

Maeneo 17 Yenye Kumpa Msisimko Mkali Sana Mwanamke.

1. MIDOMO YAKE (LIPS)

Tumia midomo yako (lips), ulimi wako na meno yako kuchezea mdomo wake wa juu (top lip) na wa chini (lower lip) na umbusu kwa msisimko mkubwa. Tumia ulimi wako kupapasa papasa midomo hiyo na ukipenda unaweza kungata ngata kwa upole na utaona mtiririko wa raha ukionekana katika macho yake, kunyonya ulimi pia huchangia kuongeza kasi ya mke kwenda kileleni.

Ukianza kumbusu anza na mdomo wa chini (lower lips) maana Ndiko Kuna msisimko Mkali sana wa mapenzi.

2. UKE NA KINEMBE

Tumia kidole chako cha kwanza cha mkono wa kulia pole pole pitisha katika mfereji wa uke ukianza chini (kutokea kwenye mkundu) ukipandisha juu, fanya hivyo mara kadhaa.

Shika shika sikio moja la uke na kwa kidole gumba na kidole cha kwanza ukianza chini pandisha taratibu vidole hivyo ukiwa umeshikilia sikio hilo, fanya mara kadha kisha hamia katika sikio la pili la uke wake.

Kutegemea na urefu wako, unene wako unaweza kuchanganya zoezi hili na kuyanyonya matiti yake na hapo utaona upumuaji wake ukibadilika na majimaji yakiongezeka kwenye uke, hiyo ni tisa, kumi ni kwenye kinembe chake.

Kinembe cha mwanamke huwa kimejificha lakini ukifanya vizuri zoezi la hapo juu na chenyewe kama uume kitajaa damu na kuinuka. Kinembe kiko juu kabisa ya mstari tulioutaja hapo juu, kina ukubwa wa harage au kwa wanawake wengine huwa kidogo zaidi.

Tumia kidole chako cha kwanza na taratibu zunguusha zungusha kidole juu ya kinembe, pandisha na kushusha kidole chako na hapo unaweza kumfikisha kwenye kilele cha utamu wa mapenzi hata kabla hujaingiza uume. Kama itakuwa hivyo basi hutakuwa na kazi kubwa ya kumridhisha pale utakapotumia uume wako kukamilisha haja yako.

Wanawake wengi pia watafurahia ukitumia uume wako uliosimama vizuri kupiga piga eneo la kinembe na hii huufanya uume wako kuwa wa moto na unapomwingilia joto la uume wako litafanya raha ya tendo hili kuwa kubwa zaidi.

Wakati wa kufanya mapenzi na hasa mwanamke anapokuwa chini na mume kuwa juu (missionary position) wanaume wengi hufanya kosa la kulenga uume wao katika tundu la uke peke yake jambo ambalo huongezea ugumu wa mke kufika kileleni.

Kinembe (au kisimi) ndio sehemu ambayo kwa asilimia 80 huhusika na kazi ya kumfikisha mke kileleni na kwa kuwa kinembe kiko mbali kidogo toka kwenye tundu la uke sio rahisi kwa uume kukifikia kinembe hicho.

Ugumu wa kumfikisha mke kileleni kwa mtindo uliozoeleka na wengi huwa mgumu zaidi kwani uke huwa umepanuka mwanzoni mwa tendo na huanza kubana pale akaribiapo kileleni.

Ili kukigusa kinembe ni muhimu baada ya kuingiza uume mwanaume lazima ajisukume kwa makusudi kabisa kwenda mbele ili shina la uume wake lisugue kinembe wakati wa kuingia na kutoka kwa uume.

Kuendesha kijuu juu (Riding high)

Wataalamu wa sayansi ya mapenzi wamegundua kuwa ni asilimia kati ya 20-22 ya wanawake wanaoweza kufika kileleni kwa kuingiliwa kwa njia ya kawaida (kulenga kwenye tundu la uzazi peke yake) jambo ambalo linaweza kumfanya mke apate mimba lakini asipate raha ya tendo la ndoa. Idadi hii ndogo ya wanawake wafikao kileleni inasikitisha sana na wanaume wengi hawajui ni kwa nini hali hiyo hutokea japokuwa wanajitahidi kwenda raundi nyingi au kuchelewa kumaliza.

Sehemu kubwa ya kazi ambayo mwanaume anapaswa kufanya ni kushughulikia kisimi (au kinembe) kilichopo sehemu ya juu kabisa ya mpasuko wa uke kama ionekanavyo katika picha iliyotangulia. Ili uweze kumfikisha mke kileleni ni muhimu unapomwingilia jisukume kwa mbele kwa makusudi ili sehemu ya mbele ya uume wako iwe inasugua eneo hilo la kisimi; fanya hivyo taratibu wakati wa kuingia na kutoa uume wako, na utamsikia mkeo akitoa sauti za raha kwa kadiri unavyoendeleza mgusano wa sehemu ya mbele ya uume wako na kisimi chake.

3. MATITI YAKE

Matiti yake ni sehemu muhimu kwa mwanamke kama ilivyo uke wake na ndio maana wanawake wote Wazungu kwa Waafrika huficha sehemu hizi mbili zisionekane kwa wanaume, jamo hili ni la wazi hata kwa mabinti wadogo kabisa kwani hata wao mara wanapoanza kutoka matiti huwa waangalifu sana yasionekane na wanaume.

Utampatia mwanamke burudani nzuri iwapo utayapapasa papasa matiti yake, utayaminyamina kwa upole wa kimahaba, utayalambalamba na kuyanyonya. Kunyonya chuchu za matiti anza kwa kuzishika kwa kutumia midomo yako (lips) halafu ukiwa umezishika hivyo tumia ncha ya ulimi wako kuzitekenya ncha za chuchu hizo, endelea kunyonya na wakati huo huo ncha ya ulimi wako ikitambaa tambaa kwa

kutekenya chuchu hiyo. Unapokuwa umefanya hivyo kwa muda sasa hamia katika eneo linalozunguka chuchu za titi, kuna mduara mweusi mweusi hivi, tumia ulimi wako kulamba eneo hili kwa kulizunguka na ukifanya mwendo wa kutekenya tekenya ukitumia ncha ya ulimi wako.

4. MASIKIO YAKE.

Wanawake wengi hupata burudani masikio yao yanapolambwa au kunyonywa au kupigwa busu. Anza kwa kulamba sehemu ya nje ya sikio na hasa miisho yake na kisha tumia ncha ya ulimi wako na pitisha maeneo ya ndani ya sikio kwa mwendo wa kutekenya tekenya. Nyonya miisho ya sikio na pia unaweza kuongeza kungatangata kimahaba.

5. SEHEMU YA NYUMA YA SHINGO

Tumia ulimi wako kulamba sehemu ya nyuma ya shingo yake kwa mwendo wa kutekenya tekenya. Tumia ncha ya ulimi kutekenye tekenya kwa kufanya mduara na kuendelea kuchora mduara na kurudiarudia hilo. Ukichoka kufanya hivyo pumua kwa nguvu katika eneo hili la shingo na joto la hewa yako litazalisha msukumo wa burudani ndani yake ambayo kila mwanamke anapendelea.

Sehemu ya nyuma ya goti ina miishio mingi ya mishipa ya fahamu na utashangaa jinsi ambavyo mwanamke atapata burudani kwa kuishughulikia vyema sehemu hii. Tumia ulimi wako kulamba na kutekenya sehemu hii. Tumia ncha ya ulimi wako kuchora mzunguko ukibadilisha kasi ya uchoraji huo mara kwa mara. Tumia ubapa wa ulimi kulamba eneo hili huku ukipulizia pale unapohitaji kupumzika. Utaona jinsi mwanamke anavyopokea burudani hiyo kwa sauti anazotoa.

7. SEHEMU YA NDANI YA MAPAJA.

Tumia ubapa wa kiganja chake kupapasa kwa ulaini sehemu ya ndani ya mapaja yake, fanya hivyo juu juu huku ukimbusu busu mapaja yake. Tumia ulimi wako kulamba maeneo haya pole pole kiulaini laini na unaweza kutumia ncha ya ulimi wako kuchora mistari midogo midogo au kuchora namba nane sehemu moja hadi nyingine.

8. MATAKO YAKE

Wanawake wengi wanapenda matako yao yachezewe kimahaba. Anza kwa kuyapapasa papasa, endelea kwa kuyaminyaminywa kwa kutumia vidole na dole gumba, endelea kuyatomasa tomasa matako yake na ukipenda unaweza kuyapulizia pulizia. Wanawake wengine hupata raha zaidi kama utayapiga piga

matako yake kwa vidole. Unaweza kutenganisha mashavu ya matako yake na kupapasa papasa kwa ulaini sehemu za ndani

9. Unyayo

Miguu yake imejaa miishio ya mishipa ya fahamu kiasi ambacho baadhi ya wanawake wanaweza kufika katika kilele cha burudani ya tendo la ndoa kwa miguu yao kusuguliwa na kupapaswa. Minya nyayo zake kwa nguvu na toka sehemu uliyominya fanya kama unachora mstari, piga piga kwa kutumia vidole viwili na itakuwa burudani nzito. Bonyeza kwa nguvu lakini usisababishe maumivu, bonyeza pole pole lakini usiwe kama unamtekenya. Chukua kidole kimoja kimoja cha mguu na shika kwa kidole gumba na kidole cha kwanza cha mkono wako kwa hali ya ulaini huku ukipapasa papasa kwenda chini. Toa kipaumbele kwa kidole cha kati katika mguu wake kwani wataalamu wanaamini kuwa kidole hicho kina mishipa ya fahamu inayounganisha na mishipa ya fahamu katika kuma yake.

10. USO WAKE

Atafurahi utakaposhika uso wake katika hali ya mahaba na huku ukitabasamu. Weka mikono yako miwili kila upande wa uso wake dole gumba la kila kidole likiwa limegusa sehemu ya shavu usawa wa pua yake, kwa miondoko ya kupapasa papasa pandisha mikono yako juu na telemsa taratibu, wakati unafanya hivi unaweza kumbusu midomo yake, lamba pua yake na paji la uso wake. VILE VILE PAJI LA USO LISISHAULIKE KWANI NGOZI YA ENEO HILO INA MIISHO MINGI YA MISHIPA YA FAHAMU.PAPASAPAPASA eneo hilo pole pole na unaweza kufaanya hayo huku ukipulizia pulizia kwa mdomo

11. HIPS ZAKE

Sehemu hii ni moja kati ya sehemu ambazo zitamfanya mwanamke ajisikie amekubalika kabisa iwapo utazishika wakati wa tendo la ndoa.

Wewe ukiwa juu yake shika maeneo ya hips zake kuanzia kiunoni ukishuka kuja kwenye mapaja yake, unaweza kufanya hivi ukibusu kitovu na maeneo yanayozunguka kitovu. Baada ya kufanya hivi kwa muda ingiza mikono yako chini kwa nyuma na kimahaba mvuke kuelekea kwako wakati huo huo ukiingiza uume wako uliosimama kama mkuki. UPAPASAJI MWORORO **KATIKA MAENEO HAYO YOTE NI MUHIMU SANA KWA RAHA YA MKEO.**

12. G. SPOT

Katika mwaka 1980, wanasayansi wawili wa mambo ya tendo la ndoa waliongea katika SHIRIKISHO LA UCHUNGUZI WA KISAYANSI WA TENDO LA NDOA (society for the scientific study of sex SSSS) huko Dallas USA na kuwaambia wanasayansi wenzao kitu ambacho walipata shida kukiamini.

Dr Beverly Whipple na John Perry waliwambia wenzao kuwa kuna sehemu ndani ya uke ambayo inapata hisia kubwa sana ikibonyezwa bonyezwa sehemu hiyo ipo sentimita 5 kutoka mlango wa uke na iko katika ukuta wa juu wa uke, eneo hili linaitwa G. SPOT na liligunduliwa na mwanasayansi aitwaye Dr. Grafenberg.

Sehemu hii ikibonyezwa na kuchezewa sawasawa mwanamke anaweza AKAPIZ mara mbili au zaidi kwa wakati mmoja. Hii ni njia rahisi ya kumfikisha mwanamke kileleni iwapo umechoka. Mwanaume aingize kidole au vidole viwili kwenye uke na kubonyeza na kusugua sehemu ya juu ya uke sentimita 5, sehemu hii imekaa kama sponji na huwa ngumu kwa kadiri inavyobonyezwa.

Mwanamke anaweza kujisikia kama anataka kukojoa kabisa na hawezi kukojoa, ila raha atakayopata ni kubwa sana.

Bonyeza kwa miondoko kama unamfanyia mtu ishara ya njoo hapa kwa mkono wako.

13.GOTI

KWA WENGI eneo la goti halimo katika maeneo muhimu ya mwili wa mwanamke na wanawake wengine wanajua umuhimu wake lakini hawasemi.

.UKIWEKA MKONO wako kwenye goti na kuanza kupapasa papasa huku ukizunguusha mkono wako utatibua hisia zilizojificha na zenye kuleta utamu wa kipekee.

.Tumia akili yako na kwa vidole unaeweza kusugua sugua eneo hilo na baadae hamia katika uvungu wa goti lake na kwenyewe huko kuna mishipa ya fahamu iliosheheneza raha ya kutosha kabisa.MWANAUME MMOJA ambae alijua siri hiyo alishangaa sana alipoona wanaume wengi walikuwa hawajui kabisa juu ya siri ya eneo hilo pale walipohojiwa na mtafiti wa sayansi ya mapenzi aitwae DR.WITWATERSRAND wa chuo kikuu cha huko Johannesburg afrika kusini.

14. KINENA

Eneo la kinena ni lile ambalo liko juu ya uke na ndilo ambalo huota nywele(mavuzi).Eneo hilo limegundulika kuwa na miisho mingi ya mishipa ya fahamu yenye uwezo wa kumletea mwanamke msisimko mkali iwapo mwanaume atajua jinsi ya kulihudumia eneo hilo tukufu.DR. MICHAEL KRYCHMAN wa chuo kikuu cha SOUTHERN CALIFORNIA huko Marekani anasema kuwa kupangusa pangusa(iwapo eneo hilo limejaa nywele) na kupapasa papasa eneo hilo unaibua hisia nzito iwapo zoezi hilo lityafanyika mwa muda usiopungua dakika kumi.unaweza kusugua sugua kwa kimzunguuko zunguuko na utashangaa jinssi mwanamke atakavyoitikia.

15 Bonde kati ya uke na makutano yapaja

Eneo hili lina mishimba mingi ya fahamu na linahitaji kupewa mabusu ukitelemka toka eeneo karibu na tumbo kufuatia bonde hilo. Pia unaweza kulilamba lamba kutumia ncha ya ulimi au bapa la ulimi wako.Pia unaweza kulihemea heamea na mvuke wa hewa toka mdomoni utatibua hisia nzito sana.

16 Makutano ya mgongo na makalio

ENEO hili halifahamiki na wengi sana lakini ni la muhimu sana kwani ni maficho ya hisia zote toka kichwani hadi eneo hilo,kutokana na sehemu ilipo katika kazi ya mwili mzima panahitaji mabusu , upapasaji wa mikono, ncha za vidole na hata ukitumia ulimu utapata maksi nyingi zaidi.PIA eneo hili linahitaji kuhemewa na kupata joto la mwili wako,zingatia kuwa unalenga kumfikisha mkeo kileleni kwa mshindo na kumfanya asiboreke na wewe.ENEO HILI unaweza kulilamba lamba na kulibusu,unaweza kuongezea kuhemea hemea eneohili na kusababisha joto litokalo mdomoni kufungua zaidi vipokea hisia katika mwili wa mpenzi wako.

17.ENEO LA KITOVU NA MAENEO YAZONGUUKAYO KITOVU

Eneo hili hupuuziwa sana na wanaume wengi jambo ambalo huwaboa wanawake.ANZA kwa kubusubusu na kulambalamba maeneo ya tumbo lake na hata kungatangata kimahaba.

TUMIA muda mrefu kuzunguuka eneo la kitovu hadi kwenye eneo yanapoanza mavuzi

.TUMIA NCHA YA ULIMI WAKO KUTEKENYA tekenya maeneo ya kitovu na lamba lamba pia na kubusu kisha panihs kwenda juu ukiougesha mwili wa mpenzi wako kwa mabusu hadi kwenye matiti na shingo.

By Mangi Masawe