

MASAJE

ERÓTICO

PARA PAREJAS

Más de 700.000
ejemplares vendidos
en el mundo

Dr. Kenneth Ray Stubbs

Ilustrado por Kyle Spencer

MASAJE ERÓTICO

para parejas

La caricia del amor

Una guía ilustrada paso a paso
para parejas

escrito por

Dr. Kenneth Ray Stubbs

ilustrado por

Kyle Spencer

Ediciones Martínez Roca



INVITACIÓN

Este es un lenguaje
sin palabras.

Este es el tiempo
fuera del tiempo.

Esta es una canción
que canta
una celebración.

Esta es la caricia del amor.

INTRODUCCIÓN

Este es un libro acerca del amor.

Amor
es un sentimiento.

Expresar amor
es el arte de dar
cariño.

Este es un libro de amor, escrito especialmente
para parejas.
Su novio, su novia,
su esposo,
su esposa,
esa persona importante, su amigo(a), su compañero(a):
la etiqueta no importa,
los sentimientos sí.

Quizás sean amigos
explorando ser parejas.

Tal vez sean pareja
explorando ser amigos.

Lo más importante es
que lo que hagan
sea mutuo.

El masaje, dicho de forma sencilla,
consiste en tocar
siguiendo un patrón.
Podríamos decir que
una caricia
es el tocar sin seguir un patrón.
El dar o recibir, ya sea
caricias o masaje,
depende del humor en el que uno se encuentre.
Tenga disposición para cualquiera
de estos dos tipos de encuentros.
Ambos curan,
demuestran cariño,
excitan.

Durante el masaje,
tal vez cualquiera de ustedes, o quizá los dos,
se sientan erotizados.
Tal vez duerman.
Tal vez estallen en risas
o en lágrimas.

Tal vez hayan tenido sexo
antes de empezar,
tal vez no;
tal vez durante,
o después del masaje.
De cualquier modo, si el sexo o el orgasmo
se convierte en la meta,
lo más probable es que se pierdan
muchos otros placeres.

Deje que cada momento,
cada sentimiento,
despierte
por sí solo.

RECOMENDACIONES PARA EL MASAJE

Tres recomendaciones básicas:

Lo primero y más importante es el estar presente.

Olvidar cualquier expectativa del futuro y comparaciones con el pasado, estar aquí y ahora

Segundo:

durante el masaje, mantener contacto con toda la mano la mayor parte del tiempo.

Deje que sus palmas, dedos

y pulgares

delineen cada contorno.

Tercero:

mantenga un movimiento continuo.

Que los movimientos se fundan uno con otro,

cada uno

mejorando el anterior

y preparando el siguiente.

Aún más importante
que las técnicas
es
su expresión personal.

Aún más importante
que su expresión personal
son
los deseos del que recibe.

Aún más importante
que los deseos del que recibe
es
el nunca forzarse a sí mismo,
sino
estar dispuesto(a) a descubrir
nuevos horizontes.
Un delicado equilibrio.

**RECUERDE
QUE...**

RECUERDE QUE...

Si la sensación de su caricia
hace sentir bien al que la recibe,
lo está haciendo correctamente,
sin importar
las teorías o instrucciones escritas.

Varíe
la presión,
el compás,
el ritmo.
Repetir un movimiento en la misma forma
se vuelve aburrido fácilmente
para el que recibe y para el que da.

Si hay dos que reciben,
dé masaje a ambos.

Deslice sus manos de principio a fin.
Al comenzar un movimiento,
en vez de dejar caer sus manos,
deslícelas con un lento descenso
en la dirección
en la que éstas se mueven.
Al terminar,
continúe el movimiento con una ascensión gradual.

En todo momento
disminuya la intensidad en los principios y los finales
para que el masaje sea más suave.

RECUERDE
QUE...

Si no está muy seguro(a),
una presión ligera es lo más recomendable.
La preferencia del que recibe, en cualquier caso,
es la mejor guía.
Si tiene dudas, pregunte ocasionalmente.

Minimice el habla.
Haga una importante excepción
cuando el que recibe
necesite comunicar sus sentimientos.

Concéntrese.
Relajarse y respirar lentamente
le ayudarán a alcanzar un estado
de concentración más profundo.

Al estar concentrado
usted experimentará más intensamente
su propio placer.

Se supone que los siguientes movimientos
de masaje serán impartidos en una mesa.
Excepto en algunos movimientos largos,
la mayoría de las instrucciones pueden ser adaptadas
para el suelo o la cama.

Siga la secuencia presentada,
o cree una
más apropiada a su situación.

Dé masaje en todo el cuerpo
o sólo en una zona.

SALUD

Discutir asuntos de salud es esencial, así como establecer confianza en una relación que tal vez sea sólo por una tarde o toda una vida.

Si alguno de los dos estuviera resfriado, la otra persona puede elegir estar cerca o no.

Si existiera alguna infección en la piel es preferible no tener contacto con esa área. Tal vez mantenerla cubierta sea lo mejor.

Si hay alguna preocupación acerca de un posible virus transmisible por medio de fluidos del cuerpo, compártala con su pareja. Lea el apéndice de este libro, *Erotizando un sexo más seguro*, y consulte asociaciones que promuevan el sexo seguro; acérquese a textos que puedan ayudarlo(a) a decidir por sí mismo(a) lo más conveniente para sus expresiones sensuales y sexuales.

Pregúntele al otro si tiene partes extremadamente sensibles. Sea muy cuidadoso(a) y delicado(a) al dar masaje en ellas o simplemente exclúyalas.

Si padece alguna lesión severa, o si existen problemas circulatorios, consulte primero a un profesional de la salud.

Continuamos con el debate
acerca de lo saludable,
pero ahora con respecto al
aceite vegetal,
aceite mineral
y lubricantes con base de agua
para masajes, sobre o dentro del cuerpo.
Muchos preparados comerciales contienen
conservantes, colorantes artificiales
y otros aditivos químicos.
Algunas personas son alérgicas
a estas sustancias,
por lo que es recomendable que primero haga una prueba.

En lo que respecta a embarazos,
se recomienda que éstos sean planeados.

Ahora está listo(a)
para comenzar la preparación final
de su regalo especial.

PREPARATIVOS

¿Dónde?

Cualquier lugar,
siempre que las distracciones
e interrupciones
sean mínimas.

Dentro o al aire libre, a elegir.
Cuando sea al aire libre,
tome en cuenta los insectos y la exposición al sol.
Cuando sea dentro,
desconecte el teléfono.
Asegúrese de que nadie –incluyendo niños–
les interrumpa.

Es muy importante
mantener una temperatura cálida.
Si es necesario, utilice un calefactor portátil
o cubra las áreas del cuerpo
que no estén recibiendo masaje.

¿Cuándo?

Celebre un cumpleaños
o un aniversario.

Dé un regalo de día festivo
hecho con sus propias manos.

Después de un intenso día de trabajo
o durante un período estresante.

Algunas veces puede ser espontáneo,
pero asegúrese de fijar un día o una tarde,
así es más probable que todo
resulte bien.

Dar masaje a una mujer embarazada
es un regalo que no se olvida.

En etapas avanzadas del embarazo,
lo más probable es que no se pueda acostar boca abajo o
boca arriba.

Tal vez lo mejor sea evitar ciertas posiciones,
pero no debe nunca dejar de tocar.

¿Con qué?

Básicamente todo lo que necesita es aceite;
los que contienen fragancia seducen
pero pueden causar escozor en la piel,
especialmente en el tejido sensible.

Algunas personas prefieren aceite vegetal,
(el de coco sin fragancia es una buena opción);
otras aceite mineral.

Visite su tienda de lociones y perfumes.

También algunos establecimiento naturistas ofrecen
estos tipos de aceites.

Algunas personas consideran que para los tejidos sensibles,
como los genitales de la mujer,

los lubricantes con base de agua son los más saludables.

Los puede adquirir en una farmacia,

o tal vez en un centro

especializado en aceites y productos de este tipo.

Puede aplicar el aceite o lubricante en sus manos,

ya sea directamente desde el envase,

o desde un recipiente hondo.

Las mesas de masaje son muy buenas para la espalda;

las tablas lisas cubiertas con hule espuma o cobertores

también funcionan.

Si nada de esto le es accesible, un suelo acolchado, una cama

o el suelo cubierto con cobertores

será suficiente.

Si selecciona una cama grande,

la cabeza del que recibe el masaje debe quedar

en una esquina al pie de la cama,

y los pies apuntando hacia la esquina opuesta.

Esto le dará mayor acceso

al lado derecho e izquierdo de la persona.

Con respecto a los cobertores,
seleccione materiales
que no resulten dañados por el aceite.
Algunos materiales son difíciles de limpiar,
y el aroma del aceite tal vez no desaparezca por completo.

Tenga una o dos toallas a mano.

Cuando la persona esté acostada boca abajo,
tal vez sea necesario que coloque una almohadilla
o un par de toallas enrolladas
en la parte de enfrente de los tobillos.

Cuando la persona esté acostada boca arriba,
si hay una ligera, pero incómoda presión en la espalda,
coloque la misma almohadilla debajo de las rodillas.

Si ha decidido con anticipación el uso de plumas
o cualquier otra estimulación táctil,
manténgalas accesibles.

Si desea seleccionar música,
escoja melodías suaves y que
no sean cantadas.

Utilice velas o luces de colores,
incienso,
flores;
o coloque algún detalle que ayude a crear un ambiente especial.
No olvide
que no es necesario
crear un ambiente extravagante en cada ocasión.
Algunas veces
sólo cerrar la puerta basta.

¿Todo listo?

¿Aceite,
teléfono desconectado,
temperatura agradable,
reloj, joyas y ropa fuera,
las lentes de contacto de su pareja quitadas;
también (si es necesario),
sus uñas cortas,
sus manos limpias y tibias?

Pregunte si el masaje
en alguna zona en particular
es de especial placer.

Pregunte acerca de otros detalles,
tales como la preferencia del uso de aceite en el pelo
o limitaciones de tiempo.

Una vez que su pareja
esté lista para comenzar,
invítela a hacer
un par de inspiraciones profundas
y a cerrar los ojos.

Deje que sus manos
se muevan intuitivamente.
Usted puede abrir puertas
hacia la paz interior,
hacia el placer,
hacia la felicidad,
tanto las de su pareja
como las suyas.

EL MASAJE

EL PRINCIPIO

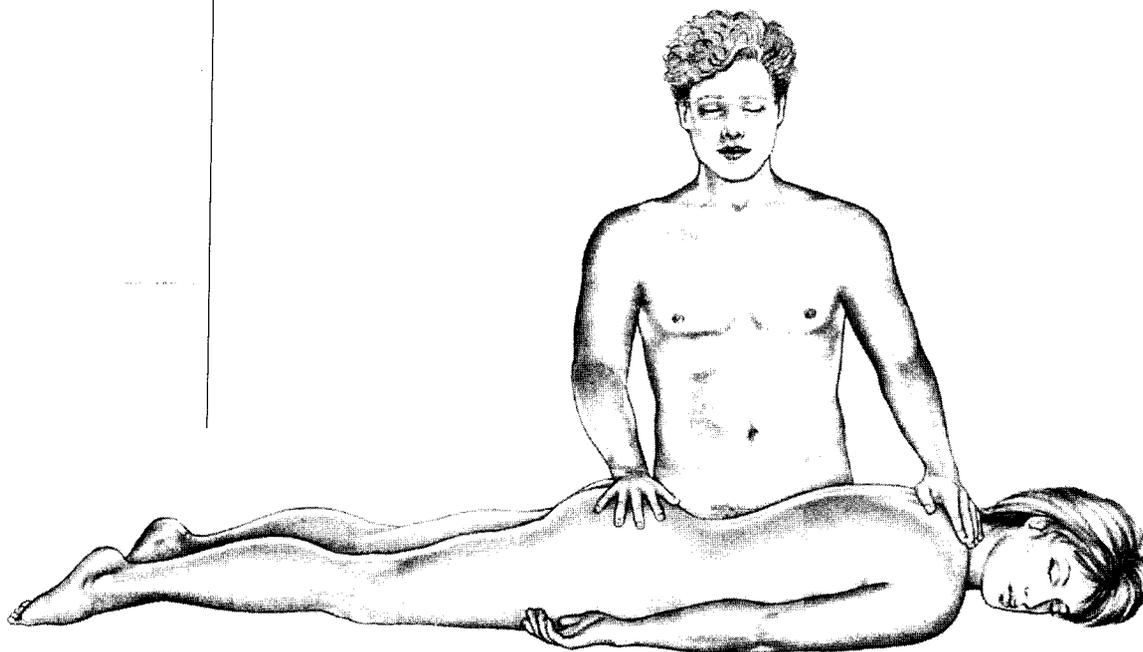
Posición de su pareja: Boca abajo con los brazos en los costados.
Su posición: Inicialmente al lado izquierdo de su pareja.

1.
Sintiendo
el contacto
por primera vez

1. Sintiendo el contacto por primera vez

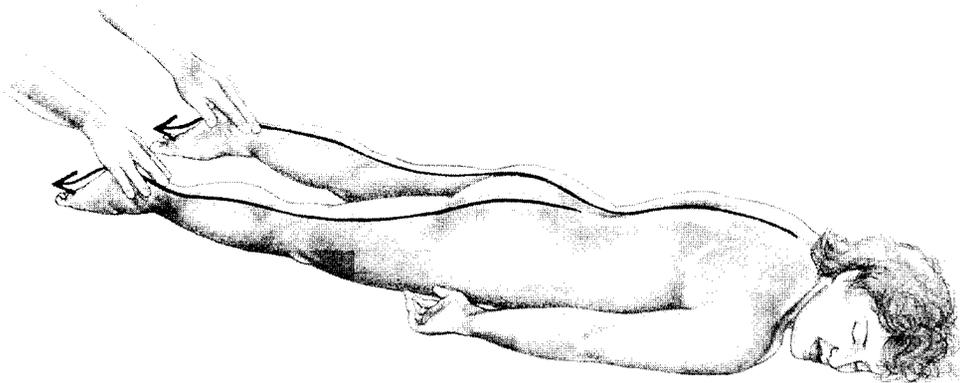
1. A

A.
Concéntrese interiormente.
Relaje su respiración.



1. B

B.
Coloque su palma izquierda en la parte superior de la espalda
y su palma derecha en el hueso sacro.



Sintiendo
el contacto
por primera vez

C.

Lentamente mueva sus manos hacia abajo,
sepárelas en la cintura
y siga hasta tocar la punta de los pies.

Si va a usar plumas, tela suave,
u otro material sensual
para acariciar a su pareja,
hágalo ahora,
antes de aplicar el aceite.

1. C

EL PRINCIPIO

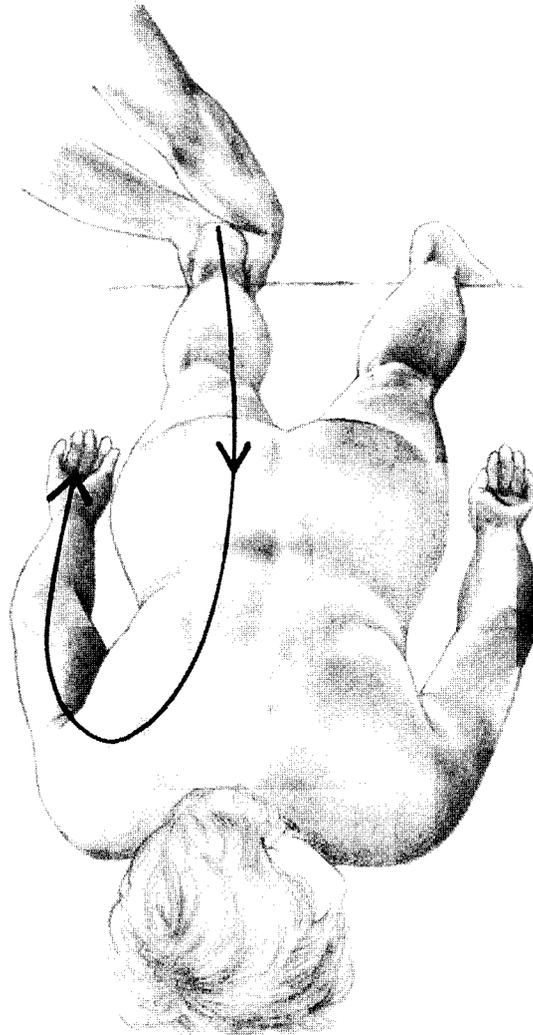
2. Esparciendo el aceite

2. A

2. Esparciendo el aceite

A.

Caliente el aceite frotando sus manos.
Tenga cuidado de que no caigan gotas encima de su pareja.



2. B

B.

Esparza el aceite deslizando sus manos
por la espalda:
comience con los pies, subiendo por las piernas y el torso
hasta llegar a la yema de los dedos de ambas manos.

Repita la misma secuencia en el otro lado.
(Es más fácil si se coloca del otro lado antes de comenzar.)

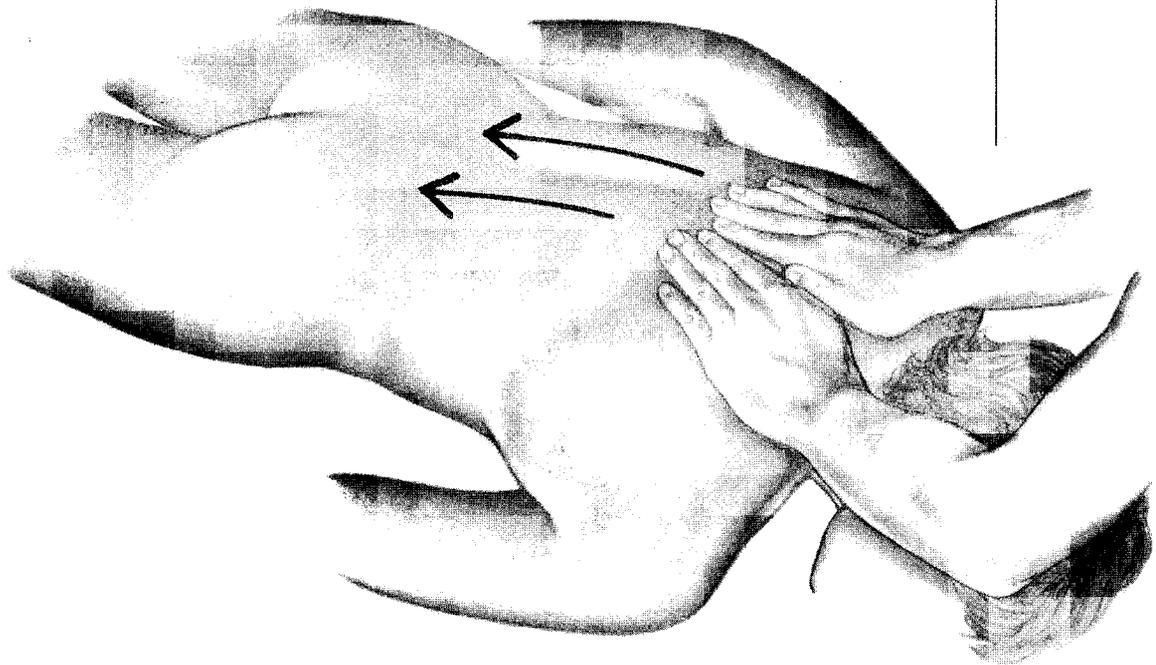
Ésta es la única vez que se aplica el aceite en todo el cuerpo.
Generalmente sólo se añade un poco más
en el toque inicial de cada zona.

ESPALDA

Su posición: Inicialmente a la cabeza de su pareja, en dirección a los pies

3. Movimiento de enlace

3.
Movimiento
de enlace

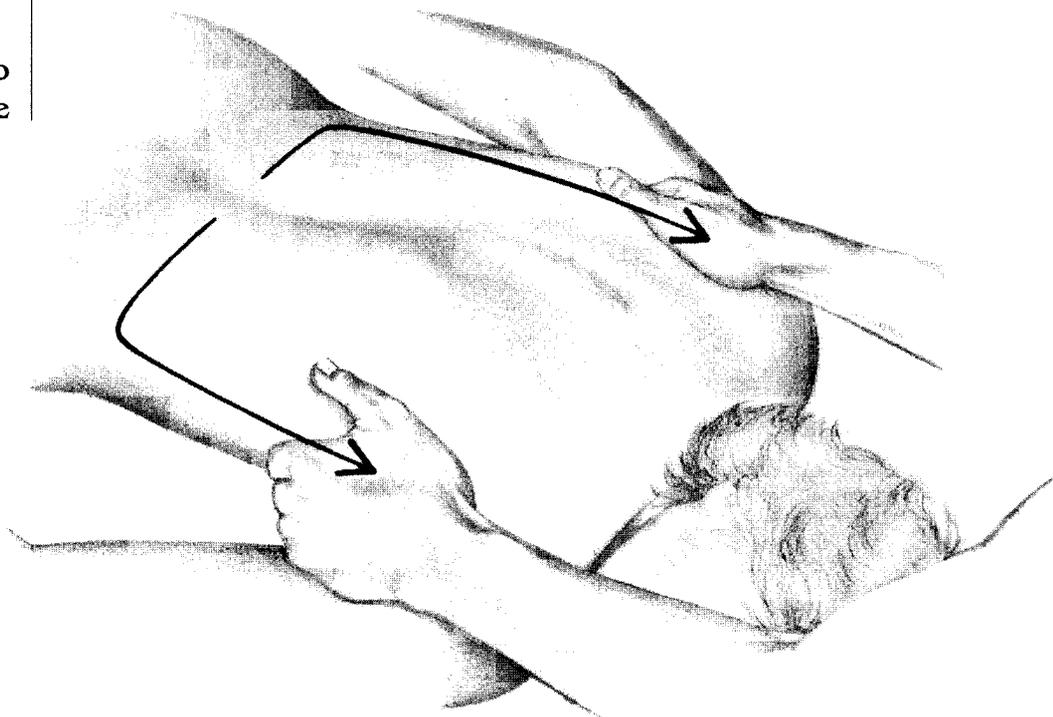


A.

Deslice sus manos paralelamente,
desde la parte superior de la espalda hasta los glúteos.

3. A

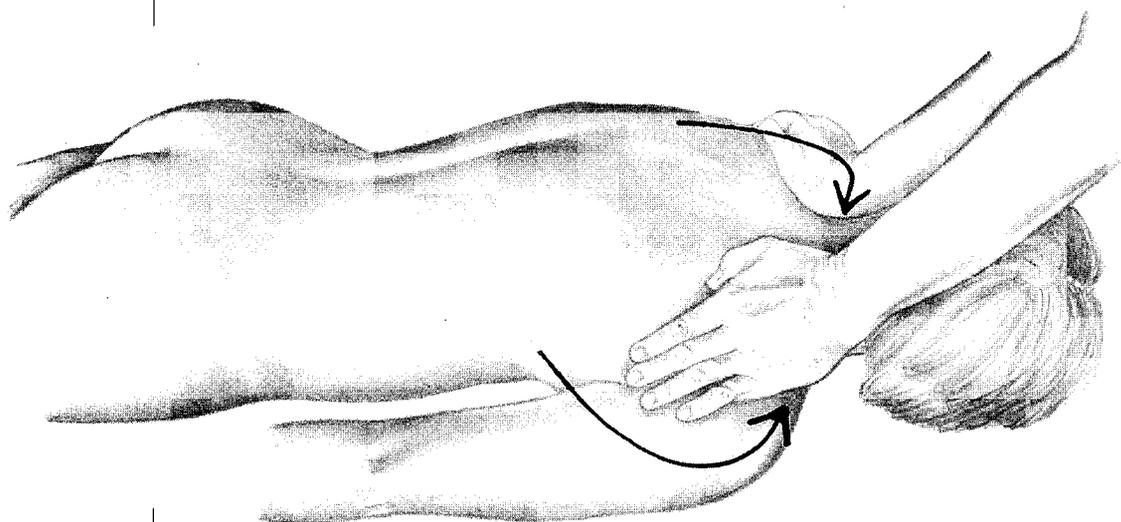
Movimiento
de enlace



3. B

B.

Deslice sus palmas de dentro a fuera de la cintura;
después hacia arriba por los costados
hasta llegar a los hombros.

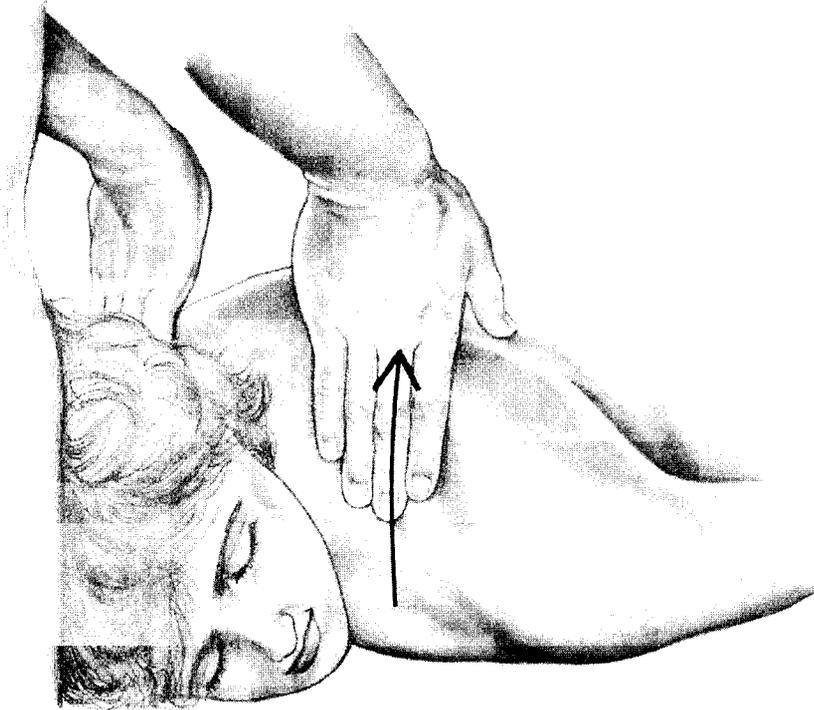


3. C

C.

En los hombros, rote sus manos hacia fuera.

Movimiento de enlace



D.

Dé masaje hacia arriba en los músculos de los hombros
(sin tocar la garganta).

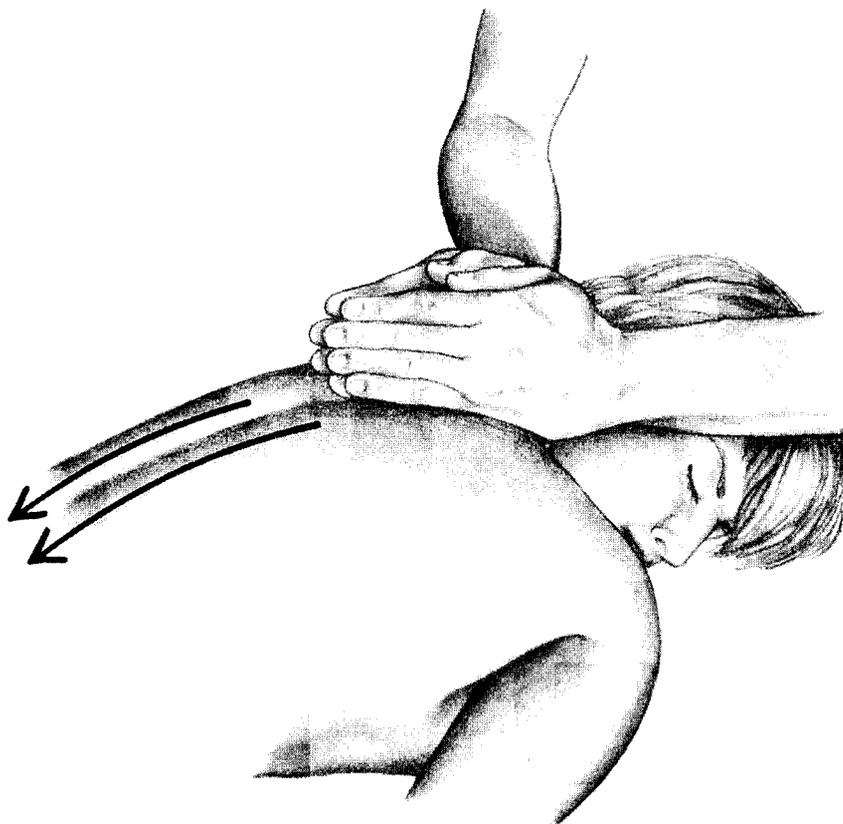
Repita los movimientos de la A a la D varias veces.

3. D

ESPALDA

4. Movimiento del orador

4. Movimiento del orador



4. A

A.

Coloque sus manos a cada lado de la columna vertebral y deslícelas por su parte exterior hacia abajo por la espalda, hasta llegar debajo de la cintura.

(Los siguientes tres movimientos son idénticos a los descritos en los puntos 3B, 3C y 3D.)

4. B

B.

Deslice sus palmas hacia fuera de la cintura, después hacia arriba por los costados hasta llegar a los hombros.

4. C

C.

En los hombros, rote sus manos hacia fuera.

4. D

D.

Dé masaje hacia arriba en los músculos de los hombros (sin tocar la garganta).

Repita los movimientos de la A a la D varias veces.

5. Masaje para los hombros



A.

A cada lado de la columna vertebral, haga pequeños movimientos circulares con la parte lisa de sus pulgares.

En este movimiento, los pulgares se mueven uniformemente de arriba abajo

Enfoque la presión en dirección a los pies.
Mantenga sus dedos en constante contacto con su pareja.

Esta serie de círculos vuelven a subir gradualmente por la espalda.

5.
Masaje para los
hombros

5. A

Masaje para los
hombros



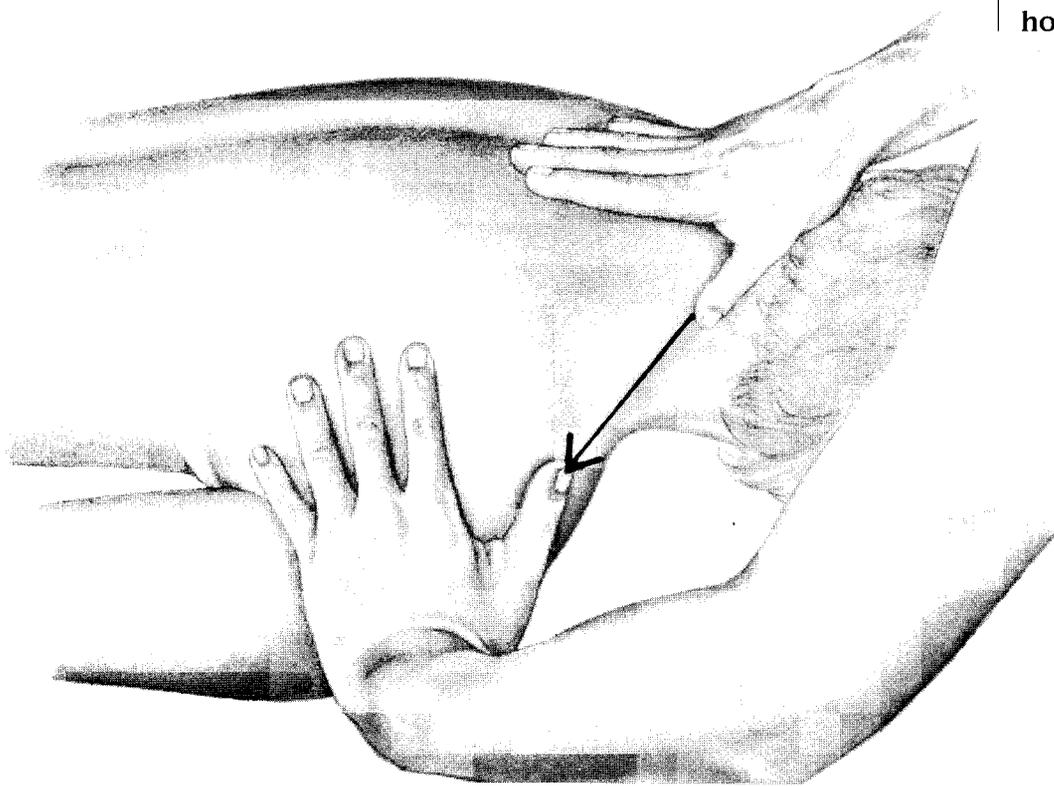
5. B

B.

En el hombro derecho, entre la columna y el omóplato,
haga círculos con sus pulgares;
esta vez alternando las manos,
una después de la otra.

Concéntrese en el área cerca del cuello.

Masaje para los
hombros



C.

En la franja entre el omóplato y la clavícula derecha,
deslice sus pulgares hacia fuera en dirección
a la parte final del hombro,
alternando una mano después de la otra.

5. C

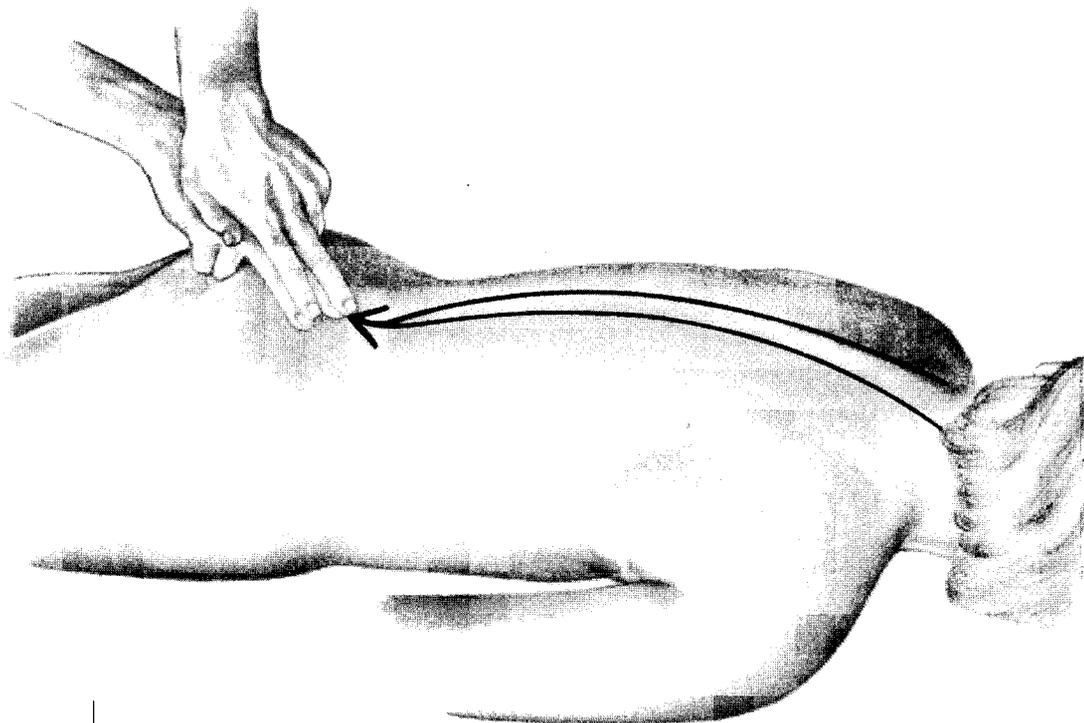
D.

Ahora aplique los movimientos B y C al hombro izquierdo.

5. D

6.
Masaje para la
columna

6. Masaje para la columna



Coloque las yemas de sus dedos índice y medio
a cada lado de la columna vertebral a la altura del cuello,
y deslícelas hasta llegar a los glúteos.

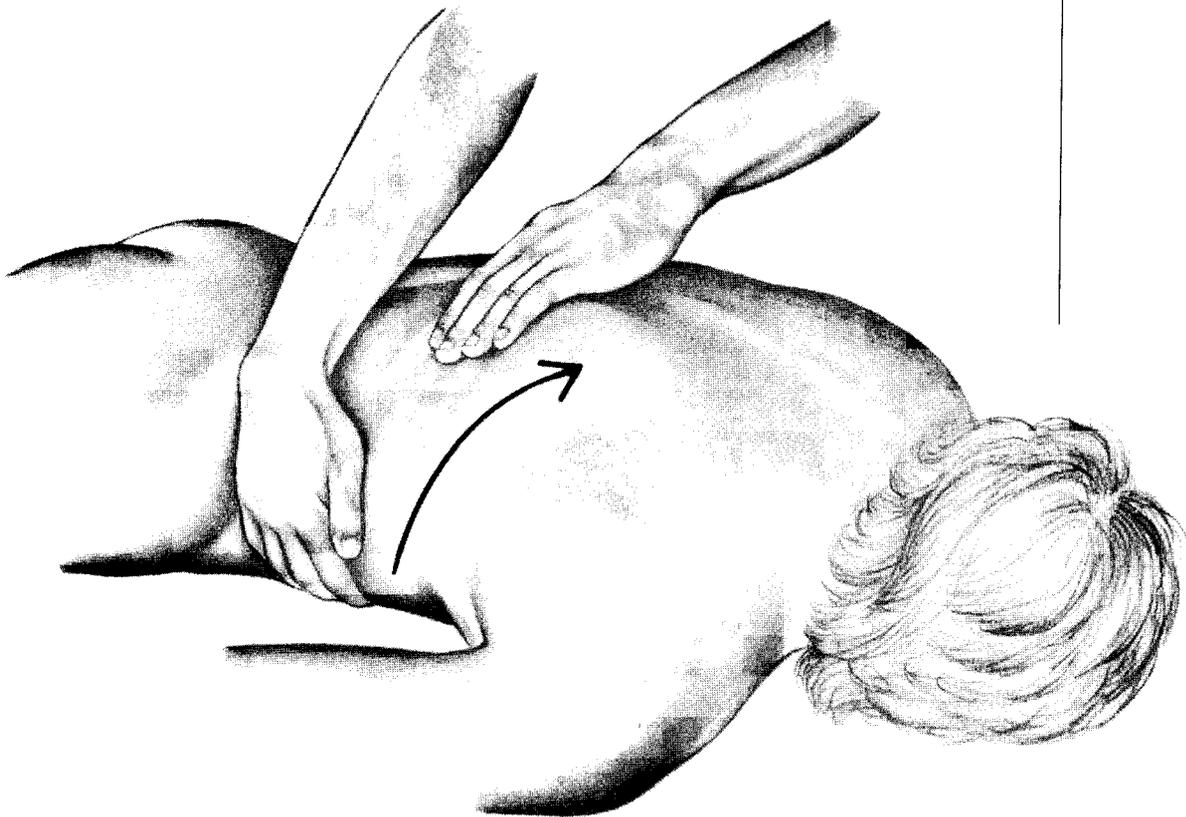
Utilice una presión firme.

(Si desea aplicar un poco más de presión
coloque los dedos de su otra mano sobre ésta.)

Repita este movimiento varias veces.

7. Masaje en los costados

7.
Masaje en los
costados



A.

Alterne el movimiento de sus manos en un solo costado,
y deslícelas hacia la columna vertebral.

7. A

(Este movimiento incluye el área comprendida desde la cadera
hasta cerca de las axilas.)

B.

Colóquese del otro lado y aplique el mismo movimiento
al costado contrario.

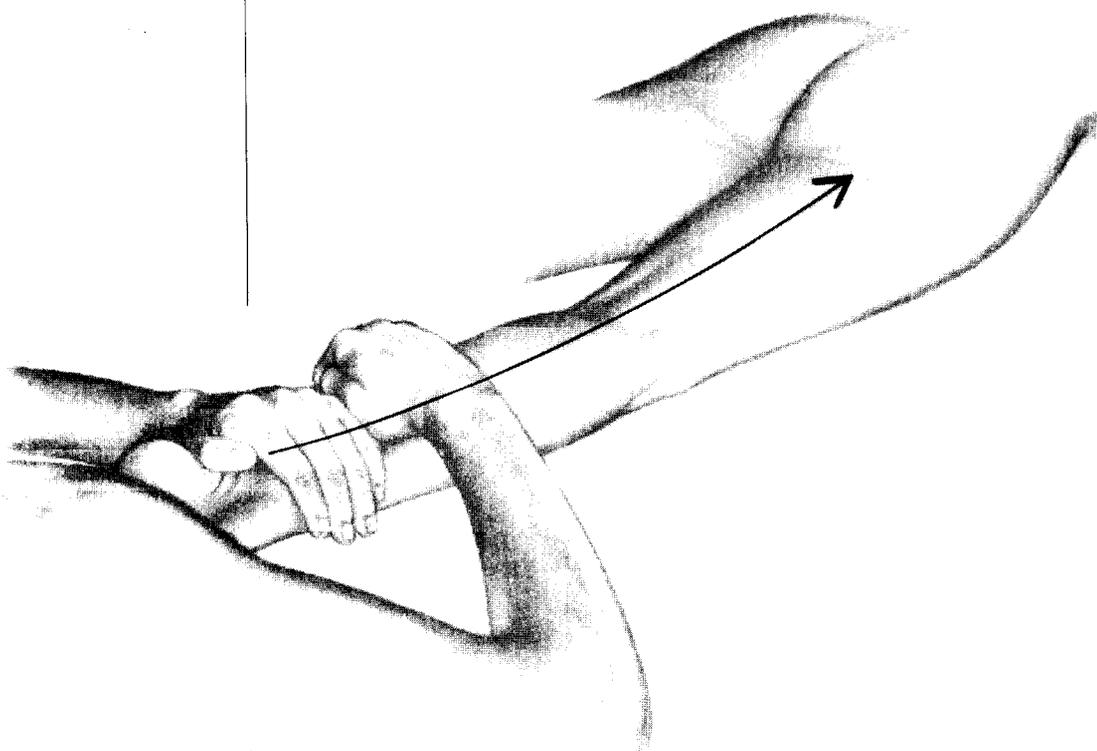
7. B

PARTE TRASERA DE LAS PIERNAS

Instrucciones: Movimientos descritos para la pierna derecha.
Su posición: Inicialmente, a la derecha del pie derecho.

**8.
Movimiento
de enlace**

8. Movimiento de enlace



8. A

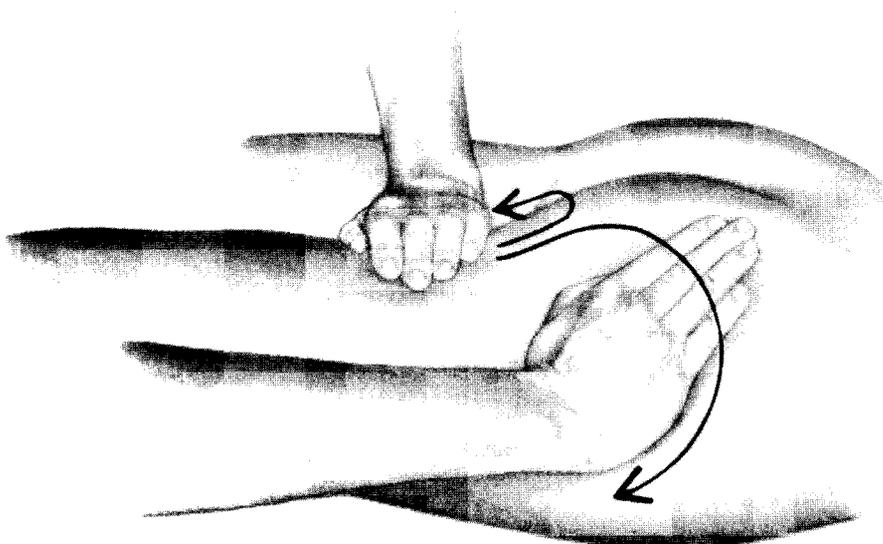
A.

Con su mano derecha enfrente, deslice ambas manos hacia arriba por la parte trasera de la pierna.

(En ambas manos, el dedo meñique queda al principio y los pulgares al lado del índice correspondiente.)

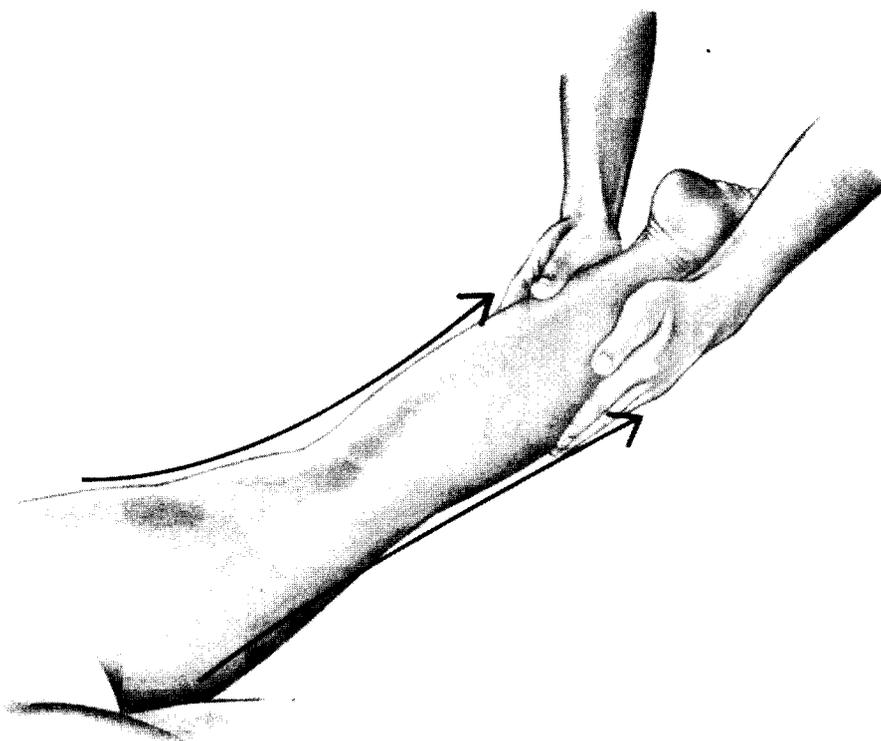
**PARTE TRASERA
DE LAS PIERNAS**

**Movimiento
de enlace**



B.
Cerca de los glúteos,
rote su mano hacia fuera.

8. B



C.
Deslice sus manos aplicando presión por la parte interior
y exterior de la pierna.

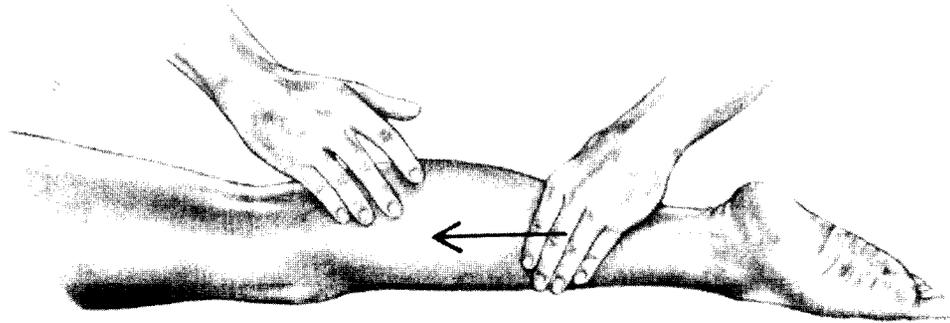
8. C

Repita los movimientos de la A a la C varias veces.

Masaje erótico

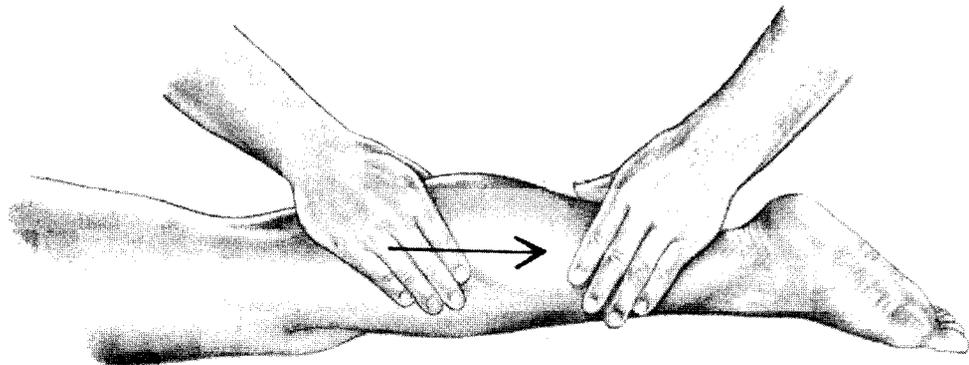
**9.
Frotación**

9. Frotación



a. Concentrándose en una sola mano al principio, apriete suavemente con su pulgar colocado en el lado opuesto de la pierna de donde se encuentran sus otros dedos.

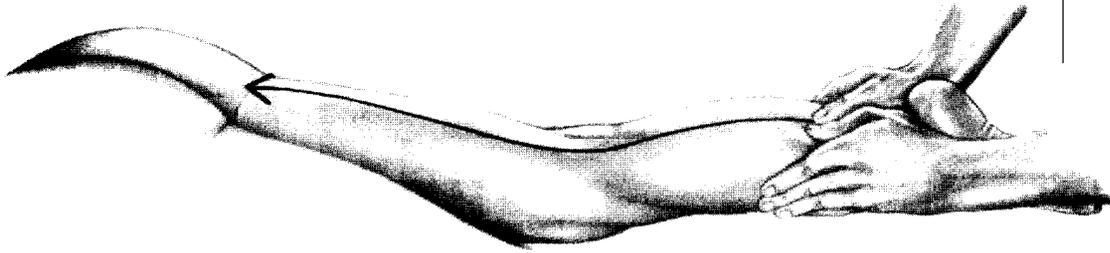
Al mismo tiempo que aplica presión, deslice sus manos unos cuantos centímetros.
Después cese la presión.



b. Al terminar, prosiga con la pantorrilla izquierda.

Gradualmente comience a frotar sobre toda la pantorrilla, muslo y glúteo.

10. Deslizando los pulgares

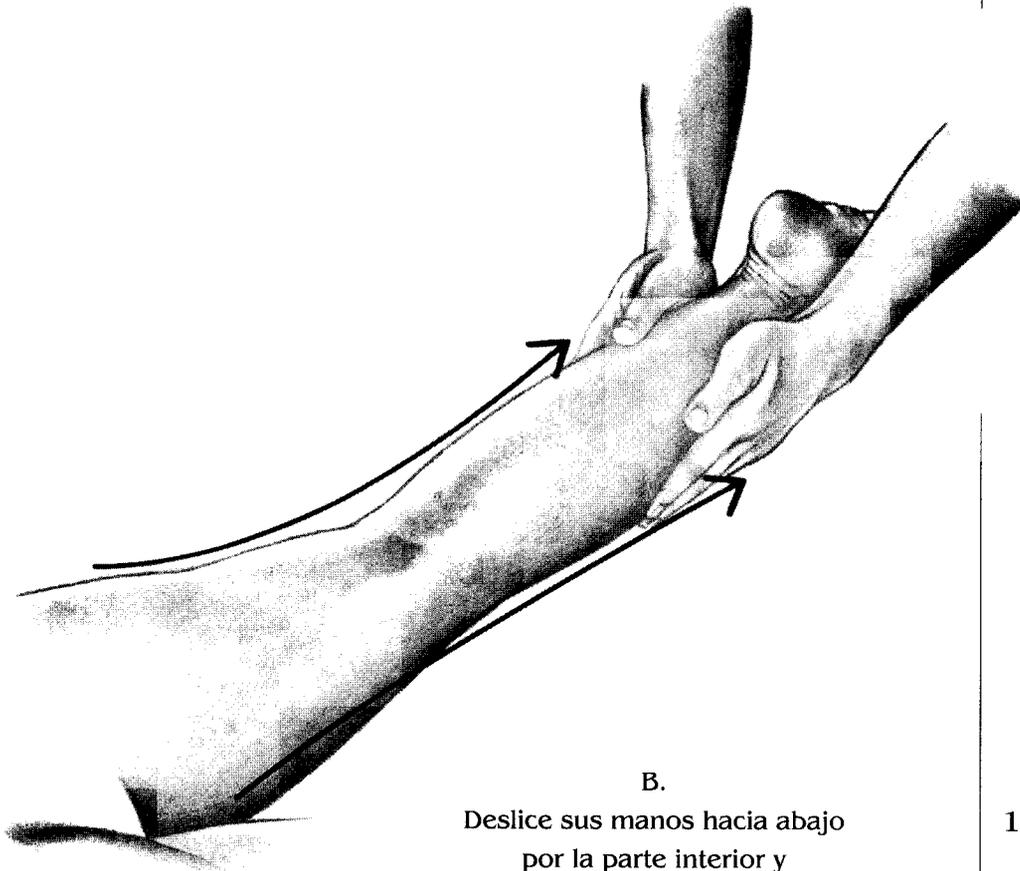


A.

Deslice la parte plana de sus pulgares hacia arriba,
justo por la mitad de la parte trasera de la pierna.
(Permita que sus dedos mantengan un contacto constante
con ambos lados de la pierna.)

10.
Deslizando los
pulgares

10. A



B.

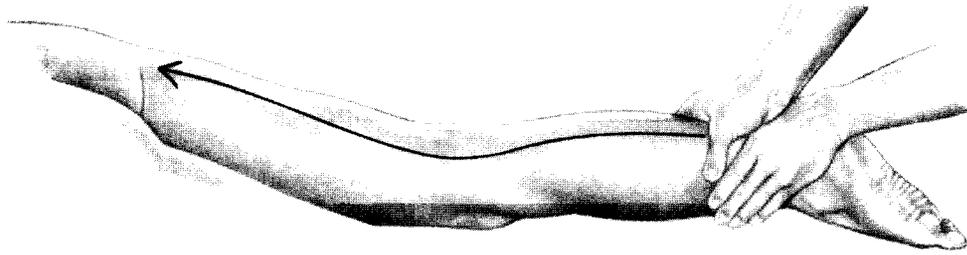
Deslice sus manos hacia abajo
por la parte interior y
exterior de la pierna.

10. B

Repita los movimientos A y B varias veces.

**PARTE TRASERA
DE LAS PIERNAS**

**11.
Movimiento en «V»**



11. A

A.

Deslice sus manos hacia arriba en forma de «V».
Para formar una V,
coloque sus manos como si fuera a dar un saludo de mano.
Después, coloque su mano derecha sobre la izquierda,
de manera que el dedo meñique derecho
esté cerca del pulgar izquierdo
y el pulgar derecho esté cerca del índice izquierdo.

11. B

B.

Deslice sus manos hacia abajo por la parte interior y exterior de la pierna,
como se describe en el movimiento
«Deslizando los pulgares».

Repita los movimientos A y B varias veces.

12.
Repita el punto 8

**12. Repita el punto 8
Parte trasera de la pierna:
Movimiento de enlace**

13.
El roce de
una pluma

13. El roce de una pluma

Alternando sus manos en un movimiento descendente y delicado,
mueva la punta de sus dedos a lo largo de toda la pierna,
alternando movimientos cortos y largos.

14.
Misma
secuencia en
la pierna izquierda

14. Misma secuencia en la pierna izquierda

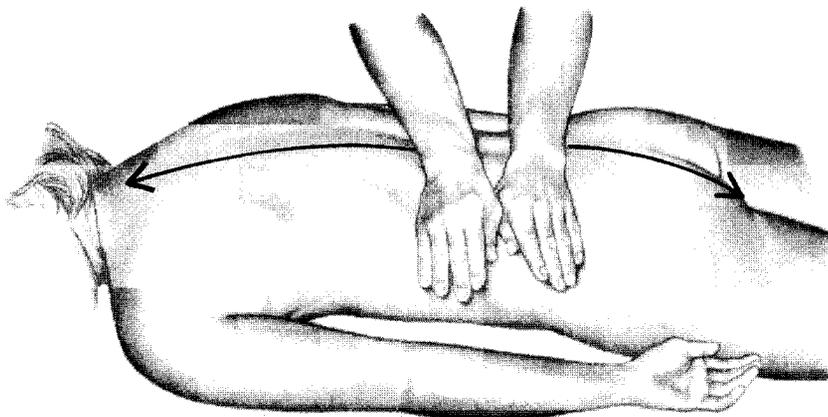
Recuerde intercambiar la posición
de su mano derecha e izquierda.

CONCLUSIÓN DE MASAJE EN LA ESPALDA

CONCLUSIÓN DE MASAJE EN LA ESPALDA

15. El abrazo

15. El abrazo



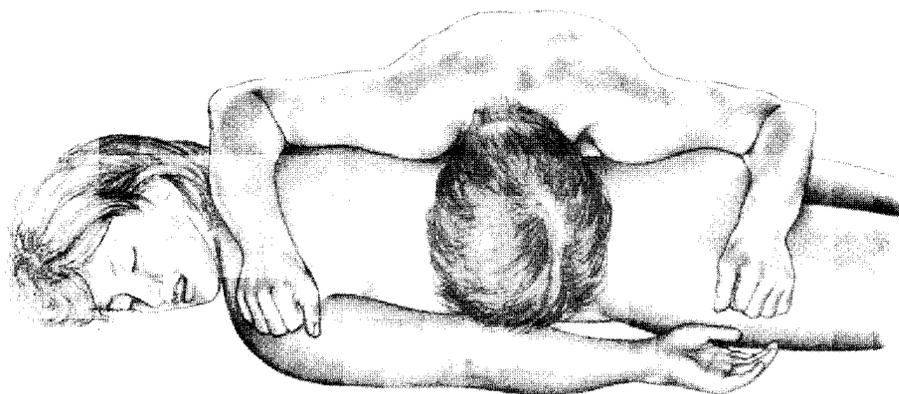
A.

(Este podría ser un movimiento complicado si no se utiliza una tabla para masaje.)

15. A

Usando la parte suave e interior de sus antebrazos, deslícelos por la parte baja de la espalda hasta llegar al área debajo de los glúteos. Continúe después por la parte superior de la espalda, y posteriormente deslícelos juntos de nuevo.

Repita este movimiento varias veces.



B.

Una vez haya repetido varias veces la parte A, descanse su pecho en la espalda de su pareja, teniendo cuidado de no poner presión en el área del cuello y la garganta.

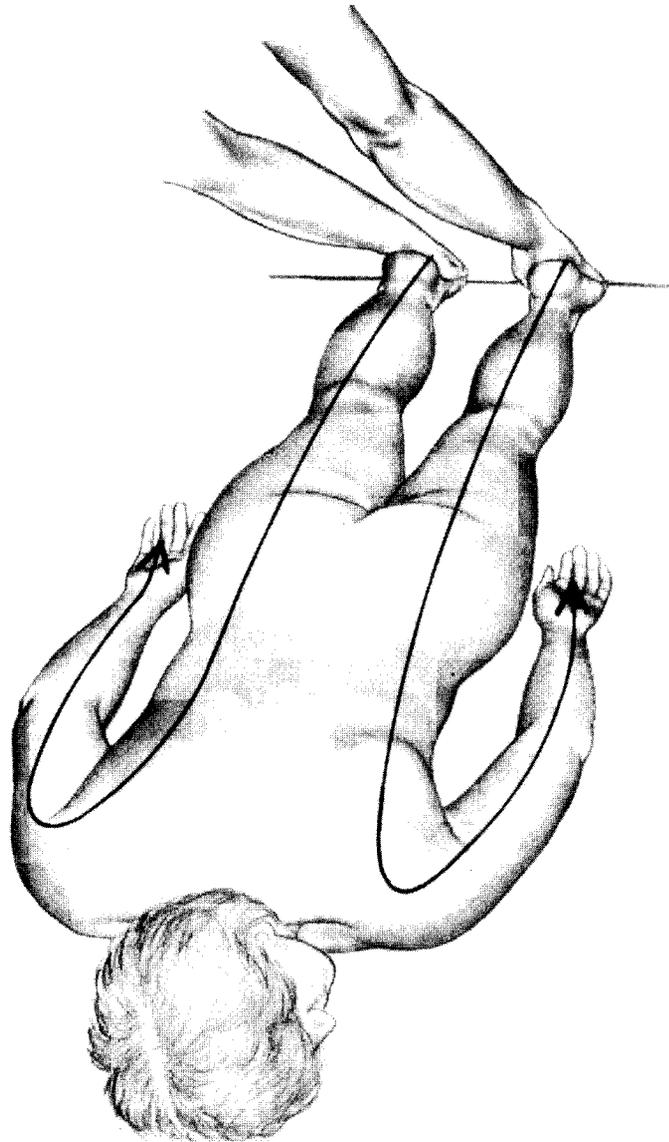
15. B

Masaje erótico

**CONCLUSIÓN DE
MASAJE
EN LA ESPALDA**

**16.
Movimiento final**

16. Movimiento final



En un movimiento largo, deslice lentamente sus manos hacia arriba desde los pies hasta los hombros, y luego hasta la punta de los dedos de las manos.

Si lo desea, mueva gentil y suavemente la punta de sus dedos por toda la espalda.

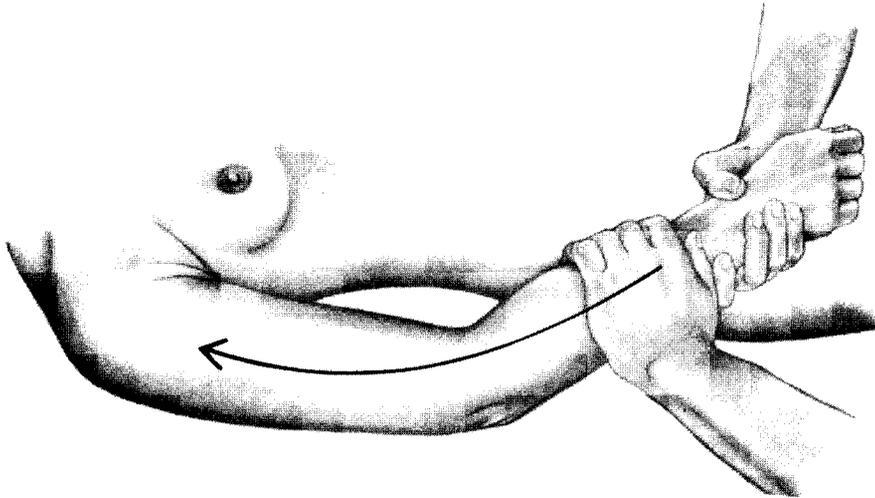
Después de un lapso de tiempo, con voz suave, invite a su pareja a volverse boca arriba cuando se sienta listo(a) para ello.

BRAZOS

BRAZOS

Instrucciones: Movimientos descritos para el brazo derecho.
Posición de su pareja: Recostado(a) boca arriba con los brazos a los lados
Su posición: Inicialmente, por el lado derecho al nivel de la cintura y en dirección a la cabeza.

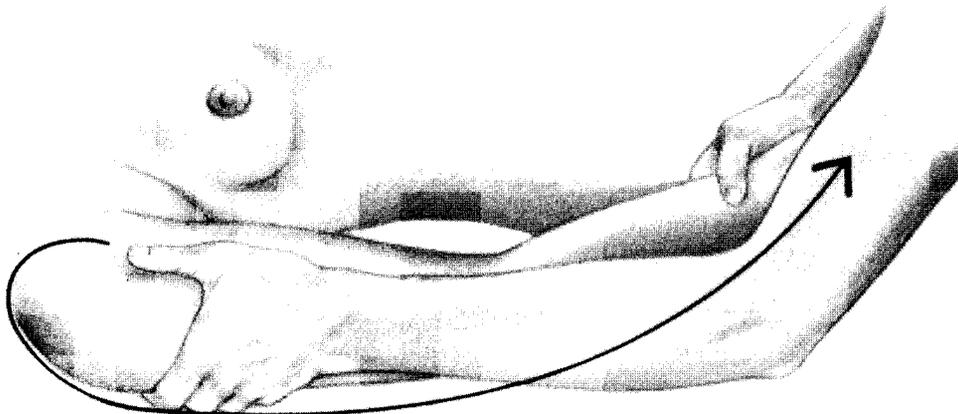
17. Movimiento de enlace



A.

Primero, tome suavemente la muñeca derecha de su pareja en su mano derecha.

Después, con su dedo meñique enfrente, deslice su mano izquierda hacia arriba por el lado exterior del brazo.



B.

Rote su mano en la punta del hombro y deslícela hacia abajo por debajo del brazo.

17.
Movimiento
de enlace

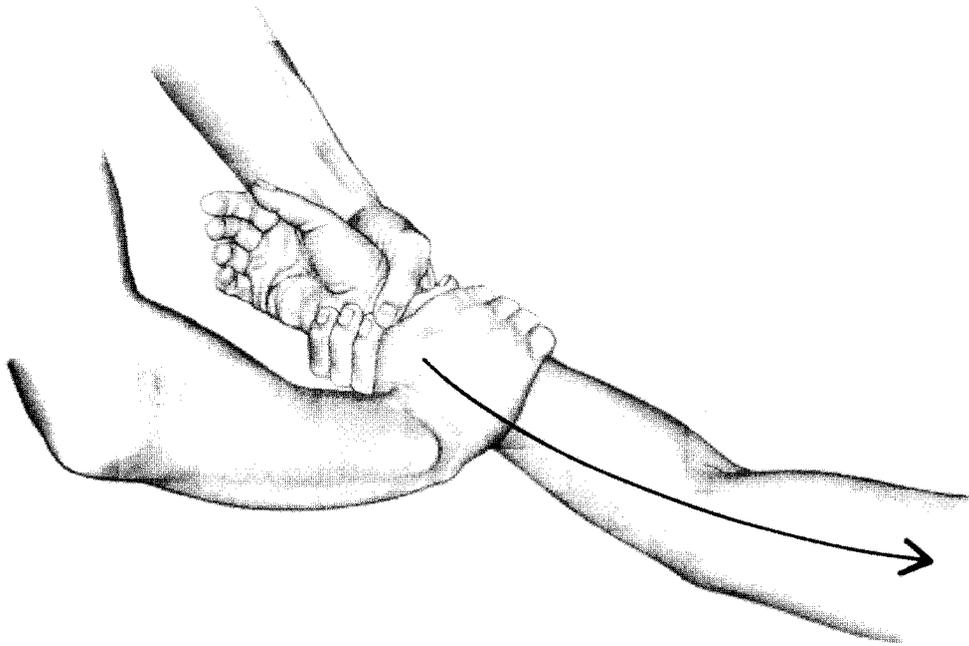
17. A

17. B

Masaje erótico

BRAZOS

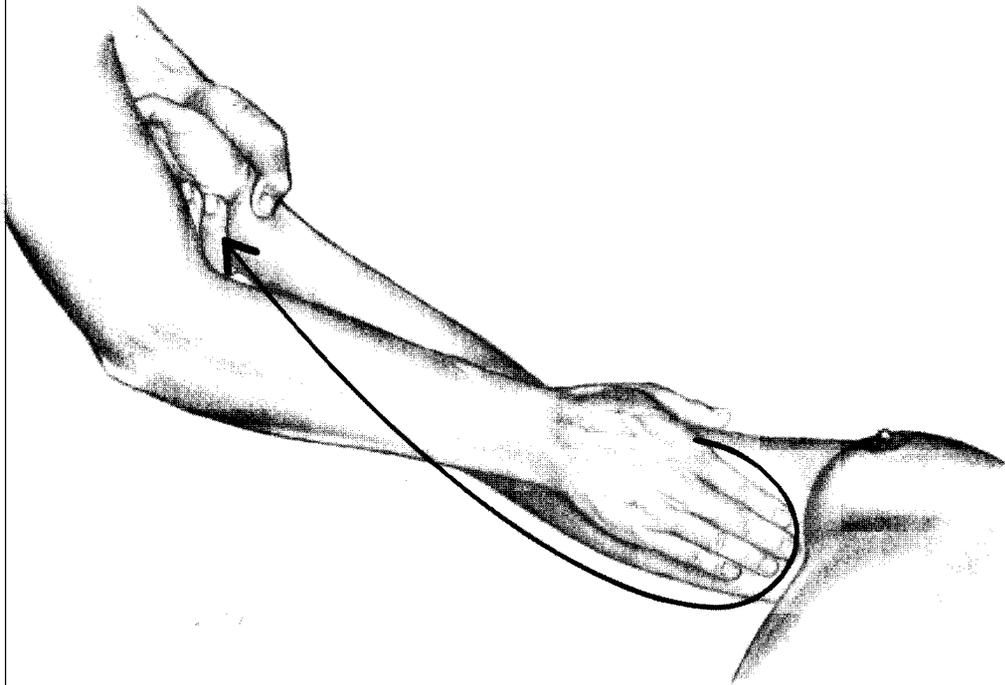
Movimiento de enlace



17. C

C.

Ahora, deje que su mano izquierda detenga la muñeca y muévela lejos del cuerpo de la persona. Deslice su mano derecha hacia arriba por la parte interior del brazo, utilizando su dedo meñique como guía.



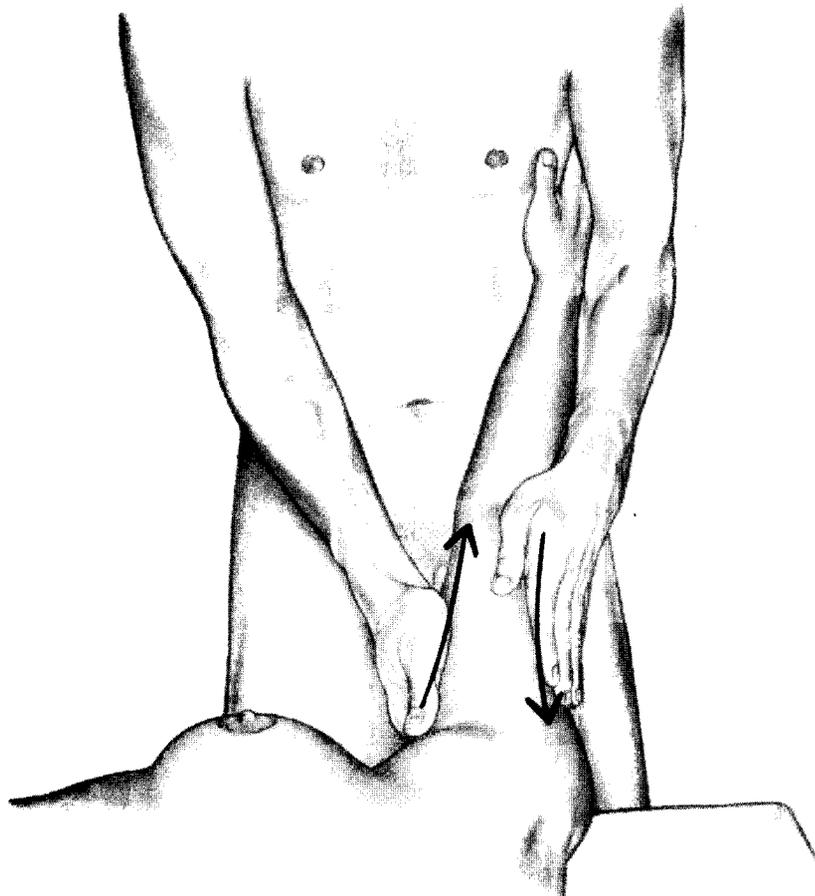
17. D

D.

En la parte interior de la axila, gire su mano hacia la parte trasera del hombro y deslice hacia abajo por la parte trasera del brazo.

Repita los movimientos A y D varias veces. *

18. Masaje para la parte superior del brazo



A.

Coloque la mano derecha de su pareja descansando en la parte izquierda de sus costillas.

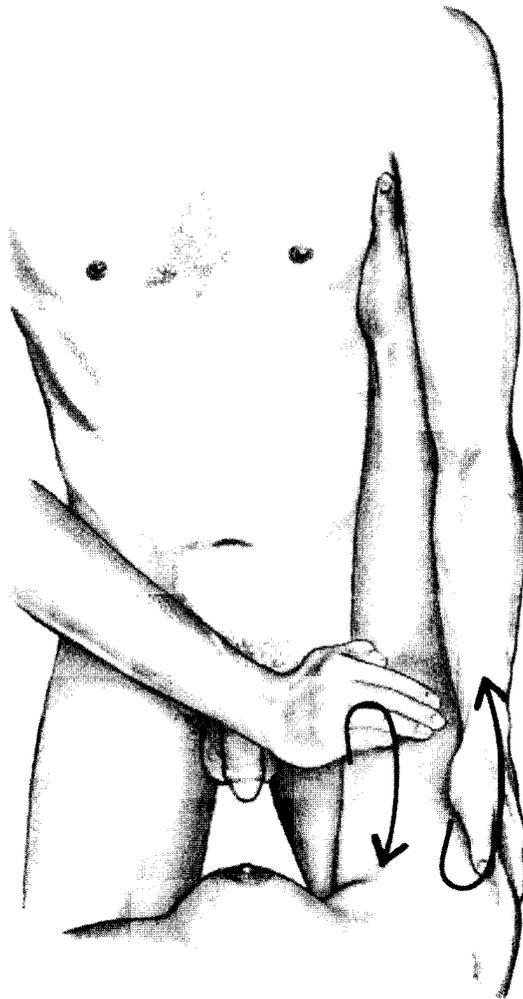
Deslice su mano izquierda hacia arriba por la parte exterior del brazo de su pareja, mientras que su mano derecha se mueve hacia abajo por la parte interior del brazo.

18.
Masaje para
la parte
superior del
brazo

18. A

BRAZOS

Masaje para
la parte
superior del brazo



18. B

B.

Su mano izquierda debe rotar en el hombro y deslizarse hacia abajo por la parte inferior del brazo de su pareja, mientras que su mano derecha rota en el codo y se desliza hacia arriba por la parte superior del brazo.

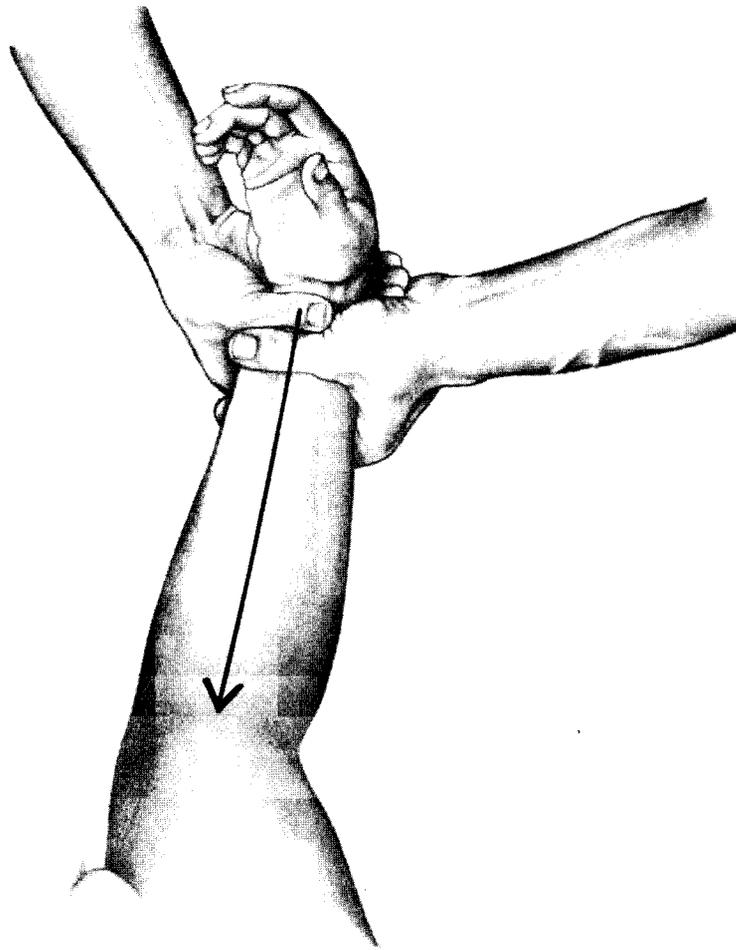
18. C

C.

Su mano izquierda debe rotar en el codo y deslizarse hacia arriba por la parte exterior del brazo (igual que en el punto A), mientras que su mano derecha rota cerca de la axila y se desliza hacia abajo por la parte interior (igual que en el punto B).

Repita los movimientos A y C varias veces.

19. Masaje para el antebrazo



19. Masaje para el antebrazo

A.

Coloque el antebrazo de su pareja hacia arriba y deslice la parte lisa de sus pulgares por todo el interior del brazo hacia abajo. Coloque sus pulgares paralelamente al hacer este movimiento.

19. A

B.

Cuando sus pulgares alcancen la parte interior del codo de su pareja, aligere la presión y deslice su mano hacia la muñeca.

19. B

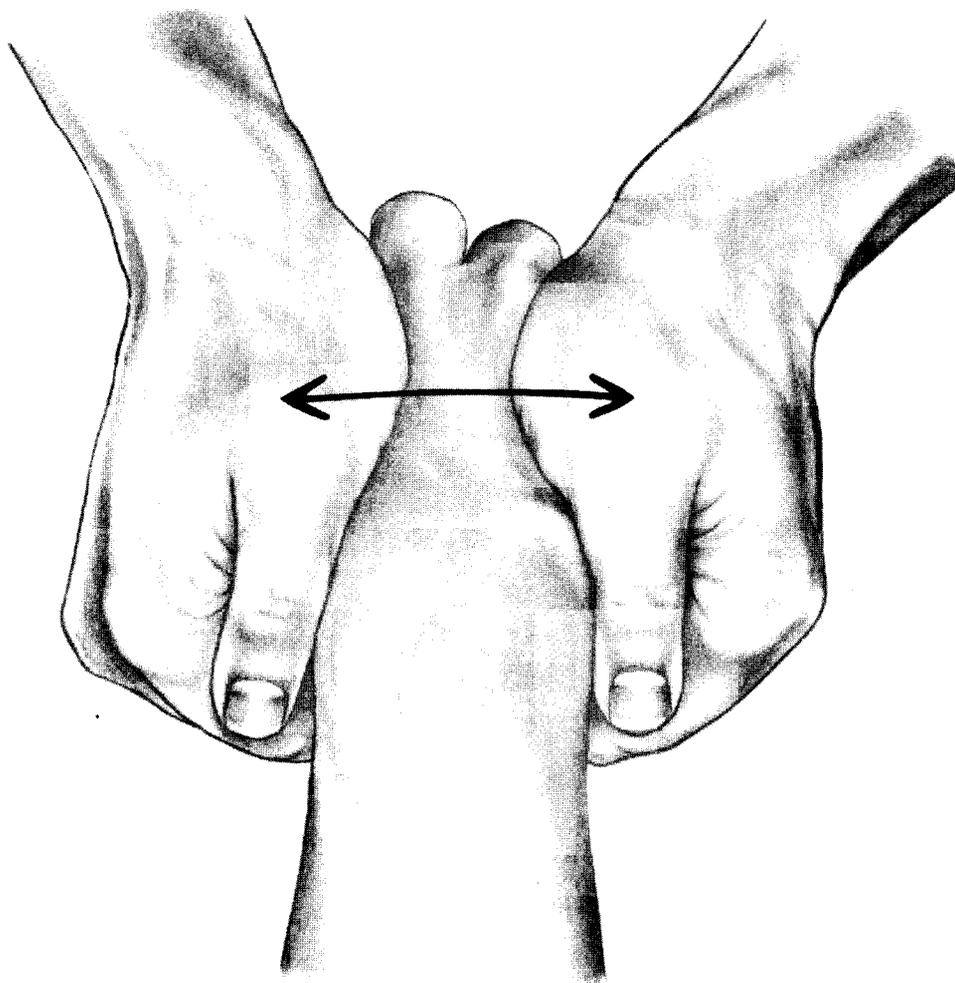
Continúe con su mano derecha antes de comenzar el masaje en el brazo derecho.

MANOS

Instrucciones: Movimientos descritos para ser aplicados a la mano derecha.

20.
Enrollando la
mano

20. Enrollando la mano

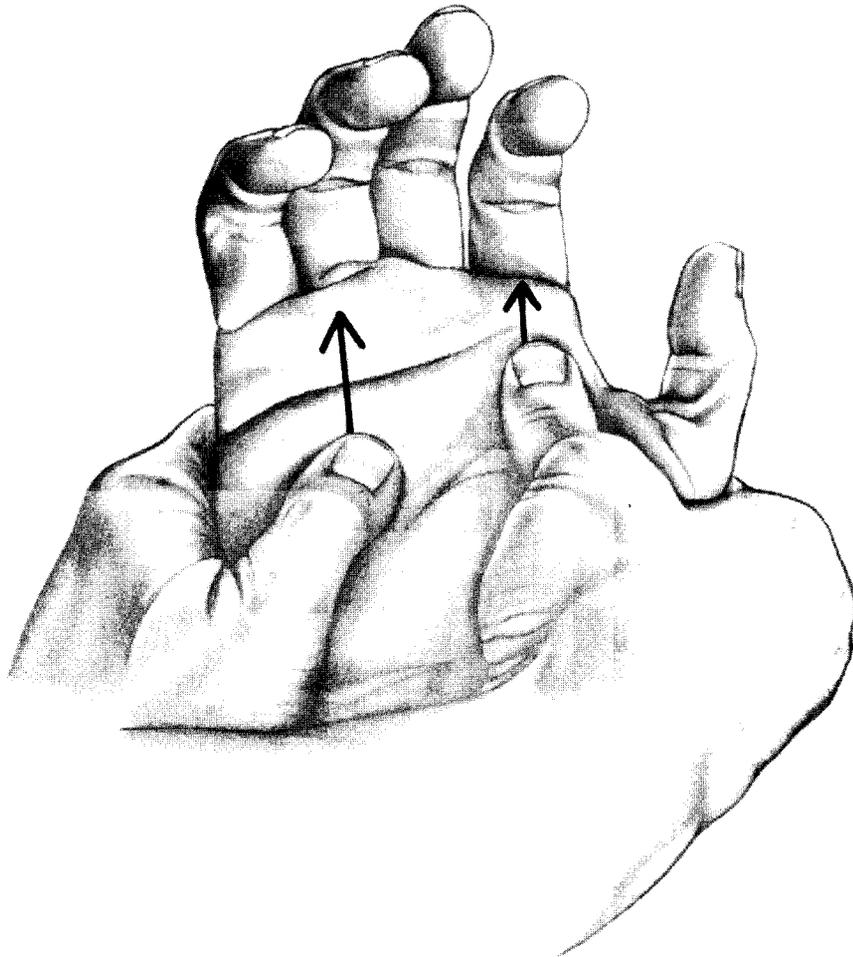


Deslice firmemente la base de sus pulgares hacia los lados de la mano, mientras presiona la mano hacia dentro, como si estuviera enrollándola.

Repita este movimiento varias veces.

21. Masaje para la palma

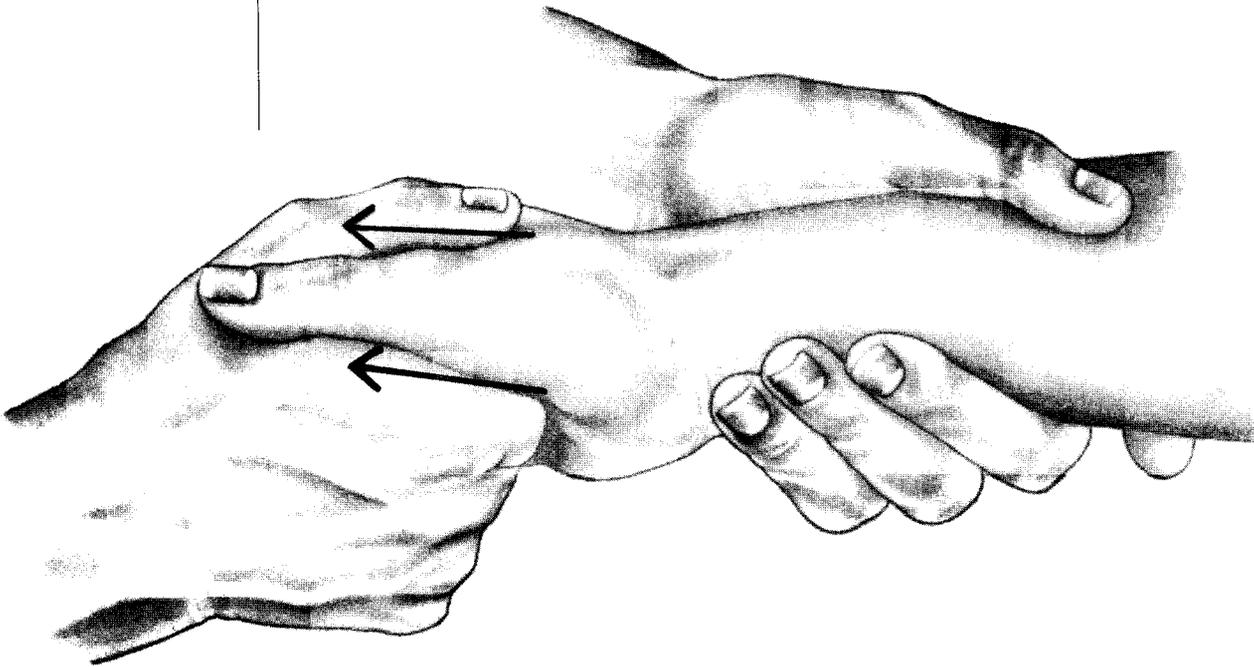
21.
Masaje para
la palma



Alternando sus pulgares,
deslícelos aplicando una presión firme hacia arriba
a través de la palma de la mano,
en dirección hacia usted.
Repita este movimiento varias veces,
cubriendo la palma por completo.

22.
Movimiento
entrelazado

22. Movimiento entrelazado



Coloque sus dedos pulgar e índice derechos (este último doblado)
entre el pulgar e índice derechos de su pareja,
y deslice firmemente su mano en dirección hacia usted.

Repita este movimiento varias veces.

23. Masaje para los dedos

MANOS

23. Masaje para los dedos



A.

Comenzando en la punta del dedo, deslice su pulgar e índice con extrema suavidad por los lados de éste, en dirección a la mano.

23. A



B.

Tome firmemente la base del dedo, y mueva su mano hacia arriba para que el dedo se deslice.

23. B

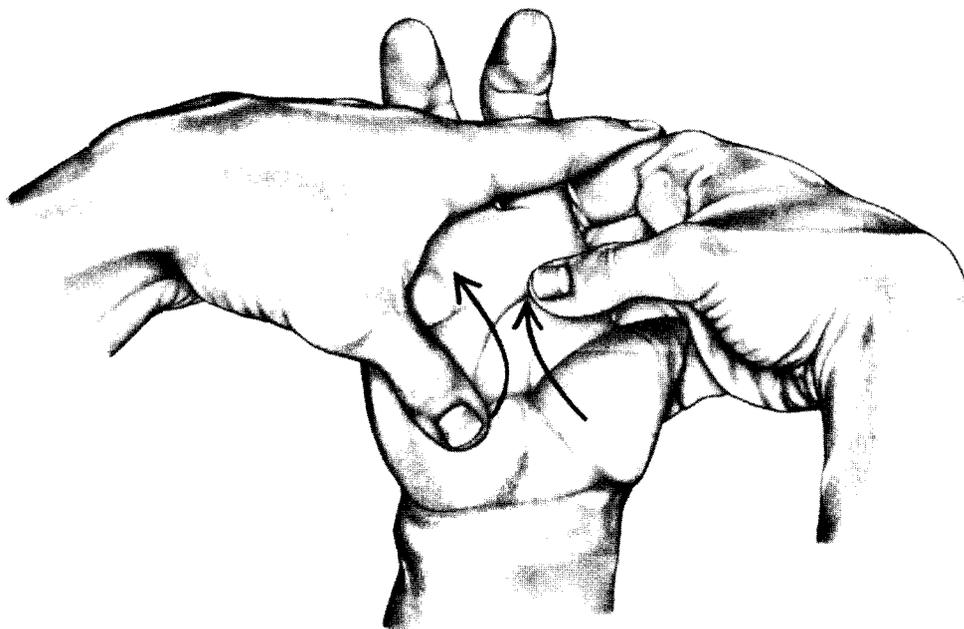
Repita los movimientos A y B una vez más en cada dedo.

Masaje erótico

MANOS

24.
Leyendo la
palma de
la mano

24. Leyendo la palma de la mano



Entrelazando sus dedos con los de su pareja,
extienda la palma suavemente
y dé un ligero masaje con la punta de sus pulgares.

25.
Repita el punto 17

25. Repita el punto 17. Brazos: Movimiento de enlace

26.
El roce de
una pluma
en brazos
y manos

26. El roce de una pluma en brazos y manos

Alternando sus manos en un movimiento descendente,
mueva la punta de sus dedos delicadamente
a lo largo del brazo y la mano de su pareja.
Alterne movimientos cortos y largos.

27.
Misma secuencia
brazo-mano
para el brazo
izquierdo

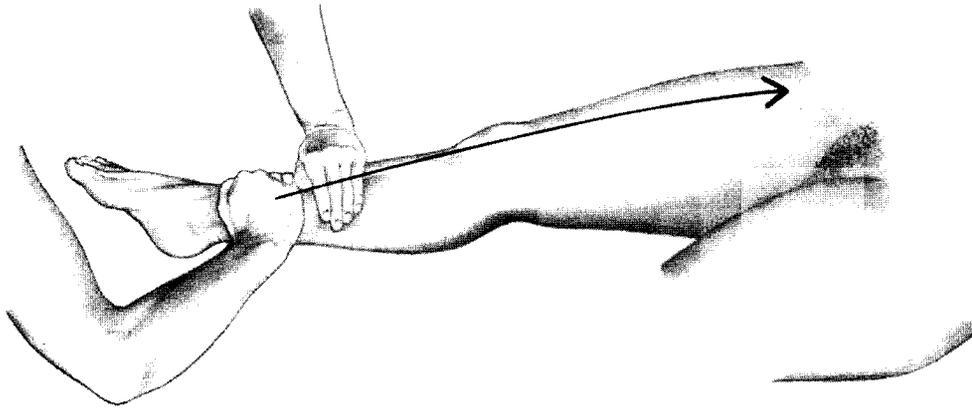
27. Misma secuencia brazo-mano para el brazo izquierdo

Recuerde intercambiar la posición
de su mano derecha e izquierda.

FRENTE DE LAS PIERNAS

Instrucciones: Movimientos descritos para dar masaje a la pierna derecha.

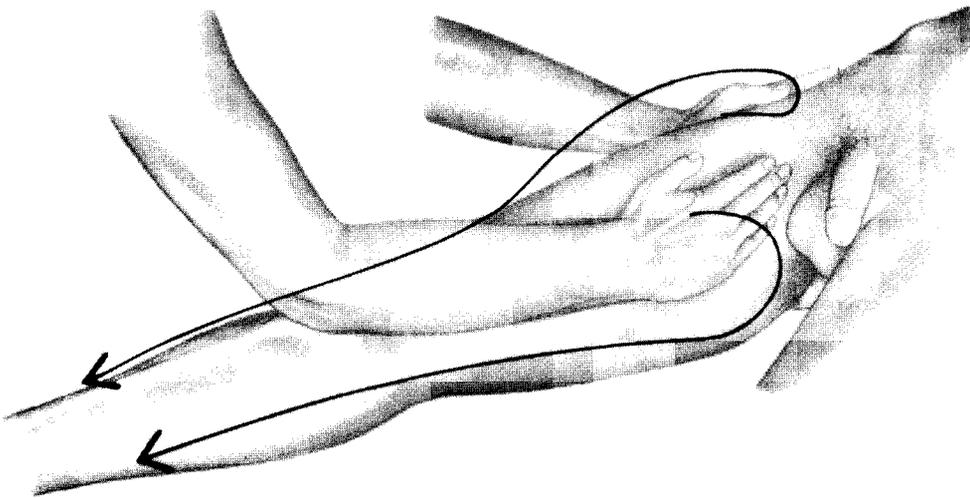
28. Movimiento de enlace



A.

Con su mano izquierda al frente,
deslice sus manos hacia arriba.

(En las dos manos, el dedo meñique debe estar al frente y
los pulgares a un lado del índice de la mano correspondiente.)



B.

Cerca de la pelvis, rote su mano hacia fuera y deslícela hacia abajo
por la parte interior de la pierna.

Repita los movimientos A y B varias veces.

FRENTE DE LAS PIERNAS

28.
Movimiento
de enlace

28. A

28. B

Masaje erótico

29.
Pequeño
movimiento
de enlace

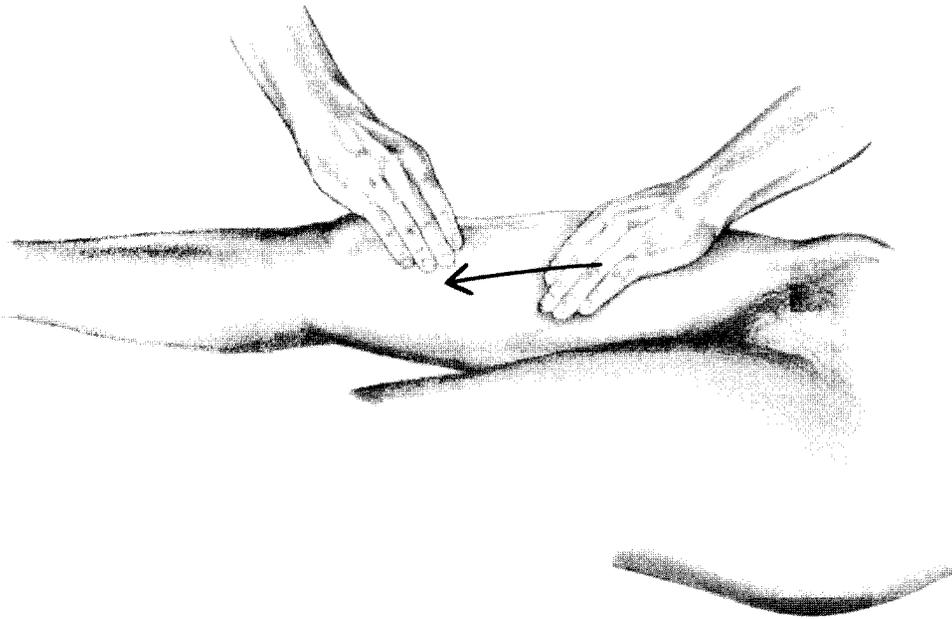
29. Pequeño movimiento de enlace

En el muslo, haga unos cuantos movimientos como los que hizo al principio en el punto 28, pero más cortos y únicamente en el muslo.

Cada movimiento debe empezar un poco más arriba y terminar un poco más abajo.

Repita esta serie de movimientos varias veces.

30. Frotando el muslo



a. Primero, concentrándose en una sola mano aplique una ligera presión con su pulgar colocado en la parte del muslo opuesta a sus otros dedos. Mientras aplica presión, deslice su mano unos cuantos centímetros en dirección a su otra mano. Después, cese la presión.



b. Enseguida, siga el mismo patrón de movimiento con su otra mano. Aplique gradualmente este movimiento sobre toda la pierna.

31. Repita el punto 28. Parte superior de la pierna: Movimiento de enlace

Continúe con el pie derecho antes de dar masaje a la pierna izquierda.

FRENTE
DE LAS PIERNAS

30.
Frotando el muslo

30. a

30. b

31.
Repita el punto 28

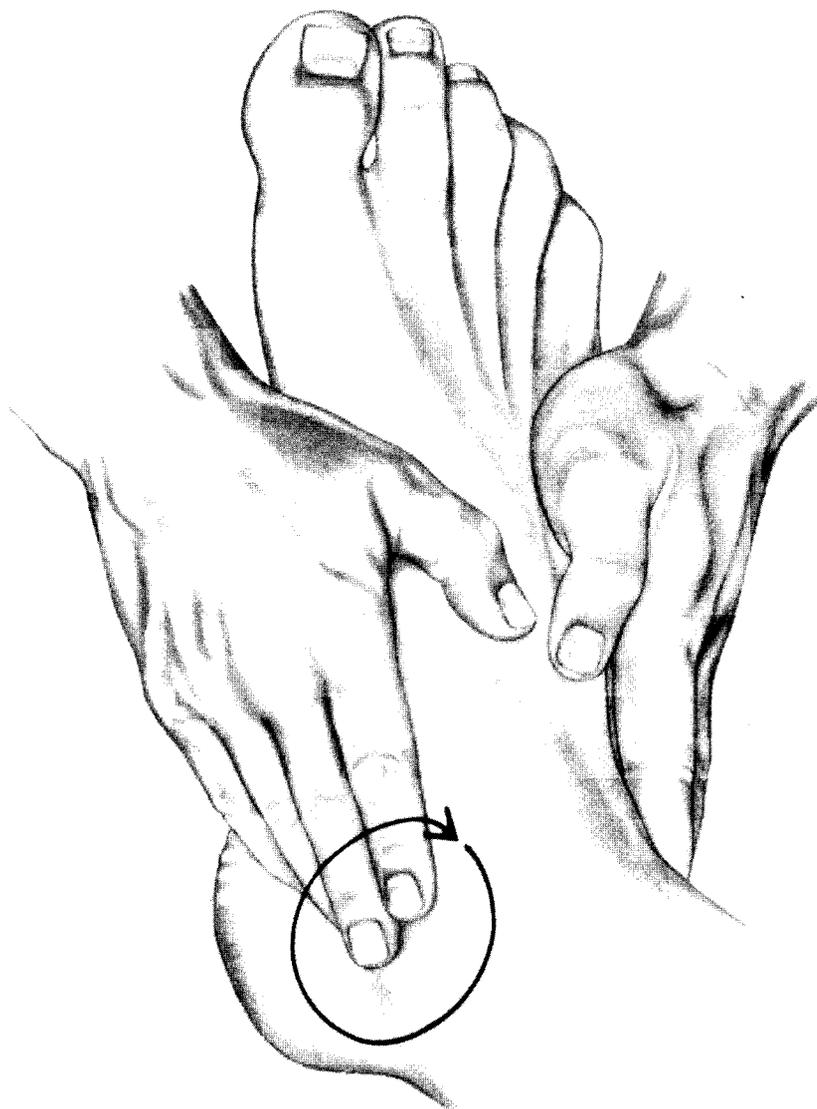
Masaje erótico

PIES

Instrucciones: Movimientos descritos para dar masaje al pie derecho.

32.
Masaje en el tobillo

32. Masaje en el tobillo

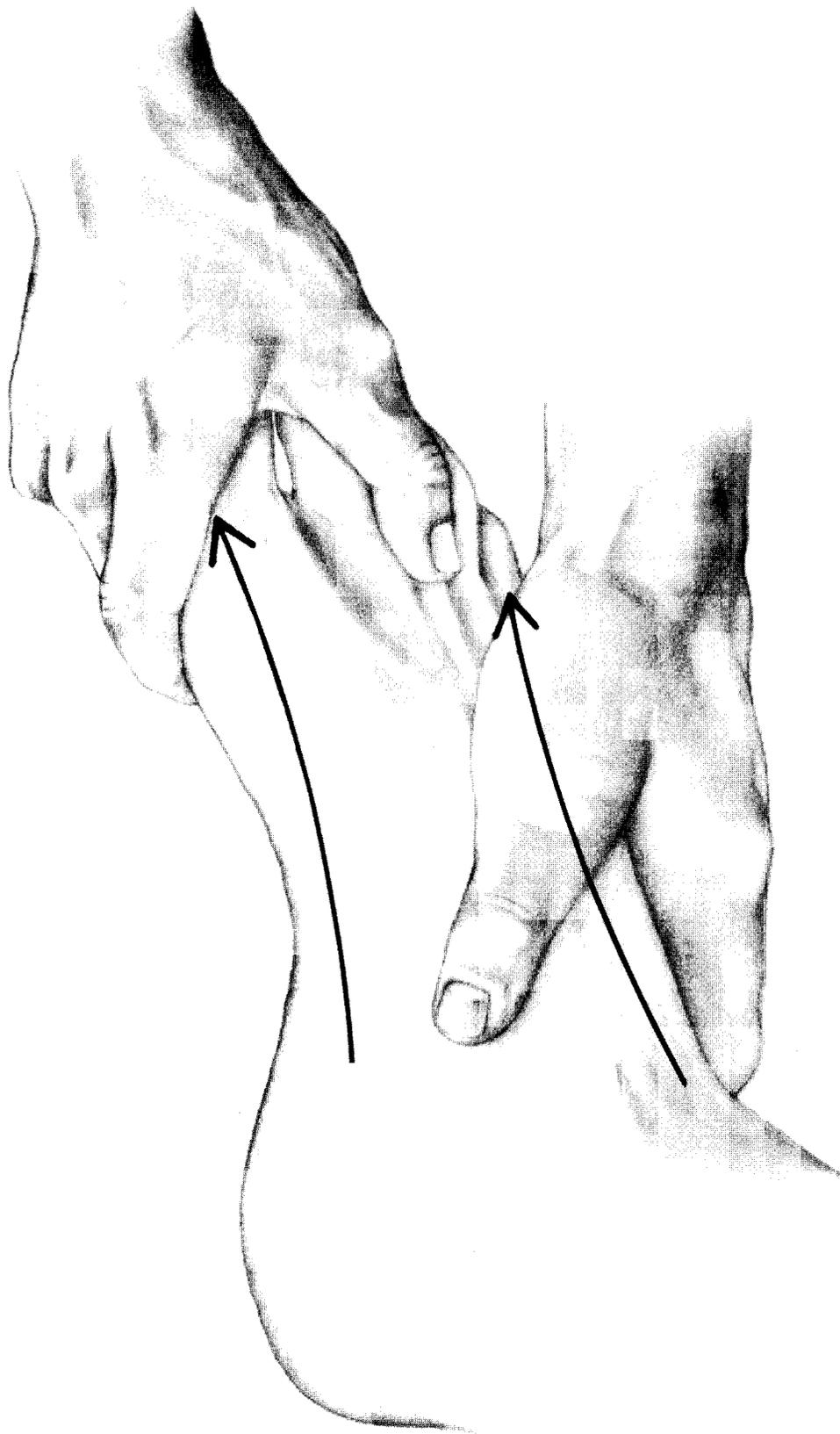


Con la yema de sus dedos haga un movimiento circular
alrededor del tobillo.

33. Movimiento de enlace

PIES

33. Movimiento de enlace

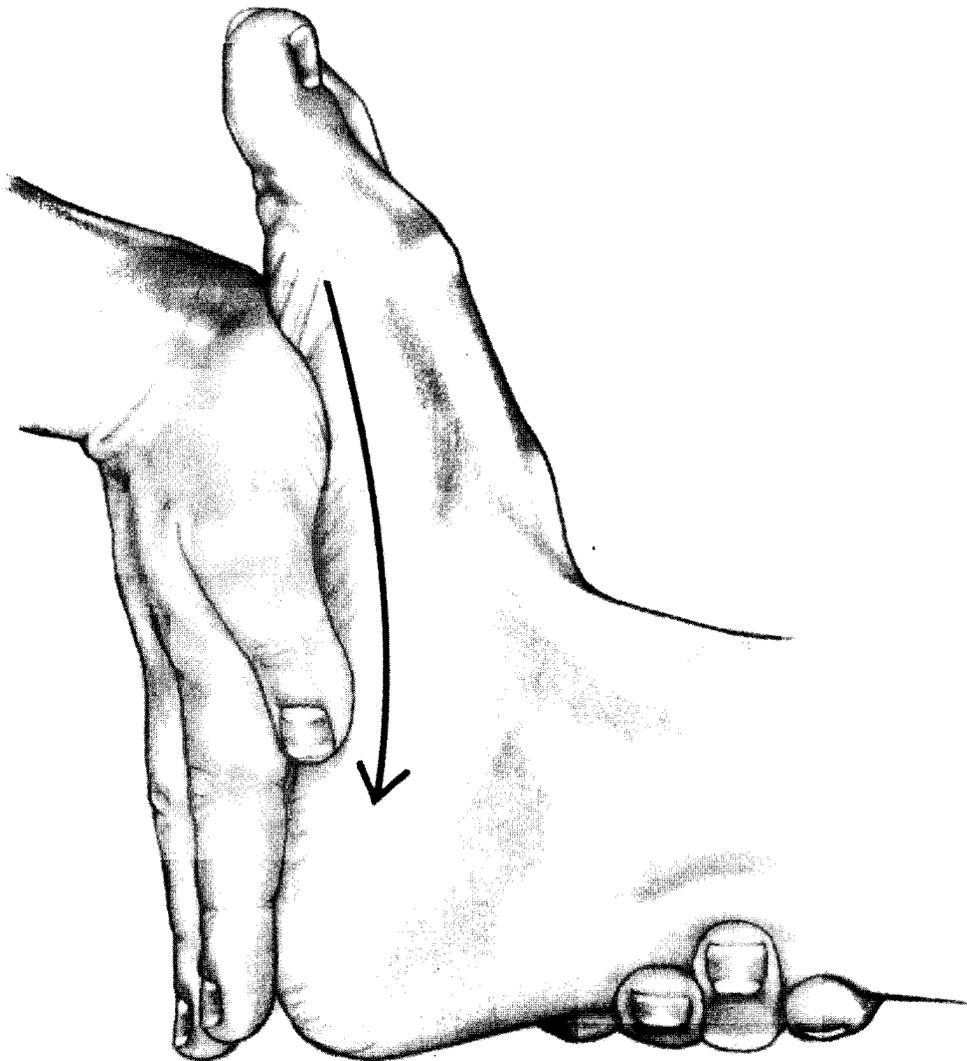


Alternando sus manos, aplique presión al pie
deslizando las manos hacia los lados.

Repita este movimiento varias veces.

34.
El arco del triunfo

34. El arco del triunfo



Deslice firmemente la base de su palma derecha
hacia abajo por la planta del pie,
mientras el tobillo descansa en su mano izquierda.

Repita este movimiento varias veces.

35. Movimientos circulares

35. Movimientos circulares



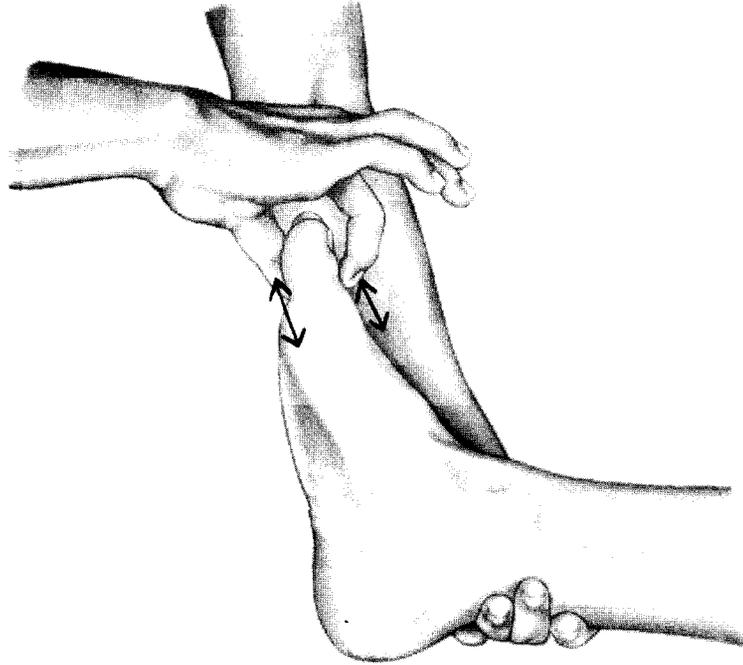
Con la punta de sus dedos,
haga pequeños círculos a la punta del pie.

(Puede simplemente deslizar sus dedos por la piel
o poner un poco de presión, mientras desliza la piel de su pareja
sobre los músculos, tendones y huesos del pie.)

Repita este movimiento circular sobre toda la parte superior del pie.

36. Masaje entre los dedos

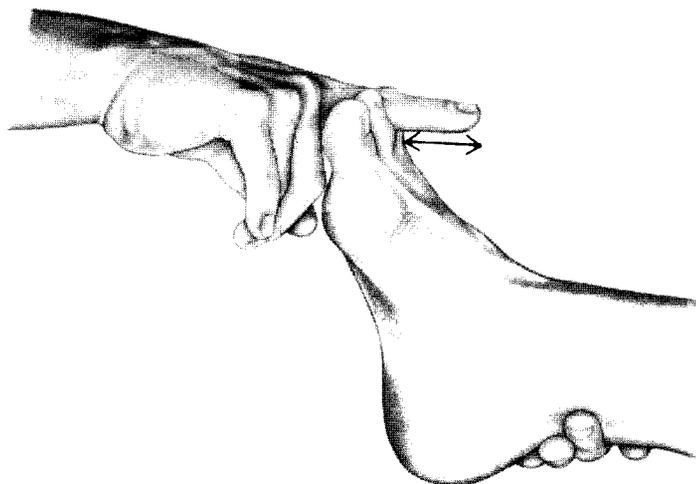
36.
Masaje entre los
dedos



Con el dedo índice de su mano derecha, por encima del pie derecho y con el pulgar por el lado de la planta del pie, apriete y deslice hacia arriba y hacia abajo varias veces entre cada dedo.

37.
Deslizamiento

37. Deslizamiento



Lentamente deslice cualquier dedo de su mano derecha, moviéndolo hacia enfrente y hacia atrás pasando entre medio de cada dedo del pie.

**38. Repita el punto 28.
Frente de las piernas: Movimiento de enlace**

39. El roce de una pluma en pierna y pie

Alternando sus manos en un movimiento descendente,
mueva delicadamente la punta de sus dedos sobre toda la pierna y el pie.
Alterne movimientos cortos y largos.

**40. Mismas secuencias, «Frente de las piernas» y
«Pies» en el lado izquierdo**

Recuerde intercambiar la posición
de su mano derecha e izquierda.

38.
Repita el punto 28

39.
El roce de una
pluma en pierna
y pie

40.
Mismas
secuencias,
«Frente de las
piernas» y «Pies» en
el lado izquierdo

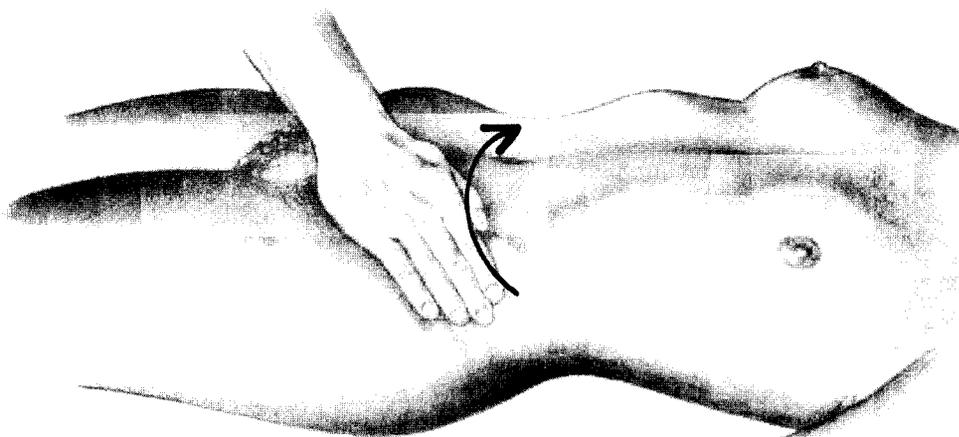
FRENTE DEL TORSO

Su posición: Inicialmente a la derecha de su pareja.

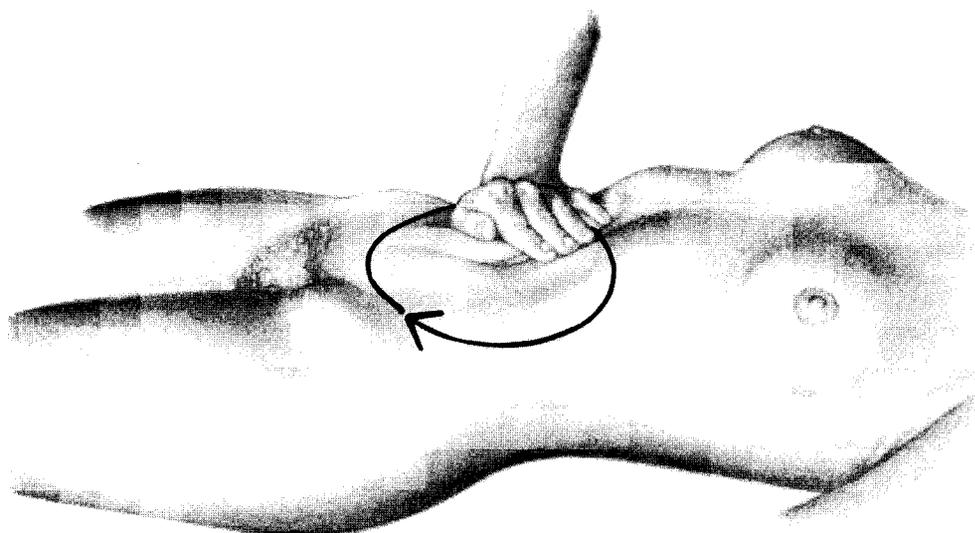
41.
Movimiento
de luna:
práctica

41. Movimiento de luna

Primero, practique el movimiento de las manos derecha e izquierda,
separadamente:

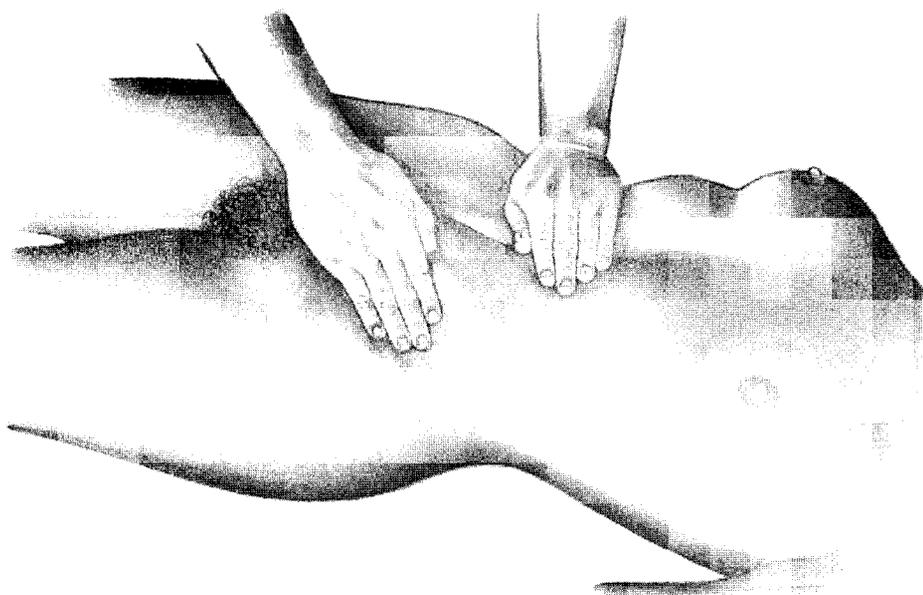


Con su mano derecha,
hasta un semicírculo en la parte baja del abdomen,



mientras que su mano izquierda
hace un círculo completo alrededor del abdomen.

Esta es la versión completa:

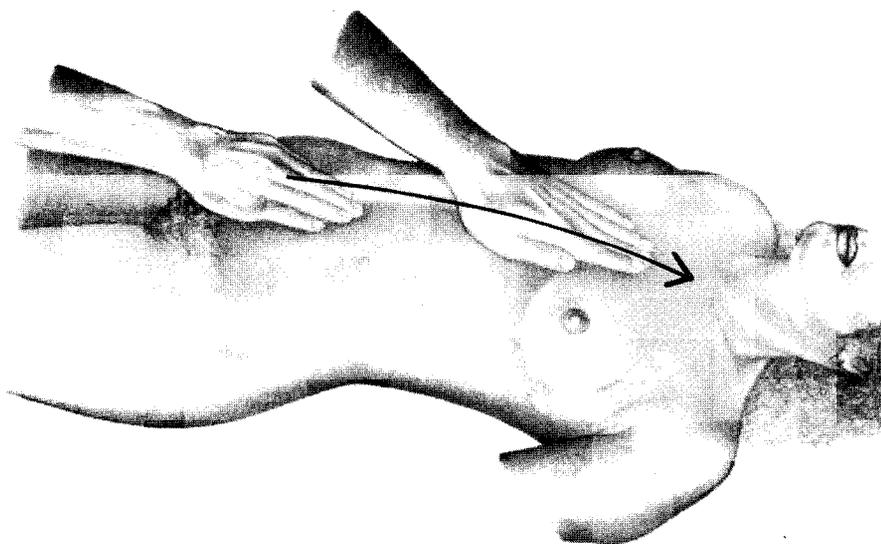


Coordine el movimiento de sus manos:
cuando su mano derecha esté haciendo el medio círculo,
su mano izquierda debe encontrarse al otro extremo del medio círculo.

Cuando no esté usando la mano derecha,
simplemente levántela
en el momento que su mano izquierda pase por ahí
al hacer el círculo completo.

Repita estos movimientos varias veces.

42. Deslizándose por el medio



Alternando sus manos,
firme y lentamente, deslízalas hacia arriba pasando
por el medio del tronco hasta llegar a la parte superior del pecho.

FRENTE DEL TORSO

41.
Movimiento de
luna:
versión completa

42.
Deslizándose por
el medio

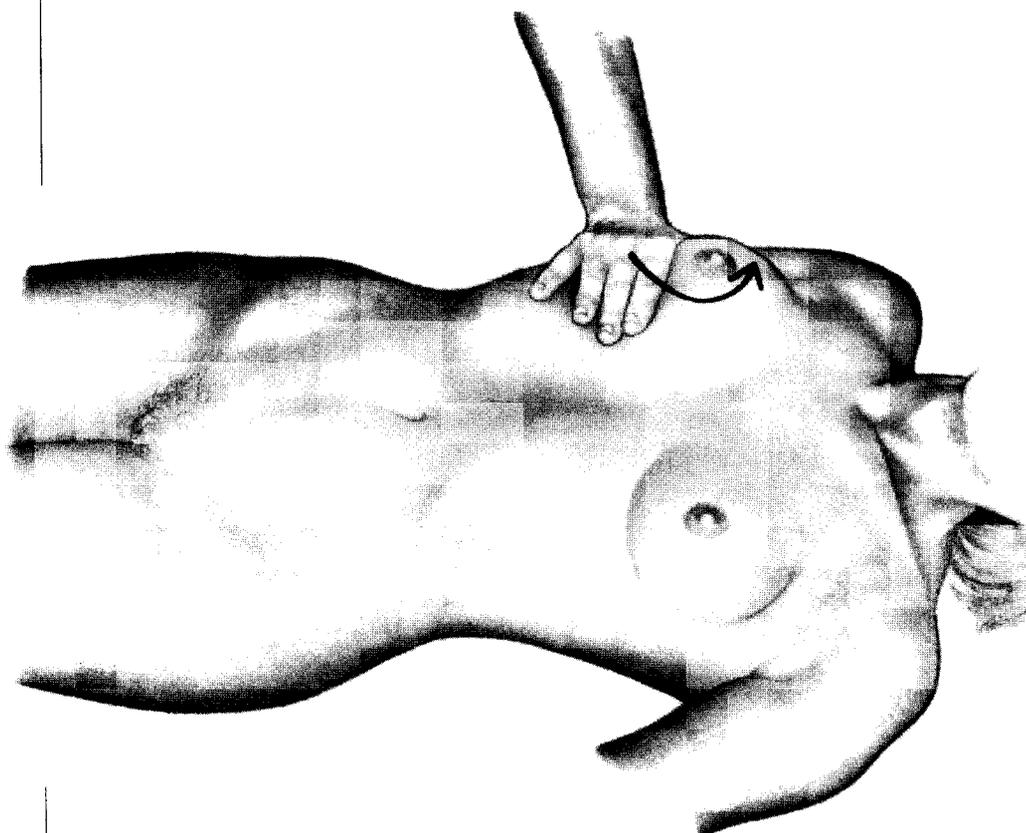
**FRENTE DEL
TORSO**

43.

Masaje en el pecho

43. Masaje en el pecho

Instrucciones: Movimientos descritos para dar masaje al pecho derecho.

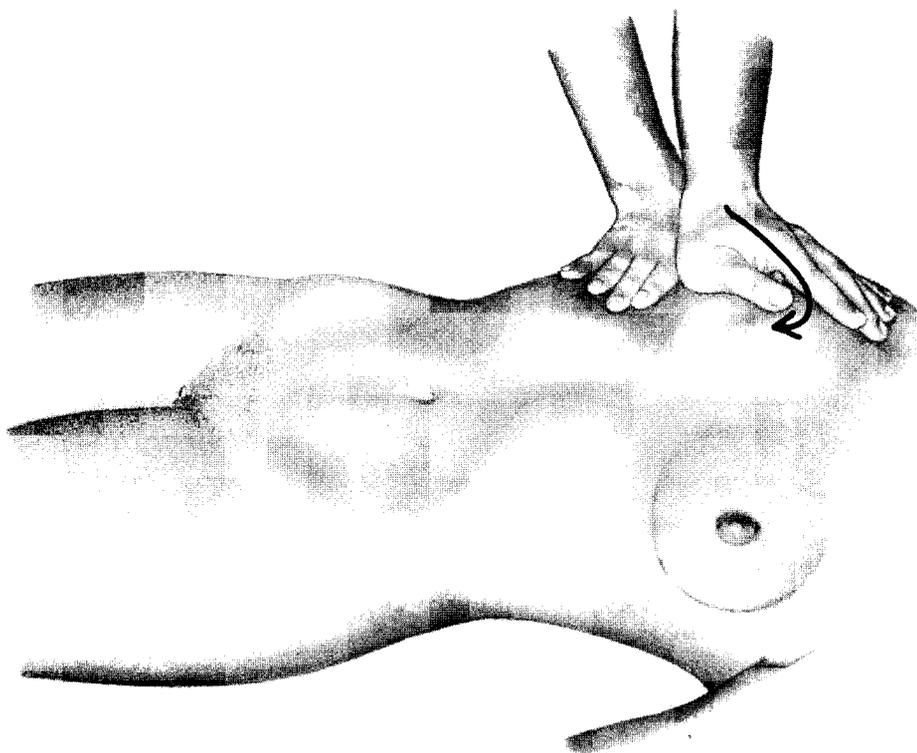


43. A

A.

Iniciando por la parte inferior y exterior del área del pecho, deslice su mano derecha hacia arriba, pasando sobre el pecho de su pareja de manera que su pulgar y su índice aprisionen el pezón.

Visualice el pezón como un eje y continúe el movimiento; rote su mano hacia la izquierda alrededor del pezón, mientras desliza su mano hacia abajo y fuera del área del pecho.



B.

Deslice su mano izquierda desde la misma área inferior y exterior del pecho, de manera que su pulgar e índice aprisionen el pezón.

Visualice el pezón como un eje, y continúe el movimiento rotando su mano izquierda hacia la derecha alrededor del pezón; mientras, su otra mano se desliza hacia la derecha y fuera del área del pecho.

Repita los movimientos A y B varias veces, moviendo una mano después de la otra.

Continúe con el movimiento 44 en el pecho derecho antes de continuar con el pecho izquierdo.

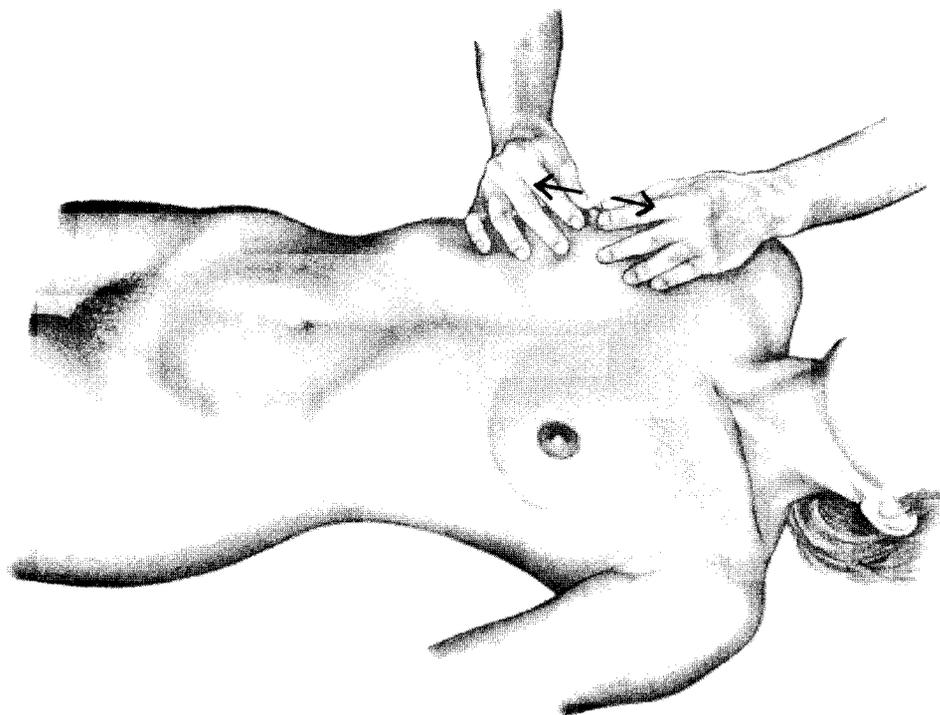
Nota:

Aplique una presión más ligera en los pechos de la mujer.

43. B

**44.
Movimiento
de molino**

44. Movimiento de molino



44. A

A.

Imagínese que el pezón es el eje de un molino con hélices que se extienden desde el centro. Utilice la punta de los dedos de ambas manos para aplicar una presión suave en el centro, mientras desliza la presión hacia fuera sobre las hélices imaginarias. Mueva sus manos en direcciones opuestas.

Repita este movimiento varias veces a lo largo de las diferentes hélices.

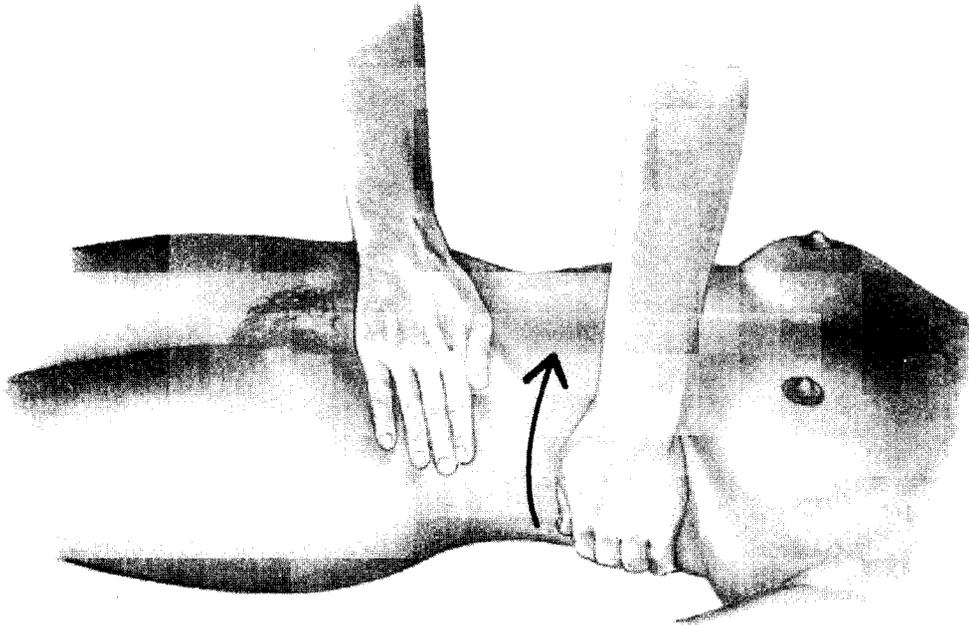
44. B

B.

Aplique una presión suave a la base del pezón con la yema del pulgar e índice, y deslice hacia arriba dejando ir el pezón. Siga este movimiento alternando las manos, una inmediatamente después de la otra.

Ahora, colóquese del otro lado y repita éste y el movimiento anterior en el pecho izquierdo.

45. Masaje para los costados



**45.
Masaje para
los costados**

A.

Alternando sus manos,
deslícelas de manera ascendente
por un lado del torso hasta llegar a la mitad del tronco.

45. A

(Estas series incluyen el área desde las caderas
hasta la parte inferior de las axilas.
Sea especialmente delicado
en la zona del pecho en la mujer.)

B.

Colóquese del otro lado
y aplique el mismo procedimiento.

45. B

46. Torso: El roce de una pluma

Alterne sus manos en un movimiento descendente sobre el torso,
mientras aplica una presión delicada
con la punta de sus dedos.
Incluya el área genital y los muslos.

**46.
Torso: El roce
de una pluma**

GENITALES: HOMBRE

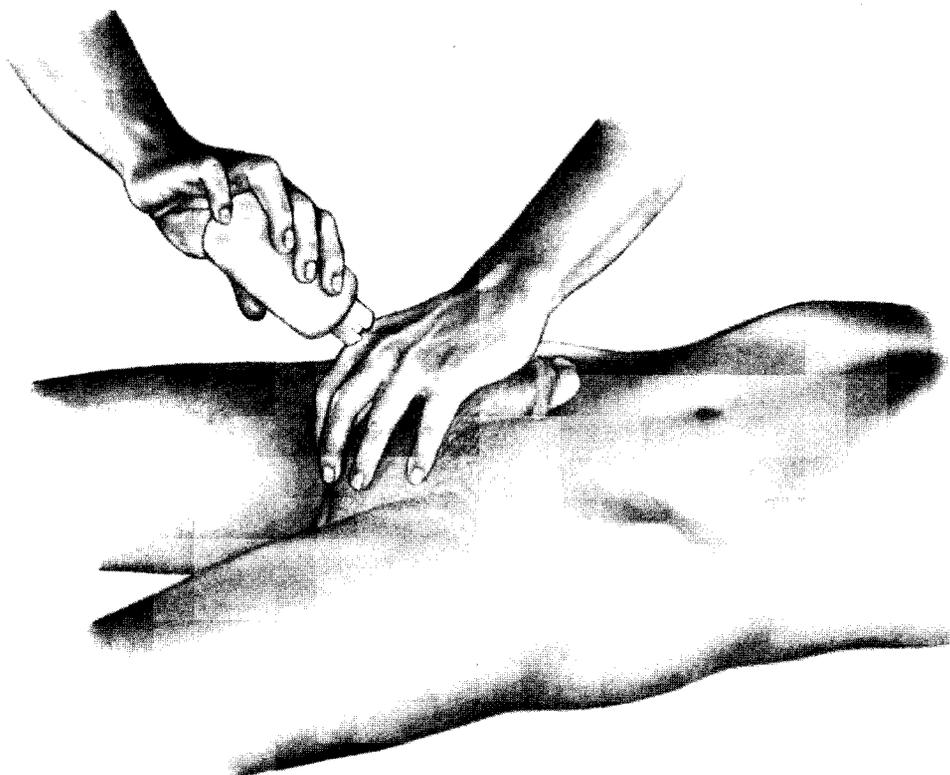
Posición de su pareja: Boca arriba.

Su posición: A la derecha de su pareja.

Nota: Si desea seguir las prácticas para un sexo más seguro, por favor consulte el Apéndice de este libro.

47.
Dulce sensación

47. Dulce sensación



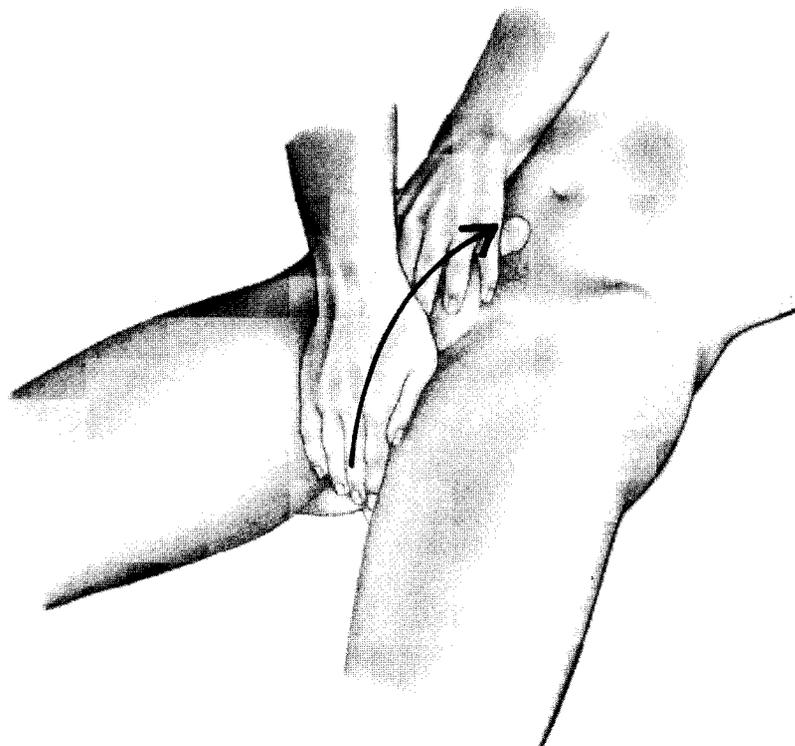
47. A

A.

Coloque su mano izquierda con los dedos ligeramente separados sobre el escroto y la parte inferior del pene.

Después, con la mano derecha, aplique aceite encima de su mano izquierda, de modo que el aceite se deslice por sus dedos.

Dulce sensación



B.

47. B

En un movimiento alternado de sus manos, esparza el aceite moviéndolas hacia arriba; aplique el aceite desde la parte de la pelvis hasta por encima del escroto y el pene.

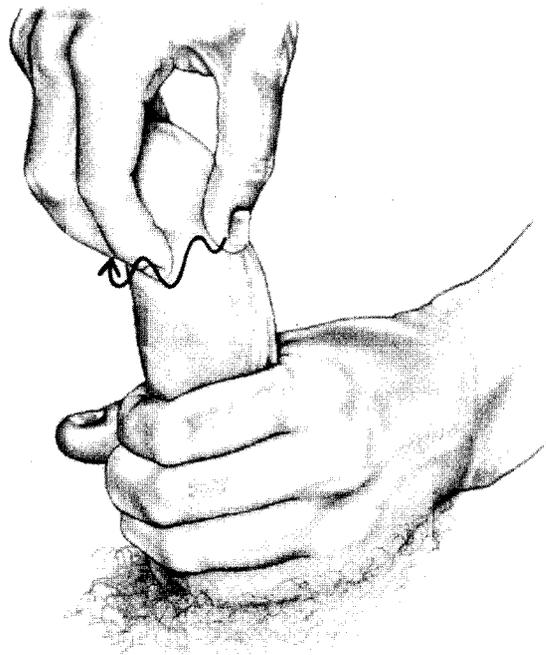
Si lo desea, aplique una presión más firme en la base de la pelvis.

Esté seguro(a) de tener suficiente aceite, ya que los siguientes movimientos necesitan ser lubricados.

Nota: En caso de que se eyaculara durante este o cualquier otro movimiento, podría proseguir con el movimiento 58 («Ser»), de la página 88.

48.
Haciendo jugo

48. Haciendo jugo



Deje que su mano izquierda empuje gentilmente hacia abajo la piel a lo largo del pene flácido o erecto.

Su mano derecha debe estar colocada como si fuera a exprimir una media naranja. Concentrándose en la cabeza del pene, rote los dedos de su mano derecha de un lado hacia otro, mientras desliza la otra mano arriba y abajo.

Varíe la presión de su mano derecha.

49. La víbora



a: Su mano izquierda debe empujar suavemente hacia abajo la piel a lo largo del pene.

Con el pulgar e índice derechos, forme un semicírculo y colóquelo debajo de la cabeza del pene, rotando el semicírculo hacia la derecha hasta donde le permita su muñeca.



b: Continúe el movimiento levantando su pulgar derecho de manera que el índice mantenga contacto en la rotación y el pulgar pueda formar de nuevo un semicírculo con el índice.

Repita este ciclo varias veces.

GENITALES:
HOMBRE

49.
La víbora

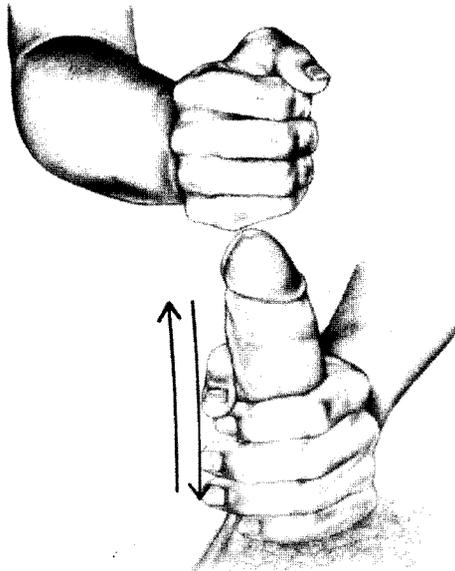
49. a

49. b

Masaje erótico

50.
Conteo

50. Conteo

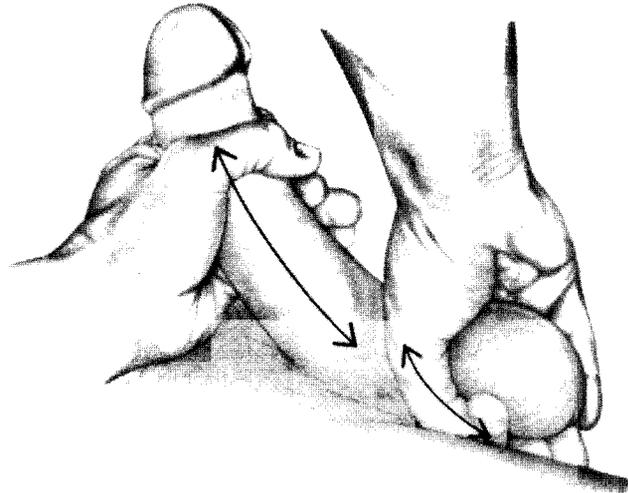


Utilizando suficiente aceite y alternando sus manos,
haga diez movimientos hacia abajo
(como se muestra en el dibujo)
en el pene flácido o erecto;
después, haga diez movimientos hacia arriba.
Siga con nueve hacia abajo y nueve hacia arriba,
ocho hacia abajo y ocho hacia arriba
(continúe así, hasta llegar a uno hacia abajo y uno hacia arriba).

~
Sugerencias:

Varíe el ritmo de sus movimientos.
En lugar de usar un ritmo mecánico
(1-2-3-4-5-6),
espere un momento entre cada intervalo de dos movimientos
(1-2 / 3-4 / 5-6).

51. Anillando el escroto



Coloque su pulgar junto con su índice derecho, y si es más cómodo para usted, incluya el dedo medio de manera que formen un círculo alrededor del escroto entre la base del pene y los testículos (tenga cuidado de no lastimarlos).

Ahora, mueva el escroto arriba y abajo mientras que su mano izquierda se mueve también arriba y abajo, con una ligera presión en el pene flácido o erecto.

Varíe la cantidad de presión de su mano derecha en la base del pene.

Para continuar los movimientos en los genitales masculinos, continúe con la sección «Placer por todo el cuerpo» del punto 57, que se dirige tanto al hombre como a la mujer.

51.
Anillando
el escroto

GENITALES: MUJER

Posición de su pareja: Boca arriba.

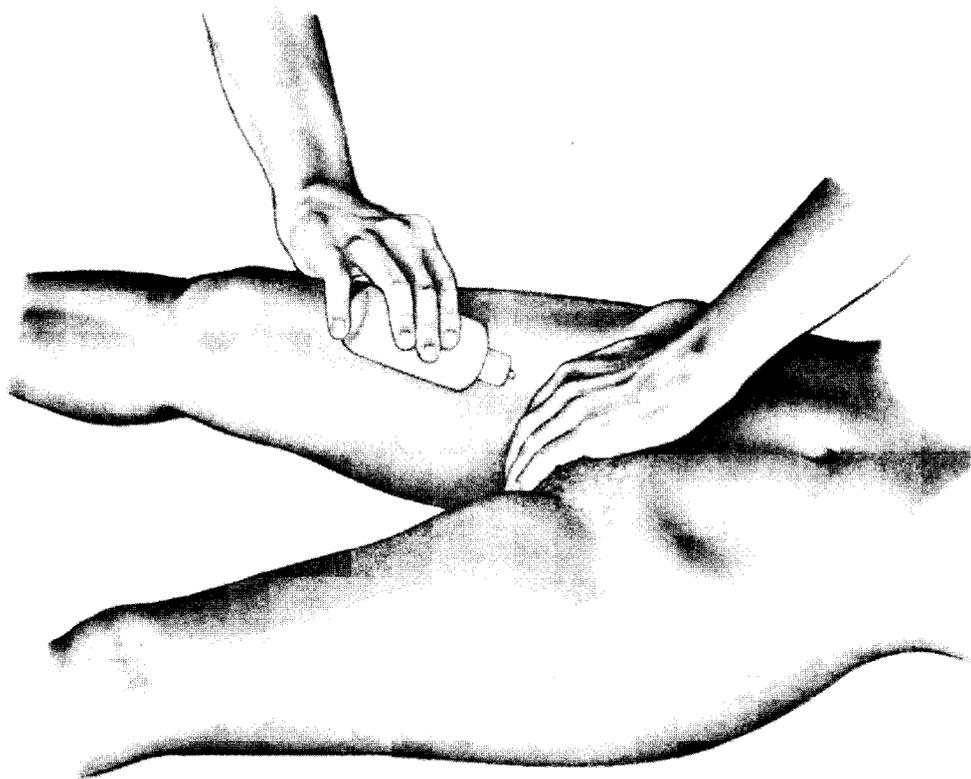
Su posición: A la derecha de su pareja.

Nota: Asegúrese de que sus uñas estén cortas y lisas, además de que sus manos estén limpias al dar masaje al tejido sensible.

Nota: Si se desea seguir el procedimiento para un sexo más seguro, por favor consulte el Apéndice de este libro.

52.
Dulce sensación

52. Dulce sensación

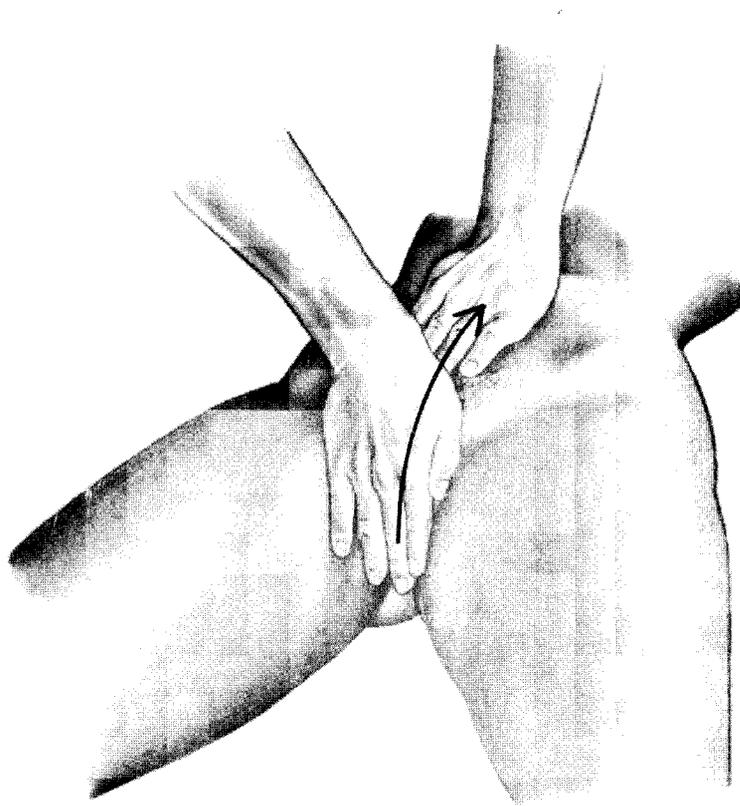


52. A

A.

Coloque su mano izquierda sobre la vulva con los dedos ligeramente separados. Ahora, con su mano derecha aplique el lubricante o aceite sobre la mano izquierda, de manera que el aceite se deslice entre sus dedos.

Dulce sensación



B.

Alternando ambas manos, esparza el aceite o lubricante
moviéndolas ascendentemente;
deslízelas desde la parte baja de la vulva
hasta el área del clítoris y la zona púbica.

52. B

Nota:

Tenga mucho cuidado de no pasar
del área anal al área vaginal.

53.
Vulva voluptuosa

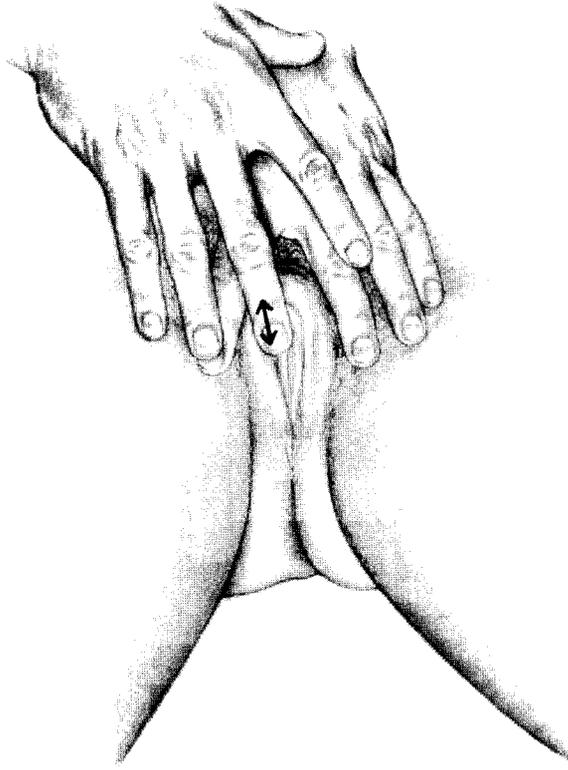
53. Vulva voluptuosa



Este movimiento consiste en una serie de masajes en los labios mayores y menores. Con el pulgar en los labios mayores y el índice en los menores, aplique una suave presión y deslícelos hacia fuera de los labios.

Alternando ambas manos, continúe este movimiento a lo largo de cada labio.

54. Alrededor de la rosa



A.

Ahora, centre los movimientos
alrededor de la cabeza del clítoris,
justo debajo de donde los labios menores emergen hacia la vulva.

54. A

Para comenzar,
deslice la yema de su dedo medio derecho hacia arriba
y hacia bajo varias veces,
entre los labios menores y mayores;
primero a un lado de la vulva y luego del otro.

B.

Con uno o dos dedos,
dé masaje lentamente en círculos alrededor de la cabeza del clítoris;
varias veces en una dirección y después
en la contraria.

54. B

C.

Inicie moviendo un solo dedo hacia arriba,
desde la entrada
de la vagina y a lo largo de los labios menores,
hasta pasar la cabeza del clítoris.
Repita varias veces.

54. C

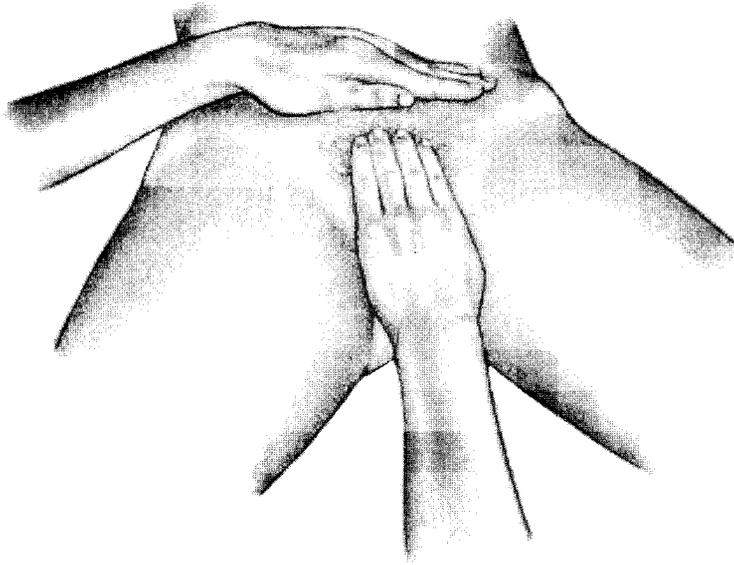
Masaje erótico

GENITALES:

MUJER

55. Al compás de un reloj

55. Al compás de un reloj



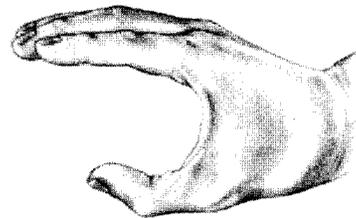
55. A

A.

Para este masaje intravaginal,
imagine un reloj a la entrada de la vagina,
visualizando las doce cerca del clítoris y las seis cerca del ano.

Su palma izquierda debe descansar
en el abdomen.

En la posición de las doce,
introduzca lentamente su pulgar derecho
en la vagina hasta que la yema
de su dedo presione
hacia arriba por debajo
del hueso púbico.



Ahora, mueva con suavidad su brazo
y su mano hacia el frente y hacia atrás,
aproximadamente dos o tres centímetros dentro de la vagina.

Después de quince segundos o más,
aligere la presión;
deslice el pulgar a la posición de la una
y comience el movimiento de nuevo.

Continúe de esta forma
hasta que alcance la posición de las siete.

GENITALES:

MUJER

**Al compás
de un reloj**



B:
Cambie el dedo índice
aproximadamente a la posición de las siete,
y continúe con el mismo movimiento
hasta que vuelva a alcanzar la posición de las doce.

55. B

GENITALES:

MUJER

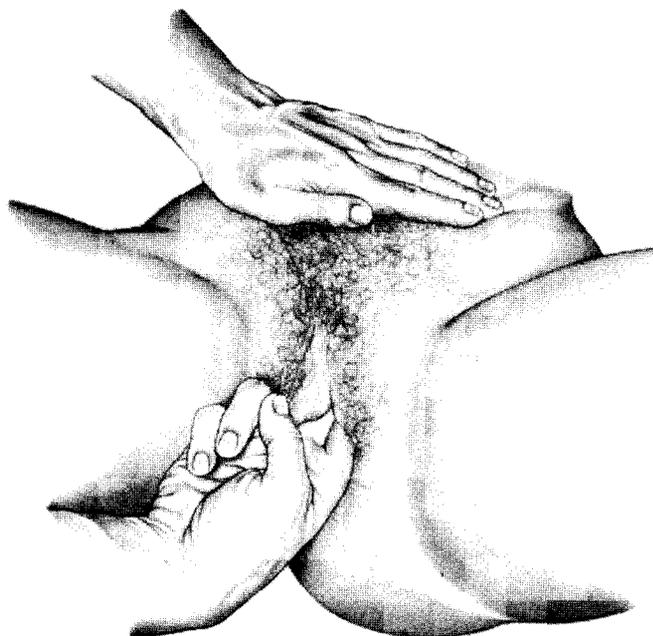
56. Acariciando el punto G

56. A

56. Acariciando el punto G

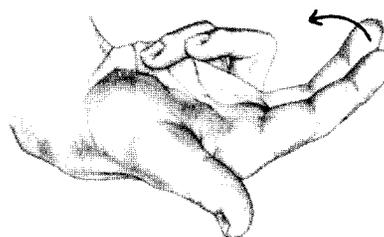
A.

Este movimiento será más fácil
si posiciona los pies de su pareja sobre la mesa,
de manera que las rodillas se eleven.



Su mano izquierda debe descansar
sobre el abdomen.

En la posición de las doce,
introduzca lentamente
su dedo índice y el medio
en la vagina
hasta que la punta
de ambos dedos toque un poco más
allá del hueso púbico
(es aquí aproximadamente
donde se encuentra
el punto G dentro de la vagina.)



En esta área de tejido sensible,
haga un movimiento
con los dedos como si estuviera llamando a alguien.
Varíe la presión para que descubra lo
que su pareja siente mejor.
Si hay dolor aligere la presión
o cese el movimiento.

GENITALES:

MUJER

Acariciando
el punto G



B.

Mientras su mano derecha continúa el movimiento de la parte A, coloque la base de su mano izquierda en el abdomen bajo. Ahora, permita que los dedos de su mano izquierda den masaje a la cabeza del clítoris, mientras continúa con el movimiento de la mano derecha.

(Si lo desea, puede aplicar un poco de presión en el abdomen bajo con la base de la palma de su mano izquierda.)

Cuando haya completado el movimiento, deslice las piernas de su pareja a la posición inicial, descansándolas sobre la mesa.

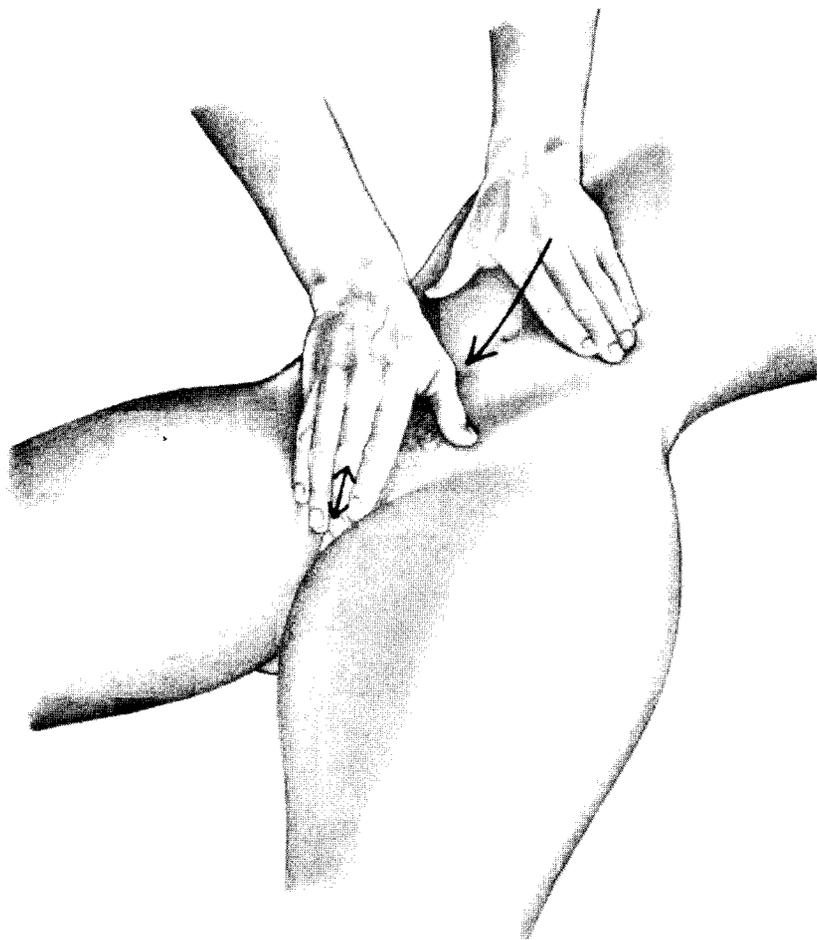
56. B

Nota: A partir de este movimiento, las instrucciones se aplican tanto para el hombre como para la mujer.

57.
Placer por
todo el cuerpo

57. Placer por todo el cuerpo

En esta serie de movimientos usted conectará el placer sentido en los genitales con el placer de otras partes del cuerpo.



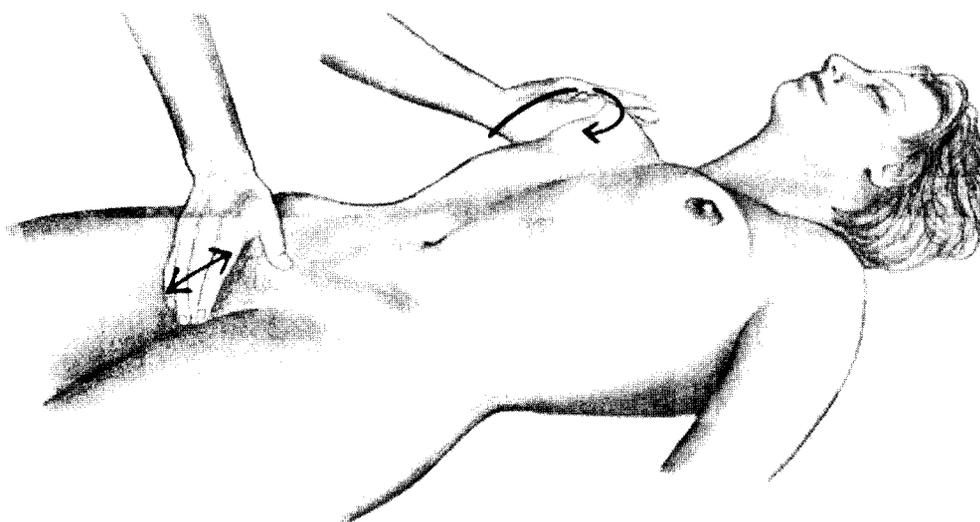
57. A

A. Abdomen y genitales.

Mientras que su mano derecha da masaje a los genitales (en la forma que usted desee), permita que su mano izquierda frote el abdomen en movimientos circulares.

(Para una descripción de cómo frotar, vea el punto 9.)

Placer por
todo el cuerpo



B. Genitales y pechos.

57. B

Mientras que su mano derecha continúa con la parte A,
deslice su mano izquierda desde el abdomen bajo
hasta el área del pecho,

de manera que su pulgar e índice rodeen el pezón.

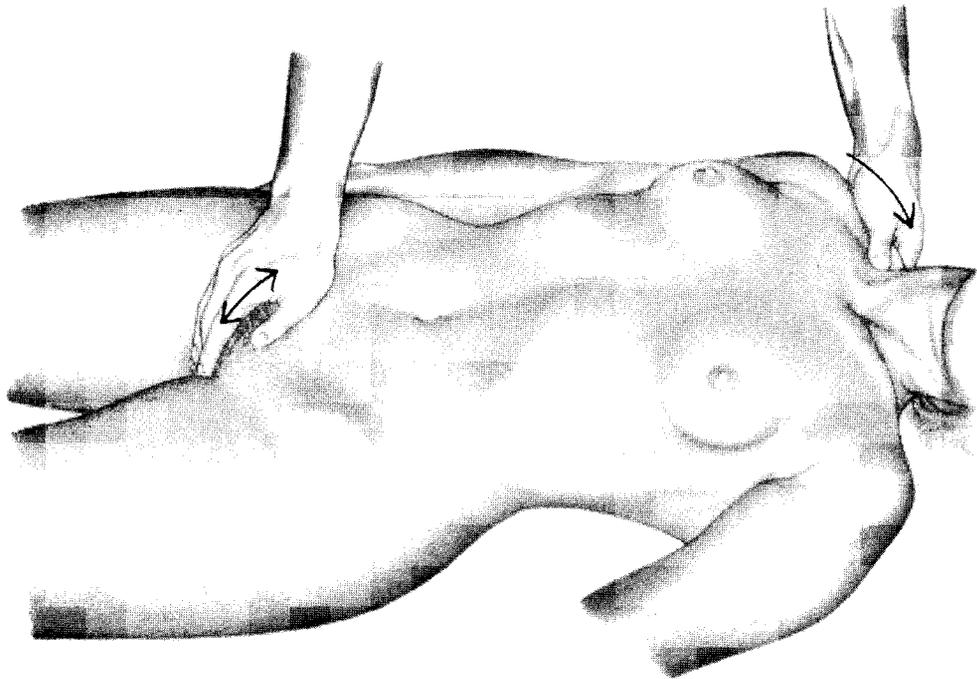
Usando el pezón como si fuera un eje,
continúe el movimiento

rotando su mano izquierda hacia la derecha
alrededor del pezón,

mientras que su mano se mueve
fuera y dentro del área del pecho.

Repita el movimiento varias veces
en el pecho derecho y continúe con la parte C
en el lado derecho del cuello,
antes de continuar con el lado izquierdo.

Placer general

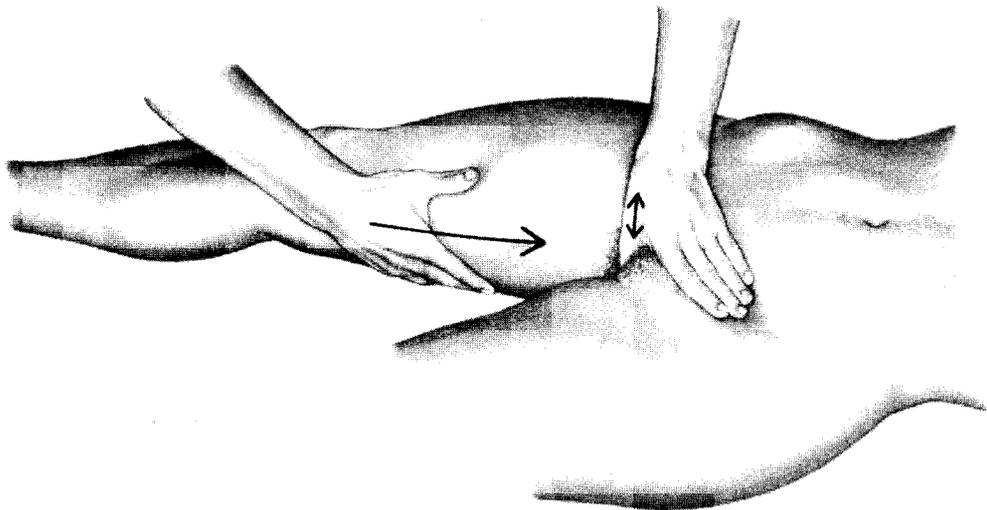


57. C

C. Hombros / cuello y genitales.

Mientras su mano derecha continúa con la parte A, frote el hombro y los músculos del cuello del lado derecho con su mano izquierda.

(Para una descripción de cómo frotar, vea el punto 9.)



57. D

D. Interior del muslo y genitales.

Ahora sus manos cambian de posición: su mano izquierda se desliza hacia abajo para dar masaje a los genitales, mientras que su mano derecha frota la parte interna del muslo derecho.

Placer general

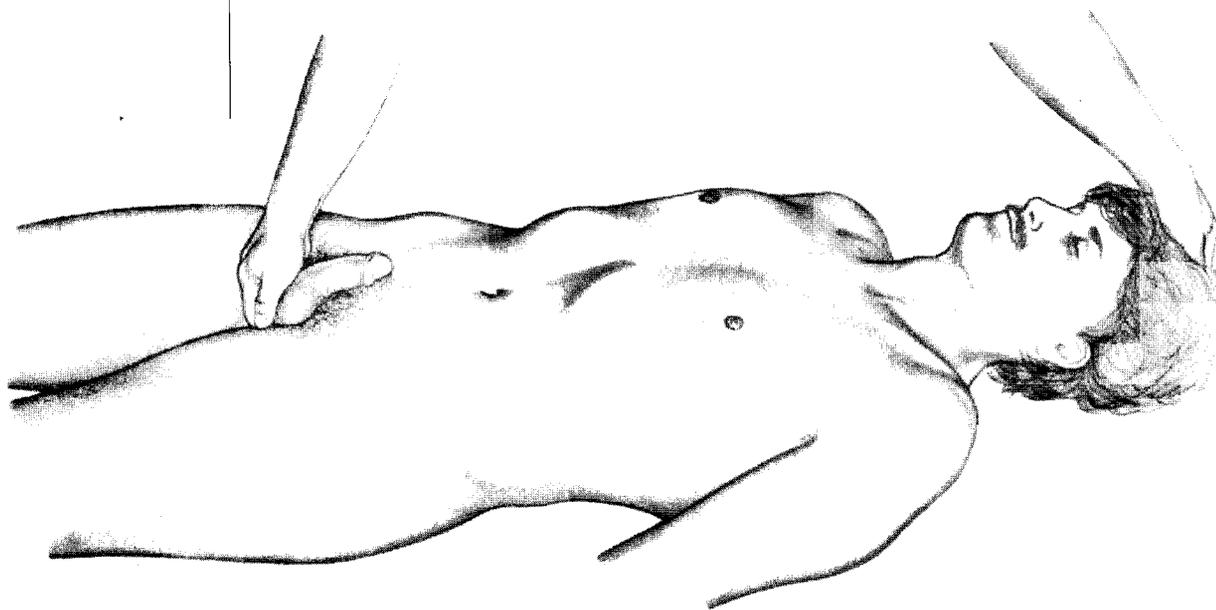
E. Cambio de lugar.

57. E

Si es posible, colóquese del otro lado para continuar con mayor facilidad. Ahora, prosiga con la misma secuencia. Sólo necesita aplicar las instrucciones de la mano izquierda a la mano derecha. (Si le es muy difícil colocarse del otro lado, modifique sus movimientos de manera que el cuello, los hombros, los muslos y el área del pecho del lado izquierdo, también reciban masaje.)

Una vez completada esta serie, colóquese al lado derecho de su pareja para las próximas instrucciones. Recuerde mantener contacto físico en todo momento, si le es posible.

58.
Ser



58. A

A.

Descanse su mano izquierda en la cabeza de su pareja,
de manera que su palma toque la frente
y sus dedos el cráneo superior.

Al otro extremo de un eje imaginario en el cuerpo,
descanse su mano derecha en el área pélvica,
de manera que la mano descansa sobre la vulva,
o el escroto en caso de que sea hombre.

Ser

**58. A.
Continuación**

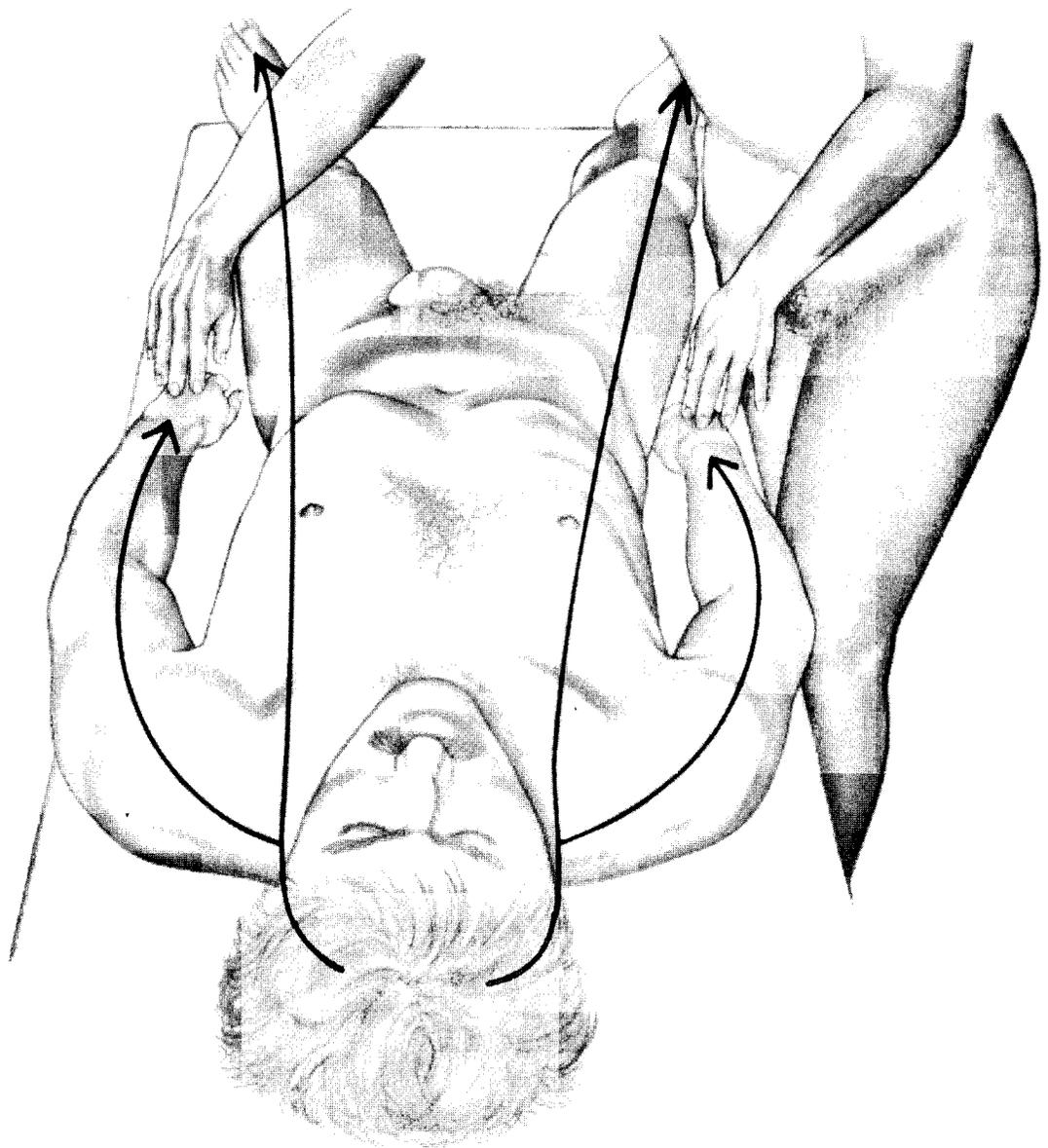
(58. A. Continuación)

Ahora, haga una suave invitación a su pareja para que inspire profundamente e imagine el aire viajando desde la parte inferior del área de su pelvis hasta la parte superior de la cabeza.

Ahora, para la espiración, invite a su pareja a que simplemente deje ir el aire y lo imagine viajando desde la parte superior de la cabeza hasta la parte inferior del área de la pelvis.

Continúe esta respiración y guíe el ejercicio con su voz durante dos o cinco minutos.

Ser



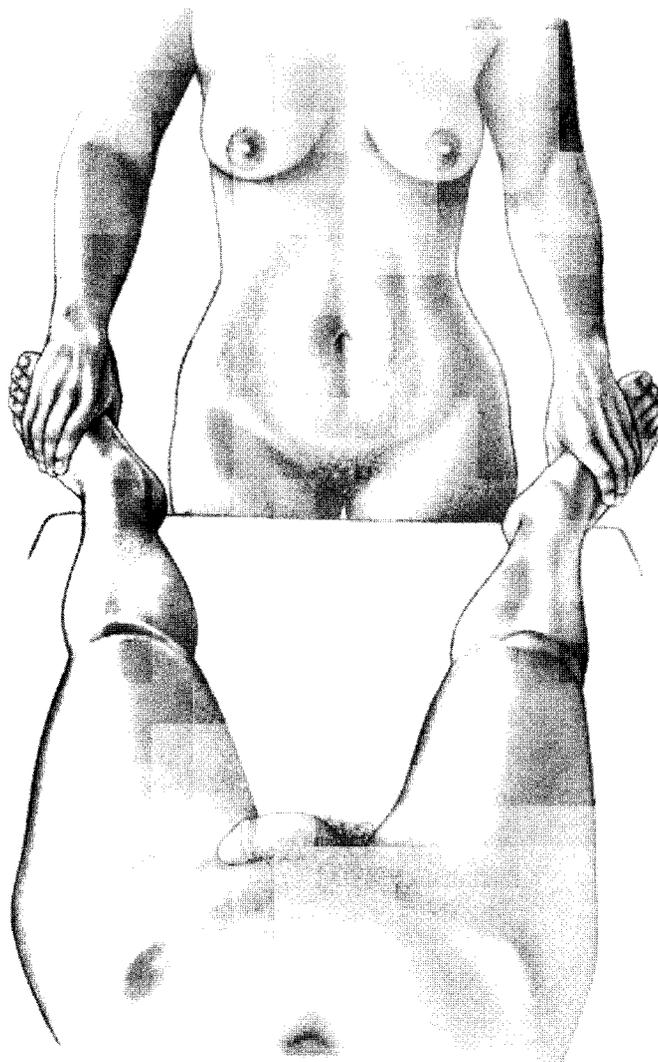
58. B

B.

Ahora, acaricie suavemente a su pareja con la punta de sus dedos, desde la base de la cabeza, descendiendo hacia los brazos y dedos de la mano.

Después, acaríciela desde la base de la cabeza, descendiendo hacia el torso, piernas y pies.

Ser



C.

58. C

Ahora, con sus pulgares en el arco de los pies y sus demás dedos en la parte superior de aquellos, descansen las manos en los pies de su pareja.

De nuevo, dé instrucciones para el ejercicio de respiración y proporcione guía en voz suave:
 en la inspiración,
 el aire sube desde la punta de los pies hasta la base de la cabeza.
 En la espiración,
 el aire baja desde la base de la cabeza hasta la punta de los pies.

Después de un par de minutos, permita que sus manos desciendan y gradualmente pierdan contacto con los pies de su pareja.

CABEZA Y CUELLO

Su posición: Frente a la parte trasera de la cabeza.

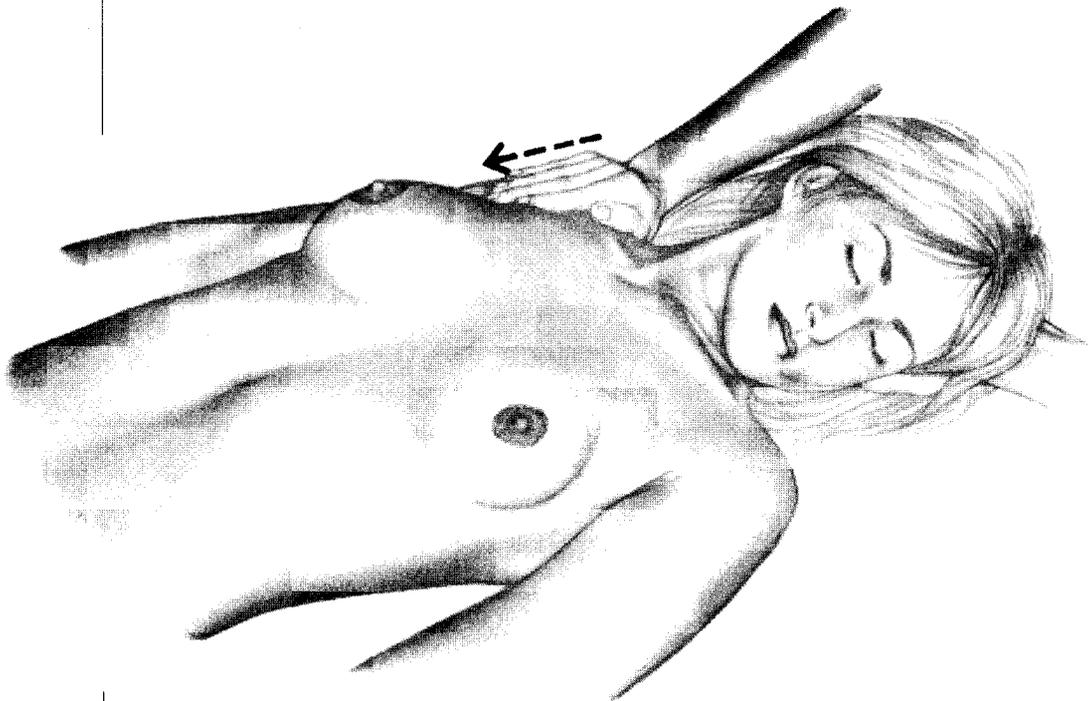
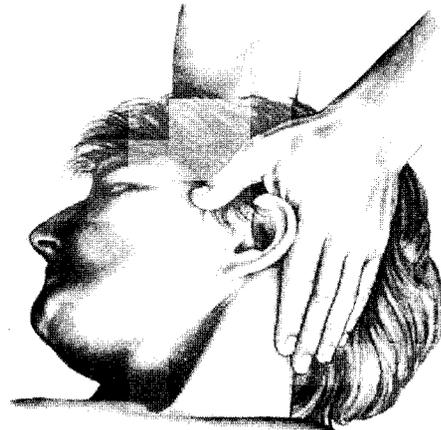
**59.
Movimiento
de enlace**

59. Movimiento de enlace

59. A

A.
Coloque su mano izquierda
en el lado izquierdo
de la cabeza de su pareja,
de manera que su pulgar
se encuentre
enfrente de la oreja,
y sus otros dedos detrás
de ella.

Ahora gire la cabeza
hacia el hombro izquierdo.



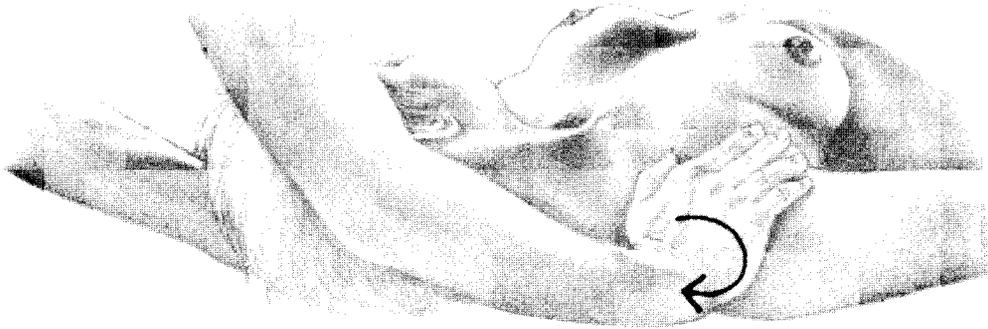
59. B

B.

Coloque su palma derecha en el hombro derecho
y empuje hacia abajo para estirar los músculos.

**CABEZA
Y CUELLO**

**Movimiento
de enlace**



C.

Cese el estiramiento y rote su mano,
colocándola debajo del hombro.

59. C.



D.

Deslice la parte plana de sus dedos firmemente hacia arriba
por detrás del cuello.

59. D

Repita los pasos de la A a la D varias veces,
y después siga la misma secuencia en el otro lado del cuello;
aplique las instrucciones dadas para la mano derecha
en la mano izquierda.

Masaje erótico

**CABEZA
Y CUELLO**

**60.
Deje que
los dedos
se deslicen**

60. Deje que los dedos se deslicen

Descanse la cabeza de su pareja en las palmas de sus manos.

Haga «caminar» la yema de sus dedos hacia arriba por la parte trasera del cuello.



El «caminar» es un movimiento que consta en el deslizamiento alternado de los dedos, desde la base del cuello hasta el final del cráneo.

(Aplique una presión firme con los dedos, teniendo cuidado de no tirar del cabello.)

**61.
Masaje en
la cabeza**

61. Masaje en la cabeza



61. A

A.

Deslice la yema de sus dedos hacia arriba y hacia abajo en la parte inferior de la cabeza.

CABEZA Y CUELLO

Masaje en la cabeza



B.

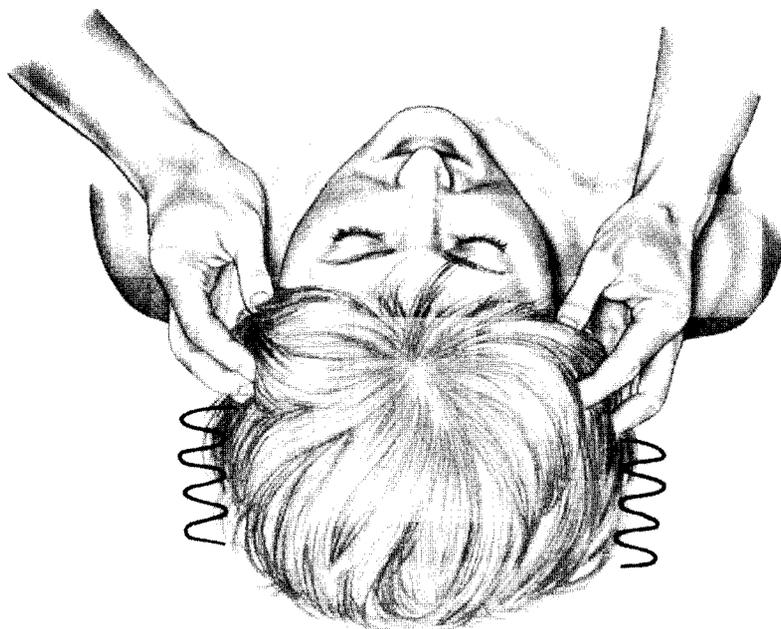
Gire la cabeza de su pareja hacia la derecha.
Deslice sus dedos hacia arriba
y hacia abajo por el lado izquierdo del cráneo.

61. B

C.

Ahora, gire la cabeza de su pareja hacia la izquierda.
Deslice sus dedos hacia arriba
y hacia abajo por el lado derecho del cráneo.

61. C



D.

Prosiga el masaje por el lado izquierdo
y coloque la cabeza de su pareja hacia arriba.
Deslice las yemas de sus dedos hacia arriba y hacia abajo
por ambos lados del cráneo y la parte superior de la cabeza.
Gradualmente, acelere la velocidad, mas no la presión.

61. D

Masaje erótico

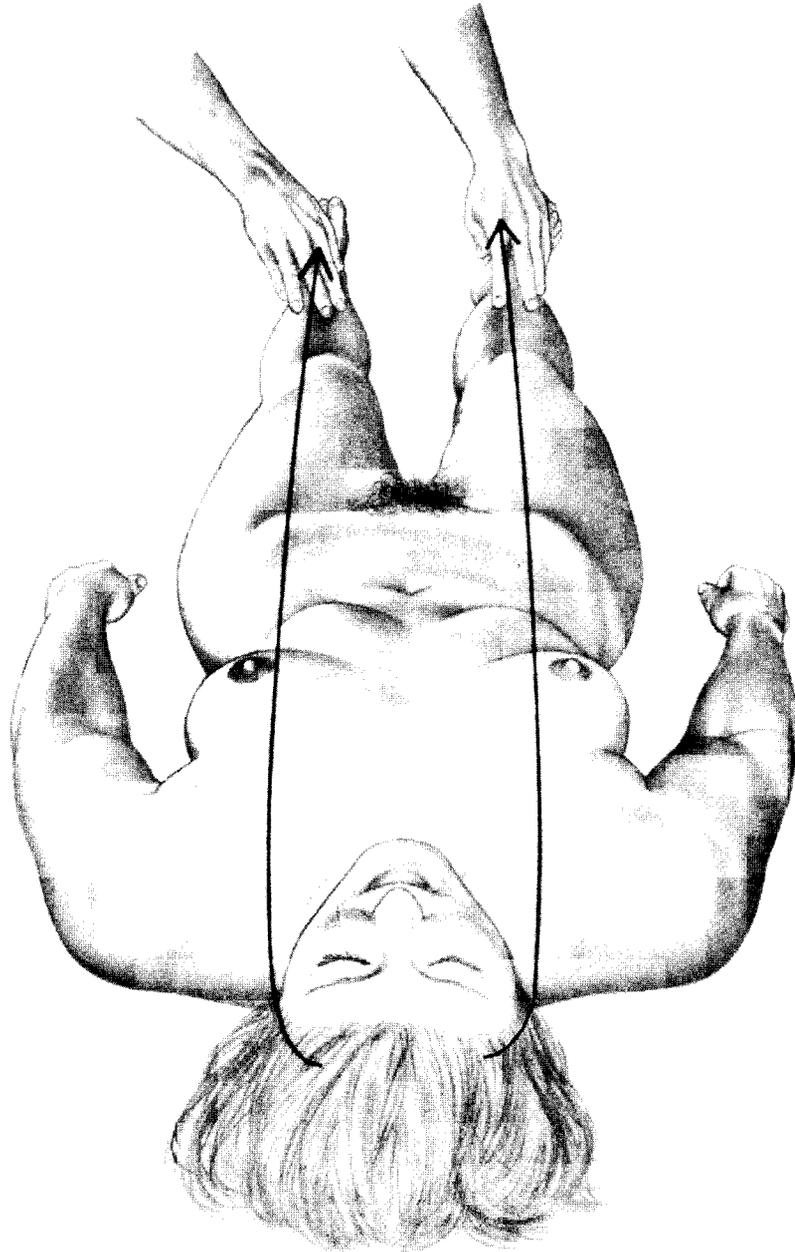
**CABEZA
Y CUELLO**

**Masaje
en la cabeza**

61. E

E.

Sin variar la velocidad,
y en un movimiento rápido,
retire sus dedos de la cabeza de su pareja.



61. F

F.

Espera un momento, y después, si así lo desea,
acaricie suavemente con la punta de los dedos todo
el cuerpo de su pareja,
desde la cabeza hasta los pies.

CARA

Su posición: Frente a la parte trasera de la cabeza de su pareja.

Nota: Es mejor no aplicar aceite para el masaje facial. De cualquier forma, si ha estado usando un aceite sin aroma, y si usted lo desea, puede aplicar una pequeña cantidad.

62. Movimiento «T»



Deslice sus pulgares hacia arriba
y a lo largo de las cejas.

Tres o cuatro repeticiones probablemente cubrirán todo el área.

62. Movimiento «T»

63.
Masaje
en las cejas

63. Masaje en las cejas



Aplique una serie de apretones ligeros
en las cejas,
yendo desde el entrecejo hacia fuera.

64. Masaje en la sien

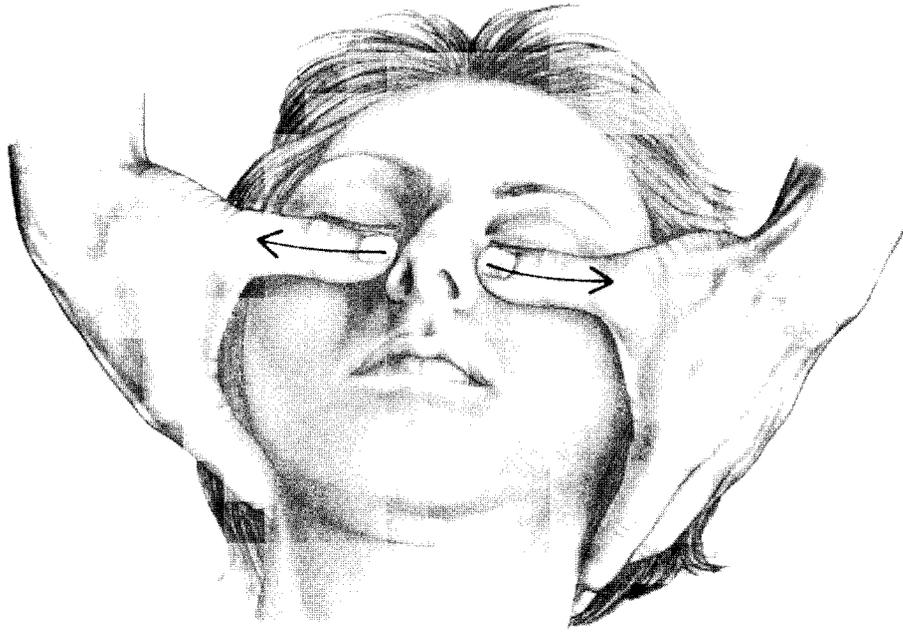
64.
Masaje
en la sien



Haga movimientos circulares en las sienes
con la parte lisa de sus dedos.
Aplique suficiente presión de manera que la piel
se deslice sobre el músculo que está debajo.

65. Debajo de los ojos

65.
Debajo de
los ojos

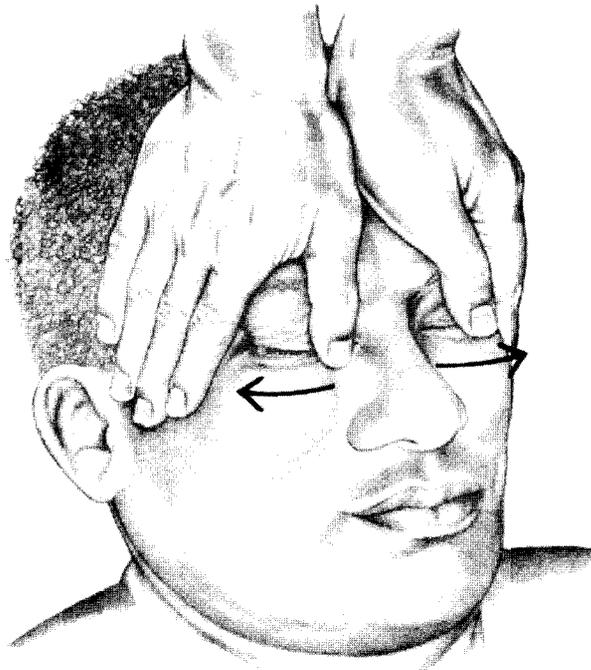


Deslice sus pulgares hacia fuera,
a lo largo del área debajo de los ojos (donde hay hueso).

66.
Masaje para
los ojos

66. Masaje para los ojos

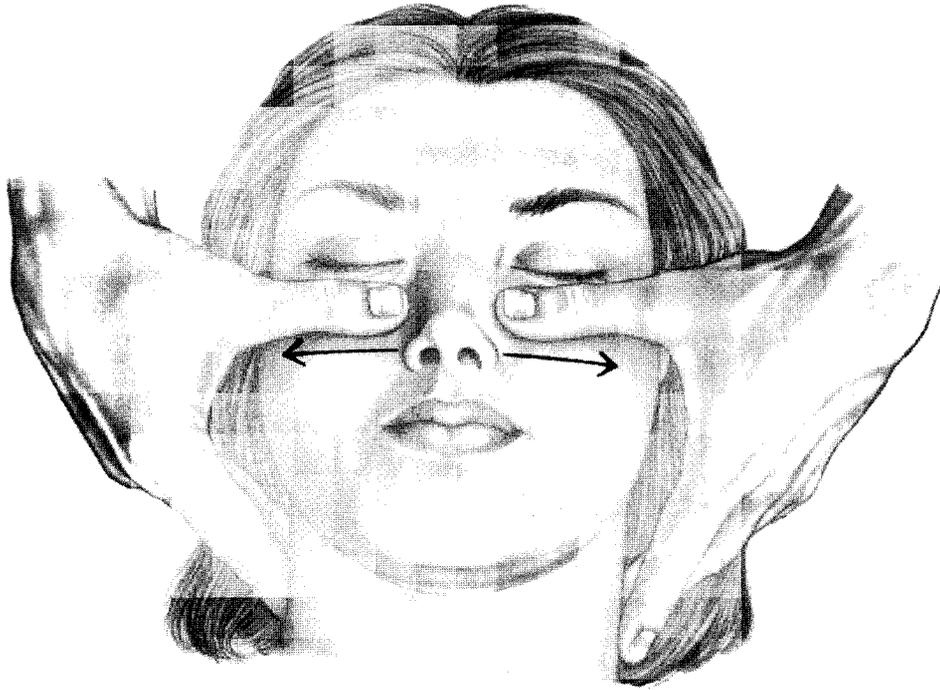
Si la persona usa lentes de contacto duras,
sólo dé masaje a los ojos si se ha sacado antes las lentes;
quizá una presión ligera puede ser aceptable
cuando se usen de contacto suaves.



Coloque la base de sus pulgares en la frente de su pareja.
Lentamente deslice las yemas hacia fuera,
a lo largo de los párpados. Repita dos o tres veces.

67. Masaje en las mejillas

CARA

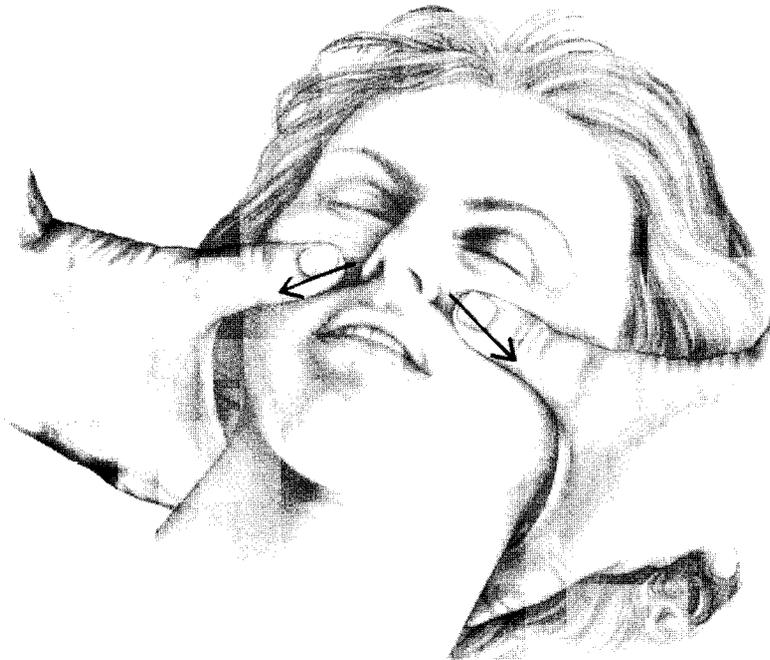


67.
Masaje en
las mejillas

Deslice sus pulgares hacia fuera a lo largo
de la parte superior de las mejillas.

68. Masaje en la parte inferior de las mejillas

68.
Masaje en
la parte
inferior de
las mejillas



Deslice sus pulgares hacia fuera
por la parte inferior de las mejillas.

Masaje erótico

69. Masaje en el maxilar

69.
Masaje en
el maxilar



Haga movimientos circulares en el área de los maxilares con la parte lisa de sus dedos. Aplique suficiente presión de manera que la piel de la cara se deslice sobre el músculo que está debajo.

70.
Masaje en
el labio superior

70. Masaje en el labio superior



Deslice sus pulgares hacia fuera por el área encima del labio superior.

71. Masaje debajo del labio inferior

CARA



71.
Masaje debajo del
labio inferior

Deslice sus pulgares hacia fuera por el área debajo del labio inferior.

72. Masaje en la garganta

72.
Masaje en
la garganta



Deslice sus pulgares hacia arriba, entre la laringe
y los lados de la garganta.

Masaje erótico

73. Masaje en el área detrás de las orejas

73.
Masaje en
el área detrás
de las orejas



Deslice los dedos medio de ambas manos arriba y abajo a lo largo de las franjas detrás de las orejas.

74. Masaje en la parte exterior de las orejas

74.
Masaje en
la parte exterior
de las orejas



Aplique una presión suave en los lóbulos y deslice hacia fuera.

Repita este movimiento en toda la parte exterior de las orejas.

75. Paz interior

CARA

75.
Paz interior



A.

Lentamente, deslice sus dedos dentro de los canales de las orejas e invite a su pareja a relajarse en esta posición durante unos minutos, bloqueándole los sonidos externos.

75. A



B.

Si la parte A es difícil para usted o incómoda para su pareja, cubra las orejas con las palmas de las manos.

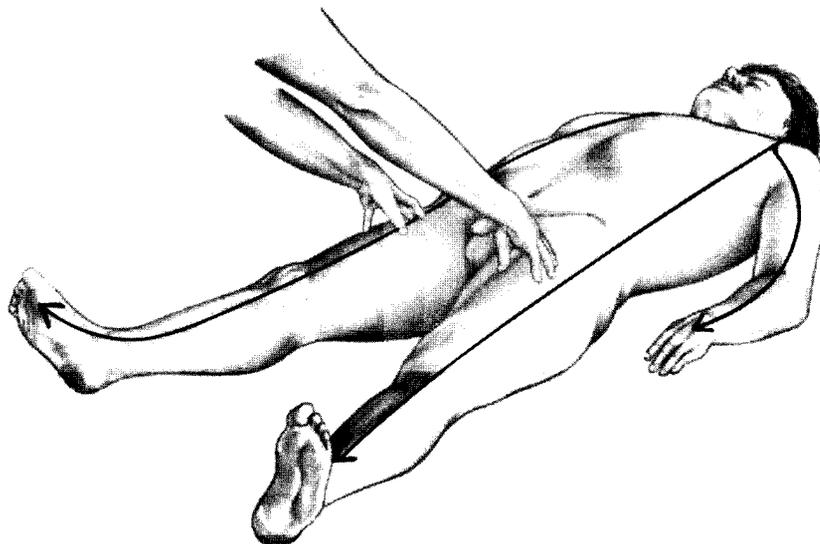
75. B

Masaje erótico

76.
Movimiento
Final

CONCLUSIÓN

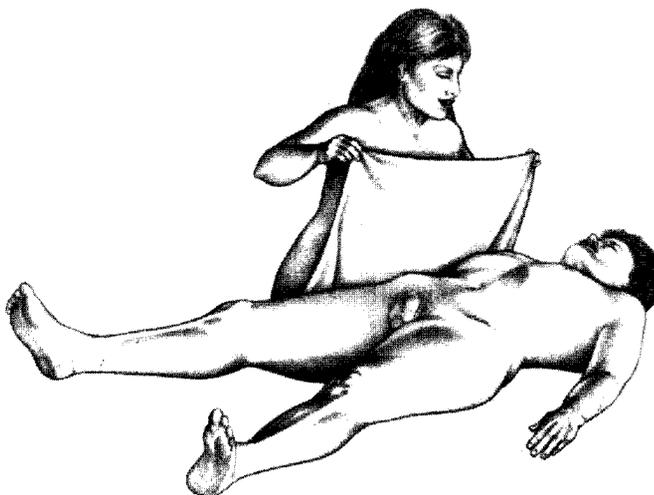
76. Movimiento final



Con la punta de sus dedos,
acaricie ligeramente desde la base de la cabeza
en dirección a los brazos,
hasta la punta de los dedos de las manos;
después, desde la cabeza hacia la punta de los pies.

77.
Cobijando

77. Cobijando

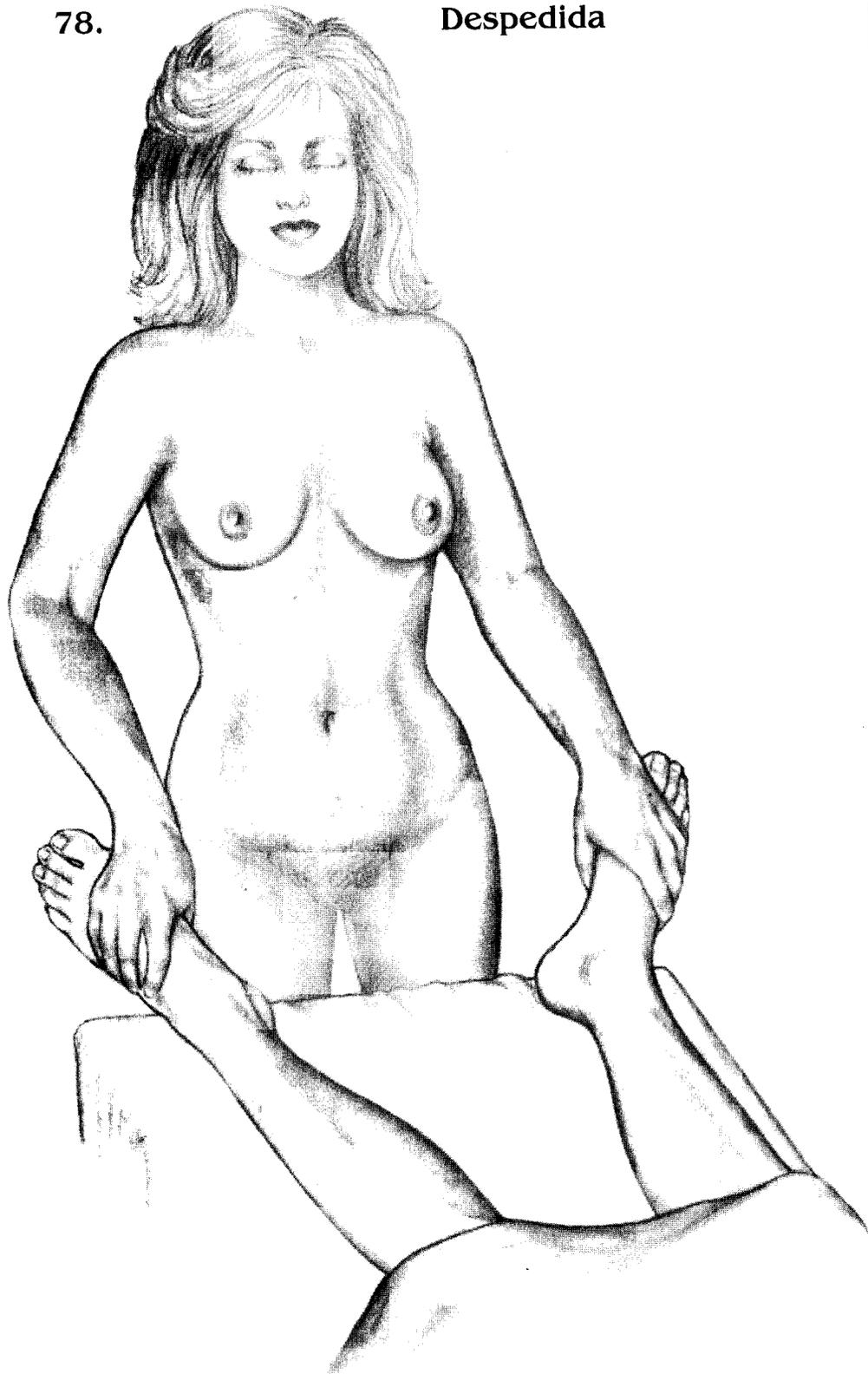


A menos que el clima sea muy confortable,
se recomienda cubrir a su pareja con una toalla o sábana.

78.

Despedida

CONCLUSIÓN



78.
Despedida

Descanse sus manos sobre los pies de su pareja,
colocando los dedos en la parte superior de los pies y los pulgares
en el arco de los mismos.
Después de unos minutos,
permita que sus manos pierdan lentamente el contacto con su pareja.
Permanezca en silencio hasta que él o ella
vuelva de su relajamiento.

Abrácelo(a).

Masaje erótico

107

APÉNDICE

EROTIZANDO UN SEXO MÁS SEGURO

En lo que respecta al sida y al sexo seguro, el masaje en general no es considerado como una actividad de riesgo; en todo caso, con muy poco riesgo de contagio.

Cuando exista duda acerca de la salud de la persona que da o recibe masaje, o si cualquiera de los dos pudiera contagiar el virus del sida, es muy importante que se lean los siguientes párrafos.

Las investigaciones recientes indican que cuando la sangre, las eyaculaciones o los flujos vaginales entran en contacto con alguna herida o con el tejido sensible, el peligro de contagio se agrava.

Si prefiere seguir prácticas para un sexo más seguro con relación al sida, a la hora de proporcionar el masaje al hombre o a la mujer en el área genital, se recomienda utilizar guantes de látex o vinilo, que pueden ser adquiridos en cualquier farmacia o tienda de productos quirúrgicos.

En cuanto a infecciones en la piel, tales como herpes o verrugas venéreas, es recomendable descartar por completo el contacto con el área dañada o consultar a un médico.

Si usa productos de látex, emplee únicamente lubricantes con base de agua, ya que el aceite los deteriora.

Una alternativa para no utilizar guantes al proporcionar masaje a los genitales masculinos es colocar un condón al pene. Trate de aplicar el lubricante de agua dentro de la punta del condón antes de desenrollarlo. No obstante, algunos movimientos indicados en este libro requieren el uso de guantes sin condón, ya que funcionan mejor así.

Al principio, esta medida de protección podrá parecer una intrusión o impedimento. Sin embargo, después de haber explorado, usted descubrirá, al igual que muchas otras personas, que los guantes de látex o vinilo provocan una sensación única de suavidad y que el lubricante de agua dentro del condón crea placeres inexperimentados, así como inesperados.

Erotizar un sexo más seguro significa despojarse de expectativas y permitirse el descubrimiento de nuevas sensaciones. Dar la caricia del amor en la forma en que recomienda este libro puede acercarnos a nuevas cotas de placer.

AGRADECIMIENTOS

El estilo contenido en *Masaje erótico para parejas* está basado en los principios de la psicología humanística. Deseo expresar mi agradecimiento a Margaret Elke por la influencia que su trabajo acerca de masajes y sensualidad ha ejercido sobre muchas personas; agradezco también a los maestros pioneros del Instituto Esalen.

Los estudiantes de la facultad del Instituto para el Estudio Avanzado de la Sexualidad Humana en San Francisco, han apoyado continuamente mis mensajes educacionales como medio para unir las cualidades de lo sensual y lo íntimo junto con la expresión sexual.

Me encuentro en profunda deuda con Clark Taylor, Ph. D. y David Lourea, Ed. D. del proyecto Sexólogos para la Salud Sexual en San Francisco, por su apoyo para la erotización de un sexo más seguro. También estoy igualmente agradecido a Molly Hogan, R. N., Norma Wilcox, R. N., y Sharon Miller, M. S.

Encontrar un artista con la sensibilidad y la disponibilidad para ilustrar este libro fue una labor importante y lenta. Producir las ilustraciones fue también un aspecto que llevó tiempo. No tengo otros sentimientos que no sean los de admiración y elogio hacia Kyle Spencer y espero que éste, su primer libro, sea sólo el principio de una carrera brillante.

Mi querida amiga Ellen Gunter, M. D., proveyó las fotografías en las que fueron basadas las ilustraciones. Es realmente una persona encantadora.

De igual manera aprecio la inmensa ayuda de tantos amigos en tantas maneras: Betty Chase, Joseph Kramer, Tim Hancock, Wendell Lipscomb, Louise-Andrée Saulnier, y muchos otros.

EPÍLOGO

*Mi amado ha bajado a su jardín
a la cama de especias
para alimentarse en los jardines
y recoger lirios.*

*Yo soy de mi amado
y mi amado es mío:
Él se alimenta junto a los lirios.*

Canción de Salomón 6:2-3

Ésta es la caricia del amor.

MASAJE ERÓTICO PARA PAREJAS



El masaje se convierte en un arte cuando se realiza con técnicas eficaces y sensibilidad. A través de estas páginas el lector aprenderá las claves del masaje erótico: el movimiento del orador, el del molino, los trucos del masaje en los senos, en el pubis, en el punto G, la técnica de la víbora, la del conteo y de la pluma, el movimiento entrelazado... Tocar se convertirá en una caricia erótica destinada a proporcionar el climax, experimentando todo el placer que la ternura y la práctica bien combinadas pueden proporcionarle.

Un manual exhaustivo, ilustrado paso a paso y avalado por la investigación de uno de los mejores profesionales de la materia, que abre nuevos e interesantes horizontes corporales.

Kenneth Ray Stubbs es uno de los sexólogos y masajistas mejor acreditados de su especialidad. Su exitosa labor de divulgación como conferenciante y los continuos seminarios internacionales a parejas y terapeutas de todo el mundo le han otorgado a sus libros la categoría de obras prácticas de culto.

025339



9 788427 024946