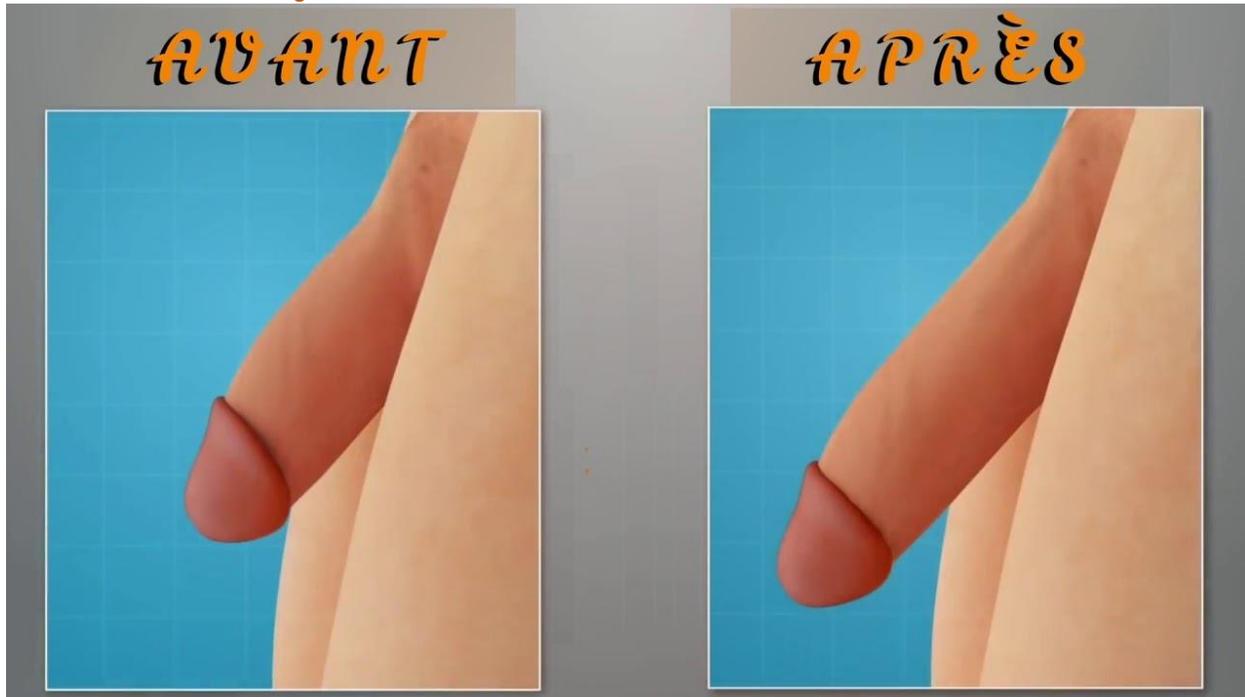


**Ingrédients** - 1 Concombre - 1 Jaune d'œuf - 1 cuillère à café du beurre de karité

**Préparation :** Mixez le concombre dans un blender. Ajoutez le jaune d'œuf et 1 cuillère à café du beurre de karité, mixez bien le tout jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Appliquez-la sur votre pénis sous forme de massage environ au moins 5 à 10 minutes de massage. Laissez-la pendant 30 minutes et rincez abondamment d'eau froide. Utilisez ce masque 3 fois par semaine.

POUR AUGMENTER LE VOLUME PLUS RAPIDEMENT, Masser chaque soir avec le mélange huile de fenugrec +beurre de karité

# Herbes africaines pour augmenter la taille du pénis



Il existe plusieurs herbes africaines qui peuvent augmenter la taille du pénis. Ci-dessous, je voudrais expliquer quelques-uns d'entre eux

Bien avant que l'humanité ne soit initiée aux produits et procédures d'agrandissement du pénis, les Batammariba, également connus sous le nom de Somba du Bénin et du Togo, étaient des experts en matière d'agrandissement et d'allongement du pénis et cela a été fait lors des initiations.

Certaines herbes africaines peuvent augmenter la taille de votre pénis et vous donner l'avantage d'une amélioration sexuelle complète. Certaines des herbes les plus efficaces incluent Entengo, Butea Superba, Bangalala, Saw Palmetto, Pollen des fleurs suédois et Cistanche.

Dans ce livre, je vais vous montrer la manière réelle, saine et naturelle d'augmenter la taille de votre pénis en utilisant des herbes. Parce que la taille compte (dans la plupart des cas). Alors, sans plus tarder, passons la liste des

# 6 meilleures herbes africaines pour l'agrandissement du pénis.

## 1. L'herbe Entengo



L'herbe Entengo, autrement connue sous le nom de Mulondo, serait découverte par le peuple sud-soudanais. Il est utilisé dans les sociétés du Sud-Soudan depuis de nombreuses années. Il pousse autour de l'Afrique de l'Est et est souvent utilisé avec des exercices. Les personnes qui souffrent de dysfonction érectile peuvent utiliser cette plante car elle augmente la circulation sanguine dans la région du pénis et améliore la libido ainsi que la taille du membre masculin.

Lorsqu'il est utilisé de manière cohérente, la **taille du pénis** commence à augmenter à un niveau significatif. C'est pourquoi les hommes de ces régions africaines ont des pénis plus gros que les autres.

Une fois l'herbe enduite sur le pénis, elle pénétrerait à travers les tissus et ferait croître la gaine et le corps du pénis. Les résultats sont visibles dans les

deux premières semaines. Vous pouvez trouver l'herbe sous forme de poudre et de capsule dans de nombreuses boutiques en ligne

**Bénéfices:**

- Augmentez la taille de votre pénis
- Améliore la stimulation sexuelle et l'éjaculation
- Meilleure performance sexuelle
- Guérit la dysfonction érectile

## *2. Butea Superba*



La plante Butea Superba est utilisée comme médicament traditionnel depuis de nombreuses années en Afrique, en Thaïlande, au Vietnam, en Chine et en Inde. Ceci est généralement utilisé pour les problèmes de performance sexuelle, tels que la dysfonction érectile, la taille plus petite du pénis et le manque d'intérêts sexuels.

Il est également pris pour les mictions douloureuses / difficiles, la diarrhée et la fièvre. Butea Superba se présente sous forme de complément alimentaire, et les racines contiennent des composés qui peuvent améliorer la fonction sexuelle.

De nombreuses études scientifiques ont montré que les racines de Butea Superba contiennent un certain nombre de flavonoïdes qui sont une classe de

composés ayant des effets antioxydants. Il peut améliorer les performances



sexuelles et aider à augmenter la taille du pénis jusqu'à 3 pouces. Les compléments alimentaires qui contiennent du Butea Superba sont disponibles en ligne et dans les pharmacies naturelles, les magasins d'alimentation et les magasins spécialisés dans les produits naturels.

**Bénéfices:**

- Aide à l'agrandissement du pénis
- Guérit une faible érection
- Donne une érection plus forte pour une durée plus longue
- Aide à conserver l'orgasme dans les préliminaires

### ***3. Bangalala***



La racine de Bangalala, également connue sous le nom de **Viagra africain**, a la réputation d'être un puissant tonique sexuel. Dans d'autres régions, ils l'appellent Mvusa Nkunzi, Vukuhlale ou Chigwan. Pendant des siècles, Bangalala a été utilisé par les hommes africains pour l'agrandissement du pénis, la puissance sexuelle et l'énergie. C'est un puissant aphrodisiaque prescrit aux hommes et aux femmes pour l'amélioration sexuelle. Bangalala se présente sous 3 formes différentes : racine concassée, liquide concentré et vaporisateur.

"Bangalala améliore la circulation sanguine en ouvrant les veines", a déclaré Ben-Erik van Wyk, professeur de botanique à l'Université de Johannesburg. Ses effets sont assez rapides, mais certains peuvent ressentir les avantages de l'herbe au fil du temps. Bangalala se présente sous plusieurs formes. Le gel et la crème peuvent être utilisés sur la peau nue et la poudre de Bangalala peut être prise avec du thé. Vous pouvez commander en ligne pour obtenir le supplément souhaité. Cela prend généralement 3-4 semaines pour arriver, selon votre emplacement.

#### **Bénéfices :**

- Améliore la libido
- Augmenter la puissance sexuelle et la taille du membre masculin
- Aide à améliorer la circulation vers les organes sexuels
- Favorise la fertilité

## **4. Palmier Nain**



Le palmier nain, largement connu comme "le meilleur ami du vieil homme" est une herbe

exceptionnellement bénéfique pour les hommes à partir d'un certain âge. C'est un type de palmier qui a été utilisé pendant des siècles dans plusieurs formes de médecine traditionnelle. Les remèdes de l'herbe contiennent un extrait provenant des baies du palmier nain. Les gens mangeaient les baies afin de soulager les problèmes de reproduction et d'urine en plus d'autres affections.

L'herbe de palmier nain se présente sous forme de comprimés, de liquides et de thé. Il est largement consommé comme remède alternatif pour guérir la dysfonction érectile et d'autres conditions causées par une baisse des niveaux de testostérone. Il a une gamme d'utilisations, en particulier pour augmenter la taille du pénis. Il joue également un rôle vital dans la libido des hommes et des femmes. Les produits Saw Palmetto peuvent être trouvés à la fois en ligne ou dans tous les magasins de médicaments / aliments naturels à travers le monde.

### **Bénéfices :**

- Hypertrophie de la prostate
- Traite le cancer de la prostate
- Ralentit la chute des cheveux
- Guérit l'insomnie et les maux de tête

## **5. Pollen de fleur suédois**



L'extrait de pollen de fleur est obtenu à partir du noyau du grain de pollen au lieu du grain entier. Il a été utilisé comme remède à divers avantages pour la

santé pendant des années. L'extrait contient un grand nombre de vitamines, de minéraux et d'antioxydants. Il contient moins de contaminants, ce qui le rend plus facile à digérer. C'est l'une des rares herbes à avoir des résultats rapidement perceptibles au cours des premières semaines de dosage.

Le pollen de fleurs aide les hommes à ressentir des contractions plus intenses pendant l'orgasme et à augmenter les niveaux de testostérone. Il augmente également le volume de sperme et la motilité des spermatozoïdes. Les hommes avec de petits pénis peuvent utiliser ce supplément pour obtenir des résultats instantanés avec une utilisation régulière. Il contient des milliers de composants enzymatiques et nutritionnels qui renforcent l'intégrité cellulaire dans les canaux séminaux et prostatiques. Le pollen de fleur suédois est largement disponible en ligne et dans les pharmacies.

### Bénéfices:

- Favorise un écoulement d'urine sain
- Aide le fonctionnement normal des cellules de la prostate
- Normalise le métabolisme et booste l'énergie
- Renforce le système immunitaire
- 

## 6. Cistanche



La Cistanche est un extrait fabriqué à partir des feuilles et des racines d'un arbuste qui présente de nombreux bienfaits pour la santé. Il fonctionne

comme un traitement très efficace contre la dysfonction sexuelle. La consommation régulière de l'herbe Cistanche peut entraîner une augmentation des fonctions sexuelles, de la vigueur et de la taille du pénis.

L'herbe est consommée sous forme de thé ou de tonique à base de feuilles de Cistanche. La tige de la plante peut également être bouillie ou mangée. Cistanche se présente sous de nombreuses formes, y compris les capsules et une variété d'aliments comme les smoothies, les glaces, les shakes, etc. La posologie standard est de 10 à 20 grammes, ce qui peut aider à augmenter l'endurance des hommes et des femmes à mesure qu'ils vieillissent. Les suppléments de Cistanche sont très populaires et peuvent être trouvés sous forme de capsules et de poudre en ligne.

**Bénéfices:**

- Augmente le flux sanguin
- Guérit les douleurs au genou et au bas du dos
- Empêche l'éjaculation précoce
- Guérit l'hypotension et la perte de mémoire
- Conclure

Il existe certaines herbes qui peuvent aider à redémarrer le cycle de la puberté en stimulant le pénis à recommencer à grandir. Certains des suppléments d'agrandissement de pénis les plus puissants au monde proviennent d'herbes africaines bien connues. Combinez-les avec la bonne quantité d'exercices et vous obtiendrez un pénis parfaitement formé en un rien de temps.

# Comment faire jouir une fille rapidement... avec ces 3 positions sexuelles tueuses



Ce guide va vous montrer comment faire jouir une fille si vite qu'elle tremblera d'orgasmes.

Peu importe si vous n'avez jamais réussi à faire jouir une fille auparavant, ces positions et astuces sexuelles vous transformeront en légende et elle en épave tremblante.

Ce guide va vous montrer comment faire jouir une fille si vite qu'elle tremblera. Ok, soyons sérieux pendant une minute, je veux que vous répondiez aux questions suivantes...

1. Êtes-vous incroyable dans le lit ?
2. Pouvez-vous donner à n'importe quelle femme un souffle... un oreiller qui se mord... un orgasme qui recourbe les orteils sur demande ?

Si vous avez répondu oui à ces deux questions, alors vous pouvez quitter mec car il est évident que vous êtes un patron.

Mais si vous avez dit non et incliné la tête de honte comme un petit chiot perdu qui se fraye un chemin à travers la chambre, alors vous allez AIMER ce que je vais vous apprendre.

Après avoir lu ceci dans son intégralité, vous saurez EXACTEMENT comment rendre l'orgasme féminin plus rapide que vous ne l'auriez cru humainement possible.

Vous allez comprendre pourquoi les positions sexuelles sont cruciales pour clouer le point G et pourquoi vous devez la détendre avant le sexe pour garantir des orgasmes sensationnels qui laisseront son corps engourdi de plaisir.

## **Aussi ce que vous DEVEZ faire juste après avoir fait l'amour.**

Es-tu prêt? Parce que ce n'est pas un tas de conseils délirants, ce sont des moyens éprouvés et efficaces de faire hurler l'ecstasy à n'importe quelle fille ... encore et encore.

En plus je les ai utilisés moi-même et ils fonctionnent totalement. Peu importe si vous n'avez jamais réussi à faire jouir une fille auparavant, ces positions et astuces sexuelles vous transformeront en légende et elle en épave tremblante....

**Attention : les techniques de ce post sont TRÈS efficaces. Vous devez donc savoir comment durer plus longtemps au lit et ne pas jouir rapidement pour effectuer correctement toutes les méthodes.**

Ok génial, commençons.

## **COMMENT FAIRE JOUIR UNE FILLE RAPIDEMENT SUR COMMANDE**

Les premières choses d'abord... la détendent complètement. Maintenant, c'est un fait connu que les femmes ont beaucoup plus de mal à "Attendre" et à avoir l'orgasme sans préliminaires, donc vous devriez toujours essayer d'introduire les préliminaires avant le sexe, laissez ces doigts délicats pendre.

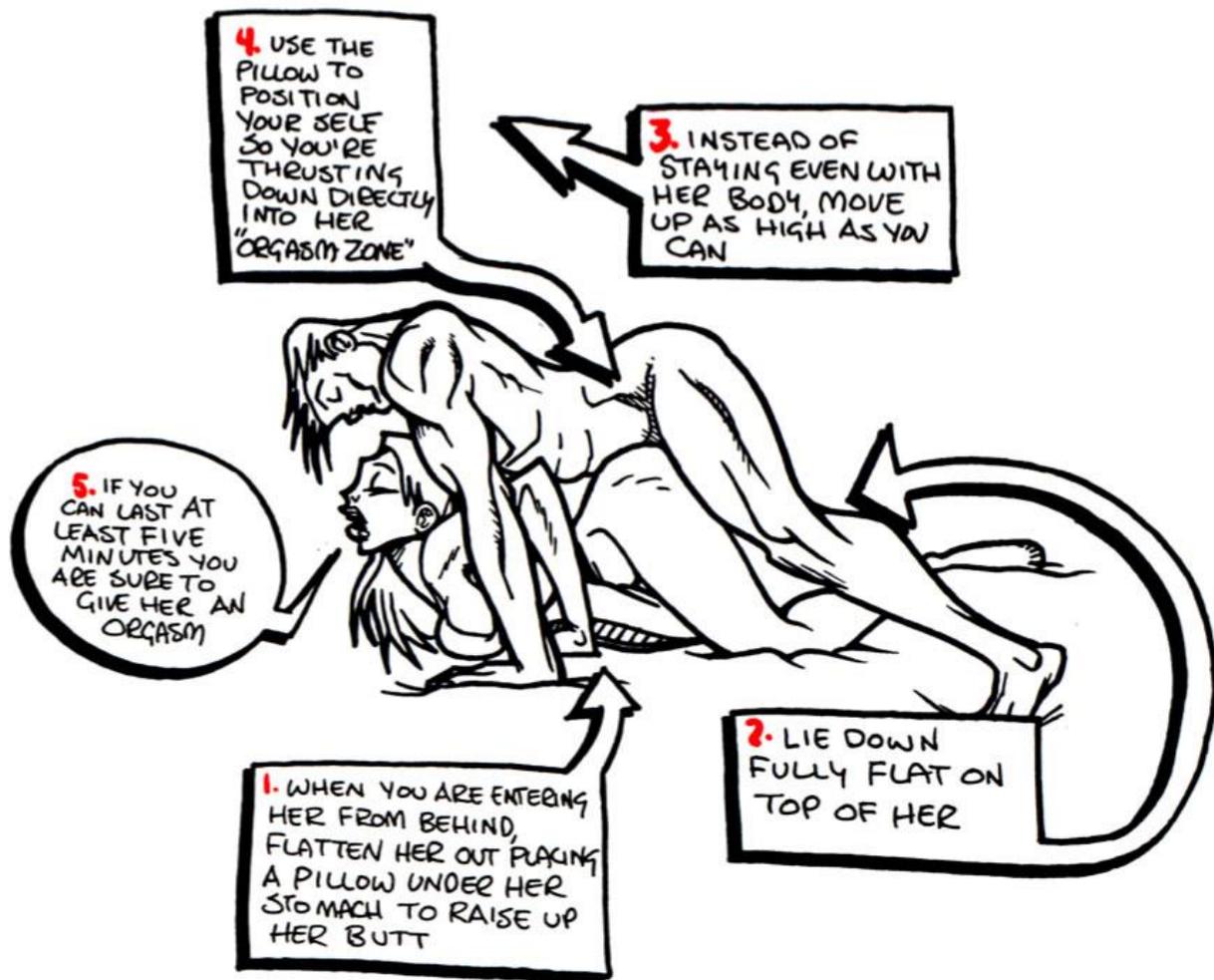
Mais même avant les préliminaires (oui, il est également important de comprendre comment manger la chatte d'une fille), vous devez la détendre totalement pour qu'elle soit à l'aise dans votre emprise. Si elle n'est pas détendue, c'est la fin du jeu... elle fera semblant comme une pro.

Prenez votre temps, mec, mettez-la simplement à l'aise pour qu'elle vous supplie d'avoir des relations sexuelles avec elle... c'est à ce moment que vous passez à l'étape suivante et que vous sortez les « BIG GUNS ».

## UTILISEZ CES 3 POSITIONS KILLER SEX

À ce moment-là, une fois que vous l'avez fait se sentir détendue, les vêtements sont enlevés et vous la baissez comme un champion, n'oubliez pas d'utiliser ces 3 mouvements effrontés du point G:

### POSITION 1: CHIEN AVANCÉ.

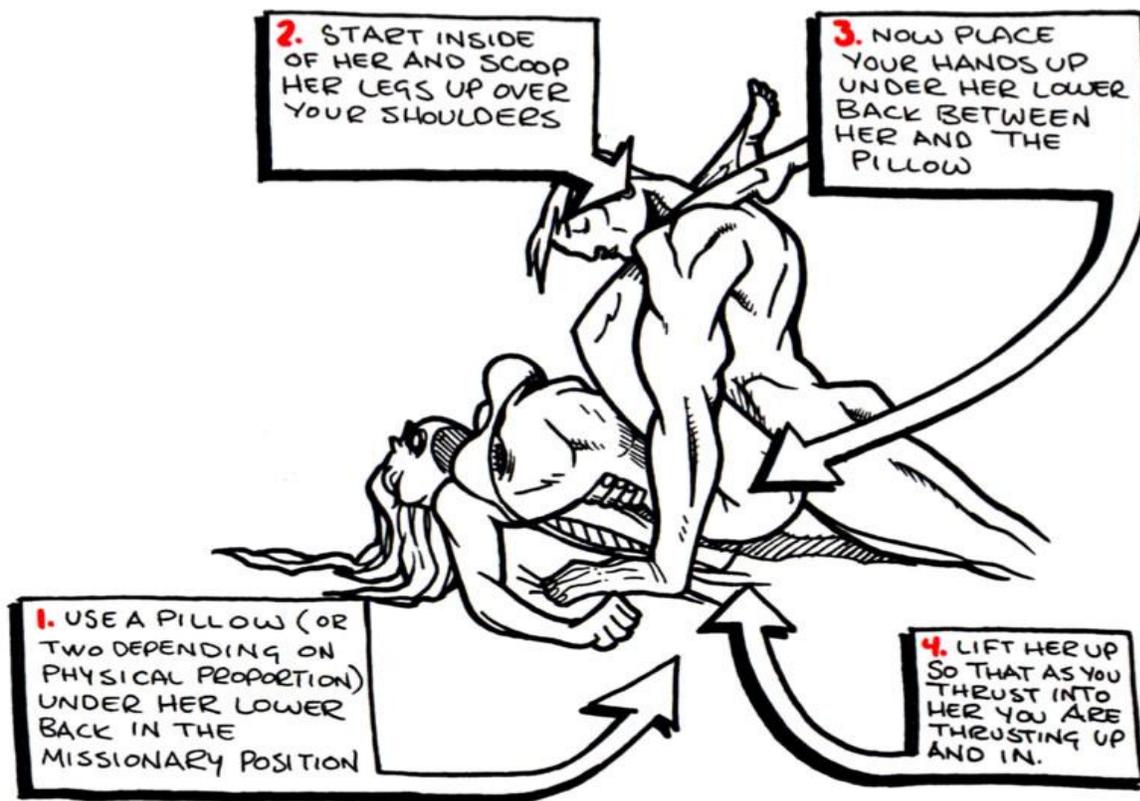


Prenez la position normale de « Cheval », puis guidez sa tête vers le bas pour qu'elle soit sur le lit, assurez-vous que son cul est toujours en l'air.

Maintenant, placez un oreiller sous son ventre et dites-lui de se reposer dessus. Elle est donc détendue et juste prête à se faire pilonner. Enfin, allez-y. Pousser vers le bas, dur et à un rythme régulier pour que ce soit cohérent. Essayez de maintenir la poussée pendant 5 minutes, si vous pouvez le faire, elle aura un orgasme (qui la fera jouir) en peu de temps.

**CONSEIL RAPIDE :** Si vous voulez accélérer le temps qu'il faut à l'orgasme. Pendant que vous la frappez, utilisez l'une ou l'autre de vos mains pour atteindre son bassin et frottez son clitoris en même temps. Il vaut mieux que vos doigts soient mouillés, mais si vous pouvez maintenir une vitesse constante, la stimulation clitoridienne la fera jouir TRÈS rapidement.

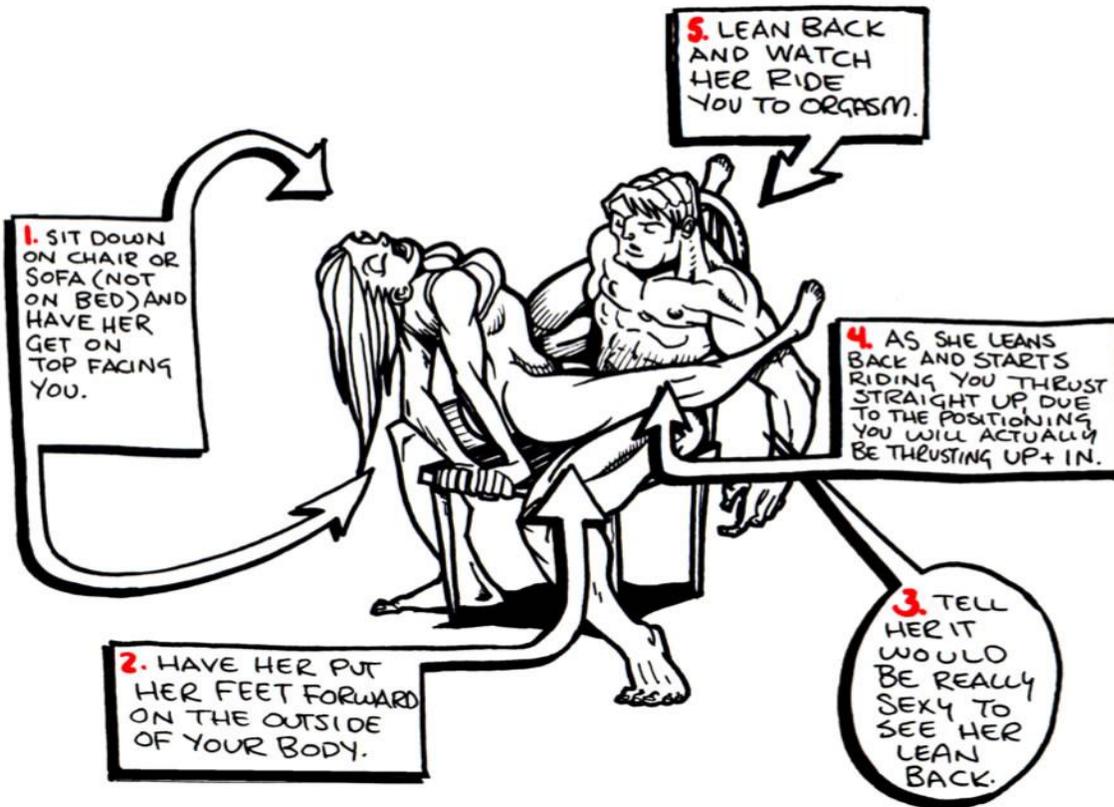
## **POSITION 2: POINT-G MISSIONNAIRE**



Prenez la position missionnaire normale, puis prenez ses deux jambes et placez-les sur vos deux épaules. Placez un oreiller sous le bas de son dos et soulevez légèrement ses jambes pour que son cul soit juste à côté du lit.

Il ne vous reste plus qu'à pousser fort et à un rythme constant. Mélangez les choses en vous rapprochant de son visage et en lui chuchotant des choses coquines, en prenant également une seule jambe et en la pompant comme ça.

## POSITION 3 : FILLE SUR LE DESSUS



Prenez une chaise et demandez à votre partenaire de s'asseoir sur le dessus, assurez-vous qu'elle se penche en arrière et se tient sur le bord de la chaise, en se cambrant en faisant cela.

Maintenant, c'est à elle de faire le travail, mais il est important de lui dire de vous rouler fort. Parlez-lui de lui en disant des choses coquines pour qu'elle soit excitée et continue.

Faites un point pour jeter toutes ces positions à un moment donné et passez 5 à 10 minutes sur chacune.

**REMARQUE : Cette position est la plus difficile à réaliser si vous manquez de pouces. Je vous recommande d'utiliser ces positions sexuelles si vous avez un petit pénis.**

## Les secrets des orgasmes multiples : comment faire gicler une fille à la demande... en quelques secondes !



Vous voulez savoir comment faire gicler une fille si fort qu'elle ne peut même plus bouger après en raison des orgasmes intenses? Écoutez bien mec... parce que j'ai des techniques de giclage de doigt qui changeront votre vie pour toujours.

Mais d'abord...

Jetez un œil à ce texte torride que j'ai reçu d'une fille après qu'elle ait quitté ma place...

«Hé chou! C'était incroyable !! Je n'ai jamais eu un orgasme comme ça avant ... désolé pour les draps;) Je vais t'en acheter de nouveaux xxx »

Cool non? Je reçois tout le temps des messages similaires de filles comme ça.

Alors écoute jeune homme...

Parce que je suis sur le point de vous enseigner quelque chose que très peu d'hommes savent faire correctement (pour être honnête, je ne le faisais pas bien avant que mon copain me le montre).

Je vais vous montrer exactement comment faire gicler les femmes ... en utilisant une seule main ... du lubrifiant et une femme fringale ouverte d'esprit.

Avertissement : si la fille ne vous fait pas confiance ou si vous n'avez pas acquis suffisamment de confort... elle NE VAS PAS ATTENDRE L'orgasme, encore moins gicler. Vous devez donc vous assurer qu'elle est vraiment en vous avant d'essayer ce genre de choses.

Vous allez apprendre ce que sont les orgasmes giclants, les différents types d'orgasmes que les femmes peuvent avoir et, surtout, comment faire gicler une femme avec son jus d'amour partout sur le lit.

Prêt ? Ça va devenir compliqué...

## **Différents types d'orgasmes qu'une femme peut avoir**

Les hommes ne peuvent avoir qu'un seul type d'orgasme (suce je sais) mais les femmes peuvent en avoir deux...

### **ORGASME CLITORAL**

Le plus fréquent chez les femmes, la stimulation directe du clitoris et se produit pendant la masturbation. Vous pouvez également leur donner un orgasme clitoridien oralement, si vous savez ce que vous faites.

Petit conseil : saviez-vous que les femmes ont autant de terminaisons nerveuses dans leur clitoris que les hommes dans leur pénis ? Fou, non ? Vous comprenez maintenant pourquoi il est si sensible pour les femmes pendant les préliminaires et les rapports sexuels.

De plus, la plupart des femmes ne connaissent vraiment qu'un seul orgasme clitoridien, car le clitoris peut devenir TRÈS sensible et parfois même douloureux.

## ORGASME VAGINAL

Provient de l'intérieur du vagin, soit du point G, soit du point profond. C'est le genre d'orgasme féminin qui peut infuser tout leur corps, les faisant se sentir engourdis et frissonner d'excitation de façon incontrôlable.

Il est également possible d'avoir plusieurs orgasmes vaginaux, vous pouvez donc (si c'est bien fait) la faire jouir plus d'une fois ... diable plus de 3 fois ou plus pendant les rapports sexuels, ce qui lui donnera une sensation écrasante ... comme une vague constante de plaisir partout son corps.

Note rapide : Saviez-vous que seulement 20% des femmes ont connu un orgasme vaginal ? Cela signifie que plus de 80% des femmes n'en ont pas connu une et très probablement ne savent même pas ce que c'est... la folie !

... Et un stupéfiant 29% des femmes n'ont JAMAIS eu d'orgasme !

Comment faire gicler les femmes... les techniques de préliminaires pour le point G

## Voici les bonnes choses, prenez un café et prenez note du grand homme

### LUBRIFIEZ-LA D'ABORD

Pour intensifier le plaisir, vous devez utiliser un lubrifiant à base d'eau lorsque vous utilisez les préliminaires basés sur les doigts, ce que vous ferez ici pour la faire gicler.

Un excellent lubrifiant naturel est l'huile de pépins de raisin, qui est également géniale pour le massage ainsi que pour la stimulation du point G avec les doigts.

### PRÉPAREZ VOS MAINS

N'oubliez pas que le vagin est une zone très sensible pour une femme, vous devez donc prendre soin de vos mains... couper vos ongles, les hydrater et les garder propres pour qu'ils soient doux et lisses.

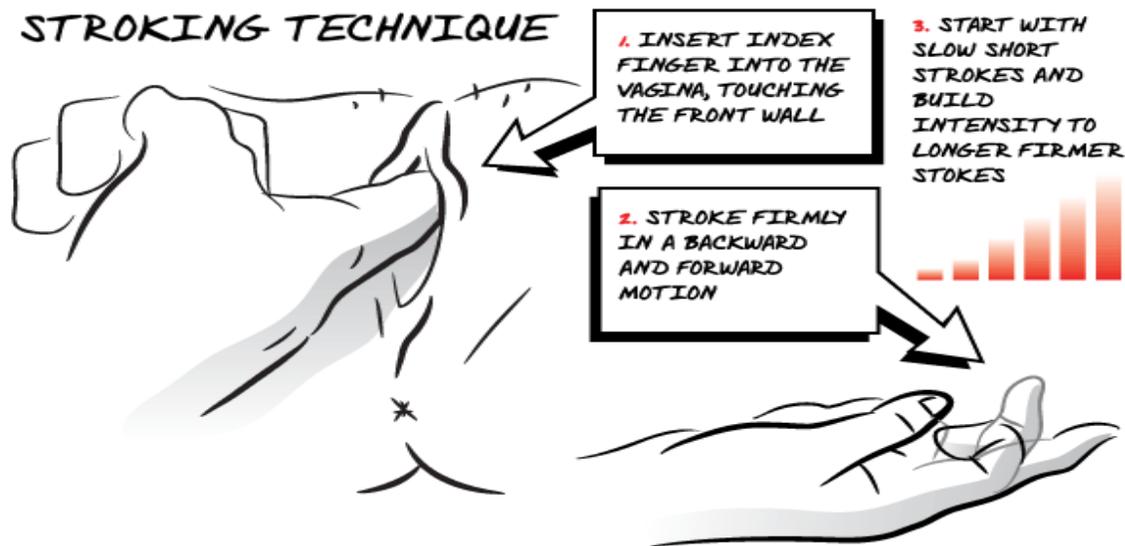
Je recommanderais même d'obtenir une manucure. Oui, je sais que ce n'est pas viril, mais cela garantira que vos mains sont prêtes pour elle.

## LOCALISER LE G-SPOT

Le grand « G » fait partie de l'éponge urétrale et est situé entre 1 et 2 pouces (2 articulations) à l'intérieur du vagin, le long de la paroi avant, qui est le sommet si la fille était allongée sur le dos.

Alors qu'une femme devient beaucoup plus excitée, vous devriez sentir le point G gonfler et devenir plus prononcé, c'est un BON signe qu'elle est prête à être pénétrée... mais nous voulons garder cela pour plus tard car le but ici est de faire sa gicler.

## Technique 1 de giclement des doigts : caresser (alias « viens ici »)



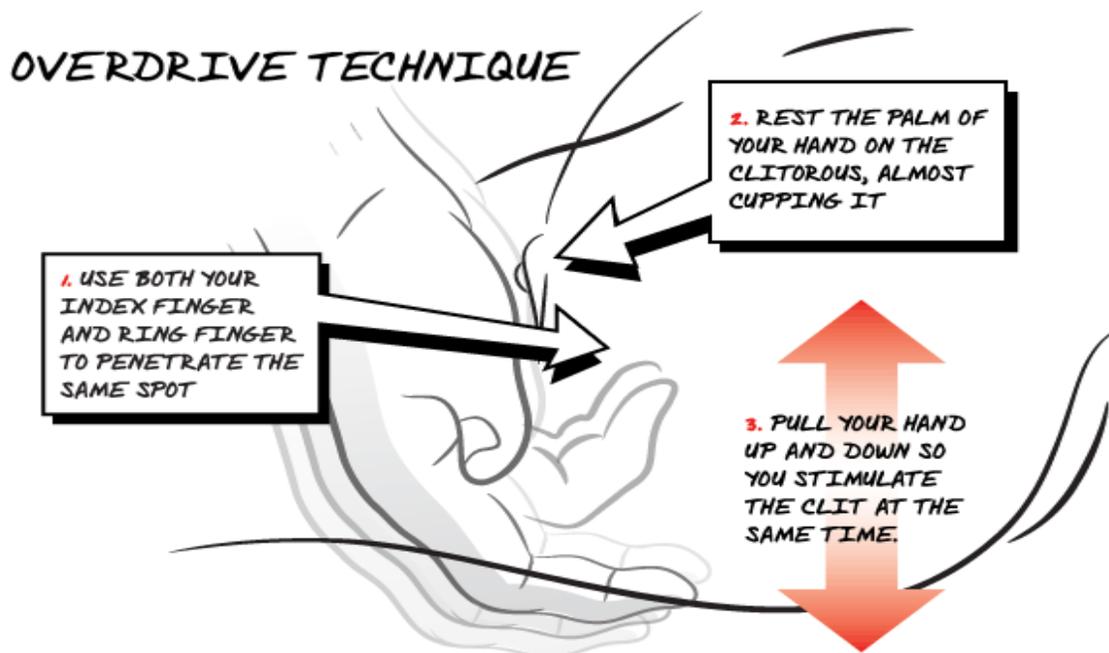
Ok donc la première la première technique s'appelle "caresser". Pour ce faire, prenez votre index ou votre majeur ... placez-le à l'intérieur du vagin et montez de façon à toucher la paroi avant.

Maintenant, avec votre doigt à l'intérieur et en touchant le point G, commencez à caresser en avant et en arrière, avec un mouvement de « venir ici » comme si vous le caressiez. Ne soyez pas trop doux, vous devez être ferme.

Commencez par des mouvements plus lents et plus courts lors de votre première entrée, mais accélérez et accélérez après quelques minutes. Une fois qu'elle s'y est vraiment mise, essayez deux doigts (votre index et votre majeur) et utilisez le même mouvement de caresse.

N'utilisez jamais 2 doigts immédiatement, commencez toujours par 1.

## Doigt Squire Technique 2 : Overdrive (alias le Spiderman)



Alors... c'est là que la magie opère. Maintenant que vous avez stimulé le point G et que vous l'avez caressé pendant 10 à 15 minutes. Vous devriez le sentir gonfler à l'intérieur et elle devrait gémir de plaisir.

C'est le point où vous voulez mettre les choses en "overdrive". Pour cela, vous devrez être juste à côté d'elle (comme sur vos genoux si vous êtes sur le lit "et utiliser à la fois votre majeur et votre annulaire pour pénétrer au même endroit.

Maintenant, avec vos doigts à l'intérieur, vous devez reposer la paume de votre main sur le clitoris, en le prenant presque en coupe. Une fois que vous êtes en

position, commencez à caresser lentement, tout en accélérant, puis commencez à tirer votre main de haut en bas pour stimuler le clitoris en même temps.

Accélérez encore et soyez beaucoup plus ferme pendant que vous accélérez... Accélère encore plus.... Maintenant un peu plus.... Et enfin aller aussi vite que possible jusqu'à ce qu'elle culmine (giclé) partout sur le lit.

Maintenant, toutes les femmes ne gicleront pas, mais beaucoup le feront. Je n'ai eu qu'une fille qui ne pouvait pas gicler et j'ai tout fait correctement. Vous devriez sentir la paroi vaginale se resserrer et exercer une pression sur vos doigts, cela signifie que vous avez bien fait le travail.

Boom ! Vous avez terminé !

À présent, vos mains... le lit et son vagin devraient être recouverts de son jus d'amour. Ne vous inquiétez pas, ce n'est pas pipi, comme certains le pensent. C'est du liquide d'éjaculat qui sort de l'urètre, pas du vagin. Le fluide de l'éjaculation féminine provient de la glande de Skene et a un goût sucré (en raison de la teneur en glucose).

## Comment faire une liste de contrôle pour éjaculer une fille

Prenez un moment pour vous assurer que vous avez tout fait correctement :

Obtenez un lubrifiant de haute qualité - Le lubrifiant à base d'eau est le meilleur car il peut également être utilisé avec des préservatifs. Vous pouvez toujours faire un orgasme féminin sans lubrifiant, mais ce n'est pas recommandé.

Achetez des draps de rechange - Si elle est un « Fontaine », vous allez passer par beaucoup de draps.

Embellissez votre place - Assurez-vous que votre appartement est présentable, propre et confortable. Si elle n'est pas à l'aise, alors vous aurez du mal à la faire gicler.

Prenez votre temps - Ce n'est pas une course, la plupart des filles mettent environ 20 à 30 minutes avant de pouvoir les faire gicler, vous devez passer du temps sur ses zones érogènes. Cependant si vous voyez la fille plus d'une fois et qu'elle est

très à l'aise sexuellement autour de vous, cela prendra quelques secondes à quelques minutes.

## Façons super coquines de taquiner une femme dans la chambre pour qu'elle vous supplie de la baiser



Les préliminaires sont importants.

Et c'est vraiment VRAIMENT facile / amusant une fois que vous :

- 1) comprenez quels conseils de préliminaires fonctionnent le mieux et
- 2) comme la fille sur laquelle vous utilisez vos compétences de préliminaires ninja (comme dans son grand lit).

En ce qui concerne les préliminaires, il y a une tonne de choses que vous pouvez faire et plusieurs domaines dans lesquels vous pouvez vous plonger... par exemple :

Si votre fille aime être dominée, vous pouvez vous concentrer sur plus de jouets sexuels et d'accessoires qui plairont à son côté coquin. Vous pourriez trouver une fille qui aime écouter votre voix pendant que vous lui murmurez ce que vous allez lui faire. Il y a même des filles qui se contentent de plaire à leurs hommes et de ne rien vouloir d'autre en retour (nous essayons tous d'en trouver une juste ??).

Donc, comme vous pouvez le voir, il y a des couches à préliminaires que vous devez explorer si vous voulez vraiment exciter une femme dans la chambre.

Aujourd'hui, je vais aborder l'une de mes techniques de préliminaires préférées qui fonctionne comme un charme... à chaque fois et garantit qu'elle aura un orgasme, car la tension sexuelle est si élevée. C'est l'art de taquiner les femmes au lit et cela les rend **SAUVAGES !**

Le but est de l'amener au point où, elle saute sur vous en vous **DEMANDANT** de vous casser la cervelle.

**CONSEIL RAPIDE** : Si vous voulez contourner les bases et apprendre les techniques avancées qui inciteront les femmes à vous traquer parce que vous êtes **S00000** bien au lit, alors je vous suggère fortement de regarder cette vidéo. Alors allons-y...

## **6 façons super coquines de taquiner une femme**

### **1. Mordre sa lèvre**



Lorsque vos deux vêtements sont toujours en place et que vous vous embrassez dans la chambre, mordez lentement sa lèvre inférieure et maintenez-la pendant quelques

secondes. Soyez **TRÈS** doux, plus vous pouvez le faire doucement, plus elle se sentira passionnée et plus elle deviendra excitée.

### **2. BAISER SON COU (ET OREILLES)**



Déplacez-vous de ses lèvres sur sa joue puis sur son cou et ses lobes d'oreille. Léchant et embrassant en même temps. Les

lobes d'oreille sont très sensibles, alors passez une minute sur ceux-ci avant de revenir au suivant.

### ***3. TICKLE HER BACK***



Pendant que vous l'embrassez, utilisez ses deux mains pour lui chatouiller le dos (sur ses vêtements), puis placez vos mains directement sous son haut. Lui gratter légèrement le dos tout en l'embrassant toujours... cela la fera frissonner un peu.



Avec l'une ou l'autre main, retirez doucement et lentement son soutien-gorge (si vous pouvez le faire avec une seule main, cela semble beaucoup mieux), mais deux vont bien. Si vous ne pouvez pas défaire un soutien-gorge, alors commencez à pratiquer le fils!

#### **4. SOYEZ FERME**

De temps en temps, vous devez mélanger les taquineries avec la fermeté ET la douceur, afin qu'elle ne sache pas ce qui va suivre (cela épouvante les choses en un rien de temps).



Saisissez-lui les mains, allongez-la sur le lit et mettez ses bras au-dessus de sa tête... si elle a du mal, alors tenez ses bras .. et passez lentement vos mains le long de ses bras... l'embrassant tout le long de son nombril.

## 5. NE SOYEZ PAS PRÉVISIBLE



Arrêtez d'aller directement pour les seins et la chatte tout de suite, ce n'est pas taquin... c'est juste prévisible. Optez pour les seins uniquement lorsque son haut est enlevé et que vous avez embrassé son cou, sa poitrine et son ventre.

Lorsque vous commencez à embrasser ses seins, embrassez toujours les mamelons d'abord de chaque côté, puis regardez-la en léchant enfin ses mamelons. Elle laissera échapper un gémissement et cambrera son dos, ce qui est un grand signe qu'elle apprécie.

Vous pouvez également mordre doucement un mamelon avec la plus légère des piqûres et tordre l'autre, lui donnant le double de plaisir, diable si vous le souhaitez ... et évaluez sa réaction à tout pour que vous puissiez voir ce qui est le mieux.

## 6. DU BAS AU HAUT



Avec son haut et son soutien-gorge enlevé, il ne reste que sa culotte (et un jean ou tout ce qu'elle porte). Remontez dans sa tête et embrassez-la à nouveau, poursuivez votre chemin en passant devant les seins et le ventre, puis survolez sa chatte.

Retirez lentement son jean ou tout ce qu'elle porte (et aussi sa culotte), puis commencez à embrasser de son pied gauche (ou droit) tout le long de sa jambe.

Prenez 2 à 3 minutes par jambe, car elle sera tellement excitée à ce stade qu'elle sera prête à vous manger.

Une fois que vous avez fait la première jambe et que vous

êtes de retour près de la chatte, passez vos lèvres sur son jardin de petite dame... en vous assurant de bien respirer sur elle en cours de route.

Recommencez sur l'autre pied et montez. Une fois que vous aurez de nouveau atteint sa chatte... elle sera plus que prête à baiser !

### ***QUOI SUIVANT ? Dois-je la taquiner encore ?***

À ce stade, vous pouvez maintenant effectuer l'une des deux opérations suivantes :

Passez à des préliminaires avancés dans le but de la faire gicler.



OU

Allez directement au sexe et battez-vous.



De toute façon, elle va jouir en un rien de temps. Un dernier point pour ajouter aux taquineries... assurez-vous de taquiner les femmes pendant environ 20 à 30 minutes pour l'activer MASSIVEMENT.

C'est ainsi que vous taquinez les femmes dans la chambre, mon cher garçon !

**IMPORTANT : les préliminaires ne devraient pas être une corvée, ni quelque chose que vous redoutez. Apprenez à devenir un maître dans la chambre à coucher et à inciter les femmes à raffoler de vos compétences en chambre à coucher... tout est dans cette vidéo.**

# Questions les plus courantes sur l'éjaculation féminine

**Qu'est-ce qui éjacule ?** : C'est une expulsion de liquide du vagin lorsqu'une femme atteint un orgasme. Certaines études suggèrent que ce liquide pourrait simplement faire pipi, de la vessie se remplissant pendant les rapports sexuels. Une autre analyse dans les années 1980 du fluide a détecté de l'urée et de la créatine qui sont petites, mais à des niveaux inférieurs, donc personne ne sait vraiment si c'est de l'urine ou non.

**Pourquoi ne puis-je pas faire gicler ma fille ?** : Il y a plusieurs raisons. Elle pourrait ne pas être assez à l'aise avec vous ou avec les environs. Elle est timide ou elle n'a jamais connu d'orgasme avant, donc elle ne sait pas à quoi s'attendre. Prenez votre temps et rassurez-la.

**À quoi ressemble l'éjaculation ?** : En plus d'être incroyablement humide, il devrait ressembler à un orgasme intense qui est couplé à une sensation de chaleur due au fluide produit.

**Quelle est la fréquence de gicler ?** : Pas aussi commun que certains le penseraient. Une étude récente a montré que 10 à 54% des femmes accomplissaient une sorte d'éjaculation éjaculatoire. La quantité de liquide libérée peut également varier considérablement. Cette étude a rapporté une plage de 0,3 ml à plus de 150 ml.

**Pourquoi les filles giclent-elles ?** : Bonne question et à laquelle personne ne connaît encore la réponse. Les professionnels de la santé ne savent pas pourquoi les femmes peuvent ou font gicler.

**Comment pouvez-vous vous faire gicler ?** : Commencez par stimuler votre clitoris et masturbez-vous comme vous le feriez normalement. Lorsque vous avez envie de jouir, insérez votre majeur dans votre vagin, touchez votre point G et commencez à déplacer votre main de haut en bas rapidement. Vous devriez frapper le point G qui finira par vous faire gicler.

## Comment rendre une fille excitée et transformer n'importe quelle fille en une bête vorace dans la chambre



J'ai récemment reçu quelques questions à des gars disant des choses comme ...

"Ma copine a un faible désir sexuel et ne veut jamais avoir de relations sexuelles ... comment puis-je stimuler sa libido, afin que je puisse être plus couché ?"

Et

"Mec, je pense que j'ai une libido plus élevée que ma copine, y a-t-il des astuces pour la rendre plus excitée ?"

A quoi je réponds... Oui. Vous ne la stimulez pas assez mentalement. C'est pourquoi elle n'est pas excitée tout le temps comme toi.

## **POURQUOI CERTAINES FEMMES ONT UN FAIBLE DISTRIBUTION DE SEXE**

La libido féminine n'est pas aussi complexe que certains hommes le prétendent et le croient ou non, les femmes sont beaucoup moins susceptibles d'avoir une libido inférieure que les hommes.

Il n'y a donc qu'une seule autre explication pour expliquer pourquoi elle pourrait être plus encline à éviter le sexe dans la chambre avec vous.

### ***Pouvez-vous deviner pourquoi ?***

C'est parce que vous aspirez le mec en-vous de votre corps ! Vous n'atteignez pas le point G (n'importe quel endroit) ou ne la stimulez pas mentalement afin qu'elle soit tout allumée avant même qu'elle n'entre dans la chambre.

En gros, vous ne faites pas votre travail en tant qu'HOMME !

En moyenne, votre femme devrait être désireuse d'avoir des relations sexuelles entre 4 et 6 fois par semaine et si ce n'est pas le cas, ce n'est pas sa libido, mon ami, c'est vous le coupable.

Vous voyez, c'est VRAIMENT simple à comprendre quand vous comprenez comment fonctionne l'esprit d'une femme.

Aujourd'hui, je vais vous apprendre.

Oui, je vais vous montrer exactement comment augmenter sa libido afin qu'elle se transforme en une bête folle de sexe, alors vous feriez mieux d'être prêt grand garçon !

Prêt ? Cool.

J'aime l'appeler la FOREPLAY FORMULA et elle peut se résumer en seulement 3 étapes simples. Une fois que vous aurez fait ces 3 choses la prochaine fois que vous aurez des relations sexuelles avec une fille ou votre petite amie, elle en voudra plus, beaucoup plus!

## 1. LA STIMULER MENTALEMENT



Les hommes sont allumés visuellement et les femmes sont allumés mentalement, vous le savez... vous m'avez déjà entendu en parler auparavant. Alors pourquoi ne lui donnez-vous pas ce qu'elle veut ?

**Utilisez des insinuations sexuelles** - Lorsque vous avez une conversation normale avec elle, ajoutez quelques insinuations sexuelles. Non seulement les femmes les aiment, mais elles l'amèneront toujours à penser à vous sexuellement toute la journée.

**Murmures grossières** - Soyez ouvert avec votre femme, dites-lui ce que vous voulez lui faire plus tard et à quel point elle vous excite en ce moment. Montez derrière elle, mettez vos bras autour de sa taille et chuchotez quelques mots sales, rien de trop vulgaire, mais assez pour l'allumer.

**Montrez-lui qui est le papa** - Lorsque vous êtes excité, prenez sa main et placez-la sur votre bite. Dites ensuite "Vous voyez ce que vous me faites ?".

## 2. COMMENCEZ TOUJOURS PAR L'AVANT

Vous savez déjà que les préliminaires sont essentiels avant de vous lancer à fond et de la pénétrer. Alors, apprenez quelques astuces préliminaires et utilisez-les CHAQUE FOIS QUE VOUS BANGZ. En voici quelques-uns pour vous aider à démarrer.

**Allez-y lentement** - Les femmes sont comme un gradateur, vous les réchauffez avant qu'elles ne deviennent toutes chaudes et prêtes à l'action. Alors, enlève

lentement ses vêtements, caresse son corps et l'embrasse partout pendant environ 15 minutes avant de descendre vers sa chatte.

Frottez le pompon magique - Prenez environ 5 minutes et frottez simplement son clitoris, dans un mouvement de haut en bas avec de la graisse sur votre doigt. Agréable et lent, rien de trop rapide.

Licky licky - Passez ensuite à lécher son clitoris et à changer les mouvements et la vitesse, en fonction de ce qu'elle vous dit à travers le langage corporel et les gémissements.

### ***3. TOUCHEZ LE G-SPOT... CHAQUE FOIS***



Après qu'elle se soit échauffée, vous devez maintenant vous amuser et utiliser diverses positions sexuelles

pour atteindre le point G. Maintenant, il existe 9 types d'orgasmes féminins qu'elle peut avoir, alors essayez d'en frapper au moins 2 lors de la prochaine session.

Un autre petit conseil à retenir... quand elle orgasme, ne vous arrêtez pas! Continuez, plus fort et plus vite jusqu'à ce qu'elle soit à court de jus... ne vous inquiétez pas, elle vous dira quand.

Alors voilà, mec, voilà comment augmenter sa libido et son désir sexuel. Cela la poussera à vous supplier de l'emmener dans la chambre, à condition de suivre tout ce qui précède.

Bonne chance!

## Comment devenir dur en 5 secondes et rester plus dur plus longtemps



### Les trucs et astuces éprouvés que les stars du porno masculines utilisent pour battre la bite molle

Oh yeeaaaaa! Aujourd'hui, nous allons discuter de la façon de durcir la pierre en quelques secondes et de maintenir une érection plus longtemps (essentiellement des érections plus fortes rapidement), vous n'avez donc plus à vous soucier de décevoir les filles.

Imaginez ce scénario...

Vous avez une fille dans votre lit... qui fume chaud, il vous a fallu des semaines pour en arriver là... créer de l'attraction, d'énormes quantités de rapports, une escalade sexuelle, du kinoing... TOUT dans le fichu livre.

Seulement pour être arrêté par... la redoutable bite de boeuf!

Autrement appelé dysfonction érectile.

Votre petit gars a décidé de faire une sieste et de passer en mode grosse limace, au lieu d'une bête de chambre qui détruit toute femme qui la croise.

C'est quelque chose qui arrive plus souvent à beaucoup de gars que vous ne le pensez, alors ne vous en faites pas.

Heureusement, il existe quelques trucs et astuces éprouvés que vous pouvez utiliser pour obtenir une érection gigantesque qui fera que la prochaine fille qui sautera dans votre lit à bout de souffle car elle est si solide.

## 1. LA TECHNIQUE DES SERVIETTES



Une serviette ? Oui, c'est vrai, une simple serviette peut réellement aider à renforcer vos érections. Il y a en fait des ligaments et des tendons à la base de votre pénis qui, une fois exercés régulièrement, tireront votre pénis vers le haut au fil du temps.

**Tout ce que vous devez faire est ceci...**

1. Obtenez une érection
2. Placez une serviette de taille moyenne sur votre pénis (comme si vous la pendiez à la porte)
3. Maintenant, avec votre pénis descendant, contractez vos tendons pour que vous souleviez essentiellement la serviette... puis relâchez-la pour qu'elle redescende et continuez à le faire pendant environ 5 minutes

## 2. UTILISEZ L'EXERCICE KEGEL



Les exercices de Kegel sont parfaits pour la santé du pénis, car ils renforcent les muscles du plancher pelvien. Ils aident non seulement à prévenir l'éjaculation prématurée, mais ils renforcent également vos érections. Ceux-ci doivent être effectués directement après la technique de la serviette pour une séance d'exercice à double coup dur.

Voici comment procéder...

1. Commencez par localiser le muscle qui est la petite zone juste entre votre anus et vos boules.
2. Contractez et maintenez le muscle PC pendant 5 secondes et relâchez pendant 3 secondes (La meilleure façon de comprendre comment contracter ce muscle est de vous empêcher de faire pipi à mi-course, c'est le même muscle).
3. Faites cet exercice pendant 5 à 10 minutes.

### 3. NE BUVEZ PAS TROP D'ALCOOL

L'alcool est connu pour causer l'impuissance depuis un certain temps maintenant. Cette étude montre qu'un énorme 72% des hommes ont connu un ou plusieurs dysfonctionnements sexuels.

Donc si vous avez besoin d'un verre pour gagner en confiance, ne vous attendez pas à ce que votre pénis soit prêt à l'action lorsque vous le récupérerez.

Vous avez entendu parler de " brewer's droop " ou de "whisky dick right ?" Exactement, ne soyez pas encore un autre gars qui ne peut pas le faire parce qu'il a trop bu.

### 4. SORTEZ DE VOTRE TÊTE !

Penser trop aux choses peut causer du stress et même tuer votre érection. Si vous vous inquiétez de votre performance, de ce qu'elle pourrait penser de vous nu, si vous faites les choses correctement, etc.... tout cela peut conduire à de l'anxiété qui ruinera toute chance que vous avez de devenir dur.

Arrêtez de penser tellement, c'est de l'énergie gaspillée. Tant que vous savez quelles positions sexuelles vous souhaitez utiliser et qu'elle est à l'aise, c'est tout ce qui compte, mec.

### 5. MANGEZ LES BONS ALIMENTS



Cela peut sembler idiot, mais le régime alimentaire est un facteur ÉNORME lorsqu'il s'agit de rester dur pendant longtemps. Assurez-vous d'avoir les bons nutriments dans votre circulation sanguine (riches en aliments alcalins comme le brocoli et les épinards), les aliments essentiels dans votre alimentation (glucides complexes, pain de blé entier, graines de lin, etc.) et les bonnes protéines (poisson, poulet, etc.).

Si vous ne faites que manger de la malbouffe, votre circulation sanguine sera plus lente et plus lente. Les scientifiques ont en fait prouvé qu'en ayant un régime très acide, votre sang est affecté, ce qui peut provoquer l'impuissance parmi d'autres problèmes horribles.

## 7. PRENDRE LA L-CITRULLINE D'ACIDE AMINÉ

La L-citrulline a été décrite comme « nature viagra » et peut aider à renforcer les érections très rapidement. Des études ont prouvé que les hommes qui souffrent de dysfonction érectile et prennent cet acide aminé sous forme de supplément oral peuvent améliorer leurs érections après un mois d'utilisation.

Il est également connu que la L-citrulline peut également être trouvée dans la pastèque et en la consommant régulièrement, elle peut aider à améliorer la libido, ainsi qu'à élargir les vaisseaux sanguins dans le pénis, permettant un écoulement plus rapide (érections plus rapides).

## 8. UTILISEZ UN "COCK RING" QUICK FIX



J'ai tout essayé, mais ça ne peut toujours pas être difficile ? Ensuite, utiliser quelque chose comme un **Cock Ring** pourrait faire l'affaire. Ce n'est pas quelque chose avec lequel beaucoup d'hommes sont à l'aise parce que cela ressemble à de la «tricherie» ou peut être embarrassant. Mais croyez-moi, tant que vous pouvez faire jouir votre fille, elle ne se souciera pas que vous portiez un Cock Ring.

L'idée derrière cela est de piéger le sang dans votre pénis afin qu'il reste dur, jusqu'à ce que vous éjaculiez. Il y a en fait des préservatifs qui viennent avec un anneau de base, alors essayez-les d'abord.

## 9. PRENEZ PLUS DE ZINC

En prenant du zinc quotidiennement, vous contribuerez à augmenter les niveaux de testostérone, de sperme et de liquide séminal. Le zinc est un nutriment parfait pour des érections plus fortes et plus durables. Une étude a montré que les hommes qui prenaient du zinc et de la vitamine D pendant 3 mois ont constaté une amélioration de la rigidité de l'érection de 67 à 83%.

## CONCLUSION : VOICI COMMENT OBTENIR DUR EN 5 SECONDES

Oui, les stars du porno utilisent vraiment ces techniques (en particulier la technique de la serviette) car elles aident à renforcer les muscles du plancher pelvien et à

augmenter le flux sanguin vers le pénis. Tous les conseils ci-dessus se concentrent sur l'apport de plus de sang à votre bite, c'est le seul moyen pour que cela devienne dur et rapide pendant longtemps.

Ok, récapitulons ce que vous devez faire:

Faites plus d'exercices sur le pénis et utilisez la méthode de la serviette

Renforcez vos muscles du plancher pelvien avec l'exercice de Kegel

Arrêtez d'abuser de l'alcool, cela ruinera vos érections

Concentrez-vous sur lui plaire, ne restez pas dur

Prenez de la L-citrulline, de la vitamine D et du zinc

Utilisez un cockring pour une solution ultra rapide

C'est ça.

## Comment manger la chatte comme un champion en 5 étapes simples



**Attention aux hommes... ces conseils de léchage de chatte donneront à votre fille de puissants orgasmes**

Quel que soit votre âge, vous pouvez toujours apprendre une chose ou deux en matière de sexe. Plus précisément, le sexe oral. Aujourd'hui, je vais vous montrer comment lécher la chatte comme un vrai champion.

Au moment où vous avez fini avec son vagin. Elle sera incapable de marcher, de parler ou de fonctionner comme un être humain normal pendant au moins 30 minutes après.

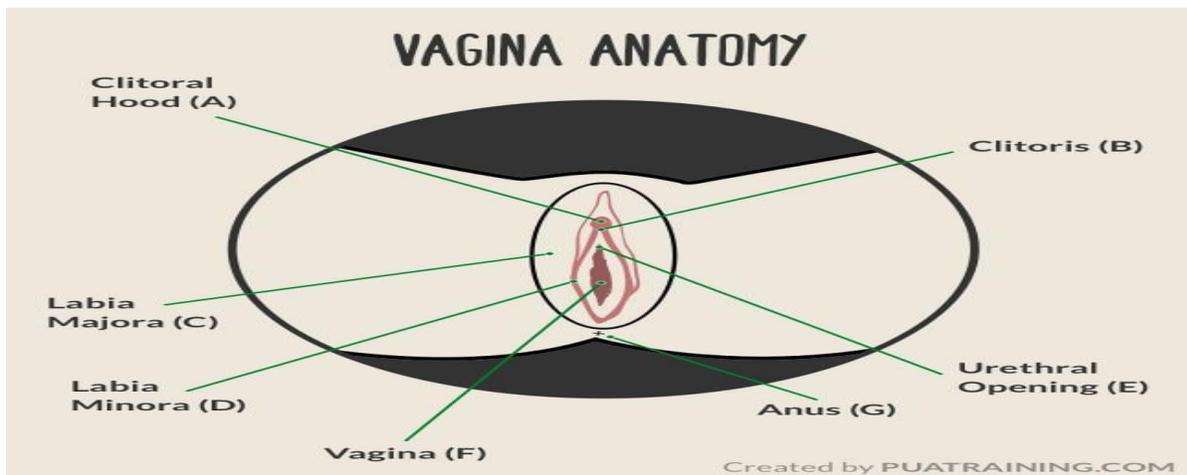
Alors écoutez bien, parce que ces techniques orales sont en plein essor.

Note rapide : si vous avez du mal à amener votre fille à l'orgasme et que vous avez besoin d'une aide désespérée, vous devez lire ceci. Vous ne le regretterez pas.

Vous trouverez ci-dessous un ensemble d'instructions suivies de quelques conseils utiles sur la façon de manger la chatte comme un dieu du sexe. Je vous suggère de lire à la fois plusieurs fois et de vous entraîner autant que possible :

## COMMENT FONCTIONNE SON VAGIN (IMPORTANT)

Avant d'entrer dans les détails de la façon de manger la chatte, nous devons d'abord passer en revue les choses importantes que vous avez probablement manquées à l'école parce que vous avez beaucoup ri. C'est l'anatomie du vagin féminin. Une fois que vous comprenez comment fonctionne chaque partie, il vous sera plus facile de faire son orgasme et de ne pas tâtonner comme un crétin.



Allons-y :

**Cagoule clitoridienne (A)** - La cagoule ou le prépuce recouvre légèrement le clitoris, le protégeant. Tout comme un prépuce pour le pénis. Sans cela, le clitoris perdrait sa sensibilité au fil du temps. Lorsque votre fille est excitée, la capuche peut effectivement se rétracter, exposant le clitoris.

**Clitoris (B)** - Ce minuscule (ou dans certains cas gros) tronçon est la partie la plus cruciale de manger la chatte et sera votre objectif principal tout au long. Le gland clitoridien est situé près du haut de la vulve et est très sensible.

**Labia Majora (C)** - Connu sous le nom de rembourrage du vagin ou des lèvres externes. Les grandes lèvres sont les plis cutanés plus gras à l'extérieur de la vulve. Ils gonflent également pendant les rapports sexuels et prennent une couleur plus foncée, connue sous le nom de vas congestion.

**Labia Minora (D)** - Ce sont les plis cutanés plus petits et sans poils à l'intérieur des grandes lèvres. Bien qu'ils aident à protéger l'ouverture vaginale, ils sont également incroyablement sensibles. Ils sont également appelés « lèvres de la chatte » par la plupart des gens et se présentent sous différentes formes, tailles et couleurs.

**Ouverture urétrale (E)** - En termes simples, c'est son trou de pipi. Bon à savoir donc ne le confondez pas avec autre chose (même si c'est presque impossible à voir), mais pas du tout nécessaire pour le sexe oral.

**Vagin ou chatte (F)** - L'ouverture vaginale est essentiellement l'entrée du canal vaginal et l'endroit où vous collez votre bite lorsque vous faites l'amour. Vous insérerez vos doigts dans le vagin plus tard.

**Anus ou trou de cul (G)** - Votre fille aime-t-elle l'anilingus? Ensuite, elle est un monstre ! L'anus a en fait une tonne de terminaisons nerveuses qui peuvent également être stimulées pendant les relations sexuelles orales. Donc, si elle aime les fesses, la technique # 5 lui donne ce qu'elle veut.

## 2 DOMAINES D'INTERVENTION CRUCIAUX À STIMULER

Avec l'anatomie couverte, vous devez connaître les deux domaines les plus importants qui nécessitent une stimulation de vos doigts :

**Point G** - Positionné sur la paroi intérieure de son vagin, spécifiquement près de l'avant. Le point G est super facile à trouver et se trouve à environ un demi-phalange de l'ouverture vaginale. Il se sent comme une nubbin côtelé mais est doux

au toucher et lorsqu'il est touché correctement, cela lui fera ressentir des orgasmes intenses.

**Point A** - Ce point particulier est profondément enfoncé dans ses fesses sur la partie avant supérieure de la paroi vaginale, près du col de l'utérus. Il n'est pas recommandé d'utiliser les doigts, car c'est si haut. Mais les vibrateurs peuvent vraiment aider à frapper la cible. Ok, alors commençons à manger sa chatte :

## ALLUMEZ-LA, CONSTRUISEZ LA TENSION

Je l'ai répété maintes et maintes fois. Les femmes sont comme des cadrans, pas des interrupteurs. Vous devez les allumer et laisser progressivement la tension monter jusqu'à ce qu'elle soit super excitée. Donc, avant même de pouvoir la descendre, allumez-la.

Il y a plusieurs façons d'activer une fille sur laquelle je n'entrerai pas dans les détails ici. Mais quelques conseils généraux seraient ; embrasser son cou, attraper ses fesses, la déshabiller lentement, sucer ses mamelons, frotter sa chatte pendant que sa culotte est toujours allumée, parler sale avec elle. Les préliminaires peuvent sembler être une corvée, mais je peux vous assurer que plus vous réussirez aux préliminaires, plus il sera facile de la faire jouir de l'oral.

## Sucer, lécher, frotter, souffler

Ne commencez jamais avec le clitoris. C'est une erreur que beaucoup de gars font. Vous devez vous développer jusqu'au clitoris, puis y rester jusqu'à ce qu'elle orgasme, mais ne sautez pas directement dessus. Considérez-le comme la dernière pièce du puzzle. Embrassez d'abord son vagin, l'intérieur des cuisses est une grande zone érogène. Arrêtez-vous sur son vagin et respirez lentement pour qu'elle puisse sentir votre respiration chaude. Cela augmentera son anticipation.

**Remarque :** Si vous voulez devenir un pro dans la chambre et faire jouir votre fille plus qu'elle ne l'a jamais fait auparavant. Utilisez cette astuce.

Commencez à lécher lentement les petites lèvres (lèvres) pendant environ une minute. Elle devrait gémir, se tortiller et saisir vos cheveux. Écoutez son corps si elle ne vous dit pas ce qu'elle veut verbalement (ce que la plupart des femmes refusent). Après quelques minutes, commencez ensuite à travailler sur le clitoris.

Embrasse doucement son clitoris, lèche-le et suce-le. Vous devez lubrifier ce petit marbre merveilleux.

Maintenant, les choses tournent et elle devrait être sur le point de jouir. Ne vous arrêtez pas là cependant, redescendez vers ses lèvres, laissez votre salive et son jus de chatte faire un lubrifiant glissant pour sa chatte.

## N'OSEZ PAS, ARRÊTEZ

Il y aura deux types de communication de votre fille pendant votre session orale. Verbale et non verbale. Cependant, le non verbal sera le plus important.

Quand elle se tortille, se mord la lèvre, gémit, gémit, saisit votre tête, bouge ses hanches, saisit les draps de lit, dit des choses comme "fuuuuuck", cela signifie que vous continuez à faire ce que vous faites et N'ARRÊTEZ PAS. Aussi, restez à la même vitesse / rythme. Vous n'avez pas besoin d'aller très vite ou très lentement, gardez simplement le même rythme jusqu'à ce qu'elle jouisse. Si vous changez les choses, elle aura plus de mal à atteindre son apogée.

## UTILISEZ UN DOIGT (OU DEUX) SI VOUS VOULEZ



La bouche n'est pas votre seul outil. Vous pourriez et devriez utiliser un doigt, diable, utiliser deux doigts. Pendant que votre bouche est sur son clitoris, insérez votre index et glissez-le lentement dans son vagin, utilisez la méthode des caresses vers l'arrière pour stimuler son point G (également utilisé pour faire gicler une fille).

Vous voyez ce qui se passe ici ? Vous stimulez son clitoris et son point G comme une sorte de sorcier bouche cunnilingus. Elle sera à bout de souffle à ce stade parce que ça fait tellement de bien.

Si vous vous sentez courageux. Utilisez deux doigts et remerciez-moi plus tard. Donc c'est tout. Des instructions claires sur la façon de manger cette chatte comme un pro. Passons maintenant aux positions...

## 3 POSITIONS POPULAIRES DE LÉCHAGE DE CHATTE

Ce sont les positions sexuelles orales les plus populaires qui, si elles sont faites correctement, devraient rendre votre fille folle. N'oubliez pas de garder les mêmes mouvements constants avec votre bouche et votre langue.

### Position 1 - Asseyez-vous sur mon visage -



Vous vous sentez un peu audacieux? Demandez-lui de s'asseoir sur votre visage pendant que vous mettez son clitoris en coupe avec votre bouche et votre langue. Cela la mettra sérieusement sous tension car elle peut contrôler les mouvements de la hanche. Enfilez-vous, cela peut devenir un peu sauvage.

### Position 2 - À quatre pattes



Mettez-la à quatre pattes et lécher sa chatte pendant que vous êtes à quatre pattes aussi. Cela se sentira certainement plus bizarre que la position normale, devrait donc l'exciter encore plus. Mais c'est assez difficile à faire, car votre cou vous fera mal.

### Position 3 - À l'ancienne



Si vous aimez que votre oral soit de la vieille école, alors gardez-la simplement allongée dans la position missionnaire et allez en ville sur son chat. Gardez vos

mains sur ses hanches et massez de temps en temps ses seins pendant que vous la léchez.

Maintenant, regardons quelques conseils utiles que vous devriez prendre en compte, pour faire comprendre à votre fille qu'elle a affaire à un ninja de chambre à coucher.

## 4 CONSEILS RAPIDES POUR UN MEILLEUR CUNNILINGUS

Conseils pour lécher la chatte au niveau de maîtrise.

Soyez rasé de près ou passez en pleine brousse - Chaume courte BLUE les femmes. Imaginez votre fille tirant votre plonker avec du papier de verre, c'est comme ça quand vous la léchez et que votre menton est chaotique. Ça va vraiment rayer et brûler. Donc, soit rasé de près, soit laissez la barbe pousser pour qu'elle soit douce.



Assurez-vous que vos mains sont chaudes - Des mains chaudes sont essentielles. Il n'y a rien de pire que des mains froides touchant vos parties intimes. Ça tue l'humeur.

Dites-lui que vous aimez sa chatte (goût / odeur / visuel) - Les femmes aiment entendre qu'elles ont une jolie chatte, qu'elle sent bon, qu'elle a un goût incroyable, qu'elle les excite et les rend sexy. Alors faites juste ça, mais ne le faites pas trop. Une ou deux fois, c'est bien.

Demandez-lui ce qu'elle aime le plus - cela va sans dire, mais toutes les femmes sont différentes ! Dun dun duuuun. Demandez-lui ce qu'elle veut et faites-le simplement.

Voici quelques autres conseils utiles.

## Lécher le vagin, foire aux questions

### À quoi ressemble un vagin censé sentir ?

C'est une question très large. Cela varie en fonction de la fille et de plusieurs facteurs, tels que son hygiène, la lotion qu'elle utilise si elle vient juste de sortir de ses règles, si elle transpire après une soirée, etc.

Donc, la réponse courte est... ce n'est pas censé sentir quoi que ce soit en particulier.

### Les femmes aiment-elles que leurs chattes soient léchées ?

La plupart le font. Mais chaque femme est différente, vous devez donc leur demander ou tout simplement les voir et voir si elles disent non.

### Je déteste manger la chatte, dois-je le faire ?

Nan. C'est à vous. Mais cela améliorera la vie sexuelle de votre fille et, à son tour, améliorera la vôtre. Vous devez apprendre à l'aimer. Ne donnez pas l'impression que vous détestez ou c'est une corvée, c'est un énorme blocage pour elle.

### Puis-je utiliser des jouets sexuels tout en léchant ?

Bien sûr, expérimentez certains jouets sexuels et voyez ce qu'elle aime. Demandez-lui si elle a des suggestions et essayez-les.

## **Ma fille n'aime pas que son vagin soit léché, qu'est-ce qui donne ?**

Certaines filles ne le font pas, soit parce qu'elles ne sont pas sûres de leur vagin, soit parce qu'elles n'ont pas eu une bonne expérience de l'oral auparavant, alors n'hésitez pas. Amenez-la lentement et montrez-lui ce qu'elle manque.

## **Je ne trouve pas le clitoris, où est-il ?**

Certaines femmes ont de très petits clitoris, mais cela ne signifie pas qu'elle n'en a pas. Tant que vous l'excitez et léchez ou massez la zone comme décrit dans le diagramme d'anatomie ci-dessus, vous stimulerez son clitoris. Alors ne t'inquiète pas.

## **COMMENT MANGER LA CHATTE : CONCLUSION**

Que cela vous plaise ou non, manger la chatte sera quelque chose que vous aurez juste à apprendre à aimer, si vous voulez une belle vie sexuelle. Si vous trouvez l'idée de la lécher complètement dégoûtante, alors vous devez trouver une fille qui ne craint pas de ne pas recevoir oralement.

Pas impossible, mais très difficile.

Nous vivons dans une société de rencontres capricieuse en Occident, vous pouvez donc être facilement remplacé par un jeune mâle désireux de lui lécher la chatte ou même un gars plus âgé avec des compétences en léchage de clitoris qu'il maîtrise depuis plusieurs années.

## **Récapitulons comment vous devriez manger la chatte d'une femme :**

Obtenez-la confortable et heureuse

Allumez-la lentement et augmentez la tension sexuelle

Embrasse lentement son corps de la tête aux pieds

Lèche les lèvres de sa chatte (à l'extérieur d'abord, puis à l'intérieur)

Coupe son clitoris avec ta bouche et suce régulièrement

Gardez le même rythme et le même élan

Insérez un doigt ou deux pour émuler la pénétration

Frottez son point G et / ou un point

Nettoyez les draps... ils sont probablement en désordre

Bonne chance jeune lécher la chatte.

# Comment faire du viagra naturel avec effet immédiat

Contrairement aux médicaments synthétiques vendus en pharmacie, les produits naturels peuvent être préparés à la maison à partir d'ingrédients naturels. Ils ont non seulement un effet bénéfique sur la puissance, mais renforcent également la condition physique globale.

En choisissant avec quoi remplacer votre Viagra à la maison, n'oubliez pas que la composition chimique de certains composants peut provoquer une réaction allergique, par conséquent, le choix des produits doit être abordé avec conscience. Le Viagra Naturel a sa propre durée. Souvent, il doit être conservé au réfrigérateur. L'utilisation excessive du médicament n'augmentera pas l'efficacité, mais affectera seulement la fonction du tractus gastro-intestinal.

## Racine de ginseng



Depuis l'Antiquité, la célèbre plante est réputée pour ses propriétés curatives pour l'ensemble de l'organisme. Lors de la préparation de teintures pour augmenter la fonction érectile, il est recommandé d'utiliser la racine de la plante. Comme il n'est pas très difficile de préparer du Viagra naturel vous-même à la maison, vous aurez besoin des ingrédients suivants :

- racine sèche râpée – 100 g;
- eau – 500 ml;
- miel – 2 cuillères à soupe;
- cannelle.

L'eau est bouillie. Le ginseng est ajouté. Laissez-le refroidir, puis déplacez-le dans un endroit frais, à l'abri de la lumière. Deux jours plus tard, la composition est bouillie. La préparation dure 4 heures à feu doux. Vous devez ajouter du miel et de la cannelle 10 minutes avant la fin de la cuisson. Lorsque la solution est prête, elle est placée dans un endroit sombre pendant 3 jours. Prenez la solution dans un demi-verre deux fois par jour pour rétablir le pouvoir des hommes.

## Feuilles d'ortie



Le Viagra fait maison pour hommes, qui est pris peu de temps avant un rapport sexuel, se prépare facilement avec des feuilles d'ortie. Ça prendra:

- Ortie fraîche (peut être séchée) – 50 g;
- Eau 250 ml;
- Miel – à meilleur goût.

Les feuilles hachées doivent être versées dans de l'eau bouillante et placées dans un thermos pendant 30 min. Vous pouvez ajouter une cuillère de miel pour le goût. Vous devez prendre un substitut naturel du Viagra 40 à 60 minutes avant le contact sexuel prévu.

## Le Noyer



Vous ne devez pas abuser des noix – les experts conseillent de ne pas consommer plus de 3 noyaux de ce produit par jour. Vous pouvez préparer du Viagra à la maison non seulement à partir de noix, mais également de noix de cèdre et même d'arachides. La façon la plus simple de cuisiner est de prendre une petite quantité du produit, d'ajouter du miel et de l'utiliser tous les jours comme dessert. La combinaison de ces deux composants aide à restaurer une érection faible.

## Pastèque

La pastèque fournit un bon effet sur la puissance de Natural Viagra. Sans savoir comment remplacer le Viagra à la maison, vous pouvez utiliser la recette suivante :

- Pastèque – 5 kg;
- citron – 1 pc .;

La baie est pelée de telle manière que sa partie blanche reste. Semblable à l'effet du Viagra, la citrulline est contenue directement ici. Puis presser le jus ou le broyer dans un mélangeur. La masse résultante (environ 1 litre de jus de Pastèque) est mise à cuire et bouillie. Ensuite, ajoutez du jus de citron et laissez bouillir à feu doux jusqu'à ce que le volume du mélange augmente deux fois de moins. Le produit résultant est versé dans un récipient en verre et conservé au réfrigérateur. Vous pouvez prendre un tel cocktail chaque jour avant les repas ou une heure avant les rapports sexuels.

## Smoothie comme Viagra Naturel

### Smoothies de Goji



L'Asie est la patrie de la baie de Goji. Un smoothie à base de goji est principalement utilisé comme tonique pour améliorer le désir et l'endurance sexuels, car les baies ont des propriétés antioxydantes. Selon les guérisseurs chinois, les baies de goji augmentent la testostérone, améliorent le désir sexuel et l'érection, et restaurent la qualité du sperme, rendant ainsi les spermatozoïdes plus mobiles.

Des chercheurs asiatiques ont proposé que la prise de goji soit une alternative saine aux médicaments pour le traitement de la dysfonction érectile. Il s'agit

d'une boisson concurrente pour des médicaments tels que le Viagra, fabriqués à base de composés chimiques.

## Ingrédients:

- 1 banane pelée;
  - 1/2 tasse de baies de goji séchées (trempées quelques heures dans de l'eau tiède);
  - 10 grammes de gingembre;
  - 1 tasse de lait d'amande ou de yogourt sans gras.
- 
- Banane coupée et placée dans un mélangeur ;
  - Des baies de goji ramollies sont ajoutées ;
  - Ajoutez du yaourt ou du lait d'amande ;
  - Mélanger jusqu'à ce que la masse devienne lisse.

## Smoothies au pavot

Cette boisson est originaire d'Amérique du Sud et est considéré comme le plus puissant stimulant de l'activité sexuelle. Au sommet de la liste des énormes avantages de la boisson naturelle de Viagra se trouve un niveau accru de testostérone et un énorme coup de fouet pour augmenter la libido et la fertilité.

### Ingrédients:

- 1 cuillère à soupe de poudre séchée de Maca péruvienne ;
- 1-2 bananes congelées;
- 1 pomme ou poire;
- 1 tasse de yogourt ou de lait d'amande.

### Le recette

Mettez les bananes et les pommes congelées en dés dans un mélangeur ;  
Ajoutez du yaourt ou du lait d'amande ;  
Ajouter une cuillère à soupe de poudre de pavot ;  
Mélanger jusqu'à ce que le mélange soit lisse.

## Comment récupérer votre ex petite amie (même si elle vous déteste et voit un autre gars)



Dans un instant, je vais vous montrer comment récupérer votre ex-petite amie... alors attachez votre ceinture, car il y a beaucoup à couvrir.

Mais d'abord, voici ce que j'ai utilisé pour récupérer mon EX et je vous suggère fortement de faire le même mec, avant qu'il ne soit trop tard...

Si vous vous êtes récemment séparé de votre petite amie, vous vous sentez probablement vraiment mal en ce moment. Vous vous sentez mal au ventre, sans énergie, vous ne pouvez pas être dérangé de voir qui que ce soit et vous voulez juste être laissé seul.

Comment le sais-je ?

Eh bien, j'y suis passé par le mec.

Je connais la douleur que vous vivez en ce moment et je sais que cela ne s'arrêtera pas pendant une L0000ONGUE PERIODE.

Même si elle vous a largué il y a des mois... même S'il y a un an, cette douleur... ne va pas disparaître et elle ruinera lentement votre vie de toutes les manières possibles à moins que vous ne fassiez quelque chose.

Bien sûr, vous pouvez continuer votre vie... frapper quelques nouvelles filles lors d'une fête, sortir avec vos amis et essayer d'oublier la fille que vous avez perdue.

OU vous pouvez utiliser des techniques éprouvées que des milliers de gars utilisent actuellement pour récupérer rapidement leur petite amie.

Je parle dans quelques semaines.

Alors, commençons.

Il y a quelques domaines de « récupérer votre ex petite amie » que je veux aborder, alors passez à la section qui correspond le mieux à votre situation actuelle.

## Situation 1 : juste après une rupture

Ça fait quelques jours, quelques semaines, peut-être même un mois et la plaie est encore à vif... maintenant que faites-vous ? Eh bien, vous devez lui faire savoir que vous ne plaisantez pas. Voici quoi faire :

Comprenez pourquoi elle vous a quitté - La première étape consiste à comprendre pourquoi elle vous a largué en premier lieu mec ! Que vous disait-elle avant la rupture ? Y avait-il des signes ? At-elle dit pourquoi elle ne vous aimait plus ou ne vous aimait plus ?

Laissez-le au moins 2 semaines - Ne soyez pas dans le besoin ou agissez désespérément, cela ne vous aidera pas. Jouez vos cartes près de votre poitrine et ne la contactez pas pendant au moins 2 semaines. Supprimez son numéro si vous en avez besoin, pour ne pas être tenté (notez-le d'abord).

Reprenez contact - Après quelques semaines, prenez contact avec un SMS ou un message Facebook. Dites quelque chose d'amical, injectez peut-être même un peu d'humour. Quelque chose comme "Hé, alors j'ai trouvé le travail... (ouais pour moi) à

partir d'une semaine" Envie d'un café de fête ? Pas de baisers ni de paroles désespérées.

Restez décontracté - Rencontrez-la toujours dans la journée pour le déjeuner ou le café, donc c'est décontracté, comme si vous rencontriez un ami. Cela lui fera penser que vous n'êtes pas sexuellement intéressée par elle.

Rencontrez-vous à nouveau - Continuez à la rencontrer avec désinvolture pendant quelques semaines à quelques mois. Gardez les conversations légères, amicales et rien à voir avec la rupture. Donnez l'impression que vous êtes vraiment heureux et que vous passez à autre chose.

Allez-vous faire tuer - Après plusieurs rencontres décontractées, invitez-la à sortir avec vos amis ou dites-lui que vous allez être quelque part et qu'elle devrait venir. Ensuite, quand vous la voyez, vous êtes tous les deux ivres et vous pouvez être beaucoup plus sexuel.

La clé à retenir ici est que vous préparez le terrain important avec les rencontres décontractées.

Le soir où vous la rencontrez et que vous buvez tous les deux, vous pouvez être un peu plus sexuel et affectueux... puis vous pouvez vous remettre en ligne et lui poser la question... « Que pense-tu de nous revoir ? ».

## **SITUATION 2 : QUAND ELLE A UN PETIT AMI**

C'est probablement le pire, mais il n'est pas impossible d'en revenir. Disons que vous avez rompu, ça fait quelques mois, peut-être même un an et vous avez entendu par des amis qu'elle a un petit ami (peut-être même l'avez-vous vu sur Facebook qui serait vraiment nul).

Il est temps pour vous de passer en mode bête mon ami...

Soyez meilleur vous - Il est temps de laisser tomber le vieux vous ! Obtenez de nouveau physique, entraînez-vous au gymnase (obtenez le corps que la plupart des femmes veulent), mangez bien et faites-vous réfléchir dans la tête. Cela prendra entre 2 et 3 mois si vous travaillez dur. Assurez-vous de définir un calendrier et respectez-le!

Optimisez votre profil Facebook - Votre page Facebook est un message constant que vos amis et connaissances les plus proches lisent. Il est crucial qu'ils voient le gars que vous voulez qu'ils voient comme... qui est un gars confiant, indépendant, heureux et sortant. Cela signifie que vous devez télécharger des photos de vous faire la fête avec d'autres jolies filles, sourire, voyager, faire des choses que vous n'avez jamais faites dans votre relation avec votre ex.

Entrer en contact - Revenez à la « situation 1 » et suivez toutes les étapes de « Entrer en contact ».

### **SITUATION 3 : APRÈS UN AN (OU PLUS)**

À ce moment-là, vous ne lui avez pas parlé depuis des mois, vous savez qu'elle n'a pas de petit-ami et vous vous donnez toujours des coups de pied au sujet de la rupture. Maintenant quoi ?

Eh bien, les mêmes règles s'appliquent à cette situation que les deux situations ci-dessus. La seule chose qui est différente, c'est que vous n'avez pas de petit ami à affronter, ce qui signifie que vous trouverez de toute façon plus facile de la récupérer si vous restez décontracté, jouez cool et embellissez votre image / état d'esprit actuel.

## SITUATION 4 : Quand elle ne veut pas que vous reveniez (ou même vous déteste)



Oooo, c'est difficile, mon frère. Mais ce n'est pas impossible, alors restons coincés :

Pourquoi te déteste-t-elle ? Il est essentiel que vous découvriez pourquoi elle vous déteste... car cela vous aidera à construire un plan d'action solide. Tu l'as trompée ? Vous a-t-elle reproché d'avoir gaspillé des années de sa vie sans même que vous lui ayez proposé ? Pensez mec!

Écrivez-lui - La toute première chose que vous devez faire est d'écrire à elle, Facebook, e-mail même un mec de lettre écrite à la main. Excusez-vous de ce que vous avez fait de mal et dites-lui que vous respectez ses souhaits, aussi que vous souhaitez vraiment qu'elle trouve un gars qui la rendra heureuse.

Laissez-le quelques semaines - Si vous n'avez pas reçu de réponse, c'est bien... attendez quelques semaines et réessayez (la persévérance est la clé). Si vous l'avez fait, alors c'est génial, continuez la communication et suggérez de vous retrouver pour un café parce que vous voulez rester ami avec elle.

Rincez et répétez - Suivez tout, de la première à la deuxième situation, jusqu'à ce qu'elle vous reprenne.

Alors, quelle est la meilleure façon de récupérer votre ancienne petite amie ?  
(CONCLUSION)

Il y a quelques règles de base que vous DEVEZ suivre que je n'ai pas encore mentionnées, ce sont des conseils solides sur l'état d'esprit qui vous aideront à la récupérer (croyez-moi, ils fonctionnent).

Soyez persévérant - pensez à un mâle alpha qui sait ce qu'il veut, pas à un perdant pathétique nécessiteux qui demande de l'attention.

Adoptez le changement - Montrez-lui que vous êtes prêt à être meilleur en changeant vos manières.

Ne boude pas - Le moment où vous acceptez votre défaite, c'est le moment où vous ne la récupérerez jamais, alors restez positif et sachez que vous allez la récupérer à temps.

**FIN**

## ***DÉDICACÉ***

- A notre Créateur qui nous a donné notre corps merveilleux et une immense variété de plantes médicinales pour restaurer notre santé.
- À Mr Tamfuh A. Peter, Ses écrits ont grandement influencé le contenu de ce livre.
- À tous les médecins, infirmières, diététistes, nutritionnistes et personnels de santé naturels qui s'efforcent de guérir les problèmes de sexualité de moyens naturels.
- À ceux qui ont assisté à nos programmes et qui ont appliqué ces principes pour retrouver leur virilité. Leur succès ma encouragé à publier ce livre.
- À tous ceux qui ont intérêt à maintenir ou à recouvrer leur santé physique en utilisant les remèdes naturels décrits dans ce livre.
- Aux multitudes qui souffrent et meurent inutilement - mal informées et inconscientes qu'il existe des moyens simples, sûrs et efficaces pour corriger leurs corps et rétablir la santé.
- 

## ***REMERCIEMENTS***

### Remerciement spécial

- L'auteur est profondément redevable à un grand nombre d'auteurs en santé naturelle qui ont mis leurs informations inestimables à la disposition du public. Certaines choses ne peuvent jamais être remboursées en termes monétaires.
- A toutes les personnes formidables qui ont encouragé et ont contribué à ce livre de quelque manière que ce soit, J'étends ma plus profonde reconnaissance.

JE TE SOUHAITE  
BONNE CHANCE