



FÖLJ MED I AFRODITES FOTSPÅR

Visst är väl även du en Afrodites syster som vill bjuda dig själv och din älskade på en underbar sommarvecka. Ja, det var väl det vi visste. Här kommer en fantastisk lustmeny dag för dag som ökar längtan och spänning, samtidigt som den tillgodoser doft och beröring.

Legenden säger att Afrodite var väldigt lysten på jordisk kärlek och steg upp ur havet på Cypern. Hon skakade på sin yppiga kropp och varje liten vattendroppe som föll till marken blev till en blommande rosenbuske. Hon är också doftens glädje och rosens skapare. Afrodite är den bästa av gudinnor. Hon spridde ut sina gracer och hon älskade sin egen kropp.

Bakom Afrodites attraktionskraft ligger inte bara bildskönheten, utan hennes förmåga att koncentrera sig helt på den andra personen. Hon behöver därför aldrig vara rädd för att åldern ska ta ifrån henne attraktionskraften

Ett tips till Afrodites systrar om ni blir för känslomässiga och nästan förlorar er själva, använd gudinnan Athenas tålmod och klarsyn. Då lägger sig det mesta tillrätta igen.

Men nu är det dags för en lysten kärlekspromenad i Afrodites fotspår...

Dag 1 Afrodites kärleksrum

Vi gör rummet så läckert och sensuellt som möjligt. Kuddar och tunna tyger i afroditiska färger korallfärger, aprikos och guld. Mycket växter, vatten och doftande rosor. Pyssla med varandra, njut av närhet, beröring och kyssar. En vacker kanna med källvatten.

Spela skön musik och tänd rökelse och levande ljus i afroditiska korallfärger som eldsflammar. Erotiska föremål som representerar mannens kraft och styrka och våra kvinnliga mjukare former.

Förbered er mentalt för en vecka med lust genom att läsa erotisk litteratur. Det är väldigt tändande för kvinnor läsa, t.ex. Anais Nins, novellsamlingar. Syftet är att skapa erotiska fantasier och att sätta sig själv i ett erotiskt scenario.

Invitera varandra till passionen och börja med ögonkontakt, lekar och erotisk trygghetsritual. Håll en tänd rökelsesticka 10 centimeter ovanför kroppen och låt den glida fram och tillbaka längs kroppen. Ger både trygghet och upphetsning.

Sov i kärleksruset och längta till nästa dag...

Dag 2 Afrodites kyssmagi

Det vackra rummet placeras vi ett fat generöst dignande med exotiska frukter som persikor, mango, druvor, ananas, melon, jordgubbar, passionsfrukter, kivifrukt, fikon och andra spännande frukter.

Forskning visar att kvinnor tre timmar efter det hon ätit frukt får en godare arom, vilket påverkar den erotiska lockelsesubstansen feromon. Vattenrika frukter och grönskar ger bästa resultat. Doften och smaken utsöndras även i slidsekretet.

Lena G

Söder Mälarstrand 29 ● SE-118 25 Stockholm ● www.lenag.se

Tel +46 70 766 69 16 ● Fax + 46 8 692 65 01



Afrodites orgasmiska drink, 2 pers

4 dl yoghurt
2 små bananer, ekologiska har en sötare smak
1 tsk spirulinapulver
en handfull jordgubbar
ett par isbitar

Njut av den mixade drinken och dekorera varandras kroppar med frukter och ät därifrån och från fatet utan att använda händerna. Bada ett skönt bad, smek varandra och vila. Sammanlagt i tre timmar för att fruktaromen ska ge effekt.

Dags att njuta av kyssmagi och tunglekar. Kyssen är fantastisk – den kan förändra två främmande personer till två förälskade. Lek Tungans ABC, mannen slickar alfabetet över kvinnans kön (garanterad orgasm) Detta har störst tändningseffekt för män när de fruktiga safterna rinner till...

Dag 3 Skaldjur och oljelek

Dags för oljor – både de inre och yttre – och använd händerna. De inre smörjande marinoljorna från havet får vi i oss via skaldjuren där zink finns. Det är det största Sexmineralet! Gör som Casanova – bjud in till ostronpartyn. Han startade dagen med 50 ostron för att kunna ha sju utlösningar per natt. Om en man har mer än en utlösning per dag får han zinkbrist. Zink är avgörande när vi vill vara på topp, dessutom visar amerikansk forskning att Omega3 fettsyror kan få kvinnor att uppleva häftigare orgasmer.

Till de yttre oljorna och sensuellt smeksex med slick och pussbara oljor när vi utforskar och själva och varandra. Kamsutras sex väldoftande oljor eller oljor i Invit-serien i smaker som smultron, persika och melon. Låt fantasin flöda. Leta nya sensuella områden – smek över ländryggen, nacken och venusberget. Längs ryggraden finns en orgasmipunkt – leta!

Kvinnans kropp är ett njutningsparadis – med miljontals njutningssensorer. Kvinnor är mer hudkänsliga än män.

Dag 4 Nyckeln till erotisk framgång

Spänningen har stegrats till längtans höjder och – nu är det erotiska lekar som gäller. Ordet klitoris kommer från grekiskans klitoris och betyder nyckel. Och vem vill inte hitta den nyckeln?

Klitoris är enormt känslig – den har soft-tochfunktion medan slidan har stötsäker kompaktdesign.

Klitoris är ett mysterium och är dubbelt känslig jämfört med mannens ollon, så överstimulering undanbedes! Inte direkt på utan smek låren upp över höftpartiet, magen ner över venusberget och mot klitoris. Fjärlislett från början, när kvinnan är tänd kan man ha ett vilt och ohämmat sex.

En pärla av saliv över klitoris skyddar och triggas känsligheten.

Glöm inte äta de exotiska frukterna och dricka det svala källvattnet.

Dag 5 Himmelska höjder

Afrodite kan konsten att transformera hjärtan. Hon är förändringens gudinna. Hon skapar kontakt och gör folk förälskade. När det sker vill vi njuta av varandra mycket och riktigt, riktigt länge...

Lena G

Söder Mälarstrand 29 ● SE-118 25 Stockholm ● www.lenag.se

Tel +46 70 766 69 16 ● Fax + 46 8 692 65 01



Medan vi tar oss till de himmelska höjderna dricker vi sexuell berusning; Äkta Champagne eller mousserande vin, serverat med ett fat färska jordgubbar, smultron och hallon. Förutsättningen för att hitta G-punkten är att kvinnan ska vara väldigt, väldigt upphetsad annars gör det ont. Kvinnan måste våga ta för sig och be mannen att göra de läckraste bitarna från veckans bästa upplevelser. För att hitta g-punkten behöver hon dirigera mannens fingrar.

Tips till mannen: Med långfingret gör du kom-hit-gesten ungefär tre till fem centimeter in i slidan. Området är inte lika glatt utan mer veckat som en lite skrovlig persikokärna. Jättekraftig press, typ klassisk akupressur. Träna genom att trycka på badrumsvågen till du når 4,5 kilo. Blunda och hitta trycket i minnet.

OBS! Kvinnan känner en retning till urinblåsans nerver – du är inte kissnödig – det är första tecknet till att du är på väg ...

G-punktsorgasmen är den erotiska efterrätten!

Dag 6 Picknick med äventyrssex

Afrodites picknick med äventyrssex! Packa en korg med den finaste linneduken och de vackraste glasen. Ta en karta, ge er ut på okänd mark och hitta det erotiska i naturen. Välj havet, stranden, smaragdgröna kullar, toppen på ett berg eller en höskulle och där låter ni er berusas av lust.

Lockande förrätt

Stavar av parmesanost doppas honung

Oemotståndlighetsallad

Olika salladsblad, alfalfagroddar, finskuren blekselleri, rotselleri, grovstrimlade morötter, cocktailtomater, gurkstavar och oliver. Toppa med ätliga blomblad t ex krasse, rosenblad och ringblomma. Dressing av kallpressad olivolja, svartpeppar, chilipulver och smulade basilikablåd. Gott bröd

Syndfull dessert

"Kladdkaka med vispad vaniljgrädde. Källvatten helst från naturkälla.

Dag 7 De förälskades vilodag

Grand finale – då är det dags för att den milda euforiska lyckan att ta över. Skön, lång vilostund med lojt smeksex. Tid att försjunka in i varandra och känna harmoni och tillit. Och varför sedan inte börja om från dag ett...

Lena G

Söder Mälarstrand 29 ● SE-118 25 Stockholm ● www.lenag.se

Tel +46 70 766 69 16 ● Fax + 46 8 692 65 01