mr

ALICIA GALLOTTI

KAMA-SUTRA. LAS 101 POSTURAS MÁS SENSUALES

Alicia Gallotti

Kama-sutra
Las 101 posturas más sensuales

mr · ediciones

Introducción

Desde los tiempos más remotos, los seres humanos de todas las culturas y geografías se han distinguido por su constante búsqueda de las más diversas maneras para refinar y aumentar el placer sexual, hasta el punto de convertir el erotismo en un arte.

Esto no sólo es absolutamente natural, sino que es también parte inseparable de la sensualidad, una esfera fundamental de la vida, que puede definirse como gozar en libertad y con la máxima plenitud.

En este sentido, cada una de las posturas que se describen en las siguientes páginas no es una receta invariable ni promete una cuota fija de goce, así como tampoco hay meta alguna que alcanzar. Por el contrario, la recreación, la fantasía o cualquier cambio imaginativo que los amantes descubran e incorporen serán un modo de acrecentar sus percepciones eróticas e intensificar su mutuo disfrute.

Al igual que el conjunto de las personas comparten ciertos rasgos, pero cada una de ellas es única, con las parejas sexuales ocurre lo mismo. Todas disfrutan durante la cópula, pero cada una crea su propio universo sensual. Se trata de un camino a descubrir y a recorrer luego hasta las más largas distancias posibles.

La práctica del coito en posiciones distintas y renovadas cada vez es un poderoso aliciente en sí mismo, pero además es el principal aliado para evitar la monotonía y que el sexo se convierta en una conducta mecánica y rutinaria, reducida a cumplir una simple función biológica.

El deseo es un motor poderoso, y dejarse llevar libremente por él, sin prejuicios ni objetivos prefijados, con una entrega total y abierta, es altamente estimulante. Asimismo, dejar que los cuerpos jueguen en las infinitas posiciones en que es posible practicar el coito no es una complicada práctica gimnástica, un ejercicio banal ni mucho menos una disparatada invención de antiguos tratados eróticos orientales.

Se trata sencillamente de procurar hallar la máxima satisfacción física y psicológica, así como la compenetración y ese poderoso vínculo que se crea entre un hombre y una mujer cuando comparten la complicidad de complacerse en su sexualidad.

Porque no es lo mismo situarse boca arriba o boca abajo, estar mirándose o de espaldas, con el cuerpo en la misma dirección o en la opuesta, de pie, sentados o acostados, sino que en cada postura determinada se estimulan de forma diferente los diversos puntos erógenos.

La cópula en posiciones variadas permite conocerse y conocer al amante para practicar luego la postura que más excita, la más cómoda o la que permita dar rienda suelta a la imaginación, a fin de experimentar al máximo el placer orgásmico.

Los cambios de postura supone variar los ángulos de penetración para que el placer de él o de ella se vea acrecentado; estimular los puntos álgidos o descubrir nuevos centros desconocidos de goce; aprender a utilizar las manos, la lengua y cualquier otra zona del cuerpo para excitar y ser excitados y, además, aporta la sorpresa que renueva constantemente el ardor sexual.

Todas aquellas formas de situarse durante la penetración y el coito, que permiten erotizar el clítoris por el roce del pubis masculino o que ella misma o él lo exciten, incrementan la sensación orgásmica de las mujeres, a la vez que el amante goza sobremanera viendo el placer que provoca.

Del mismo modo, el hombre embargado por el deseo ansía que el pene se deslice lo más profundamente posible en el interior de ella y, por consiguiente, que el oculto conducto esté dilatado y lubricado para que el coito se desarrolle de manera sencilla y natural. Asimismo, ciertas posturas son más apropiadas si el pene es más o menos largo o si su diámetro es mayor o menor.

Todos los factores antes citados —fundamentales para disfrutar más y mejor de los encuentros sexuales— se han tenido en cuenta al incluir las posturas que aparecen en este libro. Además de la minuciosa descripción, los lectores podrán tener una idea gráfica muy clara de cómo situar sus cuerpos para practicarlas a través de la ilustración que acompaña a cada una.

Por último, la información se completa con dos pequeños pero importantes apartados. El primero de ellos, «Tener en cuenta que...», está destinado a ofrecer pautas útiles que los amantes deben conocer antes de proponerse recrear cierta posición amatoria; el segundo, «Placer intenso para», es indicativo de quién puede disfrutar más en cada caso: el hombre, la mujer o ambos. Por supuesto, el hecho de subrayar que determinada postura le ofrece más goce a él o a ella no supone, en modo alguno, que la pareja sexual no experimente placer o que éste se vea mermado.

Sólo resta añadir el deseo de contribuir, con esta obra enteramente dedicada a posturas eróticas, a acrecentar la satisfacción de los amantes que se asomen a sus páginas. Con la intención de que lo hagan con una aproximación tan lúdica, libre y apasionada como es la propia sexualidad.

Kama-sutra
Las 101 posturas más sensuales

Las mariposas

La pareja comienza a mimarse largamente, él le besa los tobillos y los pies, lamiendo cada uno de sus dedos, con la certeza de que eso genera en ella sensaciones placenteras que se transmiten al resto de su cuerpo. Luego se acuesta a su lado y las piernas de ambos se entrelazan una y otra vez, hasta que ella coloca una encima del hombre, levantando ligeramente la cadera, mientras separa el muslo para que pueda penetrarla.

Continúan intercambiando las caricias que tanto los han excitado, pero ahora los movimientos acompañan el ritmo de la cópula. Las manos vuelan libres como si estuvieran dotadas de alas. Van transitando incansablemente por la piel con estímulos diversos: roces con las uñas, toques de las palmas, itinerarios sutiles con las yemas de los dedos.

La mano femenina recorre la espalda del amante o se desplaza morbosa para demorarse acariciándole el pecho. Él le roza el muslo y la nalga o estimula sus pechos y el pubis, mientras enreda un dedo de su otra mano en el cabello o mima el cuello, el rostro y las orejas de ella.

Al tener la amante una pierna en alto, se estrecha el ángulo de apertura de la vagina, y eso les depara a ambos un placer exquisito, porque el pene es intensamente friccionado entre las paredes del órgano femenino, a la vez que roza el clítoris en cada embate.

Tener en cuenta que...

Esta postura es perfecta cuando los amantes desean gozar sin prisa, en un coito de ritmo lento y sostenido, como si estuvieran meciéndose.



Placer intenso para

Él

Ella

Ambos

El antílope

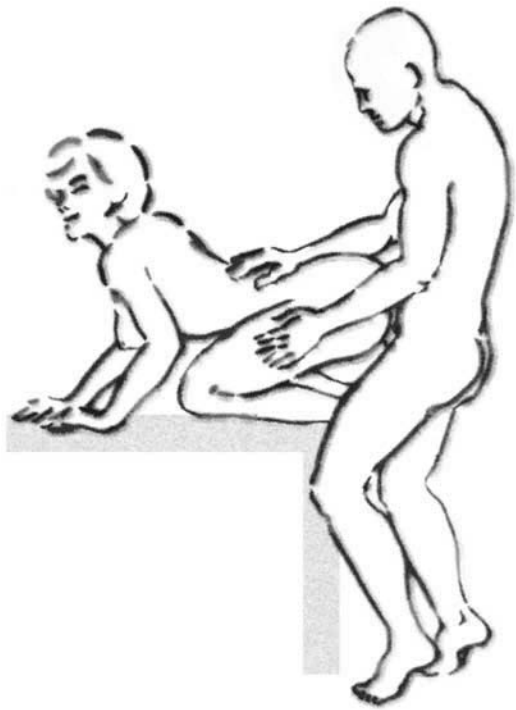
Los amantes juegan con sus cuerpos, enardeciendo su piel con las caricias; se lamen por entero, se besan y estimulan incansables sus centros erógenos hasta que, jadeantes de deseo, deciden unirse.

Él la ayuda a arrodillarse sobre una mesa. Ella queda a gatas, con los glúteos hacia fuera. Luego, arquea la espalda, adelanta el cuerpo apoyándose en las palmas de las manos y eleva las nalgas ofreciéndoselas sensualmente. Él, de pie, se coloca detrás y la toma decidido por las caderas para afirmarse, quiebra ligeramente las rodillas hasta que los sexos se tocan y se impulsa hacia delante en una honda penetración.

La mujer, lejos de mantenerse pasiva, decide sorprenderlo y concentra su deseo en el movimiento de sus piernas para llevar el ritmo. Se balancea enérgicamente hacia delante y hacia atrás y mueve al mismo tiempo las caderas en círculo sintiéndose plena. Sus vaivenes generan un efecto envolvente de los músculos vaginales en torno al pene, que aumenta el disfrute de ambos. Excitado por los ondulantes desplazamientos, el amante responde, redoblando el goce en cada empuje; en un incitante juego, retira por instantes el pene, para que sólo el glande y la vulva estén en contacto, hasta que llegue el momento en que la pasión sea la que dirija la cópula.

Tener en cuenta que...

Conviene realizar esta postura después de otras o de largos preliminares para que el pene se deslice en la vagina bien lubricada sin molestias ni dolor.



Placer intenso para

Él

Ella

Ambos

La selva

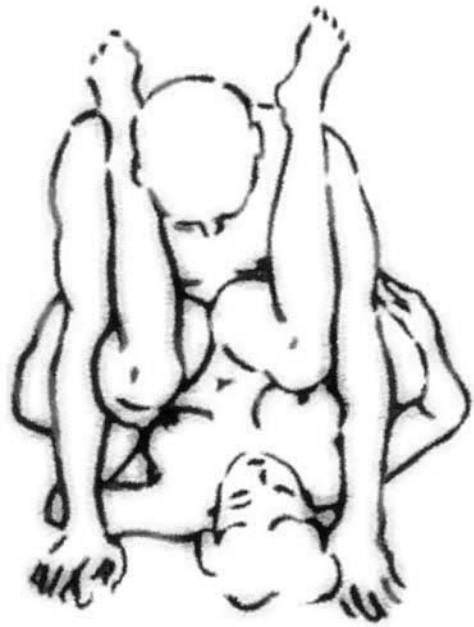
Los amantes han entrelazado sus cuerpos en un íntimo abrazo. Ella está tendida sobre su espalda con las piernas abiertas y flexionadas, pero, cuando él se aproxima e inclina la parte superior de su cuerpo hacia su compañera sexual, aprovecha para colocar sus pies sobre los hombros masculinos, de modo que él pueda estimularle tanto los senos como la vulva, en cuyo centro reside la clave del mutuo placer.

Él no tiene prisa en penetrarla, se demora jugando con los labios, la lengua y las manos en sus pezones y areolas, provocando estremecimientos de gozo; luego lame lentamente la vulva, jugueteando con el botón del clítoris, que se oprime contra su lengua y proporciona a la mujer ese húmedo disfrute que hace que se derramen sus fluidos, lo que indica que ya está preparada para recibir el pene en su interior.

Entonces, él la penetra y, para que ella sienta con más intensidad su erección y perciba los latidos de la sangre que se agitan en su miembro, con una de sus manos toma las nalgas de la mujer para elevarle el cuerpo e ir marcando un compás, primero lento para luego acelerarlo cada vez más. Empuja firmemente y con la mano libre recorre la línea de los ojos, que ella mantiene cerrados, o lleva uno de sus dedos al interior de la boca femenina para que ella lo chupe.

Tener en cuenta que...

Ésta es una de las posturas más descansadas para ella, puesto que el hombre sostiene su cuerpo a la par que imprime la cadencia rítmica.



Placer intenso para

Él

Ella

Ambos

Unión voluptuosa

Acostada sobre su espalda, la mujer levanta las piernas y al mismo tiempo dobla las rodillas hasta que las puntas de sus pies estén en contacto con las ingles; mientras él, arrodillado entre sus piernas, se inclina hacia delante y apoya las palmas de las manos a ambos lados del cuerpo femenino.

Ella lo atrae hacia sí en un abrazo estrecho y acaricia su espalda con estímulos diferentes: unas veces lo roza con las uñas, otras son las manos abiertas las que lo recorren. Él besa su rostro milímetro a milímetro, y la amante gira la cara hacia uno y otro lado para ofrecerle los sensibles puntos de sus orejas, que el hombre lame sensualmente deparándole un insólito placer. Si ella levanta un poco la barbilla, su compañero también podrá dejar la huella de la lengua en su cuello y soplar luego encima, despertando una eléctrica y cálida sensación.

La cópula se desarrolla lenta y sensualmente, ya que resulta imposible acelerar el ritmo estando los cuerpos en esta posición; sin embargo, las sensaciones orgásmicas alcanzan tanta fuerza y tal grado de profundidad que resulta una experiencia inolvidable.

Otro estímulo sumamente sensual que él utiliza para erotizarla es el roce de los torsos, para que los pezones erectos de ambos entren en contacto, comunicándose la mutua excitación.

Tener en cuenta que...

Mantener durante mucho tiempo las piernas en esta posición es difícil para ella, por lo que es conveniente combinar esta forma de unión con otras.



Placer intenso para

Él

Ella

Ambos

El saltamontes

Aunque los movimientos de ambos están muy limitados por la singular unión que mantienen, es una postura muy cómoda y segura. El hombre permanece sentado y con las piernas flexionadas y abiertas; en cambio, la mujer está tumbada de espaldas, tiene dobladas las piernas y las apoya sobre las puntas de los pies, manteniendo las rodillas juntas y aproximando las nalgas al cuerpo masculino, para que los pubis estrechen el contacto. Luego lleva sus manos a las piernas que la rodean, y las recorre desde los tobillos hasta las rodillas, para luego descender voluptuosamente, una vez y otra. Si además mueve suavemente los dedos de los pies, producirá una caricia intensamente erótica y poco habitual en las nalgas de su amante.

Cuando el deseo lo indica, él se inclina hacia delante y dirige el pene con su mano hacia el interior de la vagina hasta conseguir penetrarla.

En esta íntima unión, sus siluetas fundidas y anudadas se mueven acompasada y lentamente hasta alcanzar el clímax, durante el cual, impulsado por la potencia del placer que experimenta, él eleva el torso femenino para atraer a su compañera hacia sí, asiendo los hombros que mantuvo sujetos todo el tiempo; a su vez, ella lo agarra por las rodillas para emprender juntos el camino hacia el disfrute final.

Tener en cuenta que...

Los muslos juntos de la mujer, en esta posición, no permiten una penetración profunda, además es poco probable lograr estimular el clítoris.



Placer intenso para

- Él
- Ella
- Ambos

Huella indeleble

Unirse en esta posición representa para los amantes dejarse llevar por el goce sin esfuerzo físico.

Ella se tiende de lado, apoya uno de sus hombros y recoge contra el vientre las piernas juntas. Nota cómo él se pega a su piel por detrás, amoldándose al contorno de su figura. El hombre se abre paso con extrema suavidad por entre la estrecha abertura de los muslos femeninos; la penetración es lenta y la fricción es muy intensa por la postura de las piernas de ella, que, naturalmente, hace que se contraigan los músculos vaginales favoreciendo el roce a medida que el falo se introduce.

Ambos concentran toda su energía en mover al unísono las caderas, sin perder el contacto en ningún momento, mientras él la estimula para aumentar su deseo besándole el cuello, la parte superior de la espalda o lamiéndole la nuca. Ella, con la mano libre, le acaricia el muslo, o la lleva a uno de sus pechos para acompañar el placer vaginal.

Cuando él lo advierte, adelanta el brazo y, rodeando su cintura, le acaricia el vientre, dibuja el círculo de su ombligo o sostiene la copa del seno que ella acaricia.

El coito puede ser tan prolongado como lo deseen y, cuando sientan que han llegado hasta el umbral de la máxima excitación y quieran traspasarlo, bastará con acelerar el ritmo.

Tener en cuenta que...

Es una postura muy estimulante que conviene recordar para practicarla desde el sexto mes hasta el final del embarazo.



Placer intenso para

Él

Ella

Ambos

Rayo de luz

Los dos están de pie, pero él se ha colocado detrás de ella. Se inclina hacia delante para que su cuerpo descanse enteramente sobre la espalda de la amante y, rodeándola con sus brazos, adhiere la pelvis contra las tersas nalgas femeninas, mientras su pene atraviesa el camino que lo conduce hasta la vagina, que lo recibe gozosa, encerrándolo entre sus húmedas paredes.

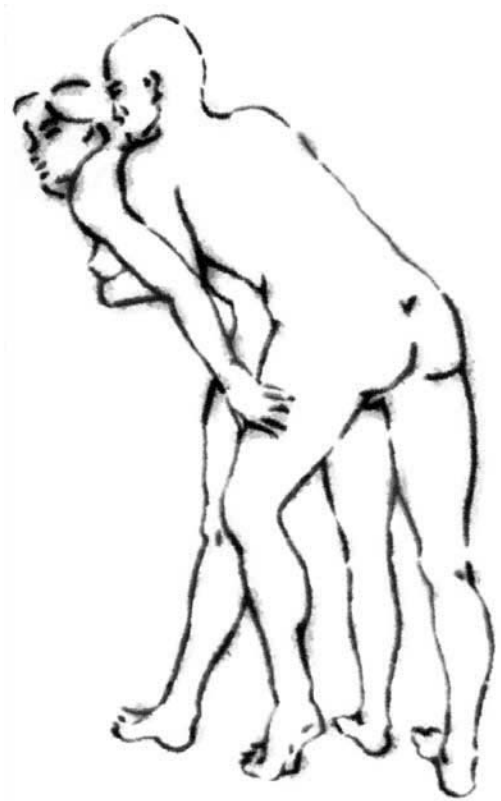
El secreto para que esta relación sexual, plena de fuerza y morbo, adquiera un ritmo trepidante es que los cuerpos se acoplen a la perfección sin demasiado esfuerzo, lo cual podría romper la magia erótica del momento.

Ella se siente totalmente poseída por su compañero, que pasa sus brazos por debajo de los suyos para mimar sus pechos apretándolos entre las manos; cuando los pezones responden a sus caricias endureciéndose, lleva una mano hasta el pubis y se detiene en la vulva hasta sentir entre sus dedos el clítoris, tenso por el placer.

La mujer, a su vez, responde apasionadamente, echando los brazos hacia atrás y sujetando con las manos los glúteos de él contra su cuerpo; de esta forma, lo atrae aún más hacia sí y siente las embestidas del pene cada vez más profundas a medida que el compás se va acelerando, hasta el punto en que ambos, confundidos los jadeos, alcancen el orgasmo.

Tener en cuenta que...

Si él es más alto debe flexionar las rodillas y, si lo es ella, basta con que abra algo más las piernas para que la unión de los sexos sea perfecta.



Placer intenso para

Él

Ella

Ambos