



2024

ВtB РОЗНИЧНЫЙ КАТАЛОГ


J E S - E X T E N D E R™


MALE EDGE™
EXPLORE YOURSELF



BASIC

С MaleEdge BASIC вы не идете на компромисс с производительностью. На самом деле, устройство для увеличения пениса одинаково во всех трех комплектах; MaleEdge BASIC просто поставляется без некоторых дополнительных аксессуаров. Как и все продукты в линейке MaleEdge, этот синий и белый увеличитель пениса комплектуется линейкой и резиновым ремешком. Мы также предоставляем круглосуточный доступ к вашей индивидуальной онлайн-программе тренировок, чтобы помочь вам максимально эффективно использовать ваш увеличитель пениса!



EXTRA

Элегантный в зеленом и черном цветах, Male Edge EXTRA поставляется с рядом полезных дополнительных аксессуаров и запасных частей, экономя ваше время и деньги. В дополнение к базовым аксессуарам, наш самый продаваемый комплект для увеличения пениса также включает дорожную сумку, два резиновых ремешка и защитную подушечку. С Male Edge EXTRA у вас действительно есть все необходимое для достижения ваших целей!



PRO

Если вы ищете максимальный опыт с Male Edge, то PRO — это продукт для увеличения пениса для вас! Комплект PRO включает полный набор аксессуаров BASIC и EXTRA, а также четыре резиновых ремешка, две сменные подушечки и кохезивный бинт. Стильный в красном и черном цветах, представленный в элегантной красной подарочной коробке, Male Edge PRO — это премиальный комплект для увеличения пениса, который включает абсолютно все, что вам может понадобиться!



JES - EXTENDER™ Light

Jes-Extender Light — это наша базовая версия по доступной цене, которая поставляется с годовой гарантией. Новый Jes-ExtenderLight оснащен передней частью с комфортным ремешком. Обратите внимание, что эта модель предназначена для использования только с пенисами длиной до 17 см (6,7 дюйма).



JES - EXTENDER™ Original

Jes-Extender Original поставляется в классическом, стильном футляре из красного дерева. Наш бестселлер номер один, он изготовлен только из лучших материалов, поэтому мы можем предложить вам полную годовую гарантию. Новый Jes-ExtenderOriginal оснащен передней частью с комфортным ремешком для максимального удобства.

JES - EXTENDER™ Titanium

Jes-Extender Titanium поставляется в современном алюминиевом кейсе. Наша новая модель оснащена дополнительным набором удлинительных стержней длиной 1/2 дюйма для сверхточного мониторинга роста и включает полную двухлетнюю гарантию. Этот комплект включает все, что нужно вашим клиентам.





J E S - E X T E N D E R™

Покрытый 24-каратным золотом, наш премиальный продукт является лучшим увеличителем пениса на рынке. В дополнение к аксессуарам, которые идут с Silver Extender, Gold Extender также поставляется с набором запасных частей, набором удлинителей и ремешком на липучке. Этот элегантный продукт также имеет пожизненную гарантию.



J E S - E X T E N D E R™

Platinum

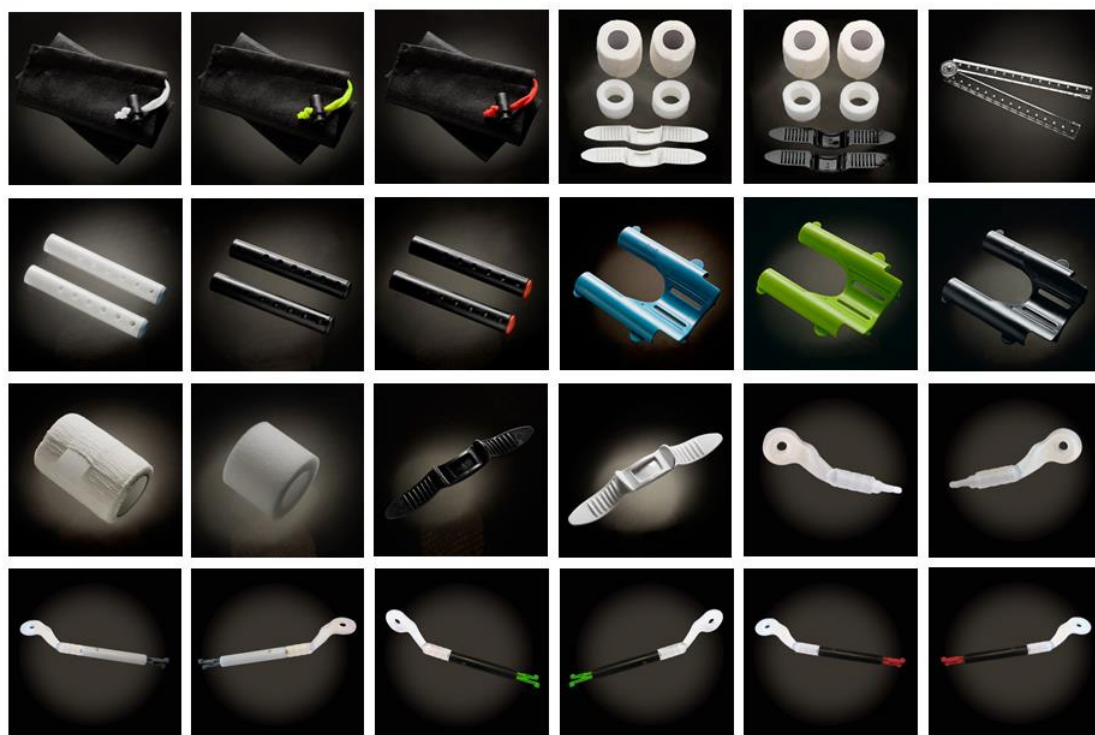
Для тех немногих мужчин, которые хотят только самое лучшее. Все металлические части покрыты чистой платиной и поставляются с сертификатом подлинности. Платина — это чрезвычайно редкий металл, и его устойчивость к износу и потускнению делает его идеальным для изготовления ювелирных изделий. Платина более ценна, чем золото или серебро!

АКСЕССУАРЫ И ЗАПАСНЫЕ ЧАСТИ

JES - EXTENDER™



MALE EDGE™



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ



ПЕРВЫЙ ОДОБРЕННЫЙ С МЕДИЦИНСКОЙ ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ПРИБОР ДЛЯ **УВЕЛИЧЕНИЯ ПЕНИСА**

С ДОКУМЕНТАЛЬНО ПОДТВЕРЖДЕННЫМ ЭФФЕКТОМ

Самое популярное в мире средство для
увеличения мужской силы всех времен
- помогает мужчинам вырасти в среднем на
28% за 4-6 месяцев.



MALE EDGE™ JES-EXTENDER™



Male Edge BASIC



Male Edge EXTRA



Male Edge PRO



Jes-Extender LIGHT



Jes-Extender ORIGINAL



Jes-Extender TITANIUM



Jes-Extender SILVER



Jes-Extender GOLD



Jes-Extender PLATINUM

ИЗВЕСТНЫЙ ВО ВСЕМ МИРЕ СМИ о Male Edge Jes-Extender



The Telegraph

FHM



BBC

Sports Illustrated



Men's Health



ПОЛНОЕ РУКОВОДСТВО ПО
УВЕЛИЧЕНИЮ ПЕНИСА
ОТ MALEEDGE™

ГЛАВА 1: ВСТУПЛЕНИЕ	3
Как Наше Руководство Может Вам Помочь	3
Познакомьтесь Со Своим Пенисом	3
Наука, Лежащая В Основе Естественного Роста	4
Терпение И Целеустремленность	4
ГЛАВА 2: КАКОЙ У ВАС РАЗМЕР?	5
Как Измерить Свой Пенис?	5
Каков Идеальный Размер Полового Члена?	6
Синдром раздевалки	8
ГЛАВА 3: УВЕЛИЧЕНИЕ ПЕНИСА В ЕГО ЛУЧШИХ ПРОЯВЛЕНИЯХ	9
Каковы Преимущества Увеличения Полового Члена?	9
Сравнение Методов Увеличения Пениса	9
Хирургия	10
Помпы	10
Таблетки	11
Кремы/Лосьоны	11
Джелкинг	11
Увеличители Пениса	12
Итоги	12
Почему Maleedge™ Это Лучший Выбор, Который Вы Могли Сделать	13
Научные Доказательства Неинвазивного Увеличения Полового Члена	14
ГЛАВА 4: ИТОГИ	15
10 Ответов На Вопросы Об Увеличении Пениса, Которые Вы Боитесь Задать	15
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	16

Глава 1: Вступление

Maleedge™ знает, что информация - это сила. Это значит, что вам нужно изучить свой пенис. Будучи хорошо осведомленным о том, как работает этот орган и как происходит его рост, вы сможете извлечь максимум из нашего руководства и добиться естественного, постоянного роста пениса.

Как Наше Руководство Может Вам Помочь

Полное руководство по увеличению пениса ответит на любые вопросы о процессе стимуляции роста, которые у вас могут возникнуть. Оно также содержит полезную информацию о половых членах, которая в равной степени является как обнадеживающей, так и поучительной.

Когда мы говорим об увеличении пениса, может быть довольно сложно получить информацию, необходимую для принятия обдуманного решения о лучшем для вас варианте. В Maleedge мы ценим наших клиентов. Мы стараемся быть максимально прозрачными и научно ориентированными, предоставляя всю возможную информацию, чтобы вы могли быть уверены, что приняли правильное решение.

В этом руководстве вы найдете ответы на все вопросы, которые у вас когда-либо возникали по поводу увеличения пениса.

Знакомство Со Своим Пенисом

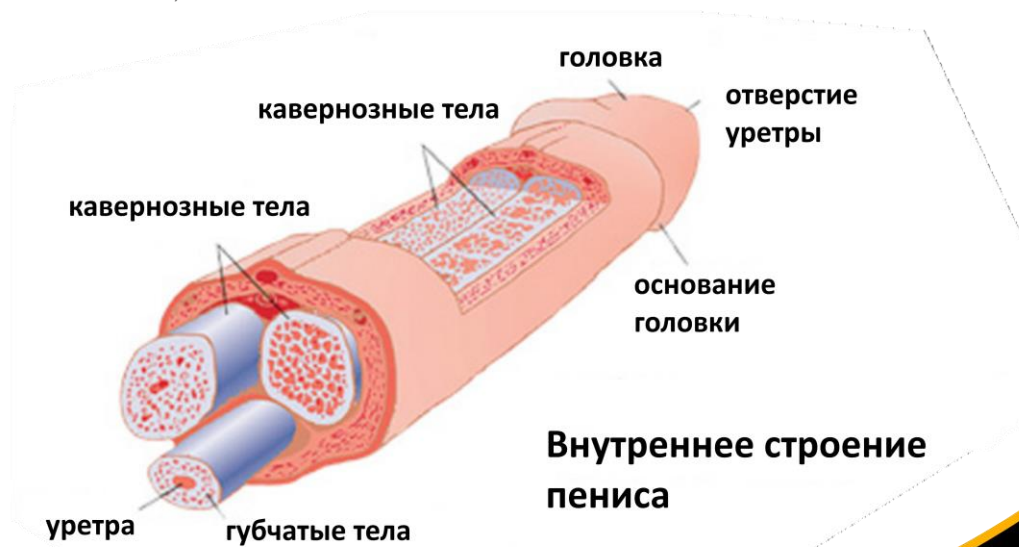
У каждого мужчины он есть, но удивительно, как мало мужчин на самом деле знают строение своего пениса или даже то, как он работает. Прежде чем вы начнете успешное увеличение своего полового члена, хорошо бы для начала понять, как это вообще возможно.

Большинство мужчин знают, что, несмотря на распространенное слово "стояк", в половом члене нет костей. И - хотя некоторые люди называют его Мышцей Номер Один или вариациями этого названия, - пенис на самом деле не является мышцей. Подумайте сами. Можно ли настолько натренировать свой пенис, чтобы

он мог моментально становиться твердым?

Конечно, нет! Строение этого органа на самом деле намного сложнее, чем может показаться на первый взгляд.

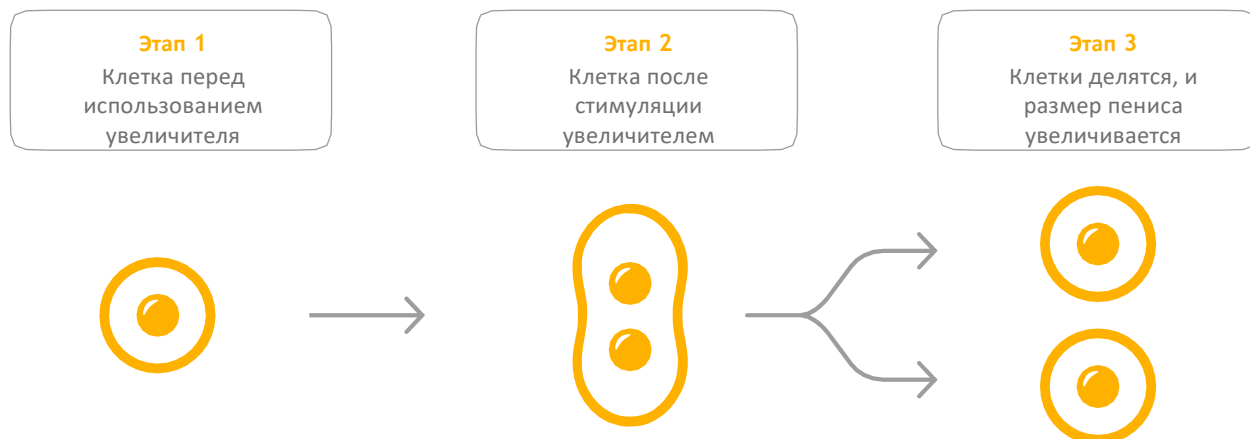
Наиболее важными функциональными частями полового члена являются уретра, которая выводит мочу и сперму из организма, и кавернозные тела. Это трубки, сделанные из губчатой ткани, которые наполняются кровью, когда возникает эрекция.



Наука, Лежащая В Основе Естественного Роста

Усиление растяжения пениса - это клинически доказанный метод, который приводит к его естественному и постоянному росту. Подвергание какой-либо части тела, в нашем случае пениса, постоянному растяжению естественным образом приводит к делению клеток в этом органе – данный процесс

называется цитокинезом. Клинически доказанное действие увеличителя Maleedge™ позволяет ему равномерно растягивать ствол пениса, заставляя клетки тканей делиться и создавать новые ткани. Этот рост клеток приводит к увеличению и утолщению пениса в течение нескольких недель или месяцев.



Терпение И Целеустремленность

Ваше устройство Maleedge™ - это проверенный эффективный метод постоянного увеличения общего размера пениса, но только при регулярном использовании. Таким образом, терпение и целеустремленность являются двумя основными вещами, которые нужно помнить при использовании вашего устройства. Эффективный рост клеток является действенным, когда вы хотите получить член большего размера, но есть предел того, насколько быстро это может произойти.

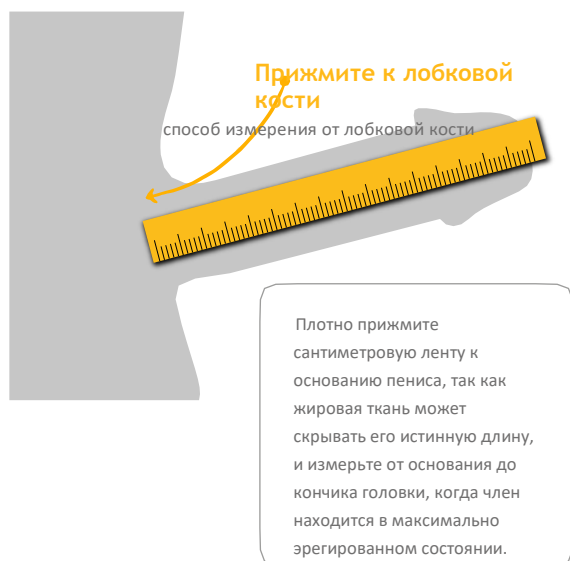


ГЛАВА 2: КАКОЙ У ВАС РАЗМЕР?

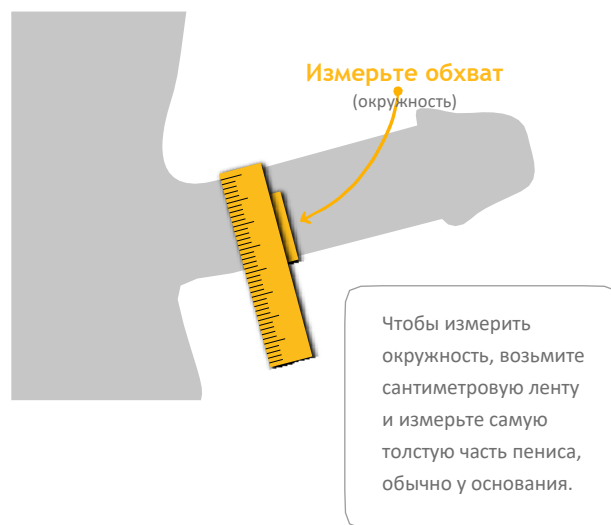
В какой-то момент своей жизни все мужчины задавались вопросом, насколько их размер сопоставим с размером их друзей, коллег или даже всего остального мира. В этой главе мы расскажем, как правильно измерить свой пенис.

Как Измерить Свой Пенис?

Если вы читаете это, скорее всего, вы уже потратили немало времени, пытаясь точно измерить свой собственный пенис. Многие мужчины пытаются "схитрить"



любыми способами, к примеру, измеряя половой член по нижней стороне. Лучше всего использовать сантиметровую ленту, так как она учитывает все изгибы.



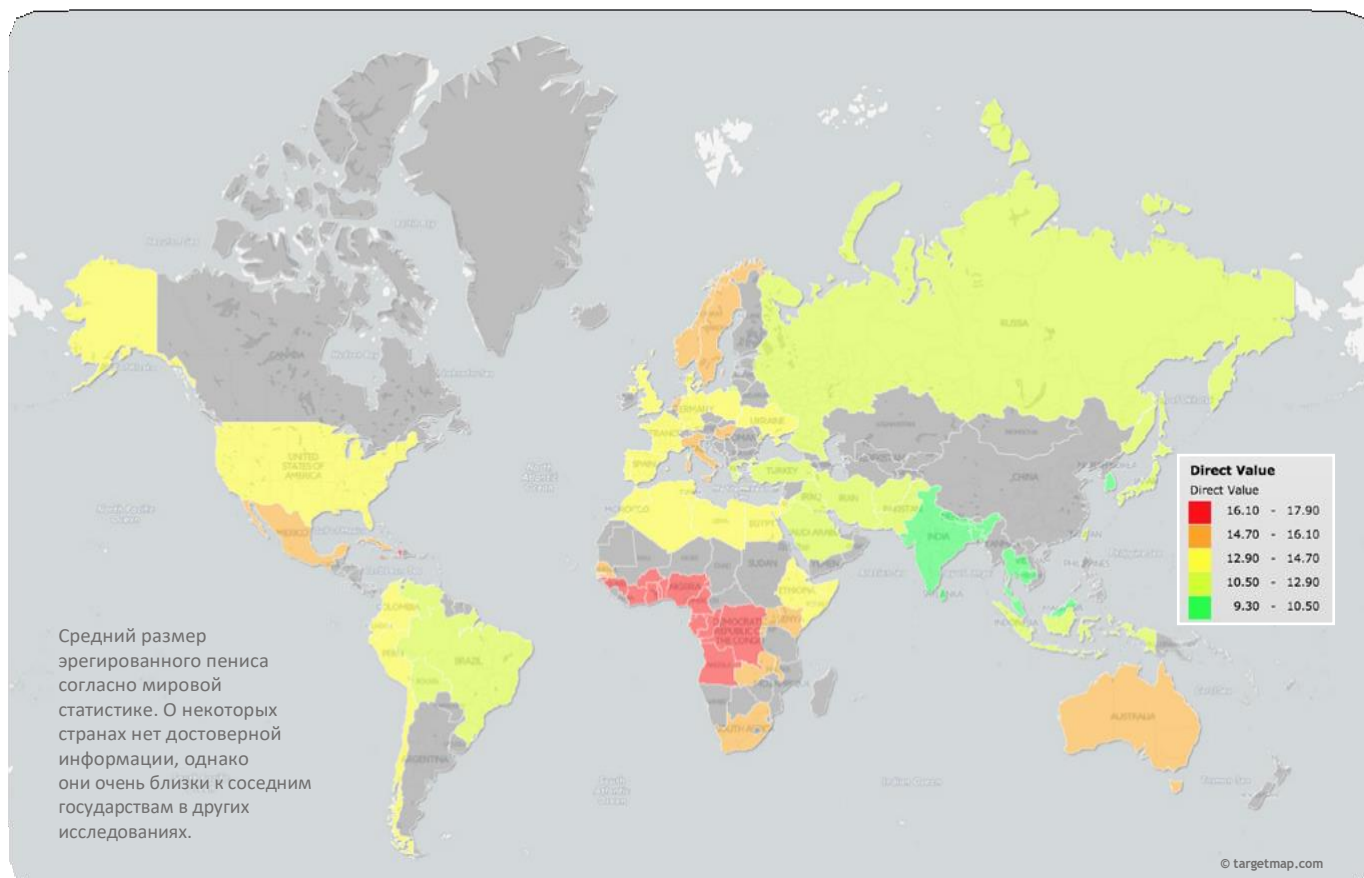
Использование метода, описанного выше, показывает примерные данные, однако для получения более точных результатов есть лучший способ от Maleedge™:

Единственный правильный способ измерить длину

Чтобы точно измерить свой пенис, вам понадобится устройство Maleedge™ и линейка или сантиметровая лента. Идеальный метод заключается в следующем:

- Наденьте устройство Maleedge™ и используйте 1800 гр. тяги.
- Используя линейку, измерьте длину от лобковой кости до кончика головки.
- Эта длина в растянутом состоянии идентична размеру эрегированного пениса.

Используя этот метод, вы сможете точно и безошибочно определить свой истинный размер. Теперь, когда вы точно знаете свой размер, вы сможете определить, какого размера вы хотите достичь, основываясь на реальных измерениях.

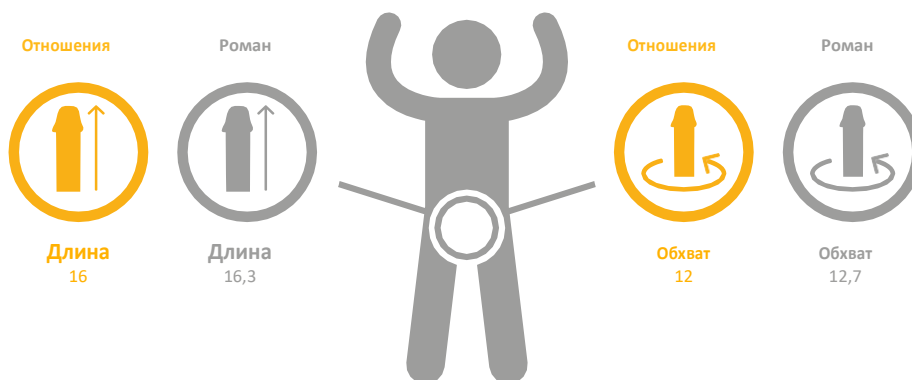


Каков Идеальный Размер Полового Члена?

Это извечный вопрос. Он волновал и волнует многих мужчин всех времен: идеального ли размера мой член? К удивлению некоторых, ответ обычно звучит “да!”

Согласно опросам женщин об их предпочтениях, если речь идет о постоянных отношениях, в среднем они предпочитают пенис 16 сантиметров в длину и 12 сантиметров в обхвате. Для коротких романов женщины предпочитают пенис чуть большего размера, 16,3 сантиметра в длину и 12,7 сантиметров в обхвате.

Возможно, это очень удивит мужчин, которые думают, что большинство девушек жаждут огромных пенисов, но на самом деле размер мечты лишь немного превышает средний размер полового члена.



Средняя длина пениса в мире составляет примерно от 12,7 до 15,2 сантиметров в длину - весьма близко к тому, что женщины воспринимают как идеал. Если задуматься, это очень логично. Слишком большой или слишком маленький пенис может стать причиной проблем в сексе, поэтому неудивительно, что большинство женщин предпочитают размер, близкий к среднему.

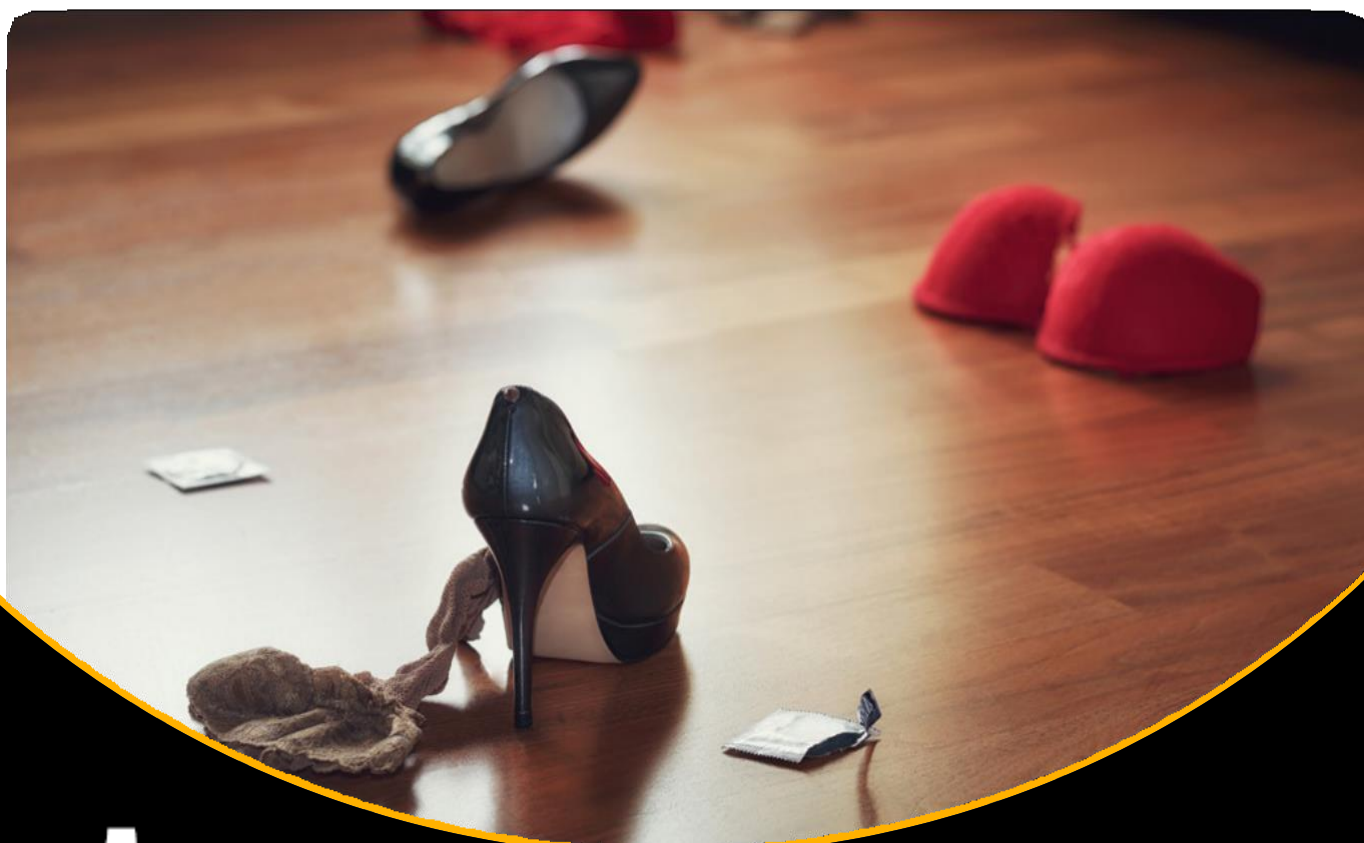
Таким образом, длина не настолько важна, как думает большинство мужчин. На самом деле девушки больше заинтересованы в достаточном объёме - если говорить о том, что для них по-настоящему важно. В одном из опросов 50 молодых женщин выяснилось, что 90% из них считают, что более толстый пенис дарит больше удовольствия, чем более длинный. Однако к этим данным не стоит относиться чересчур серьезно, поскольку размер выборки для опроса был относительно невелик. Обхват чаще всего упускается из виду в статистических исследованиях, но если в окружении ваш половой член достаточно большой, для вас это станет обнадеживающей новостью.

Итак, теперь мы знаем, чего же хотят женщины от мужского пениса, но как насчет самих мужчин? Вряд ли кого-то удивит, что мужчины, как правило, гораздо менее уверены в идеальности размера своего пениса и в том, насколько они могут удовлетворять женщин, чем сами женщины. По результатам одного из исследований, опубликованном в Международном Британском журнале Урология, целых 45% мужчин были недовольны размером своего полового члена, считая его слишком маленькими. При этом у подавляющего большинства опрошенных мужчин длина пениса соответствовала средним показателям нормы и - с медицинской точки зрения - они вовсе не считались маленькими!

Для того, чтобы считаться очень маленьким, пенис должен быть по меньшей мере в два раза меньше среднестатистической длины. Проще говоря, это означает, что он должен быть меньше, чем примерно у 97,5% мужчин. С медицинской точки зрения, это 7,4 сантиметра в состоянии эрекции. Это также означает, что у 95% мужчин длина пениса составляет от 7,6 до 19 сантиметров. Во время полового акта влагалище растягивается, чтобы соответствовать пенису, находящемуся в нем, а это означает, что размер является меньшей проблемой, чем вы могли бы подумать.

Таким образом, большинство мужчин, которые не считают свой размер идеальным, на самом деле вполне способны удовлетворить своих сексуальных партнеров. Конечно, всегда лучше быть ближе к идеалу, и конечно, у всех женщин есть свои личные предпочтения. Некоторые женщины предпочитают маленькие и аккуратные пенисы, а другие, наоборот, выбирают максимальный размер и уверены, что чем больше - тем лучше! Однако большинство женщин отдают предпочтение среднему между двумя крайностями, пусть и склоняясь в сторону большего (но явно не огромного, как ошибочно думают многие мужчины).

Итак, что делать, если ваш пенис не идеального размера? Что ж, для вас есть хорошие новости. Большинство экспертов и многие женщины согласны с тем, что чрезвычайно важно быть умелым и изобретательным любовником, чтобы дарить и получать удовольствие в сексе. Поэтому если ваш пенис достаточно велик, чтобы не превращаться в настоящую проблему, и вы знаете, что делать в спальне, у женщин никогда не будет жалоб!



Синдром раздевалки

Для людей естественно сравнивать и противопоставлять, и чаще всего это проявляется в раздевалках и подобных местах.

Исследования показывают, что у большинства мужчин, считающих, что у них маленький пенис, его длина на самом деле находится в пределах того, что является “средним” или “нормальным”. Размер пениса на самом деле более важен для мужчин, чем для женщин, и нигде этот вопрос не стоит так остро, как в “раздевалке”. Это не обязательно должна быть настоящая раздевалка - это скорее метафора того, как часто в наше время можно увидеть пенисы других мужчин.

Важную роль в синдроме раздевалки играют порнография и другие средства массовой информации. Мужчины могут видеть огромные половые члены на своих компьютерах или телевизорах, и они начинают думать, что такой размер является средним или минимально необходимым для удовлетворения своей партнерши. (Подсказка: это совсем не так).

Это отражается в факте, что в опросах мужчины обычно говорят, что идеальный пенис больше, чем то, что на самом деле предпочитают женщины.

К сожалению, лечение синдрома раздевалки (или синдрома маленького пениса) - это не так просто, как наличие большого полового члена, хотя, скорее всего, поможет с уверенностью в себе. Единственное настоящее лекарство от синдрома раздевалки на самом деле - перестать беспокоиться об этом. Напоминайте себе, что большой пенис не делает его обладателя лучше вас, и хотя это помогает мужчине быть увереннее в себе, это не единственное, что есть в жизни. Вполне вероятно, что даже самым уверенным в себе мужчинам, которых вы знаете, может не хватать нескольких сантиметров ниже пояса, или они могут не знать, как доставить удовольствие женщине! По правде говоря, нет никаких причин обсуждать или думать о чьем-либо размере пениса, кроме вашего собственного.

В редких случаях синдром раздевалки является не просто легким беспокойством, а становится настоящей патологией. Если это влияет на вас до такой степени, что негативно сказывается на вашей жизни, возможно, пришло время обратиться за профессиональной помощью.



ГЛАВА 3: УВЕЛИЧЕНИЕ ПЕНИСА В ЕГО ЛУЧШИХ ПРОЯВЛЕНИЯХ

Эта глава представляет собой краткое изложение основных преимуществ увеличения пениса в целом. Мы также разберем самые популярные методы увеличения, представленные в настоящее время на рынке, и объясним плюсы и минусы каждого из них.

Каковы Преимущества Увеличения Полового Члена?

Увеличение пениса имеет широкий спектр преимуществ. Не все из них являются физическими; более того, эти нефизические преимущества могут быть полезны в спальне, в раздевалке и даже в повседневной жизни.

Помимо увеличения пениса, если оно сделано правильно, вы также можете достичь более сильных эрекций и повысить свою сексуальную выносливость, что позволит вам и вашему партнеру еще больше наслаждаться половым актом. Результат: удовлетворение, наслаждение и улучшение сексуальной жизни в целом. Преимущества этого очевидны для любого человека в мире!

Однако наиболее важным из всего является уверенность в себе, которую может дать вам большой и эффективно работающий пенис. Преимущества этого оценят не только страдающие от синдрома раздевалки. Это действительно может послужить толчком к тому, чтобы стать более общительным и уверенным в себе человеком. Исследования показывают, что мужчины с большими пенисами с немалой долей вероятности будут лидерами в таких группах, как, к примеру, спортивные команды (вы можете легко найти много материалов на эту тему). Уверенность в себе - одна из самых важных черт, которыми может обладать мужчина - как в спальне, так и в повседневной жизни.

Сравнение Методов Увеличения Пениса

	Чувствительность	Более Сильная Эрекция	Промежуточный Рост	Постоянный Рост		
Хирургия	Нет	Нет	Нет	Да	Доказанное увеличение ограничено	Нет возврата денег
Увеличители Пениса	Да	Да	Да	Да	Доказанное увеличение не ограничено	Возврат денег в двойном размере
Помпы	Да	Да	Да	Нет	Нет доказательств увеличения	Нет возврата денег
Таблетки	Да	Да	Нет	Нет	Нет доказательств увеличения	Нет возврата денег
Кремы/Лосьоны	Да	Да	Нет	Нет	Нет доказательств увеличения	Нет возврата денег
Джелкинг	Нет	Да	Нет	Нет	Нет доказательств увеличения	Нет возврата денег

Хирургия

У операции по увеличению пениса обычно есть два варианта - удлинение пениса путем разрезания связки, прикрепляющей его к тазовой кости; или расширение его путем введения жира или силикона для увеличения массы.

Есть определенные доказательства того, что операция по увеличению полового члена действительно дает постоянный результат, особенно у мужчин с микропенисами. К сожалению, для большинства мужчин этот результат не является удовлетворительным. В одном европейском урологическом исследовании только 35% мужчин, опрошенных после операции по удлинению, были довольны результатами.

В лучшем случае хирургическое вмешательство не дает пациенту повышения чувствительности или более сильной эрекции. В худшем случае неудачно проведенная операция может навредить пенису, возможно, оставив его деформированным или даже вообще не функционирующим. Как правило, после операции вам нужно будет взять недельный отпуск и снизить любую физическую активность, а перед тем, как вы вернетесь к половой жизни, пройдет до шести недель. То есть прошло бы шесть недель, прежде чем вы получили бы очевидный результат, которым смогли бы гордиться.

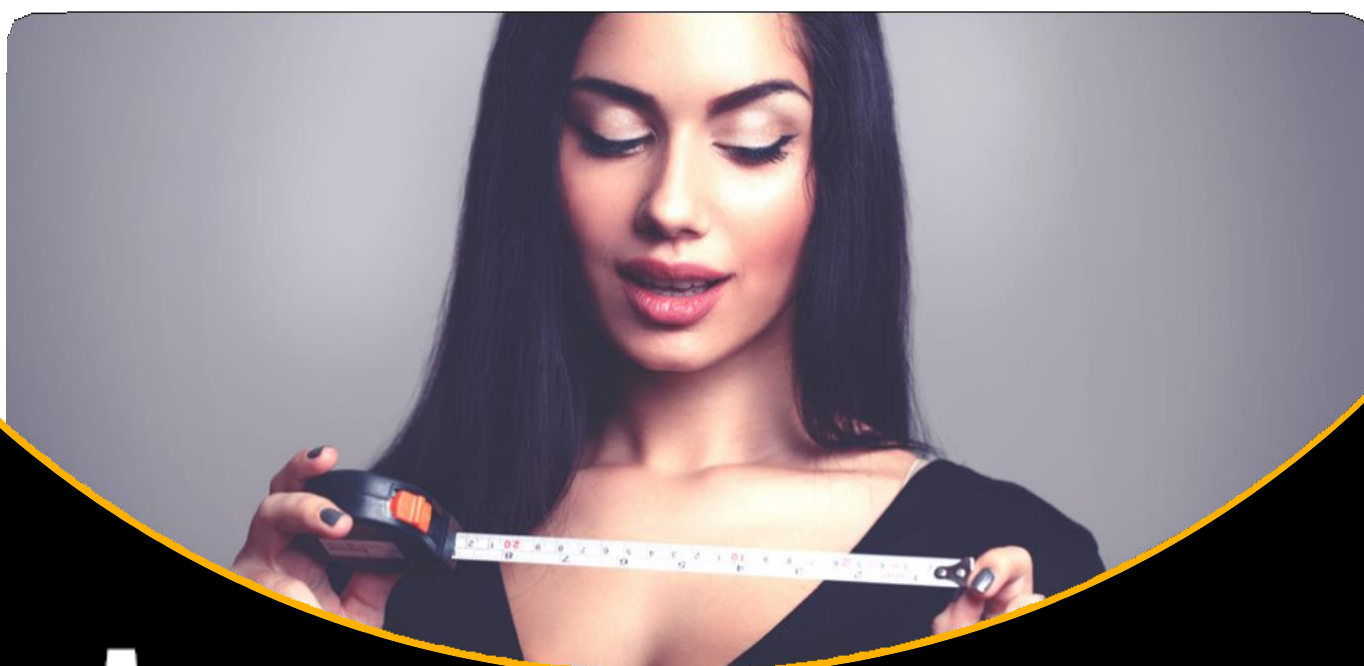
Ни одна крупная медицинская ассоциация не одобряет эти операции как приемлемый вариант для увеличения размера полового члена. Операции, как правило, очень дорого стоят и при этом недостаточно изучены, а побочные эффекты от них могут быть весьма серьезными. К сожалению, такие случаи не редкость. Побочными эффектами могут стать повреждение нервов, инфекции и даже эректильная дисфункция - какая польза от более длинного пениса, если он вообще не функционирует?

Помпы

Помпы для увеличения пениса работают посредством создания вакуума вокруг полового органа, накачивая кровь для создания эрекции. Затем вокруг основания пениса помещается кольцо, чтобы кровь не возвращалась обратно. Поскольку они помогают пенису наполняться кровью, насосы могут действительно быть эффективны в качестве временного лечения ЭД, а вакуум на самом деле временно делает половой член больше. Это может быть полезно для тех мужчин, которым нужна помощь в усилении естественной эрекции. Приток крови к половому члену также может сделать его более чувствительным.

Однако эффект длится только до тех пор, пока вы можете оставлять кольцо включенным (безопасный режим - около 30 минут). Этого вполне достаточно для некоторых мужчин, к тому же достаточно эффективно при использовании только для этой временной цели.

Но некоторые мужчины начинают использовать помпы слишком долго или со слишком большим давлением, пытаясь увеличить пенис на длительное время. Это рискованно, так как может привести к необратимым повреждениям полового члена. Более того, нет никаких научно обоснованных доказательств того, что помпы оказывают какое-либо постоянное влияние на размер полового члена - независимо от того, как они используются.



Таблетки

Мы все слышали о таблетках, предназначенных для того, чтобы помочь мужчинам с эректильной дисфункцией стимулировать эрекцию. Они хорошо изучены с медицинской точки зрения и одобрены для этой цели - и только для этой цели. Не существует признанных медициной таблеток, которые доказанно стимулируют постоянное увеличение размера. Здесь важно руководствоваться здравым смыслом. Каждый мужчина в мире хоть раз задумывался о том, что неплохо было бы иметь пенис большего размера, поэтому, если бы существовала безопасная и эффективная таблетка, способная помочь в достижении этой цели, любой из них захотел бы ее принять, а ее создатель стал бы не просто знаменит, но и невероятно богат. Каждый, кто утверждает, что изобрел такую таблетку - продавец-шарлатан, который хочет обманом выманить деньги у отчаявшихся покупателей. В лучшем случае они мало что сделают - в худшем же они даже навредят. Не принимайте подобных таблеток - за исключением тех случаев, когда их назначит ваш лечащий врач.

Кремы/Лосьоны

Любой уролог может довольно жестко высказаться о таких методах. Дженифер Берман, эксперт из Беверли-Хиллз, сказала: "Думаю, можно с уверенностью утверждать, что это полная чушь". Самое лучшее, что можно сказать о кремах и лосьонах, - это то, что они теоретически могут помочь вам достичь эрекции и при долговременном применении вряд ли нанесут значительный ущерб вашему здоровью. Они не вызывают долгосрочного или краткосрочного увеличения размера эрегированного пениса и не могут рассматриваться как вариант для мужчин, стремящихся получить реальные результаты.

Джелкинг

Джелкинг - это естественный метод, который мужчины используют, чтобы попытаться естественным образом увеличить размер своего пениса. Наиболее распространенный прием состоит в том, чтобы большим и указательным пальцами изобразить знак "Ок" и сдавить пенис, чтобы в него поступило больше крови. Теоретически это может увеличить приток крови. Однако на практике нет никаких доказательств того, что это хоть как-то работает, и на самом деле это может вызывать дискомфорт, боль, травмы и даже привести к повреждению кровеносных сосудов в половом члене. Попытка нагнать в них слишком много крови за короткий промежуток времени может стать причиной их разрывов, что вызовет сильную боль и оставит синяки. Кроме того, джелкинг явно не повышает чувствительность во время секса. При соблюдении всех мер предосторожностей джелкинг, вероятно, может на некоторое время усилить эрекцию - просто не ждите чудес и будьте аккуратнее, если решите попробовать. Не переусердствуйте!



Увеличители Пениса

Увеличители пениса - это лучший доказанный метод стимуляции роста полового члена. Это самый распространенный метод, рекомендуемый врачами, и единственный научно обоснованный способ достижения реального заметного роста.

Удлинитель пениса на основе растяжения, такие как устройства Maleedge™, обладают рядом преимуществ по сравнению с другими методами. Наряду с хирургией растягивающие устройства для увеличения являются единственным доказанным с медицинской точки зрения методом для увеличения размера на постоянной основе. Однако, в отличие от хирургии, с помощью устройства Maleedge™ вы можете начать улучшать размер своего пениса с первого дня, не тратя время на согласование отпуска и при этом имея возможность продолжать вести полноценную сексуальную жизнь!

Исследования, проведенные Британским журналом Урология, показали, что рост полового члена при применении устройств на основе растяжения может быть неограниченным. Это означает, что до тех пор, пока вы продолжаете использовать данное устройство, вы безопасно и комфортно увеличиваете размер пениса. Пользователи устройств на основе растяжения также испытывают повышенную чувствительность, так как кровеносные и нервные сосуды естественным образом растут вместе с остальными тканями без риска получения травмы.

Помимо всего этого, устройства Maleedge™ проходят строгие испытания для обеспечения безопасности и предоставляют гарантию возврата денег в двойном размере!

Итоги

При сравнении всех доступных способов остается только один очевидный выбор. Хирургическое вмешательство доказало свою эффективность в увеличении размера полового члена - до некоторой степени, но оно имеет гораздо более высокую стоимость и обладает множеством потенциальных побочных эффектов. Таблетки и кремы могут помочь вам добиться эрекции, но помимо этого не имеют никаких других преимуществ. Более того, большинство из них недостаточно изучены и могут быть опасны. Помпы для пениса являются полезным инструментом для достижения более сильной эрекции в течение короткого времени (хотя и без дополнительного бонуса чувствительности). Однако они увеличивают размер полового члена не более чем на тридцать минут и могут быть травмоопасны при неправильном использовании.



Почему **Maleedge™** Лучший Выбор, Который Вы Могли Сделать

Maleedge™ уже более десяти лет является лидером на рынке увеличителей пениса на основе растяжения, и именно постоянное внимание к качеству и контроль реальных, ощутимых результатам делает

нас лучшим выбором, который вы могли бы сделать.

Данное медицинское устройство сертифицировано в соответствии с Директивой по медицинскому оборудованию 93/42/ЕЕС. Это означает, что безопасность и эффективность наших устройств находятся под постоянным контролем.



Наши результаты показывают, что после 400 часов процедур при 1800 граммах тяги средний мужчина увеличивает длину эрегированного пениса на 10%. Однако важно помнить, что различия в росте могут быть очень значительными. Некоторые пользователи сообщали, что достигли 10% - ного увеличения всего за 200 часов, в то время как другим требовалось гораздо больше времени. Как бы то ни было, при постоянном регулярном использовании вы достигните своей цели. (Чтобы ознакомиться с отзывами клиентов, можете посетить официальный сайт Maleedge™).

Научные Доказательства Неинвазивного Увеличения Полового Члена

Научно доказанные случаи увеличения пениса интересны урологам, мужчинам, которые хотят изменить свой размер, и даже тем мужчинам, которых это не беспокоит (хотя давайте будем честны - большинство из нас интересуются данным вопросом хотя бы раз в жизни). На сегодняшний день существует огромное количество средств, которые либо не доказали свою эффективность, либо, что еще хуже, доказали, что они вообще никак не работают.

Из методов, упомянутых ранее, только растяжение пениса и хирургическое вмешательство доказали свою эффективность для постоянного увеличения размера. При этом операция стоит дорого. Что еще более важно, она может иметь опасные и непредсказуемые побочные эффекты, начиная от боли и заканчивая эректильной дисфункцией, как упоминалось ранее.

Следовательно, остается метод растяжения. Исследования, проведенные Британским журналом Урология, Журналом сексуальной медицины и Европейским обществом по исследованию полового влечения и импотенции, проверяли метод растяжения полового члена как формы лечения.

Результаты неизменно демонстрировали значительное увеличение размера пениса у испытуемых мужчин. Кроме того, пациенты, страдающие болезнью Пейрони, отметили значительное уменьшение кривизны полового члена. Анализ экспериментов, проведенных для журнала "Терапевтические достижения в урологии", показал, что растяжение пениса является подходящим и безопасным способом для улучшения прямоты и длины полового члена.

Клиническое подтверждение растяжения полового члена в качестве неинвазивного лечения отличает его от всех других методов как самый безопасный и эффективный. Согласно выдержке из Британского Журнала Урология, "увеличители полового члена представляют собой единственный научно обоснованный метод удлинения пениса".

Следовательно, вы можете быть уверены, что сделали правильный выбор, когда приобрели продукцию Maleedge™.



ГЛАВА 4: ИТОГИ

Краткое изложение каждого пункта данного руководства, для удобства разбитое на десять вопросов с ответами.

10 Ответов На Вопросы Об Увеличении Пениса, Которые Вы Боитесь Задать

1. Действительно ли можно увеличить размер полового члена?

Да, это так. Однако не все методы одинаково эффективны. Клинически доказано, что только устройства для растяжения и хирургическое вмешательство действительно работают. Остальные способы - пустая трата времени, если ваша цель достичь ощутимого увеличения размера пениса.

2. У меня слишком маленький?

Маловероятно. Большинство мужчин, которые думают, что у них маленький пенис, на самом деле ближе к среднему размеру. Маленький половой член - достаточно редкое явление. Однако наличие большого пениса может сделать вас более уверенным в себе - вот истинная причина распространенного мужского мнения "чем больше - тем лучше".

3. Эффективен ли хирургический метод?

Да, это так. Хирургическое вмешательство полезно для устранения таких проблем, как болезнь Пейрони, и с его помощью можно увеличить длину полового члена до двух с половиной сантиметров.

4. Является ли операция идеальным вариантом?

Иногда. Для страдающих болезнью Пейрони или мужчин с другими серьезными медицинскими проблемами хирургия является действенным вариантом лечения. Однако для увеличения размера пениса хирургическое вмешательство является дорогостоящим, рискованным и не столь эффективным, как более естественные методы увеличения пениса, такие как растяжение.

5. Поможет ли растяжение сделать мой пенис не только длиннее, но и толще?

Да, поможет. Существует не так много научно обоснованных доказательств растяжения как эффективного способа увеличения толщины пениса, но большинство пользователей рассказывают о заметном изменении окружности своего полового члена при регулярном использовании.



6. Причиняет ли растяжение пениса болевые ощущения?

Если вы все делаете правильно, то нет. Устройства Maleedge™ разработаны таким образом, что их возможно использовать в течение длительного периода времени. При условии, что вы будете следовать всем инструкциям, боли возникнуть не должно. Если же она появляется, возможно, причина в чем-то другом, а не в самом устройстве.

7. Будет ли увеличение пениса за счет растяжения пениса постоянным?

Да, это так. Тяга вызывает постоянный рост клеток, который не прекращается даже после того, как вы закончите курс. Следовательно, эффект от увеличения полового члена не пропадет.

8. Можно ли естественным образом увеличить мой пенис без использования устройства на основе растяжения?

Скорее всего, нет. Некоторые мужчины используют джелкинг и прочие способы для увеличения размеров пениса, но существует очень мало научных доказательств того, что они оказывают какой-либо постоянный эффект.

9. Работают ли таблетки и кремы?

Совершенно точно нет. Не существует доказательств того, что хотя бы один вариант из множества кремов и таблеток действительно увеличивает размер полового члена. Более того, большинство из этих продуктов вообще не тестировались и могут быть опасными.

10. Почему вам нужно использовать устройство Maleedge™?

Maleedge™ уже более десяти лет является лидером на рынке неинвазивных методов увеличения пениса. Доктора и научные исследования рекомендуют устройства для увеличения пениса мужчинам, желающим получить реальный видимый результат.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Надеемся, вам понравилось данное руководство по увеличению пениса. Мы также надеемся, что вы нашли в нем много полезной для себя информации. В Maleedge™ мы гордимся нашими продуктами и хотим, чтобы вы получили максимальный результат от их использования, став по-настоящему успешным и уверенным в себе человеком.

Увеличение пениса требует времени, усилий и терпения, но это действительно того стоит. Желаем вам успехов в вашей работе над собой.



MALE  EDGE™
EXPLORE YOURSELF

**БИБЛИЯ УВЕРЕННОСТИ
ДЛЯ МУЖЧИН
ОТ MALEEDGE™**

**РАСКРОЙТЕ СВОЙ ИСТИННЫЙ
ПОТЕНЦИАЛ**

**СОВЕТЫ, ХИТРОСТИ И
РЕКОМЕНДАЦИИ,
КОТОРЫЕ ИЗМЕНЯТ ВАШУ
ЖИЗНЬ!**

БИБЛИЯ УВЕРЕННОСТИ ДЛЯ МУЖЧИН

ОТ MALEEDGE™

ВСТУПЛЕНИЕ	3
ПОЧЕМУ УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ ВАЖНЕЕ, ЧЕМ ВНЕШНИЙ ВИД	3
СОЗДАНИЕ НЕОБХОДИМОГО МУЖСКОГО ГАРДЕРОБА	7
КАК СОЗДАТЬ НЕОТРАЗИМЫЙ ПРОФИЛЬ ДЛЯ ЗНАКОМСТВ	9
ЧТО ДЕЛАТЬ И ЧЕГО НЕ ДЕЛАТЬ ВО ВРЕМЯ ОНЛАЙН-ЗНАКОМСТВ	11
ТОП-10 ОСНОВНЫХ СОВЕТОВ ДЛЯ ЗНАКОМСТВ	13
КАК ПРОЧЕСТЬ ЯЗЫК ЕЕ ТЕЛА	15
БУДЬТЕ УВЕРЕНЫ В СЕБЕ В СПАЛЬНЕ	15
5 СОВЕТОВ О СЕКСЕ, КОТОРЫЕ ЛУЧШЕ БЫЛО БЫ УЗНАТЬ РАНЬШЕ	16
ПОЗЫ ДЛЯ МАЛЕНЬКИХ/СРЕДНИХ ПЕНИСОВ	18
ПОЗЫ ДЛЯ БОЛЬШИХ ПЕНИСОВ	19
КАК ПОВЫСИТЬ ВЫНОСЛИВОСТЬ И СЕКСУАЛЬНОЕ ВЛЕЧЕНИЕ	20
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	21

Вступление

Поздравляем Вас с приобретением Вашей копии Библии уверенности в себе Maleedge™ для мужчин!

Мы верим, что каждый мужчина в мире может чувствовать себя и действовать более уверенно, и эта уверенность - самый важный шаг к созданию Вашего нового идеального Я. Чтобы помочь Вам достичь этого, мы создали это удобное руководство - как эффективный инструмент для улучшения себя.

Maleedge™ абсолютно уверен в том, что даже если вы воспользуетесь лишь некоторыми из приведенных здесь советов и примените их к своей собственной жизни, вы сможете добиться успеха не только в любви, но и в своей карьере, общественной жизни и даже в самооценке.

Существует огромное количество информации по каждой теме, рассмотренной в этом руководстве - гораздо больше, чем можно было бы уместить в одной книге. К сожалению, самые лучшие советы скрыты под грудой бесполезной дезинформации. Поэтому именно для того, чтобы вы получили максимальный результат от этого руководства, мы собрали самую ценную и эффективную информацию.

Библия уверенности для мужчин была разработана с одной целью - помочь вам добиться успеха в жизни. С этой целью мы сосредоточились на нескольких ключевых особенностях, с которыми в тот или иной момент сталкиваются многие - если не большинство - мужчин. Это:

- ✓ Уверенность
- ✓ Упорство
- ✓ Самооценка
- ✓ Презентация

Это не руководство по соблазнению девушек.

Это инструмент, который можно использовать для улучшения вашей жизни!

Почему Уверенность намного важнее, чем это кажется

Мы все встречали его: парень, который может войти в любую комнату, начать разговор и уйти с девушкой, желающей узнать о нем больше. Тот тип мужчин, которые привлекают всеобщее внимание и приковывают взгляды, несмотря на то, что они не самые привлекательные или богатые в этой компании. Возможно, вы почесали в затылке и подумали: "Ого, интересно, как он это делает?".

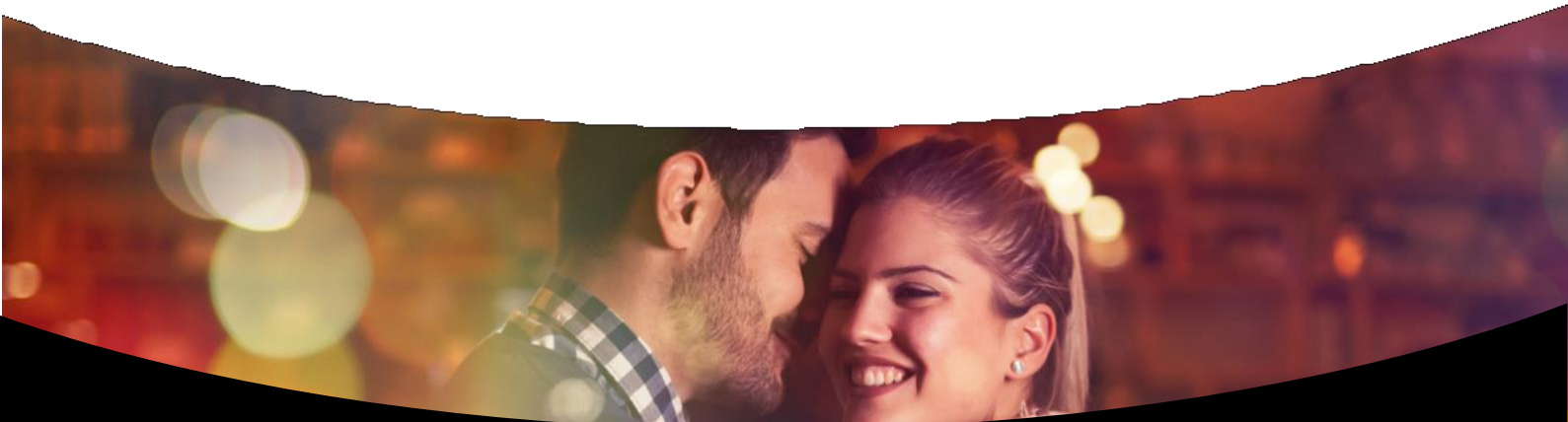
Каков же ответ? Что является самым важным краеугольным камнем для успеха на сцене свиданий?

Уверенность. Мужчина может выглядеть как молодой Марлон Брандо, но при этом никогда не привлечет женщину, если у него нет веры в себя и в свою значимость. Это все равно что зарыть алмаз в землю: никто его не увидит, если вы не выставите его на всеобщее обозрение и не поверите в него.

И наоборот, среднестатистический мужчина, который в остальном непритязателен, будет сиять как маяк в плохо освещенной комнате, если он покажет, что ему в высшей степени комфортно быть самим собой. С такими мужчинами приятно находиться рядом; они не заставляют женщин или других мужчин чувствовать себя неловко или неудобно.

Конечно, есть навыки, приемы и уловки, которым вы можете научиться, чтобы привлекать девушек, но в их основе должен находиться уверенный в себе мужчина, способный подкрепить любую используемую им уловку.

Очень немногие женщины посчитают вас привлекательным, если вы не проявите непоколебимой уверенности. Если вы цените себя и осознаете собственную значимость, другие гарантированно последуют вашему примеру. В следующей главе мы рассмотрим некоторые из основных общих черт уверенных в себе мужчин.





Топ-6 Правил, Которые Уверенные В Себе Мужчины Не Нарушают

Если вы хотите увидеть изменения в себе на пути к тому, чтобы стать более уверенной и привлекательной личностью, обязательно изучите и учтите следующие правила. Эти правила представляют собой наиболее распространенное и наглядное поведение, которое демонстрируют все действительно уверенные в себе мужчины.

#1 Никаких извинений

Оговорка: это не означает, что вы вообще никогда ни за что не извиняетесь. Если вы наступите кому-то на ногу в очереди в магазине - конечно, вы должны извиниться.

Не извиняться постоянно — это значит не бояться существовать. Самый сильный признак уверенного в себе мужчины - он не боится быть самим собой. Застенчивое, ненужное извинение, смущенная улыбка показывают больше, чем сожаление. Они рассказывают о человеке, которому не нравится, кем он является, и который чувствует необходимость извиняться за свое существование. Это видно издали, в любом направлении.

Эти бессознательные жесты, такие как прикрывание рта, когда вы говорите, уход в сторону с чьего-то пути или даже частое оглядывание и беспокойство сигнализируют миру, что вы находитесь в состоянии повышенной готовности и все, что происходит вокруг вас, является угрозой. Вы находитесь в общественном месте, и ваше внутреннее "я" изо всех сил пытается просто сжаться и спрятаться от реального мира.

Можно подвести следующий итог: Уважайте других людей, но в первую очередь уважайте себя. Будьте искренни во всем, что вы делаете, и никогда не извиняйтесь за то, что существуете. Нужно время, чтобы привыкнуть, но работайте над этим!

#2 Не говорите слишком много

Это правда, что женщины находят интересной некую загадочность, когда дело доходит до свиданий. Не стоит опускать каждую деталь своей жизни, заставляя ее думать, что вы либо женаты, либо серийный убийца. Но при этом точно так же не стоит, чтобы девушка знала о вашей домашней рыбке, ее имени и о веселой истории, стоящей за этим именем, - и все это еще до того, как вы пригласили ее на танец.

Это не значит, что вы должны скрывать информацию от тех, с кем вы идете на свидание, или от кого-то еще - отнюдь нет. Даже Джеймс Бонд не может прожить и пяти минут, не рассказав сексуальной помощнице злодея о своем имени и о том, что он ищет (будь то коды запуска ядерного оружия или героина, на которую надо повлиять). Ключевое отличие в том, что после первого представления все еще должна оставаться какая-то тайна.

Существует распространенный стереотип, что девушки в повседневной жизни говорят гораздо больше, чем мужчины. На самом деле это совсем не так; в среднем между мужчинами и женщинами почти нет разницы. Правда в том, что практически все любят говорить о себе, и в неловких ситуациях мужчины привыкли брать на себя инициативу и заполнять тишину. Это приводит к появлению огромного количества мужчин, которые на свиданиях без умолку говорят о себе, а их бедные спутницы смертельно скучают, притворяясь, что слушают их.

Будьте другим. Задавайте осмысленные вопросы. Направьте разговор в адрес своей спутницы. Самое главное - оставьте в стороне светскую беседу и глупые вопросы. Спросите что-нибудь запоминающееся. Не спрашивайте, в какой школе она училась, спросите ее о ее лучших друзьях и о том, что, по ее мнению, делает кого-то достойным для того, чтобы узнать этого человека получше. Она уйдет со свидания и поймет, что мало что знает о вас, поэтому будет стремиться узнать больше.

#3 Расслабьтесь!

Время от времени на свиданиях, как и в повседневной жизни, что-то идет не так. Уверенный в себе мужчина знает, что иногда он может все испортить, а иногда что-то просто может пойти не так. Когда это происходит, появляется искушение либо все бросить, либо сорваться - мысленно или даже физически.

Уверенный в себе мужчина тоже чувствует это, как и все остальные. Но в какой бы ситуации он ни оказался, он сохраняет хладнокровие.

Конечно, легче сказать, чем сделать. Каждый имеет право иногда злиться. Твоя спутница бросает тебя и даже не удосуживается сообщить тебе об этом. Ты ударяешься носом о кофейный столик. Какой-то придурок с твоей работы получает повышение, когда ты делаешь свою работу лучше. Всем позволительно расстраиваться. Но есть большая разница между тем, чтобы чувствовать себя неоправданно обманутым, и позволять этому оказывать на вас большое влияние в течение следующих нескольких дней или даже дольше. Огромная часть уверенности — это способность не думать о вещах, которые не имеют значения.

Ну и что с того, что твоя спутница уйдет с другим парнем и оставит тебя одного на эту ночь. Это не причина переворачивать стол или устраивать какие-либо сцены. Весь смысл свиданий в том, чтобы получать удовольствие. Так что расслабьтесь и позвольте всему идти своим чередом. По-настоящему уверенный в себе мужчина все равно никогда бы не попал в подобную ситуацию, поэтому, если вы будете практиковать такое поведение и привыкнете быть более уверенным в себе человеком, беспокоиться не о чем.

#4 Помните: все мы люди

Много - очень много - комплексов относительно нашей внешности или характера появляется из-за того, что этот простой факт забывается. Чего бы ни достиг человек, каким бы фантастическим красноречивым ни был его рассказ о смысле жизни, он все равно остается просто человеком. Он или она часто беспокоится о X и желает, чтобы в его или ее жизни было больше Y.

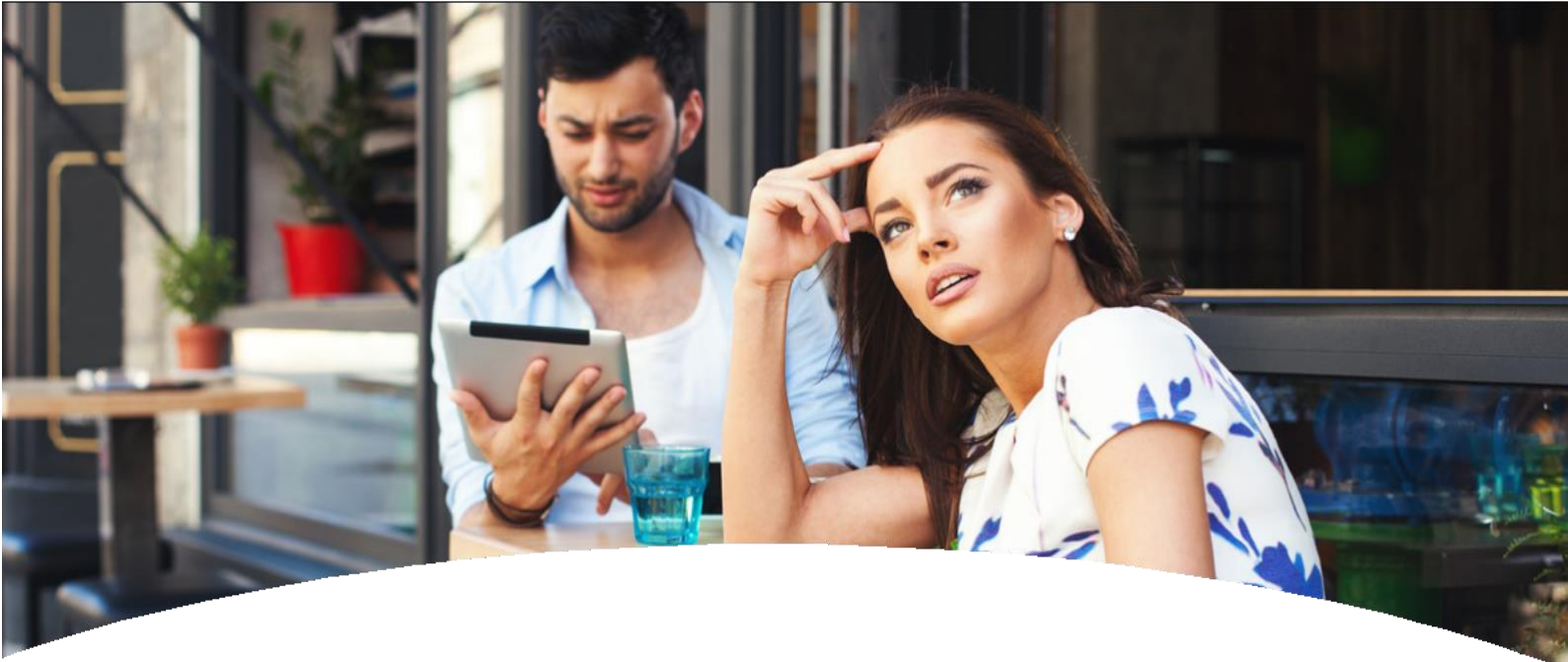
Многие из плохих вещей в жизни происходят из-за того, что мы думаем о людях как о вещах. Вы можете думать об этой невообразимо прекрасной девушке как о произведении искусства или богине. Или, может, Василий с работы не человек, а какой-то никчемный таракан, потому что он получил повышение, а ты нет. То, как вы смотрите на людей, влияет на то, как вы к ним относитесь. Уверенный в себе мужчина всегда относится к людям как к людям.

Большинство религиозных текстов содержат фразу "поступай с другими так, как ты хотел бы, чтобы они поступали с тобой", и для этого есть веская причина: это всегда отличный совет.

Это правило особенно применимо, когда речь идет о свиданиях и отношениях. Многие мужчины испытывают страх перед определенными женщинами и, как следствие, упускают возможность познакомиться с ними - формально или более лично. Гораздо меньше вероятности, что это произойдет, если вы будете думать и относиться к таким девушкам не больше и не меньше, чем как к человеческим существам, которыми они являются.

Дополнительный бонус: избегайте разделения мужчин и женщин по половому признаку, думая о них в первую очередь как о людях. Как только вы поймете, что у всех с вами гораздо больше общего, чем различий, к ним станет легче подойти и поговорить. Это настоящий усилитель уверенности, который со временем сделает вас более всесторонне развитым и привлекательным человеком.





#5 Будьте честны

Любям свойственно лгать, когда они чувствуют себя неуверенно. Если вы чувствуете, что вынуждены лгать девушке по какой-либо причине, то, возможно, вам нужно провести самоанализ и спросить себя, почему же вы в первую очередь должны лгать. Вам стыдно за вашу работу? У вас есть дети, и вы боитесь, что молодые девушки не примут это? Причина, по которой вы лжете, в любом случае не является оправданием для лжи.

Когда вы говорите девушке что-то сомнительное, например: “Я независимый санитарный оператор” вместо “Я уборщик”, они, как правило, смотрят на вас подозрительно, и ваши шансы начинают медленно ускользать. Кем бы вы ни были, вы должны гордиться этим. Когда вы говорите: “Я уборщик”, женщины обычно слышат: “У меня стабильная работа, о которой я с гордостью говорю”.

Мужчины склонны лгать из-за собственной неуверенности, даже в ситуациях, когда нет повода для беспокойства. Вы думаете, что попали в бар, который предназначен исключительно для депутатов, адвокатов и олигархов? Нет! Милая девушка, с которой вы общаетесь, скорее всего, развешивает одежду в торговом центре и испытывает то же беспокойство по поводу работы, что и вы.

Помните: нет причин лгать. Если у вас действительно есть причина лгать, то, возможно, вам следует исправить этот аспект своей жизни перед тем, как беспокоиться о свиданиях.

#6 Не живите прошлым

Каждый совершает ошибки, и у каждого в жизни есть события, которыми он гордится. Некоторые вещи - например, успешная карьера или жизнеопределяющие события, - помещаются на пресловутую верхнюю полку, чтобы ими восхищались и мысленно полировали, как трофеи.

Мы все в какой-то степени виноваты в этом. Часто это даже неплохо: прошлый опыт, конечно, жизненно важен для принятия оптимальных решений в будущем. Но этот же опыт становится чем-то нездоровым, если мы оглядываемся на прошлое и остаемся там. “Почему я не принял то решение вместо этого?” Стонем мы мысленно в тот или иной момент. Но уверенные в себе люди не остаются в прошлом. Уверенные в себе люди живут настоящим, потому что именно там все и происходит.

Может показаться, что намного легче сказать это, чем сделать, но все, что для этого действительно требуется, — это долгосрочные усилия по уделению внимания этому аспекту. Следите за своими мыслями так часто, как только можете, так долго, как только можете. Сколько из ваших бесконечных мыслей - о настоящем? Как часто вы вспоминаете о каких-то плохих событиях в своем прошлом? Это стоит на пути к вашему новому, более уверенному в себе я. Переключите свое внимание на то, что происходит вокруг вас, и вы будете более вовлечены в процесс и в результате - более счастливы.

Приведенные выше правила не отражают всех тонкостей проявления уверенности. Однако соблюдение этих шести правил эффективно и сбалансированно приведет вас к вашей конечной цели. Прежде всего, самое важное в уверенности в себе - быть честным по отношению к самому себе. Как бы то ни было, если вы обратите внимание на эти модели поведения и приложите активные усилия для их улучшения, вы окажетесь на правильном пути к успеху во многих сферах жизни.

СОЗДАНИЕ НЕОБХОДИМОГО МУЖСКОГО ГАРДЕРОБА

Как правило, мужчины переживают о том, что надеть, гораздо больше, чем им следовало бы. Иметь личный стиль важно, но также важно чувствовать себя комфортно в любой одежде, которую вы носите.

Тем не менее, есть несколько предметов, которые каждый мужчина должен иметь в своем гардеробе - потому что они универсальны, привлекательны или просто незаменимы. Мы выбрали 10 базовых вещей, которые должны лечь в основу гардероба любого успешного человека.

Костюм

Независимо от вашей профессии, у каждого мужчины должен быть хотя бы один деловой костюм. Выделите время, чтобы выбрать один - идеально сидящий на вас. Хорошо сидящий костюм на мужчине подобен хорошему нижнему белью на девушке. Многие говорят, что мужчины наиболее привлекательны в хорошем костюме. Он демонстрирует силу, уверенность и чувство стиля.

Да, мы могли бы написать целую книгу только о том, как выбрать идеальный костюм, который вам подойдет - но ведь это не какая-то точная наука. Если вы примеряете костюм, и все говорят вам, что он хорошо смотрится, они наверняка правы.



Несколько Качественных Рубашек Поло

Акцент на нескольких. Разнообразие в вашем гардеробе - хорошо, но именно качество всегда заметно. Белый и бледно-голубой - самые основные цвета, но попробуйте экспериментировать. Определите, какой цвет ваш, какой стиль лучше всего соответствует вашему телосложению. Рубашка поло позволяет вам сохранять формальный, повседневный и слегка спортивный стиль одновременно.



Футболки с V-образным вырезом

Самый универсальный предмет одежды в мужском гардеробе - однотонная футболка с V-образным вырезом, которая хорошо сидит по фигуре и хорошо смотрится независимо от того, с чем она надета. Она отлично смотрится с элегантными джинсами и удобным пиджаком, когда вы отдыхаете где-то вне дома, да и вообще в любом месте. Лучше приобрести несколько цветов - белый, синий, черный и т.д. - чтобы можно было подобрать образ с любым предметом одежды.



Оксфордские рубашки

Независимо от вашего типа телосложения, белоснежная или голубая оксфордская рубашка - верный способ выглядеть стильно без особых усилий. Они также уверенно подойдут почти ко всем остальным вещам в вашем гардеробе.



Классическая (но не парадная)

обувь, например, челси или лоферы. Обувь, которую можно носить с джинсами или брюками чинос и которая хорошо смотрится на любом светском мероприятии, будучи при этом достаточно сдержанной и не кричащей на фоне остальных.





Хорошо сидящие качественные

джинсы Вы видели парней, одетых в ужасно обвисшие джинсы, демонстрируя нижнее белье? Или парней в супер-обтягивающих джинсах, которые словно просто на них нарисованы? Это крайности, но при этом и убедительные примеры того, почему так важно покупать идеально сидящие на вас джинсы.



Качественная повседневная

куртка Вариантов этой верхней одежды масса, но самые простые обычно и есть самые лучшие. Отдайте предпочтение более темным натуральным или синтетическим тканям и помните, что здесь самое главное - комфорт. Удобная куртка позволит вам чувствовать себя более уверенно и легко - и показать себя с лучшей стороны.



Белые Кроссовки

Хороший выбор на каждый день, лучше всего смотрятся с джинсами и футболкой для повседневного образа. Не лучший выбор для чего-то более официального, чем семейное барбекю.



Повседневная Сумка

Некоторые говорят, что кожа - единственный вариант для мужчин, однако и простая прочная холщовая сумка может так же хорошо использоваться для повседневной носки. И то, и другое - отличный выбор для завершения любого образа.



Часы, соответствующие образу

Научно подтвержденный факт: правильно подобранные часы делают вас более стильным, независимо от того, что на вас надето. Хорошие часы неподвластны времени (извините за каламбур) и возводят вас на уровень изысканности, с которым не сравнится никто из тех, кто для уточнения времени использует свой телефон.



Брюки-чинос

Нет джинсов, нет проблем. Брюки-чинос прекрасно соединяют пропасть между тем, чтобы одеваться достаточно строго и выглядеть расслабленным. Самое лучшее в брюках-чинос то, что - за исключением свадьбы, похорон или важного делового мероприятия - мужчина, одетый в идеально подогнанные брюки-чинос, никогда не выглядит неуместно.



Тренч

Идеальное сочетание моды и функциональности. Серый или темно-синий плащ, достаточно длинный, чтобы его можно было надеть поверх костюма, и достаточно повседневный, чтобы его можно было носить практически с чем угодно. Действительно необходимая вещь.

У каждого должны быть вышеперечисленные предметы одежды, но есть и более важные вещи, которые вы должны помнить при составлении вашего личного гардероба. Их можно объединить одним вопросом: что эта вещь говорит обо мне? Если вам нравится ответ на этот вопрос - отлично! Вы нашли что-то, что выражает вашу личность.

Несмотря на все то, о чем говорится в мультфильмах, люди судят о книгах по их обложкам, а о людях - по тому, как они одеваются. Это словно изначально встроено в человеческий мозг, как инстинкт выживания для экономии времени. Этот инстинкт подсказывал нашим доисторическим предкам убежать от всего, что выглядит как тигр. Теперь этот самый инстинкт говорит современному человеку, что хорошо одетые, приятные на вид люди более доступны и, скорее всего, именно их стоит узнать получше. Используйте этот врожденный инстинкт, чтобы выглядеть лучше - и вы заметите, что начнете чувствовать себя лучше, как только привыкнете выражать себя внешне.

Как создать неотразимый профиль для знакомств

В последние годы онлайн-знакомства кардинально изменились. Это раньше они считались единственным вариантом для младшего брата-ботаника, который до этого сидел в своей комнате и никогда не встречался с девушками. Но теперь это один из лучших способов познакомиться с новыми людьми и найти кого-то особенного.

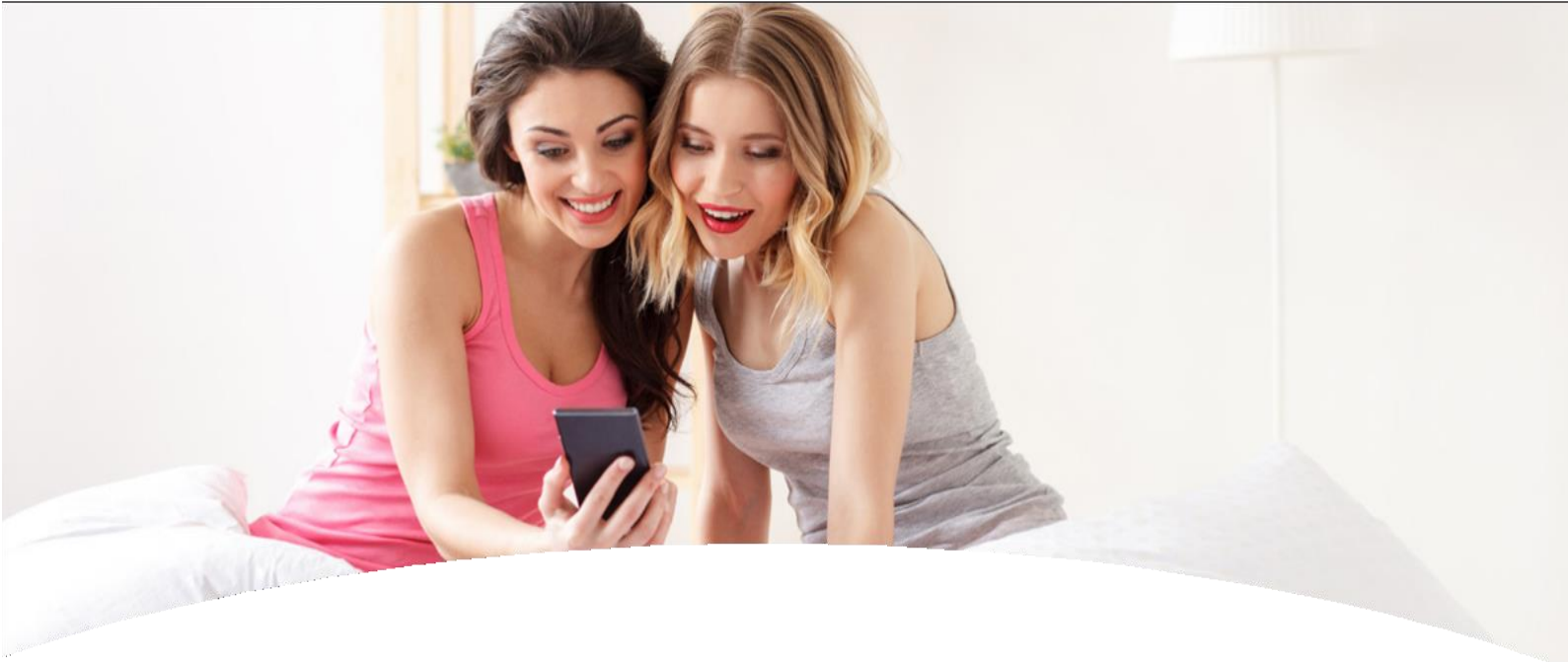
Однако, если вы не предпримете необходимых шагов, онлайн-знакомства могут стать жестокой и беспощадной площадкой. Чтобы привлечь интерес к своему профилю, нужно сделать так, чтобы он выделялся среди всех прочих. Примерно 20% мужских анкет для знакомств привлекают наибольшее внимание. К счастью, нетрудно попасть в эти самые топ-20%. И вот как это сделать.

#1 Используйте свою актуальную удачную фотографию

Мужчины часто выглядят не лучшим образом при онлайн-знакомствах, особенно когда дело касается их фотографий. Большинство девушек обладают врожденной интуицией и/или долго практиковались, чтобы получить красивую фотографию, на которой они будут выглядеть значительно более привлекательными. Однако для многих мужчин профиль знакомств может быть единственным случаем, когда важно отлично выглядеть на фото.

Нет абсолютно ничего постыдного в том, чтобы прибегнуть к помощи в этом вопросе. Спросите своих друзей, на каких фотографиях вы выглядите лучше всего, и разместите их первыми в своем профиле.





#2 Подготовьте хорошо написанную анкету

Фотография — это первое впечатление, но профиль требует индивидуальности. Вот тут-то и пригодится анкета. Два самых больших недостатка любого профиля для онлайн-знакомств — это отсутствие фотографии и оставление раздела о себе пустым. Будьте честны, но сохраняйте позитивный настрой. Вы же хотите, чтобы человек, читающий это, составил впечатление о вас в выгодном свете?

Выделяйтесь. Будьте интересным. Если у вас есть уникальное хобби, упомяните его, не вдаваясь в подробности - чтобы тем, кто заинтересуется, было о чем вас спросить. Нарисуйте картину о себе широкими мазками: не рассказывайте чересчур много подробностей ни об одном аспекте своей жизни.

Если вам не нравится рассказывать что-то личное - будьте забавны! Юмор — это идеальный ледокол. Начните анкету с шуток (если она хорошая), но имейте в виду, что в этом случае вы можете привлечь девушек самых разных типов.

#3 Часто обновляйте свой профиль

Вы даже не представляете, насколько быстро информация о вас в вашем профиле устаревает и нуждается в обновлении. Это невольно заставляет вас выглядеть неискренним, что явно не самый лучший способ начать отношения.

Помните: вы рассказываете историю о себе. Активность делает ваш профиль более заметным и может привлечь самых разных людей. Если вы учитесь чему-то или пробуете что-то новое - скажите об этом! Комбинируйте все эти способы!

#4 Проверяйте свою орфографию

Проверка грамматики и правописания займет всего несколько минут, но это может иметь огромное значение. Презентация себя — это не только фотографии. Преступное количество мужских профилей теряют внимание и последующие отношения только из-за того, что их анкеты выглядят так, словно их писал четырехлетний ребенок. Не будьте одним из этих мужчин.

#5 Не будьте стереотипным

Вам нравятся долгие прогулки по пляжу, фильмы, музыка и прогулки с друзьями? Отлично! Точно так же, как и большей части мужского населения. Девушка может подряд прочесть в интернете две дюжины анкет, в которых говорится почти одно и то же. Хитрость онлайн-знакомств состоит в том, чтобы выделяться. Если в вашем профиле нет ничего интересного, вы будете полагаться на свою внешность и верить, что на этом же сайте больше нет красивых мужчин, говорящих те же самые вещи.

Есть важный секрет: интересное в большинстве случаев превосходит красивое. Если вы стоите рядом с пустоголовым красавчиком-моделью в баре, способ победить - быть более увлекательным и интересным, чем он. В интернете действует точно такой же принцип.

Выполнение этих шагов сделает ваш профиль достаточно интересным, чтобы привлечь внимание, но есть еще много вещей, которые вы можете сделать для его улучшения. Лучшие анкеты для онлайн-знакомств искренны и забавны - эти мужчины не лгут о своей жизни или о том, что им нужно, и они не воспринимают себя слишком серьезно. Станьте одним из них!

Что делать и чего не делать в онлайн-знакомствах

Онлайн-знакомства во многом отличаются от личной встречи с кем-то, но при этом есть и много сходств. Как всегда, уверенность является ключевым фактором, но способ продемонстрировать ее отличается от того, как вы бы это сделали на личном свидании. Знакомства в интернете позволяют вам быть немного смелее, чем при первой личной встрече, и в этом есть ряд преимуществ.

Это дает вам возможность с самого начала превратить встречу в романтическую. Если девушка находится на сайте знакомств, можно с уверенностью сказать, что она хочет отношений. Поэтому с такими дамами легче начать общение. Однако у этого есть и обратная сторона. Другие мужчины также стремятся привлечь тех же женщин, поэтому возникает даже более прямая конкуренция.

С учетом этого вот несколько советов, как выделиться из толпы и быть более привлекательным кандидатом на сайтах знакомств.

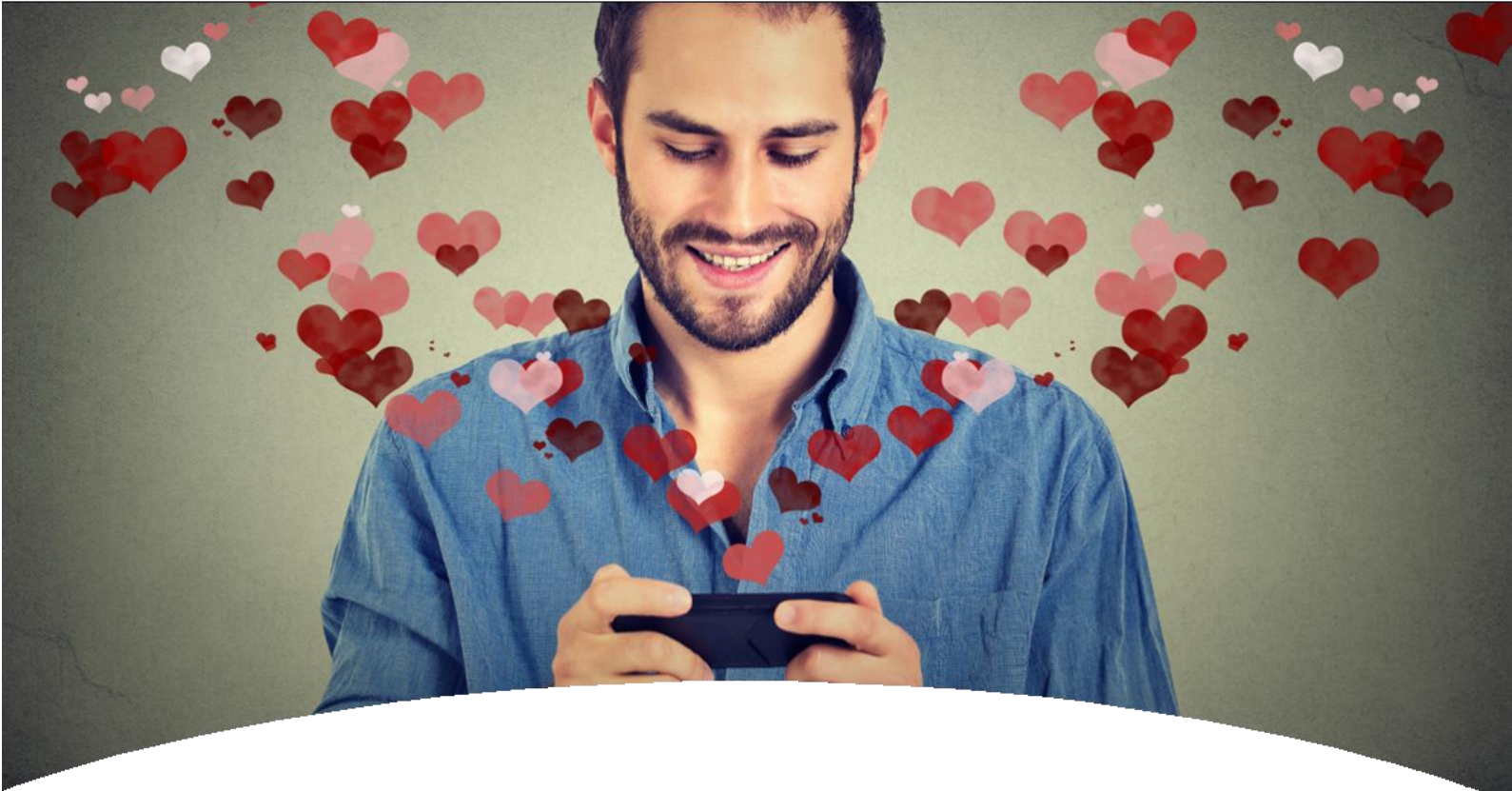
#1 Не делайте массовую рассылку

Это не только признак лени, но и вообще не очень хорошая идея. Девушка легко может заметить, что этот же абзац был отправлен до нее еще пятидесяти другим. Конечно, большее количество запросов означает возможность получения большего количества ответов, но ведь от вас ожидают именно качества. Попробуйте что-нибудь несложное - поприветствовать по имени или упомянуть что-то конкретное, прочитанное в ее профиле. Вы будете удивлены, насколько хорошо воспринимаются даже такие мелочи.

#2 Читайте анкеты девушек, с которыми вы хотите встречаться

Последнее, что вы хотите сделать - назначить свидание симпатичной молодой девушке, чтобы узнать, что у нее пятеро детей и она давно в поиске серьезных отношений. Женщины пишут свои анкеты и размещают их со своими фотографиями по определенной причине, и обычно в этих анкетах содержатся подсказки о том, в каком направлении можно поддержать разговор после знакомства.





#3 Усиливайте разговор

Это означает переводить обычную беседу во флирт или поддерживать флиртующий тон в последующем разговоре. Много мужчин проходят начальную стадию знакомства с девушкой только для того, чтобы слишком затягивать разговор или вести скучную для нее светскую беседу. Девушки могут общаться с кем угодно - девушки на сайтах онлайн-знакомств ищут мужчин, которые могут их возбудить. Мужчин, которые могут заставить их чувствовать себя интересными, ценными и сексуальными. Это именно те мужчины, которые ходят на свидания.

#4 Не возводите ее на пьедестал

Время от времени вы можете встретить девушку, которая покажется вам идеальной. Даже от взгляда на ее профиль перехватывает дыхание. В такой ситуации вы начинаете невольно идеализировать такую девушку, представляя ее решением всех жизненных проблем.

Возводить женщину на такой пьедестал - верный способ пробить брешь в собственной уверенности. Вы можете подумать: я никогда не смог бы понравиться ей, привлечь ее внимание - и тогда вы будете правы. Помните, что люди - просто люди. Даже у этой великолепной супермодели есть свои страхи, неуверенность в себе и личные проблемы, как и у вас. Не беспокойтесь о том, что вы недостаточно хороши для нее - докажите, что вы есть!

#5 Будьте смелым

Проявляйте инициативу. Онлайн-знакомства - ваш шанс рискнуть и действовать намного смелее, с гораздо меньшими последствиями в случае неудачи. Это не означает, что вы в переписке со случайной девушкой просите ее фото в обнаженном виде (явно не лучший способ проявить себя!).

Знакомства в интернете позволяют вам проявлять творческий подход и получать больше удовольствия, ведь тут на вас не оказывается никакого давления, как, к примеру, при разговоре с незнакомцем в баре. Расскажите несколько веселых - пусть даже немного неловких - историй о себе! Спросите девушку, с которой вы общаетесь, об очень личных вещах (например, "расскажите мне о своем самом страстном свидании", а не "какой у вас размер бюстгалтера?"). Подумайте о самом грязном или самом простом варианте для соблазнения, какой вы только можете представить, и осмейтесь им воспользоваться. Выделяйтесь из толпы любым способом - у вас есть возможность так поступать.

Если вы последуете этому совету, вы сможете найти свою половинку раньше, чем вы думаете!



ТОП-10 ОСНОВНЫХ СОВЕТОВ ДЛЯ ЗНАКОМСТВ

Уверенность в себе необходима для успешных свиданий, но это не единственное правило, которое следует соблюдать.

Вот несколько советов по основным вещам, которые ожидаются от вас на свидании. Многие из них - это скорее способы избежать ловушек, потому что намного проще знать, как точно не нужно поступать, чем пытаться поступать правильно. Самое главное, что вы должны взять с собой на свидание, - это позитивный настрой и энтузиазм.

Вот десять пунктов, которые обязательны на свидании.

1. Приходите вовремя

Быть пунктуальным важно, чтобы показать ценность того, с кем вы идете на первое свидание. Когда вы приходите вовремя, это показывает ваш интерес к свиданию и вашу способность держать свое слово. Однако не приходите слишком рано. Есть четкая грань между энтузиазмом и отчаянием - лучше не пересекать ее, появляясь у ее двери на полчаса раньше.

2. Не ужинайте на первом свидании

Пригласить девушку на ужин на первом свидании - верный путь к катастрофе. Да, это романтично, и совместный ужин - достаточно интимное мероприятие, но при первой встрече слишком много вещей может пойти не так. Даже такая мелочь, как плохая еда, может испортить свидание вам обоим. Ужин также создает множество ожиданий и множество неписаных правил, которым то ли нужно, то ли не нужно следовать. Вместо этого позовите ее выпить кофе или что-то еще, или даже просто прогуляться в парке, который вам обоим нравится. Вы оба будете более расслаблены и благодаря этому лучше проведете время.

3. Не говорите слишком много о себе

Узнать друг друга поближе — это одно, а выливать на нее всю историю своей жизни, как из ведра, - совсем другое. Как упоминалось ранее, люди часто много говорят, когда нервничают или просто хотят заполнить тишину. Используйте это в своих интересах, обсуждая то, что вы оба любите или считаете интересным. Задавайте вопросы, на которые не ответить односложно, например: "Если бы вы могли поехать куда угодно, куда бы вы отправились?" или "Что вы мечтаете когда-нибудь сделать?". Вопросы также могут быть беззаботными и веселыми. Все, что угодно, только не бубните о мельчайших деталях своей жизни.

4. Не напивайтесь

Напиваться на первых свиданиях - одна из худших вещей, которые вы можете сделать. Вам нужно продемонстрировать свою способность справляться с неловкими моментами без необходимости снимать напряжение. Это также избавит вас от многих постыдных ситуаций, которые нередко случаются с нетрезвыми людьми.

5. Используйте хорошие манеры

Конечно, вы не хотите показаться скованным и слишком формальным, но можно продемонстрировать приличные манеры и уважительное отношение. Избегайте обилия ругательств и никому не грубите, даже если вы уверены, что они этого заслуживают.

6. Не платите купонами

Ни в коем случае. Быть бережливым - положительная черта, но показывать себя скупердеем - не лучший способ начать отношения.

7. Не сидите в мобильном телефоне

Иногда бывает очень сложно устоять. В наши дни люди часто проверяют свой мобильный телефон, но помните, что это все равно невежливо, особенно на свидании. Если вам абсолютно необходимо проверить что-то в телефоне, извинитесь, выйдите в туалет и проверьте там.

8. Не флиртуйте с официанткой...

...Или с кем бы то ни было еще. Это элементарная человеческая вежливость. Представьте себе, что вы на собеседовании. Вы ведь не стали бы в середине разговора звонить в другую компанию и спрашивать их о вакансиях? Та же логика применима и здесь, хотя, мы надеемся, ваше свидание будет более увлекательным, чем собеседование! Будьте дружелюбны и щедры к персоналу, но ведите себя вежливо, а не кокетливо.

9. Избегайте определенных тем

Такие темы, как политика, религия и ваши предыдущие отношения в большинстве случаев приводят к провалу. Ей неинтересно слушать о вашей бывшей девушке или о том, какой придурок ваш коллега. Поговорите об интересах, идеях, мечтах. Обо всем том, что вряд ли вызовет споры.

10. Не ходите на свидание в заведение, которое вы часто посещаете

Да, вы хотите выглядеть располагающим к себе парнем, но посещение бара, в котором вы смотрели все футбольные матчи в течение последних трех лет, покажется вам просто скучным. Вместо этого сходите куда-нибудь в новое место! Посетите новое заведение, которое только что открылось, или тот бар с высоким рейтингом, рекомендованный на Флампе. Если для вас это слишком некомфортно, то, по крайней мере, пойдите не в то место, где вы знаете каждый сантиметр пространства. Нужно чувствовать комфорт, но с долей изюминки, чтобы и для вас все выглядело новым и интересным.

Свидания могут быть пугающей перспективой, особенно если пытаться угадать, о чем же думает ваша девушка. С помощью следующих советов о том, как замечать и понимать язык тела, вы сможете узнать о своей девушке намного больше.



Как Прочесть Язык Ее Тела

Это быстрое и удобное руководство по "переводу" того, что ваша девушка может говорить или не говорить своим телом, может дать вам явное преимущество в разговоре, особенно пока у вас еще не так много информации друг о друге.

Когда она скрещивает руки на груди: Скрещивание рук - довольно стандартный сигнал о том, что ваша спутница замыкается и ограждает себя.

Направление ее ног: Если у вас есть шанс взглянуть на ее ноги, обратите внимание на несколько вещей. Они скрещены? В каком направлении они скрещиваются? Любое направление ее ног подсознательно указывает на то, что ее интересует в данный момент. Если они направлены в вашу сторону, считайте это хорошим знаком.

Прикасаться к вам без необходимой причины: Многие девушки выражают так намеки, полагая, что это очевидно для мужчин, но мы часто списываем это на что-то другое. Если девушка придумывает причины, чтобы прикоснуться к вам, - соглашайтесь и отвечайте взаимностью.

Отсутствие зрительного контакта/интереса: Зрительный контакт — показатель того, действительно ли девушка обращает на вас внимание. Если она избегает зрительного контакта, это может быть признаком разных вещей. Обычно это означает, что ей как минимум некомфортно, постарайтесь понять, почему - только не чересчур настойчиво.

Она постоянно отвлекается: Она постоянно смотрит на свой телефон или часы? Рядом находится телевизор, и она не может оторвать от него глаз? Если бы девушка искренне интересовалась вами, не было бы ничего вокруг, что бы увлекло ее сильнее. Примите это как знак того, что нужно смириться с поражением или попробовать новую стратегию.

Женщины, как правило, говорят об очень многом в беседе, не произнося этого вслух. Чем больше вы узнаете этого человека и чем больше времени будете проводить с ним, тем лучше вы станете понимать ее настроение, поведение и то, как вам следует действовать. Придавать невербальным сигналам слишком важное значение - не самая лучшая идея, но уж точно не следует их игнорировать.

Будьте Уверенным В Спальне

Не секрет, что уверенность в спальне начинается за ее пределами. Уверенный в себе мужчина на улице, скорее всего, будет уверен в себе и в постели.

Прежде всего, уверенный в себе мужчина не сомневается в себе. Это особенно относится к интимным ситуациям. Уверенный в себе мужчина знает, чего он хочет, и не боится делать это.

В интимных моментах вашим злейшим врагом может быть ваш собственный мозг. Самый верный способ подорвать сексуальную уверенность в себе и испортить всю ночь — это слишком много думать об этом. Спальня - лучшее место для спонтанности. Следуйте своим инстинктам. Если кому-то из вас что-то нравится - продолжайте. Просто почувствуйте, что делать - не думайте об этом.

Зацикливание может принимать различные формы, если речь идет о сексе. Некоторые мужчины раздумывают о том, что же сделать дальше, в то время как другие переживают, что их будут сравнивать с бывшими любовниками его партнерши. И то, и другое вредно для счастливой и здоровой сексуальной жизни.

Хороший способ избежать зацикливания - уделить внимание деталям. Подготовьте все заранее, сделав комнату уютной, возможно, даже добавив свечи или какие-то другие украшения. Обращайте внимание на язык ее тела, на то, чего она хочет, что она делает. Слушайте ее и будьте внимательны. Все эти вещи помогут вам уберечь свой разум от блуждания в дебрях и не позволят испортить все мероприятие.

5 СОВЕТОВ О СЕКСЕ, КОТОРЫЕ ЛУЧШЕ БЫЛО БЫ УЗНАТЬ РАНЬШЕ

Никто не знает о том, что вам нравится, лучше вас самого. То же самое относится и к другим людям. Это значит, что лучший способ узнать, что делать, — это спросить у самого человека.

Тем не менее, есть несколько отличных советов в сексе, которые должны быть известны всем. Вот пять, которые следует знать каждому мужчине.

#1 Оральный секс. Давать и получать.

Оральный секс - отличный способ отложить главное событие и заставить вашего партнера расслабиться рядом с вами, получая удовольствие от процесса. Не обязательно, но вам следует подумать хотя бы о том, чтобы "отплатить за услугу" - если так случилось, что она первой проявила инициативу.

Самый простой способ - скользнуть языком по ее половым губам, одновременно посасывая ее клитор. Это может потребовать некоторой практики - но она точно не поймет, что вы что-то "практикуете". Как только вы завладеете ее клитором (это плотный бугорок посередине над влагалищем) - делайте движения своим языком в хаотичных направлениях, чтобы доставить ей удовольствие. Простой способ создать этот "хаотичный рисунок" — э рисовать языком алфавит во время процесса.

Другие важные аспекты орального секса включают в себя: зрительный контакт, ласки других частей ее тела, быстрые движения/вибрации губами и просто следование одной стратегии. Нет причин смущаться, когда вы это делаете - воспринимайте все проще.





#2 Прелюдия

Прелюдия — это вовсе не “то, что происходит до начала веселья”. Великие любовники могут получать столько же или даже больше удовольствия во время прелюдии, чем во время самого секса. Например, оральный секс — это часть прелюдии, и большинству парней она точно нравится! Это также отличный способ продержаться дольше во время самого секса. Вы бы вряд ли, придя в спортзал, сразу начали поднимать самые тяжелые веса без разминки. Та же логика применима и в спальне.

Существует простое практическое правило, которое, возможно, появилось как шутка (а может, и нет), но тем не менее отлично описывает суть. Сколь бы долго, по вашему мнению, ни должна длиться прелюдия - удвойте это время. Женщинам нравится находиться в предвкушении. Не торопитесь. Дразните ее, пока она не потребует заняться с ней сексом прямо сейчас!

#3 Хорошие парни финишируют последними.

Это может быть после прелюдии или после непосредственно секса, но нужно об этом помнить и всегда ставить себе такую цель. Важно также контролировать свое дыхание и сохранять спокойствие. Это помогает направить свои мысли в другое русло, оставаясь в то же время рядом с ней. Старайтесь оставаться спокойным, хладнокровным и собранным во время процесса.

В крайнем случае вы можете просто “сделать перерыв” - под предлогом продолжения прелюдии в более раскрепощенном формате. Тогда вместо демонстрации надвигающейся катастрофы вы будете выглядеть внимательным и искренним.

#4 Используйте разнообразие.

Никому не нравится делать что-то монотонное, и вряд ли вы хотите, чтобы она считала вас очень скучным в сексе. Такие вещи, как изменение позы, ритма и даже глубины, с которой вы проникаете в нее, усилят ее возбуждение и разнообразят реакцию ее тела.

В какой-то момент во время близости всего одно движение или новое ощущение может очень ярко подействовать на нее. Пойдите ей навстречу и продолжайте движение/ритм, если это поможет ей достичь оргазма. Как только она испытает его, вы почувствуете себя более свободно, сможете расслабиться и наслаждаться получением удовольствия для самого себя.

#5 Спрашивайте!

Возможно, это последнее, что вам бы хотелось делать. В конце концов, как можно просить партнера дать инструкцию к тому, чтобы стать сексуальным? На самом деле это, возможно, одна из самых горячих вещей, которые мужчина может делать в спальне или за ее пределами. Узнавать больше о своем партнере и о том, что ее заводит — невероятно сексуально, потому что это показывает, насколько вы полны решимости улучшить совместную близость. Разным людям нравятся разные вещи - вряд ли можно ожидать, что вы с самого начала будете точно знать, что понравится вашему партнеру! Лучший способ совершенствоваться - узнавать. Поэтому спрашивайте!

Позы Для Секса Для Маленьких/Средних Пенисов

Не секрет, что уверенность в спальне начинается за ее пределами. Уверенный в себе мужчина на улице, скорее всего, будет уверен в себе и в постели.

Если ваш реальный размер пока не соответствует желаемому, то вот несколько отличных поз, которые обеспечат вам обоим максимальное удовольствие - по крайней мере, до тех пор, пока вы не завершите свою программу Maleedge!

* Иллюстрации любезно предоставлены Menshealth

#1 Поза "Догги стайл"

Девушка встает на четвереньки, вы входите в нее сзади. Для максимальной глубины проникновения девушка может прогнуть спину.



#2 Наковальня

Ваша партнерша ляжет на спину и кладет ноги вам на плечи. Это отличная поза, потому что вы при желании получаете возможность зрительного контакта и поцелуев - в сочетании с действительно глубоким проникновением и яркими ощущениями. Более гибкие женщины могут поднимать ноги еще выше или разводить их в стороны, чтобы изменить угол наклона. Обязательно попробуйте.



#3 Ложечка

Это отличный способ почувствовать тесную связь с вашей партнершей, а также хороший вариант для небольшого пениса, так как сведение ее ног вместе дает более плотный контакт и, следовательно, более яркие ощущения для вас обоих.



#4 Наездница наоборот

Ваша партнерша садится на вас сверху, спиной к вашему лицу. В этой позиции она может двигаться, чтобы найти наиболее удачный угол проникновения. Такая поза обеспечивает глубокое проникновение и стимулирует точку G, а также дает вашей партнерше возможность контролировать ощущения, что поможет получить удовольствие вам обоим.



#5 Орел

Женщина лежит на спине, подняв ноги вверх. Вы также можете подложить ей под бедра одну или две подушки, чтобы изменить угол наклона. В этом положении мужчина может полностью использовать свою длину, а при наклоне вправо он идеально попадет в точку G.



Позы Для Секса Для Больших Пенисов

Некоторые говорят, что чем больше, тем лучше, и, хотя некоторые женщины согласятся с этим — это не всегда так. Конечно, большой размер означает более глубокое проникновение, но это также создает определенные проблемы.

Столкнувшись с исключительно большим пенисом, женщина, по вполне понятным причинам, может переживать, что это будет болезненно. В такой ситуации идеально подойдут следующие пять поз для секса - они сведут к минимуму риск причинить боль, не уменьшая при этом удовольствие.

#1 Женщина сверху

Распространенная, однако во многом недооцененная позиция. Женщины часто хотят иметь возможность контролировать большой пенис, чтобы не получить болезненные ощущения, к примеру, от толчков в шейку матки.

#2 Стоя

Главное преимущество для мужчин с более крупным размером заключается в том, что некоторые позиции для них намного проще. В позах, где средний или маленький пенис не сможет проникнуть достаточно глубоко, у обладателя большого члена не возникнет проблем.



#3 Тачка

Это уже более продвинутая техника для любителей острых ощущений. Вы держите свою партнершу за талию, она обхватывает вас ногами. Большой пенис в этой позе подойдет лучше всего, так как у него будет меньше шансов выскользнуть.



#4 Лицом к лицу

Партнерша сидит у вас на коленях, одной рукой направляя ваш пенис внутрь. Эта поза дает ей возможность контроля, что очень важно для больших пенисов, но при этом оставляет пространство для поглаживаний и поцелуев, делающих процесс особенно интимным.



#5 Паук

Еще одна необычная позиция, которая может доставить огромное наслаждение, если вы все сделали правильно. Паук может показаться не самой удобной позой, однако, как только вы ее попробуете, станет понятно, что она стоит каждой потраченной на нее секунды!



КАК ПОВЫСИТЬ ВЫНОСЛИВОСТЬ И СЕКСУАЛЬНОЕ ВЛЕЧЕНИЕ

Какая польза от самооценки, уверенности и харизмы, если у вас нет энергии, чтобы использовать их? Эти советы помогут вам и вашему либидо оставаться здоровыми.

#1 Физическая активность

Нет никакой альтернативы занятию спортом, если ваша цель - повысить уровень своей жизненной энергии. Если вы решите выбрать только одну вещь в этом списке - выберите физическую активность. Кардио-тренировки важны для выносливости и общего уровня жизненной энергии, в то время как силовые тренировки необходимы, если вы хотите показать впечатляющий результат в спальне. (К тому же это позволит вам пробовать новые, более смелые вещи.)

#2 Питание

Факт: если ваше тело не получает необходимого питания, оно фокусируется на выживании за счет других, менее насущных потребностей. Одна из первых вещей, от которой страдает либидо, - когда ваше тело переходит в режим голодания и начинает делать все возможное, чтобы сохранить вам жизнь в условиях предполагаемой опасности.

Это может сделать вас ленивым, безынициативным или подавленным - не самый идеальный вариант для достижения страсти! Хорошо сбалансированная диета содержит постный белок, много фруктов и овощей и достаточное количество углеводов, чтобы поддерживать в вас необходимый уровень активности. Избегайте добавления сахара в каждое блюдо, — это может вызвать целый ряд последствий для организма, которые в дальнейшем повлияют на ваше либидо и ваше здоровье. Это не только вредно для ваших зубов, но и может заставить вас чувствовать усталость и неспособность работать при чрезмерном потреблении.

#3 Освободите свой разум

Прежде чем вы отмахнетесь от этого как от какого-то навязанного веком мусора, выделите минутку, чтобы подумать об этом. Здоровому телу нужен здоровый разум, чтобы направлять его. Стресс - убийца, и он может разрушить гораздо больше, чем вашу сексуальную жизнь! Медитация, техники релаксации, даже просто несколько глубоких вдохов могут помочь. Если вы чувствуете напряжение - делайте все, что считаете необходимым, чтобы расслабиться. И помните - секс тоже отличное средство от стресса!

#4 Высыпайтесь как следует

Если у вас не будет достаточно времени для сна каждый день, это может испортить ваше сексуальное влечение и снизить уровень жизненной энергии. Физические упражнения и правильный баланс питательных веществ могут помочь вам уснуть - попробуйте диету с высоким содержанием белка и меньшим количеством углеводов, особенно сахара.

Сон также может помочь. В то время как вы можете не получать 7-8 часов качественного сна в сутки из-за повседневного бурного ритма жизни, вы бы поразились силе восстановления, которую может дать всего лишь 20-минутный сон.



ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Говорят, если у вас есть
правильные инструменты и
достаточно веры в себя, вы
способны сделать почти все.

Изучив советы, изложенные в Библии Уверенности
от Maleedge, и используя наш увеличитель с
клинически доказанными результатами, вы станете
счастливее и увереннее не только в отношениях,
но и в повседневной жизни.

Мы считаем, что уверенность действительно
является ключом к успеху. С помощью Maleedge
и определенной упорной работы над собой вы
сможете проложить путь к своему собственному
светлому и лучшему будущему!

