

UVOD

Slan poljubac od suza, moker poljubac na kiši, hladan poljubac sa smrznutim usnama od leda, ukočen poljubac posle bombone od mentola, poljubac sa ukusom čokolade. Eksplozivan i strastven poljubac mačo muškarca, vruć i uzbudljiv poljubac latino ljubavnika. Golicanje, milovanje, grickanje, lickanje, udisanje, šašuljenje, mirisanje, sisanje. Cmok, pusa, kis, sve to podseća na predivno osećanje koje nam struji telom u trenutku poljubca, ali i dugo posle njega.

Kako da naučim da se savršeno ljubim?

Kao i svaka druga stvar u životu i poljubac se može naučiti. Ali ono najvažnije što treba naučiti nije sama tehnika, već pre svega kako tvoj partner voli da ga ljubiš. Druga važna stvar je da naučiš da budeš nežna. Ljubljenje nije rat jezika, usana i zuba. Srećom, osnove ove tehnike nisu komplikovane. Za početak, treba da se trudiš da izbegneš sve filmske varijante, poput preteranog uvijanja glavom, uzdisanja i grubog guranja jezika u usta - ovo nipošto nisu detalji koji će njega dovesti do vrhunca strasti; naprotiv, takvo prenaglašeno ponašanje učiniće da izgledaš smešno. Tajna je sadržana u tome da pokreti jezika, vrata i usana budu dobro usaglašeni; naravno- ne treba da se unapred opteretiš osmišljavanjem celog procesa. Takođe, jezik je čudesna spravica koju je moguće upotrebiti na razne načine. Nauči da dodiruješ na razne načine usne partnera, napravi igru "osvajanja i povlačenja" - sve to može i te kako da učini poljubac primamljivim.

Da li postoji neka tehnika koja će mi olakšati prvi poljubac?

Za početak je dovoljno samo da dodirneš usne partnera. To ponovi par puta u kraćim razmacima. Dodiruj vrhom jezika usne partnera. Pošto su vaše usne bile spojene jedno vreme, polako ih otvori i svojim jezikom lagano dodirni površinu prednjih zuba partnera. To će biti signal za partnera da i on otvori svoje usne. Posle toga bi vaši jezici trebalo da se ponovo sretnu. Milujte se jezicima.

Da li poljubac stvarno pozitivno utiče na moje zdravlje?

Pri poljupcu se troši sedam kalorija u minuti, zato nemoj da se začудиš ako si gladna posle vrućeg sastanka. Jedan strastven poljubac izaziva dotok raznih supstanci koje stvaraju dobro raspoloženje i smanjuju krvni pritisak u mozgu. Ljubljenje je dobro za tvoje srce, ono izaziva proizvodnju adrenalina, koji se širi krvotokom i za posledicu ima jače i brže pumpanje srca.

Da li poljubac može da prevari?

Poljubac je nešto najličnije, najotvorenije i najiskrenije što neko može da pruži. Poljubac teško može lagati i prevariti. Jedna nemačka studija je pokazala da organizam šalje poruku o ispravnosti izbora partnera upravo kroz poljubac. Naime, organizam u tim slučajevima luči supstancu koja će u sred ljubljenja izazvati neprijatan ukus u ustima. Ukoliko ti ne prija taj ukus-partner uglavnom i nije odgovarajući.

Zašto mi se nekad desi da ostanem bez daha?

Potrebno je da dišeš kroz nos, lagano, jer ono produžava dužinu trajanja poljupca. Neiskusni mladići i devojke imaju problema sa ovim jer posle izvesnog vremena zbog nedostatka vazduha moraju da prekinu poljubac. Znači, disanje mora biti kroz nos.

Da li bi trebalo da držim oči otvorene ili zatvorene?

Većina ljudi drži oči zatvorene dok se ljube. Verovatno jer tako imaju bolji osećaj pri poljupcu ili zbog blizine nečijeg lica što može da predstavlja problem prilikom gledanja. Drugi, pak, misle da postoji posebno zadovoljstvo kod otvorenih očiju, jer tada možeš videti male borice oko očiju i lice partnera čiji izraz se menja kako se menja zadovoljstvo. U ovom slučaju postoji kombinacija dva čula, dodira i vida. Udruženo sa mirisom (parfem, koža) može poljupcu da doprinese izvanredan doživljaj. Možeš sama da odlučiš, ali bi bilo fino da pitaš partnera šta njemu odgovara.

Šta da radim ako moj partner ima neprijatan zadah?

Halitosis (zadah iz usta) vrlo često predstavlja prepreku partnerima za uživanje u ljubljenu. Obično, osoba koja se ljubi sa drugom koja ima halitozu, se ne usudjuje da kaže otvoreno da joj smeta neprijatan zadah iz usta. Moj savet je da treba o tome razgovarati i zamoliti partnera da uradi nešto konkretno u vezi toga.

Evo nekoliko razloga koji mogu biti uzrok neprijatnog zadaha iz usta:

a. nedovoljna higijena usta-zubi se moraju detaljno prati posle svakog obroka, ujutru i uveče i obavezno pre ljubljenja. Takođe je veoma važno i malo grubljim pokretima četkice očistiti jezik (mnogi to zaboravljaju) jer se na jeziku mogu nakupiti naslage, a zatim bakterije koje svojim dejstvom izazivaju neprijatan zadah.

b. pušenje ili pijenje kafe može biti uzrok halitoze. Zato bi pušači trebalo da obrate više pažnje na higijenu usta, da koriste sredstva za ispiranje usta, i da ne puše neposredno pre ljubljenja.

c. poremećaj u crevima, jednjaku, ili što je češće u želucu. U tom slučaju mora se konsultovati gastroenterolog, koji će dati adekvatnu terapiju. Sa lečenjem poremećaja neće i uzrok zadaha.

Moj dečko ima groznicu. Koliko dugo ne bi trebalo da se ljubimo?

Poznato da ako se ljubiš sa osobom koja ima groznicu možeš i sama da je dobiješ. Zato izbegavaj da se ljubiš sa njim u to vreme, pa barem dok mu groznica skroz ne zaceli, a najbolje bi bilo dok ne nestane skroz. Bilo bi dobro da tvoj dečko poseti lekara. On će mu najverovatnije prepisati antivirusnu kremu, koja će ubrzati zaceljenje i sprečiti da se groznica ponovo pojavi.

Malo statistike

Tokom poljupca razmeni se, u proseku, 40.000 parazita, 250 vrsta bakterija, 0.7 grama belančevina, 0.45 grama soli, 0.7 grama masnoće, 0.18 grama organskih materija i potroše se sedam kalorija u minuti.

Poljubac u obraz angažuje 12 mišića lica, a francuski 34.

Najduži poljubac koji je iko-ikada imao trajao je 30 sati, 59 minuta i 27 sekundi i postignut je 2001 godine. Ko može da ga obori?

SMS- ovi o poljubcu

1. Daj mi 1000 poljubaca, pa još 1000, pa još 1000... Kad razmenimo milion poljubaca pomešajmo ih zajedno sve dok ih ljubomorni ne budu mogli prebrojati.
2. Volim osmeh na tvom licu, volim tvoja oka dva, volim usne željne poljubaca, ustvari, samo tebe volim ja.
3. Sviđaju mi se tvoje usne, samo toliko da znaš. Ali još više bi mi se svideo tvoj poljubac, koji nikako da mi daš.
4. Tvoj osmeh stoji kao sunce. Tvoj pogled pogađa me u srce. Tvoje oči mi noću ne daju mira, a tvoj poljubac me u dušu dira.
5. Padaju zvezde. Pomisli želju koju već dugo kriješ u sebi. Nežno me takni usnama svojim i sve će se želje ostvariti tebi.