

<<男性多重高潮>>

图书基本信息

书名：<<男性多重高潮>>

13位ISBN编号：9789868358744

10位ISBN编号：9868358744

出版时间：2007/12/01

出版公司：晨星出版有限公司

作者：Chia, Mantak, Abrams, Rachel Carlton

译者：許逸維

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<男性多重高潮>>

內容概要

早在三千多年前，中國道家已知道男人可以延遲甚至不用射精，就能體驗多重高潮！

這是可能的，因為射精和高潮，是兩種截然不同的生理反應。

男人也有多重高潮？

很多人乍聽之下覺得不可思議，簡直難以相信！

但是提醒你一件事：不過是四十年前，人們才了解女人的多重高潮，並接受它是正常的。

1980年代，在性學家所研究的男性個案中，其中百分之十二有多重高潮的經驗。

一旦男人了解他們也具有多重高潮的潛能，並學習一些簡單的技巧，將會有更多的男人會發覺自己也能獲致多重高潮。

現代男性對性行為的關注重心，依然錯誤地擺放在總是讓人失望的射精上，並不注重做愛過程中的高潮經驗。

《男性多重高潮》這本書，為男性展示了將高潮和射精區分開來的方法，這樣一來，男性就能將射精這種片刻的釋放，轉變成無數個遍及全身的高潮體驗。

不是只有青春男生、少數幸運的年長男人，或者是宗教大師，才能體驗多重高潮。

有位三十多歲的軟體推銷員，自稱是個憤世嫉俗又易怒的紐約人，某天晚上，他坐下來，練習書中提供的技巧，因而享有了六次高潮，他說：「高潮一次比一次還要強烈，這是不曾體會到的經驗，而在這之前，我辛苦工作，身體不適，結果在高潮隔天醒來後，我覺得健康極了，而且全身充滿了前所未有的能量。」

根據道家的性愛觀，不射精而多重高潮，不但能讓男人達到身體的最佳狀態，而且信不信由你，它還能延年益壽。

從本書中，男士們將學習到：

不用射精，就能獲致多重高潮 體驗更持久、更強烈的全身性高潮

運用性能量改良整體的健康 增進你的性能量與活力

學習辨識另一半慾望的徵兆 幫助另一半達到多重高潮

掌握插入的技巧，能完全滿足另一半 運用性愛深化你們的靈性

讓做愛更安全 終結早洩

克服性無能 增進陰莖的尺寸與能力

提升精子品質 預防前列腺疾病

提升中老年人的性功能 不會因老化而喪失熱情

需要指出的是，這本書不是專門講授道家理論的書，也不是一本哲學或宗教專書（作者之一的謝明德寫了十多本書，詳細介紹了這古老傳統的實用教誨，他也由此發展出了一套易懂的健康系統理論，稱為「治療之道」）。

在《男性多重高潮！

》一書中，我們推薦給讀者一些經由科學研究證實的道家技巧，讓讀者藉以尋求深化的性愛經驗，而非尋求全新的信仰系統。

多重高潮練習技巧摘錄

基本呼吸法

乍聽之下或許很奇怪，可是要學會控制射精和享受多重高潮，就得由強化和深化呼吸開始。

就像其它的武術或是靜坐一樣，呼吸是控制身體之門。

呼吸有自主的成份，也有不自主的成份存在。

<<男性多重高潮>>

換句話說，我們想都不想就能規律呼吸，可是我們也可以選擇改變呼吸的頻率和深淺。用意念來培養身體正是性愛功夫的基礎。

呼吸跟心跳也有關連。

如果呼吸又快又淺，心跳也會加快，就像奔跑以後的情形。

如果呼吸又慢又深，那心跳也會放慢。

之前提到，心跳加速也是高潮的一部份，就像呼吸加快也是高潮來臨的徵兆之一。

所以控制興奮速率還有控制高潮的第一步，就是慢慢的深呼吸。

腹部呼吸

大部份的人呼吸都很淺，通常只有胸部和肩膀移動而已，這樣子肺部可以吸收的氧氣量只有一小部份。

腹部呼吸，也就是用到肺部下方的深呼吸法，這也是初生兒呼吸的方式。

如果你觀察入睡的新生兒，你會發現每一次呼吸，新生兒的腹部都會跟著上下起伏。

腹部呼吸能讓堆積在肺部下方的停滯空氣，被新鮮充氧的空氣所取代。

這是最健康的呼吸方式，可是隨著壓力和焦慮，我們失去了這種自然的能力，而讓呼吸變得短淺。

這種焦慮的呼吸法只讓氣體在肺部上方流動。

快樂或是大笑的時候，我們又會使用腹部呼吸法。

每天練習腹部呼吸幾分鐘，可以讓你的身體自己就能深呼吸，就算睡覺的時候也一樣。

在床上打得火熱的時候，如果想要避免射精或是將高潮傳送到身體各處，那控制呼吸的能力就非常重要。

<<男性多重高潮>>

作者简介

<<男性多重高潮>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>