

# Podpowiedzi scenariuszy erotycznych, czyli WYBIERZ SWOJĄ FANTAZJĘ!

## Scenariusz no 1 BOMBA ZEGAROWA – dla początkujących

**Czego potrzebujesz?** Budzika albo minutnika do gotowania jajek  
**Jak się bawić?** Wyznaczcie sobie ilość czasu: to może być 20 min, ale nawet 10 będzie już ok. Ustalcie między sobą, że jakkolwiek przedział czasu nie wybierze, tym czasie nie może dojść do stosunku. Będziecie miło zaskoczeni, jak „spowolnienie” zmienia jakość zabawy. Wyzwala kreatywność i podgrzewa atmosferę.

## Scenariusz no 2 JEDZENIE I SEKS

„Zjedz mnie skarbie” może nabrać zupełnie nowego znaczenia, jeśli w erotycznej zabawie połączysz jedzenie i seks. Twoje życie seksualne może nabrać smaku.

**Na początek:** Zajrzyj do supermarketu i zrób małe zakupy: bita śmietana, lekki syrop czekoladowy, sos karmelowy, słodkie wiśnie koktajlowe, dojrzały banan, cokolwiek zechcesz

**1. Wyślij zapkę** - Kiedy masz już wszystko, wyślij sms-a swojemu mężczyźnie, na przykład: „Dzisiaj wylizasz mnie do czysta” – jeśli kręci was wydawanie rozkazów, albo: „Przygotuj się na baardzo słodki deser”, w przypadku, gdy wasz związek wciąż pozostaje w fazie bardziej romantycznej.

**2. Podano do stołu** - Wszystkie składniki deseru masz przygotowane i w zasięgu ręki. Usiądź nago na białej, zanurz palce w płynnej czekoladzie i pomaluj na czekoladowo te wszystkie miejsca, które pragniesz, żeby on scalożywał i zlizywał. Możesz zacząć od ust...

**3. Zabawę czas zacząć** - Ta zabawa może mieć naprawdę wiele wariantów. Wystarczy otworzyć się na tą wyjątkowo słodką przyjemność. Oto kilka przykładowych propozycji:

- Karm go wiśniami, pozwól mu zlizywać czekoladę z twoich palców, posmaruj brzuch bitą śmietaną.
- Poproś go o podganie karmelową ścieżką w dół.
- Zanurz sutki w płynnej czekoladzie, wokół piersi zrób obwódki z bitej śmietany, posmaruj karmelem wewnętrzną stronę ud, a na pępku połóż wisienkę.
- Włóż banana do cipki i potem każ mu go zjeść.
- Pamiętaj, że czekolada, miód, bita śmietana itp. są tylko do użytku zewnętrznego, nie aplikuj tych produktów głęboko do pochwy. Możesz delikatnie posmarować nimi tełtaczki.

### 4. Teraz nie wolno ci używać rąk

Rozkazy i zakazy mogą wprowadzić was na całkiem nowy poziom erotycznych przeżyć. Podczas jednej zabawy ty wydajesz polecenia, następny razem będzie jego koleją. Na początek rozkaż mu wykonywać drobne czynności: niech przyniesie ci drinka, zrobi masaż. Pamiętaj – ty żądasz, a nie prosisz. Każdą niesubordynację każesz pancięciem w pupę (możecie zaopatrzyć się w specjalną paczkę, albo po prostu użyć drewnianej łyżki lub linijki). Możesz zawiązać mu opaskę na oczy, zakazać mu używania rąk. Z czasem twoje żądania mogą być coraz śmielsze. Do tej zabawy potrzebujesz partnera, do którego masz absolutne zaufanie.

## Scenariusz no 3 LUBIEŻNY SZPITAL NA SKRAJU MIASTA W DWÓCH WERSJACH – NA SŁODKO I NA OSTRO (dla tych, które czują, że są gotowe na więcej)

Profesjonalna obsługa w służbie zdrowia to coś, o czym w zasadzie możemy tylko pomarzyć. Żeby umilić sobie i wszystkim (zapewne jeszcze bardzo długie) oczekiwanie na reformę systemu leczenia, proponuję na dziś zabawę w: FACHOWĄ PIELEGNIARKĘ, KTÓRA POWAŻNIE TRAKUJE SWOJĄ PRACĘ. Trochę tu dominacji, trochę uległości. W tej zabawie ty rządysz. W końcu pielęgniarka wie lepiej, co jest dobre dla pacjenta i jak to wykonać. „Chory” jak w prawdziwym szpitalu: ma wykonywać polecenia i nie protestować. Potem wkraczamy już w krainę fantazji, która ma miejsce tylko w naszej sypialni: w zamian za podporządkowanie się pacjent otrzyma kompleksową obsługę.

**Pomysł na początek:** Zrób mu niespodziankę. Wyjdź na chwilę, przebierz się w strój pielęgniarki. Nie zapomnij nałożyć krwisto-czerwonej szminki na usta. Wróć, by przeprowadzić badanie.

**Rekwizyty:** Możesz pójść na całość i kupić w Internecie strój seksownej pielęgniarki. Dodaj do tego białe pończochy i czerwony stanik PUSH –UP. Możesz też włożyć po prostu białą koszulę i związać ją w pasie (ale pod spód włóż swoją najseksowniejszą bieliznę). W obu wersjach uzupełnij strój szpilkami: najlepiej w białym lub czerwonym kolorze. Zaopatrz się w dziecięcy zestaw lekarski. Może uda ci się zorganizować prawdziwy stetoskop i dodać kilka rzeczy od siebie: gumowe rękawiczki, żel nawilżający, olejek do masażu, wibrator, kajdanki itp.

ZABAWA W DWÓCH WARIANTACH:

**Wersja dla słodkich dziewczyn:** Właśnie otrzymałaś wyniki jego badań i musisz

przebadać go od stóp do głów. Każ mu się położyć na kanapie. W czasie badania ma leżeć nieruchomo. Rozbierz go powoli i dokładnie zbadaj każdy centymetr jego ciała. Na początku zabawy starannie omiij jego genitalia. Potem rozpalaj go, i prowokuj do woli. Baw się gadżetami w jego obecności. Eksperymentuj ze zmysłowym masażem. Pokaż mu, że w pełni zasługujesz na etat w Lubieżnym Szpitalu na Skraju Miasta.

**Wersja dla pań, które mają ochotę na zabawę w dominację:** Wciel się w pewną siebie pielęgniarkę. Jesteś zdystansowaną profesjonalistką, której brakuje cierpliwości i czasu (masz przecież jeszcze tylu pacjentów). Szybko go rozbierasz, a następnie zaczynasz badać, nie dbając szczególnie o delikatność. Przy zdejmowaniu jego slipów, nie zapomnij przypomnieć mu, żeby się niczego nie wstydył, bo ty już niejednemu w swojej pracy widziałas. Użyj przyrządów, by zbadać każdy zakamarek ciała kochanka. Zaglądaj i oglądaj wszystko i wszędzie. Jesteś profesjonalistką. Wstyd czy zażenowanie nie powstrzyma cię przed wykonaniem twojego zadania. Drażnij go i prowokuj. Podczas „pracy” odsłaniaj kawałek pasa do pończoch, skrawek majteczek lub fragment stanika. Kiedy jego penis będzie twardy, dosiądź go. Nie musisz go pytać o zdanie. W końcu to ty jesteś pielęgniarką i w lubieżnym szpitalu na skraju miasta to ty ustalasz zasady.

## BONUS: seks dla zapracowanych, czyli JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO GORĄCEJ NOCY PRZEBIERANEK I FANTAZJI W TYDZIEŃ

Wyznaczenie sobie 7 dni na same przygotowania to dobry sposób, żebyście oboje mogli oswoić się z tym pomysłem i żeby samo oczekiwanie stało się podniecające. Świetny pomysł dla zabieganych par, które „nie mają siły i czasu”, aby zatroszczyć się o coś wyjątkowego w łóżku.

**WIECZÓR PIERWSZY: Zaproponuj partnerowi zabawę**  
Poczekaj na odpowiedni moment, kiedy będziecie zrelaksowani i blisko siebie. Masz opary, żeby wprost zaproponować grę w przebieranki? Wyznaj mu, że miałaś niesamowity sen, albo przeczytałaś coś ciekawego w Internecie. Opowiedz ze szczegółami, obserwując jego reakcje. Jeśli będą pozytywne, przyznaj, że marzysz od dawna o tym, żeby coś takiego przeżyć w rzeczywistości.

**DRUGI WIECZÓR: Porozmawiajcie o swoich marzeniach erotycznych i wybierzcie taki scenariusz, jaki podnieca was oboje**

Profesjonalna stewardessa, prowokacyjna pielęgniarka, usługowy niewolnik, niedoświadczony asystent wymagającej dyrektorki, wszechmocny sultan, muskularny rowerzysta, napalony hydraulik, wywołona kobieta sukcesu – odnajdźcie role, które najbardziej odpowiadają waszym pragnieniom. Inspiracji szukajcie w Internecie, w książkach, nie bójcie się sięgnąć po DVD z filmami erotycznymi. Nie chodzi o odtwarzanie scen z tych produkcji, tylko o poszukiwanie inspiracji tego, co na nas działa i czego chcielibyśmy spróbować.

**CZTERY KOLEJNE DNI: Wymieniajcie się pomysłami i spisujcie własny scenariusz erotyczny ze szczegółowymi dialogami i opisem**

Nie ograniczajcie swojej inwencji twórczej. Możecie pisać razem albo na zmianę – każdy po jednym czy dwu zdaniach: ty zaczynasz, potem partner, znowu ty i tak po kolei aż do ognistego zakończenia. Samo pisanie jest już niezłą frajdą. Zaczynacie myśleć o seksie więcej i bardziej twórczo.

*I jeszcze jedna sprawa:* nie każda fantazja nadaje się do zrealizowania. Są pomysły, które zrodziły się w naszych głowach i tam niech pozostaną. Na wieki wieków amen. W przebierankach chodzi o wybranie czegoś, co kręci oboje partnerów i nie rani żadnej ze stron. To dość zrozumiałe, że twój partner może nie być zachwycony np. propozycją zwiększenia ilości męskiego towarzystwa w waszym łóżku.

**RÓWNOLEGLE Z PISANIEM: Kompletujcie rekwizyty**

Przebierania, rekwizyty, zabawki erotyczne, pomysły też o odpowiednim prześcieradle, które przyda wam się, jeżeli np. planujecie smarować się czekoladą albo olejkami. Odgrywanie fantazji nie wymaga dostojnych akcesoriów. Zamiast łańcuchów, możecie wiązać się pończochami albo krawatem. Czarne, koronkowe pończochy i szpilki wystarczą do przeistoczenia się w niegrzeczną call girl. Nie zapomnijcie o muzyce i olejkach. Przygotujcie odpowiednie oświetlenie: świece, apaszką narzuconą na lampkę nocną.

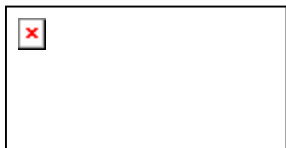
**DZIEŃ SIÓDMY: Trzymajcie się scenariusza**

Nie bądźcie zaskoczeni, gdy za pierwszym razem nie będziecie mogli pohamować wybuchów śmiechu. Wspólna zabawa i śmiech to nieodłączne elementy erotycznych zabaw. Trzymajcie się scenariusza, a niebawem chichoty zamienią się w bardziej lubieżne dźwięki.

*Jeszcze tylko jedno ostrzeżenie:* zanim cokolwiek rozpoczniecie, umówcie się, na jaki sygnał kończycie zabawę. Ma to szczególne znaczenie, gdy zamierzacie się wiązać lub „karać”. Częścią gry może być błaganie partnera, aby przestał. Jak więc odróżnić, co jest jeszcze zabawą, a co już poważną prośbą?

**GODZINA ZERO: Kostiumy, dialogi, światła, orgazm!**

Udanej zabawy! --Joanna Keszka



**barbarella.pl**  
najseksowniejszy portal dla kobiet