



## KAMA SUTRA TOI-MEME

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# KAMA SUTRA TOI-MEME

*CAMILLE SAFERIS*

**KAMA SUTRA TOI-MEME CAMILLE SAFERIS**

 [Télécharger KAMA SUTRA TOI-MEME ...pdf](#)

 [Lire en ligne KAMA SUTRA TOI-MEME ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne KAMA SUTRA TOI-MEME CAMILLE SAFERIS

---

120 pages

Extrait

Recommandations importantes

N'oubliez pas les préliminaires : ce n'est pas parce que vous êtes seule qu'ils n'ont pas d'importance ! Trop nombreuses sont les candidates au plaisir qui sautent ces petits préambules câlins jouant pourtant un rôle capital dans la montée progressive de la kundalini (joie). Souvenez-vous toujours de la célèbre phrase de George Sand : «Que l'on me donne six heures pour cuire une dinde, j'en passerai d'abord quatre à lui ôter ses plumes.» Détendez-vous et préparez votre corps de déesse avant l'amour : commencez par exemple en vous massant entièrement avec de l'huile de jasminum. Le cas échéant, pomponnez-vous les rondeurs, épilez-vous les aisselles, enfiler un salwar (costume de fête), un sari à fils d'or, des bijoux et une petite chaddi (culotte) en coton rose. Au besoin, aspergez-vous de parfums délicats (opium, iris des vallées...) propre à sublimer le désir et à vous surprendre comme n'importe quel partenaire.

Ne négligez pas le cadre : soyez attentive au décor, à l'ambiance, à la musique de fond (Ravi Shankar, Zakir Hussain...) et à la lumière que l'on pourra tamiser à loisir. Pour créer un climat romantique et complice, pourquoi ne pas disposer quelques ravissants bouquets dans la pièce, vous écrire à l'avance un mot doux, ou même - soyez folle - commencer par un charmant petit dîner aux chandelles en tête-à-tête ?

Pensez aux échauffements : selon les postures choisies, des assouplissements musculaires seront nécessaires tels qu'étirements, roulades, grand écart, abdos, chandelles, exercices de souffle ou d'auto-hypnose. Ne les occultez pas.

N'en faites pas trop : ne vous laissez jamais gagner par un enthousiasme risquant de vous faire basculer dans une addiction malade et irréversible au plaisir solitaire. Modérez vos ardeurs et, dans la mesure du possible, gardez-en toujours «un peu pour plus tard» !

### L'équerre

Le brahmane est assis sur son séant, les jambes devant lui légèrement fléchies, les mains posées de chaque côté. Tel un ascète shivaïte hindou, il médite sur sa solitude, son renoncement et son absence de partenaire en essayant de se concentrer sur sa capacité à supporter l'abstinence.

Parfois, une érection inopinée apparaît (par exemple en cas de légère brise, si vous pratiquez cette position sur une plage naturiste).

### LE PETIT PLUS

Choisissez un jeté de lit 100 % coton avec des mandalas de cavaliers et d'éléphants.

### DURÉE MOYENNE CONSTATÉE AVANT L'ORGASME

Variable. Dépend de la météo locale. Présentation de l'éditeur

La pratique solitaire du Kama-Sutra

Le Kama-Sutra, hymne éternel à l'amour et au plaisir, est l'oeuvre d'un certain Vastayayana qui demeura célibataire et ascétique toute sa vie. Contrairement aux idées reçues, il était convaincu que la nature ritualiste de l'acte sexuel était mieux adaptée à la pratique solitaire. Le Kama-Sutra, mettant en scène des couples, ne serait, ainsi, que le fruit erroné d'interprétations ultérieures.

Toujours facétieux, Camille Saféris a eu l'idée de revenir aux principes fondamentaux de Vastayayana. Avec beaucoup d'humour, il encourage à accomplir «l'acte de chair» avec l'être que l'on connaît le mieux, à

savoir... soi-même et s'amuse des positions imaginatives créées par le sage indien !

Superbement illustré par une jeune illustratrice, pleine de talent, ce manuel, le premier du genre, est LA bible contemporaine d'un enseignement doublement millénaire, celui du plaisir en solo.

Mise en garde : Les auteurs déclinent toute responsabilité en cas de foulures, luxations, brûlures, blessures diverses, fractures multiples résultant de la pratique des positions présentées dans ce bel ouvrage !

Camille Saféris écrit des chansons, des fictions pour la télévision, des pièces de théâtre et... de nombreux livres d'humour, dont *Le Manuel des Premières Fois*, *Les meilleures blagues du Dalai-Lama*, *Le Dictionnaire Femme - Français*.

Rachel Deville est illustratrice de bandes dessinées. Biographie de l'auteur

Auteur de chansons, de fictions pour la télé, de pièces de théâtre, chroniqueur pour la radio (France Inter, Europe 1, RTL), Camille est aussi auteur de livres humoristiques : *Le Manuel des premières fois*, *Les Meilleures blagues du Dalai-Lama*, *Le Dictionnaire Femme-Français*... Rachel Deville est illustratrice et auteur de bandes dessinées.

Download and Read Online KAMA SUTRA TOI-MEME CAMILLE SAFERIS #I6HAJ7P1ZNL

Lire KAMA SUTRA TOI-MEME par CAMILLE SAFERIS pour ebook en ligne KAMA SUTRA TOI-MEME par CAMILLE SAFERIS Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres KAMA SUTRA TOI-MEME par CAMILLE SAFERIS à lire en ligne. Online KAMA SUTRA TOI-MEME par CAMILLE SAFERIS ebook Téléchargement PDF KAMA SUTRA TOI-MEME par CAMILLE SAFERIS Doc KAMA SUTRA TOI-MEME par CAMILLE SAFERIS Mobipocket KAMA SUTRA TOI-MEME par CAMILLE SAFERIS EPub  
**I6HAJ7P1ZNL I6HAJ7P1ZNL I6HAJ7P1ZNL**