

# Perpustakaan posisi

Panduan lengkap untuk setiap kartu posisi. Kartu itu sendiri memiliki versi singkat — di sini Anda akan menemukan pengaturan, sudut, kecepatan, tangan, check-in dan penyesuaian untuk setiap kartu.

## R7 Wanita nyaman · ≈ 6 min

*Posisi penerima yang nyaman di mana dia berbaring dan semuanya mencapai.*

**Persiapan:** Dia berbaring telentang dengan bantal di bawah kepalanya dan sebaiknya satu di bawah lututnya atau pinggulnya. Anda berbaring atau duduk di sebelahnya.

**Sudut:** Bantal di bawah lututnya melepaskan ketegangan di perutnya dan pinggulnya, sehingga dia dapat menerima tanpa memegang apa pun sendiri.

**Kecepatan:** Mulai dengan ciuman lembut dan tangan di perut dan paha. Lanjutkan ke kesenangan langsung hanya ketika dia sudah panas.

**Tangan:** Gunakan tangan, mulut, atau vibrator dengan tenang. Pelumas untuk stimulasi tangan langsung.

**Pemeriksaan:** Tanyakan sekali: 'Lebih, kurang, atau sama?' Ikuti jawabannya tanpa mengubah semuanya.

**Penyesuaian:** Jika dia menjadi tegang, kembali ke sentuhan yang tenang. Sesuaikan bantal sampai sudut terasa seperti sedang istirahat.

## R11 Sampai ke dada · ≈ 5 min

*Penerima bersandar pada dada Anda — dekat di belakang, tangan di depan.*

**Persiapan:** Duduk bersandar pada kepala tempat tidur dengan bantal di belakang punggung Anda. Penerima duduk di antara kaki Anda dan bersandar pada dada Anda.

**Sudut:** Penerima menopang seluruh beratnya pada Anda dan dapat diturunkan sepenuhnya. Anda menjangkau leher, dada, perut, dan paha dari depan.

**Kecepatan:** Mulai dengan ciuman di leher dan tangan yang tenang di perut dan dada. Biarkan itu berkembang perlahan.

**Tangan:** Tangan Anda bekerja dari depan di mana penerima menginginkannya. Pelumas dengan kontak langsung.

**Pemeriksaan:** Penerima menempatkan tangannya di atas Anda dan memindahkannya ke tempat yang terbaik.

**Penyesuaian:** Jika punggung Anda lelah, letakkan lebih banyak bantal di belakangnya. Penerima dapat sedikit menggiring pinggul ke depan untuk sudut yang lebih baik.

## R12 Tangan di tangan berbaring miring · ≈ 5 min

*Berbaring berdampingan saling berhadapan di mana Anda memberi pada saat yang sama — dengan kecepatan yang sama dan tenang.*

**Persiapan:** Berbaring miring berhadapan satu sama lain, cukup dekat untuk berciuman. Masing-masing dari Anda memiliki satu tangan gratis.

**Sudut:** Memberi pada saat yang sama berarti tidak ada yang hanya menunggu giliran. Cerminkan kecepatan satu sama lain alih-alih bersaing.

**Kecepatan:** Setuju untuk menjaganya tetap tenang. Jika Anda melambat, pasangan Anda akan mengikuti.

**Tangan:** Gunakan tangan gratis Anda dengan pelumas. Lengan lainnya dapat beristirahat di bawah leher pasangan.

**Pemeriksaan:** Bisikkan: 'Ketukan yang sama?' Senyuman juga merupakan jawaban.

**Penyesuaian:** Jika Anda kehilangan ritme, berhenti dan hanya berciuman sebentar. Salah satu dari Anda selalu dapat memberi sementara yang lain beristirahat.

## L1 Misionaris dengan bantal · ≈ 7 min

*Varian misionaris yang tenang di mana sudutnya cocok untuk dia.*

**Persiapan:** Lakukan hubungan seksual misionaris: dia berbaring telentang dengan bantal kokoh di bawah pinggul atau pinggulnya, dia di atasnya dengan beratnya pada lengan bawahnya.

**Sudut:** Bantal sedikit memiringkan pinggulnya ke atas. Dia berbaring tinggi, jadi tubuhnya bersandar pada area klitoris alih-alih bergerak lurus masuk dan keluar.

**Kecepatan:** Gerakan bergoyang yang tenang dengan kontak yang merata. Ritme lebih penting daripada kedalaman dan kecepatan.

**Tangan:** Dia dapat menempatkan tangannya di punggung bawahnya dan menunjukkan ritme yang dia inginkan. Vibrator di antara Anda adalah opsional.

**Pemeriksaan:** Dia bertanya: 'Tekanan lebih besar atau sama?' Ikuti jawabannya tanpa mengubah semuanya sekaligus.

**Penyesuaian:** Jangan ketuk sudutnya, geser bantalnya naik atau turun sedikit, atau letakkan kakinya di sekitar pinggulnya.

## L2 Dia di atas · ≈ 7 min

*Dia di atas dan memutuskan semuanya — gerakan, kedalaman, dan kecepatan.*

**Persiapan:** Lakukan seks dengannya di atas: dia berbaring telentang dan dia duduk di atasnya dengan lututnya di kedua sisi pinggulnya.

**Sudut:** Tegak, dia mengelola semuanya sendiri. Dia dapat berganti antara duduk lurus dan membungkuk ke depan, tergantung apa yang paling cocok untuknya.

**Kecepatan:** Dia menetapkan kecepatan — dia mengikuti gerakan alih-alih mengambil alih. Gerakan bergoyang kecil sering kali bekerja terbaik.

**Tangan:** Tangannya menopang pinggul atau mengusap paha dan dada. Dia dapat menempatkan tangannya sendiri atau vibrator di mana dia inginkan.

**Pemeriksaan:** Dia bertanya sekali: 'Seperti itu?' Dia menjawab dengan 'sama', 'lebih', atau 'lebih tenang'.

**Penyesuaian:** Jika lututnya merasa lelah, letakkan bantal di bawahnya — atau berbaring miring dengan tenang tanpa melepaskan satu sama lain.

## L3 Sendok dengan tangan di depan · ≈ 7 min

*Berbaring miring yang dibuat untuk bertahan — keintiman di belakang, kesenangan di depan.*

**Persiapan:** Lakukan seks dalam posisi sendok: berbaring miring dengannya di belakangnya, keduanya dengan bantal di bawah kepala mereka. Dia meletakkan kakinya yang teratas sedikit ke depan, di atas bantal terpisah.

**Sudut:** Bantal di bawah kaki membuka sudutnya tanpa dia harus memegang apa pun sendiri. Mulai dangkal dan tenang.

**Kecepatan:** Gerakan kecil yang tenang. Posisi ini tentang ketahanan dan ketenangan, bukan kecepatan.

**Tangan:** Tangannya berada di depan — di perutnya, dadanya, atau area klitorisnya — atau memegang vibrator di mana pun dia menginginkannya.

**Pemeriksaan:** Dia bertanya dengan lembut, 'Tempat yang tepat?' Dia menempatkan tangannya di atasnya, memindahkannya jika ada yang bisa diperbaiki.

**Penyesuaian:** Tertidur lengannya, letakkan di bawah bantalnya. Jika dia menginginkan stimulasi yang lebih langsung, dia membiarkan dia mengambil alih tangan atau vibrator sendiri.

#### **L4 Fokus pada wanita selama seks · ≈ 7 min**

*Dia memilih posisi untuk hubungan seksual — sendok, dia di atas, atau duduk di pangkuannya — sehingga bagian depannya bebas untuk tangan atau vibrator.*

**Persiapan:** Dia memilih antara sendok, dia di atas, atau duduk di pangkuannya. Intinya adalah satu tangan menjangkau depan.

**Sudut:** Hubungan seksual saja memberikan banyak wanita terlalu sedikit stimulasi langsung. Depan gratis berarti dia mendapatkan keduanya pada saat yang sama.

**Kecepatan:** Pertahankan hubungan seksual tenang dan stabil, sehingga tangan di depan dapat mempertahankan ritme stabilitasnya sendiri.

**Tangan:** Tangannya atau tangannya — atau vibrator bertenaga rendah — bekerja dengan stabil di depan. Jangan ubah teknik terlalu sering.

**Pemeriksaan:** Dia bertanya, 'Tempat yang tepat?' Dia memindahkan tangannya jika ada yang bisa diperbaiki.

**Penyesuaian:** Jika ritmenya bertabrakan, biarkan hubungan seksual hampir diam untuk sementara sementara tangan terus berlanjut.

#### **L5 Wajah ke wajah berbaring miring · ≈ 7 min**

*Posisi berbaring saling berhadapan — tenang, dekat, dan mudah disesuaikan.*

**Persiapan:** Lakukan hubungan seksual dalam posisi berbaring di sebelah satu sama lain. Dia meletakkan kaki atasnya di sekitar pinggulnya, sebaiknya dengan bantal di bawah lutut. Mulai dangkal.

**Sudut:** Kaki di sekitar pinggul membuka sudutnya tanpa usaha, dan wajah ke wajah Anda bisa berciuman dan berbicara lembut selamanya.

**Kecepatan:** Gerakan kecil yang tenang. Posisi ini dibuat untuk bertahan, bukan untuk kecepatan.

**Tangan:** Keduanya memiliki satu tangan gratis: pegang di sekitar, usap punggung — atau biarkan tangan meluncur turun ke dia.

**Pemeriksaan:** Bisikkan: 'Baik seperti itu?' Dia merespons dengan kata-kata atau dengan menarik Anda lebih dekat.

**Penyesuaian:** Tertidur lengannya, letakkan di bawah bantalnya. Jika dia membutuhkan lebih, Anda berguling dengan tenang sampai dia berada di atas.

#### **L6 Di tepi tempat tidur untuk dia · ≈ 7 min**

*Dia di tepi tempat tidur — dia berdiri, dan bagian depannya sepenuhnya bebas.*

**Persiapan:** Dia berbaring telentang dengan pinggulnya di tepi tempat tidur dan bantal di bawahnya. Dia berdiri di lantai di sebelah tepinya. Lakukan hubungan seksual di mana dia mengontrol kedalaman dengan kakinya.

**Sudut:** Berdiri, dia memiliki tangan gratis dan dia beristirahat sepenuhnya — dan seluruh depan dia gratis untuk tangan atau vibrator.

**Kecepatan:** Tenang dan stabil. Berdiri memberikan lebih banyak kekuatan daripada yang dia sadari — dia menetapkan batasnya.

**Tangan:** Tangannya: pinggul, perut, dada — atau vibrator bertenaga rendah di mana dia menginginkannya.

**Pemeriksaan:** Dia bertanya: 'Tinggi badan yang baik?' Dia menjawab dengan singkat, dan Anda menyesuaikan dengan bantal.

**Penyesuaian:** Jika terlalu intensif, dia berlutut dan menggunakan mulut dan tangannya sebagai gantinya.

### **L7 Tulang berkumpul · ≈ 7 min**

*Varian misionaris dengan kakinya bersama — kontak lebih dengan gerakan lebih sedikit.*

**Persiapan:** Lakukan hubungan seksual misionaris dengan kakinya bersama, sebaiknya dengan bantal di bawah pinggulnya. Dia berbaring di atas dengan lututnya di luar miliknya.

**Sudut:** Kaki yang terhubung memberikan kontak lebih halus dan lebih banyak tekanan di tempat yang tepat — tanpa siapa pun yang harus bekerja lebih keras.

**Kecepatan:** Gerakan bergoyang lambat. Tekanan dan kedekatan melakukan pekerjaan, bukan kecepatan.

**Tangan:** Dia beristirahat di lengan bawahnya dan bisa menciumnya sepanjang waktu. Dia dapat mengencangkan dan melepaskan pahanya dengan ritmenya sendiri.

**Pemeriksaan:** Dia bertanya: 'Tekanan lebih besar atau sama?'

**Penyesuaian:** Jika terasa terlalu ketat, letakkan bantalnya lebih tinggi di bawah pinggulnya atau biarkan dia membuka kakinya sedikit.

### **L8 Dari belakang dengan kedekatan · ≈ 7 min**

*Posisi dari belakang dengan kedekatan penuh dan kemampuan untuk berciuman.*

**Persiapan:** Dia berbaring di sisinya, dia di belakangnya, keduanya dengan bantal. Dia dapat menjangkau dadanya dan menciumnya.

**Sudut:** Dari belakang namun dapat sepenuhnya bersama wajah Anda bersebelahan.

**Kecepatan:** Lambat dan intim.

**Tangan:** Kedua tangan dapat menjangkau depan untuk stimulasi tambahan atau hanya untuk memegang.

**Pemeriksaan:** Tanyakan dengan lembut tentang kedalaman dan kecepatan.

**Penyesuaian:** Tetap berbagi intimitas wajah, sesuaikan posisi untuk kenyamanan.

### **L9 Duduk wajah ke wajah · ≈ 7 min**

*Duduk bersama wajah ke wajah dengan kedua lengan melingkar.*

**Persiapan:** Dia duduk, dia duduk di pangkuannya, keduanya dengan lengan melingkari yang lain.

**Sudut:** Posisi yang sangat intim dengan akses penuh ke kontak tubuh.

**Kecepatan:** Gerakan kecil dan lambat, atau tetap diam sambil terhubung.

**Tangan:** Tangan bebas untuk memeluk, membelai, atau menambahkan vibrator.

**Pemeriksaan:** Lihat matanya dan tanyakan apa yang dia butuhkan.

**Penyesuaian:** Menyesuaikan sudut dengan bantal di belakang dia jika lelah.

### **L10 Permainan kedalaman · ≈ 7 min**

*Fokus pada kedalaman yang berbeda dan tanyakan preferensinya.*

**Persiapan:** Dalam posisi apa pun yang Anda pilih, mulai dangkal dan secara bertahap tawarkan lebih dalam.

**Sudut:** Biarkan dia memandu kedalaman, berkata 'cukup' ketika dia merasa nyaman.

**Kecepatan:** Lambat sehingga dia dapat merasakan perubahan kedalaman dengan jelas.

**Tangan:** Gunakan tangan untuk menyesuaikan sudutnya jika diperlukan.

**Pemeriksaan:** Tanyakan terus apakah kedalaman baik atau jika dia menginginkan perubahan.

**Penyesuaian:** Kembali ke dangkal kapan saja jika dia merasa tidak nyaman.

### **L11 Kontemplasi tubuh · ≈ 7 min**

*Habiskan waktu hanya melihat dan menyentuh tubuhnya sambil terhubung tetapi tidak bergerak.*

**Persiapan:** Terhubung dalam posisi apa pun, tetapi fokus pada sensasi bukan gerakan.

**Sudut:** Keintiman tanpa desakan untuk 'hasil'.

**Kecepatan:** Tidak ada tempo — hanya menjadi bersama.

**Tangan:** Sentuh wajahnya, rambut, punggung — menjelajahi dengannya.

**Pemeriksaan:** Lihat reaksinya dan dengarkan.

**Penyesuaian:** Tetap terhubung; gerakan dapat datang nanti atau tidak sama sekali.

## S8 Tampilan belakang dengan bantal · ≈ 7 min

*Varian yang aman dan tenang dari belakang di mana dia beristirahat sepenuhnya.*

**Persiapan:** Dia berbaring di perutnya dengan bantal besar di bawah pinggulnya dan lengan di bawah kepalanya. Dia berlutut di belakangnya dan Anda melakukan hubungan seksual yang dimulai dangkal.

**Sudut:** Bantal mengangkat pinggulnya tanpa dia harus memegang posisi sendiri. Sudutnya bisa terasa dalam — mulai dangkal dan tenang.

**Kecepatan:** Santai, rasakan, dan biarkan dia mengatakan kapan dan jika akan ada lebih banyak. Kedalaman tidak boleh pernah mengejutkan.

**Tangan:** Dia mengusap punggung dan pinggulnya. Salah satu dari Anda dapat memegang tangan atau vibrator di depan, menuju area klitoral. Pelumas jika perlu.

**Pemeriksaan:** Gunakan kata-kata sederhana sambil berjalan: 'lanjutkan', 'tenang', 'dangkal' atau 'berhenti'.

**Penyesuaian:** Jika sudutnya terasa terlalu dalam, turunkan pinggulnya lebih rendah menuju bantal atau berubah dengan tenang ke posisi sendok.

## S9 Sebaliknya dia di atas · ≈ 7 min

*Dia di atas, menghadap menjauh darinya — dia mengatur segalanya, dia melihat dan mendukung.*

**Persiapan:** Dia berbaring telentang. Dia duduk di atasnya menghadap kakinya, dengan lututnya di kedua sisi, dan Anda melakukan hubungan seksual dengan kecepatannya.

**Sudut:** Sudutnya baru bagi keduanya, dan dia mengontrol kedalaman dan arah sepenuhnya sendiri. Dia harus mengikuti, tidak memerintah.

**Kecepatan:** Dia menetapkan kecepatan dengan gerakan kecil yang tenang. Dia menjaga pinggulnya tetap diam.

**Tangan:** Tangannya beristirahat di pinggul atau punggung bawahnya. Dia dapat menggunakan tangan sendiri atau vibrator di depan.

**Pemeriksaan:** Dia bertanya sekali: 'Baik untuk Anda?' Dia merespons dengan kata-kata atau gestur.

**Penyesuaian:** Jika sudutnya terasa tajam, dia sedikit membungkuk ke depan dengan tangan di kakinya — atau dia berubah dengan tenang.

## S10 Kursi · ≈ 6 min

*Duduk di kursi yang kokoh — padat, sederhana, dan berbeda.*

**Persiapan:** Salah satunya duduk di kursi kokoh tanpa roda. Yang lain duduk bersila di pangkuannya, wajah ke wajah. Jika Anda melakukan hubungan seksual di sini, siapa pun yang duduk di atas bertanggung jawab.

**Sudut:** Kursi memberikan kontak tubuh penuh dan kontak mata, dan kaki di lantai memberikan kontrol tertinggi tanpa usaha.

**Kecepatan:** Bergoyang dan tenang. Kursi mengundang keintiman, bukan akrobat.

**Tangan:** Pegang satu sama lain. Satu tangan dapat meluncur turun di antara Anda.

**Pemeriksaan:** Bisikkan: 'Baik seperti itu?'

**Penyesuaian:** Jika paha Anda lelah, pindah ke tepi tempat tidur dalam posisi yang sama. Bantal di kursi membuat kursi lebih lembut.

### **S11 Di depan cermin · ≈ 6 min**

*Posisi yang akrab — di depan cermin, sehingga Anda melihat satu sama lain dari sudut baru.*

**Persiapan:** Temukan cermin yang dapat Anda duduk atau berbaring di depannya. Pilih posisi tenang yang Anda sukai, sebaiknya duduk dekat atau berbaring di sisi.

**Sudut:** Cermin memungkinkan Anda melihat apa yang biasanya hanya Anda ketahui. Lihat pasangan Anda di cermin, bukan pada diri sendiri.

**Kecepatan:** Tenang. Biarkan tatapan di cermin melakukan setengah pekerjaan.

**Tangan:** Usap dan pegang sehingga pasangan Anda melihatnya di cermin — melihat sentuhan datang membangun antisipasi.

**Pemeriksaan:** Tangkap pandangan pasangan Anda di cermin dan tanyakan dengannya. Kata-kata: 'lanjutkan' atau 'tenang'.

**Penyesuaian:** Jika terasa aneh untuk melihat diri sendiri, redup lampunya atau pindah sehingga hanya pasangan Anda yang ada dalam gambar.

### **S12 Sentuhan berbisik · ≈ 7 min**

*Sentuh pasangan Anda dengan lembut sambil membisikkan apa yang akan Anda lakukan selanjutnya.*

**Persiapan:** Posisi apa pun dengan telinga dekat.

**Sudut:** Antisipasi adalah bagian terbesar dari kesenangan; berbisik membangunkannya.

**Kecepatan:** Lambat untuk antisipasi maksimal.

**Tangan:** Lembut sambil Anda berbisik janji.

**Pemeriksaan:** Lihat bagaimana tubuhnya merespons antisipasi.

**Penyesuaian:** Tahan janji Anda; kemudian lakukan persis seperti yang Anda katakan.

### **S13 Permainan kontrol · ≈ 7 min**

*Dia memiliki kontrol penuh — dia mengatakan kapan harus cepat, lambat, atau berhenti.*

**Persiapan:** Posisi apa pun di mana dia dapat memberi perintah dengan jelas.

**Sudut:** Kendali memberikan kepercayaan diri dan kesenangan maksimal.

**Kecepatan:** Sepenuhnya tergantung padanya.

**Tangan:** Tunggu instruksinya; jangan beri asumsi.

**Pemeriksaan:** Tanyakan terus: 'Apa selanjutnya?'

**Penyesuaian:** Biarkan dia menyesuaikan setiap hal sampai sempurna.

### **GL24 Permainan pernyataan sensasi · ≈ 8 min**

*Sebelum menyentuh, bisikkan apa yang akan Anda lakukan, membuat antisipasi intens.*

**Persiapan:** Posisi wajah ke wajah dengan telinga dekat.

**Sudut:** Menggambarkan menciptakan fantasi sebelum realitas; memperdalam sensasi.

**Kecepatan:** Berbisik lambat, tunggu, lalu lakukan persis seperti yang Anda katakan.

**Tangan:** Tangan mengikuti janji Anda dengan presisi.

**Pemeriksaan:** Tanyakan apakah antisipasi sama menyenangkankannya dengan tindakannya.

**Penyesuaian:** Jika dia ingin kejutan, berhenti menggambarkan dan hanya bertindak.