

# Õpi oma meest rõõmustama!

Lingam-massaaž on iidne kunst, mida viljeletakse nii mehele naudingute pakkumiseks kui ka mitme meestehaiguse ennetamiseks, leevendamiseks ja ravimiseks. Naistelehe toimetaja Mariann Kaasik otsustas välja uurida, mida see eestlannade seas viimasel ajal üha populaarsust koguv massaažiliik endast kujutab.

«**E**t olen loomult väga uudishimulik, satun ma ilmast ilma kõikvõimalikesse lähedatesse (mis seal salata, vahel ka veidrattes) kohtadesse. Kõik uus tundub mulle lihtsalt nii põnev!

Seepärast pole vist vaja imestada, et ühel öhtul seadsin sammud Kadrioru poole, et ammutada uusi teadmisi lingam-massaažist.

## Ah et mis asi see veel on?

Ega minagi lingam'ist varem suurt teadnud. Olin vaid kuulnud, et mõnel pulmade-eelsel tüdrukuteöhtul on pruut pandud lingam-massaaži tehnikaid õppima, et ta oma tulevast meest ikka kõige paremini «rõõmustada» oskaks. No teate küll, mis mõttes.

Aga seda, kuidas kamp võõraid naisi tuleb kursustele, istub laua taga, kunstpeenised ees, ja õpib nende peal, kuidas oma meest paremini rahuldada... vot seda ei suutnud ma endale kuidagi ette kujutada ja pidasin juba ette pisut kummaliseks.

## Koolitus nagu iga teine

Koolituse algus oli iseenesest täpselt samasugune nagu igal teiselgi koolitusel. 12 kokku tulnud naist istusid laua taga, ees paks pakk infomaterjale. Ja koolitaja aina kõneles ja selgitas. Lihtsalt teema oli pisut pikantne.

Aga siis läks huvitavaks.

Esiteks lubas koolitaja Epp Kärsin, et pärast koolitust oskavad kõik 12 osalejat oma mehe heaks rohkem ära teha kui iial varem. Kas pole intrigeeriv?

Seejärel – et kõik ikka kristalselt selgeks saaks, alustas Epp anatoomia A-st ja B-st, ehk viis meid kõiki kurssi meesterahvaste alumise korruse ülesehitusega. Seejuures selgitas ta üsna täpselt ära, kuidas erinevate alakeha punktide mudimine mehele kasulik võib olla. Näiteks eesnäärme massaaž ravivat eesnäärmepõletikku ja isegi vähki. Tõsi, seejuures peab su mees

valmis olema, et selle ravi saamiseks panakse talle näpud tahaotsa. Seda kuuldes oli enamik kursusel osalevaid naisi sellise näoga, et nende mees sellega küll nõus ei ole... Aga jah, vähemalt hea teada – kui kunagi selgub, et mehel on eesnäärme põletik, on naine kursis, kuidas kallist kaasat aidata.

Edasi läks asi visuaalsemaks: koolitaja võttis välja iminapaga dildo ja näitas meile ette 31 sammu, kuidas käib üks korralik lingam-massaaž. Et kõik ikka aru saaks, mida selle mehi rõõmustava massaaži käigus teha tuleb, toon mõne näite erinevatest harjutustest.

◆ Tee tuld! Peenis tuleb haarata kahe käe vahele ja seda tuleb hõõruda, justkui teeksid tuld.

◆ Müts pähe! Kujuta ette, et su pihk on väike müts ja ürita seda mehe suguelundile «pähe tõmmata».

◆ Tee «nõgest»! Kes poleks siis lapsena sõbrale käe peale «nõgest» teinud? Sama liigutust kasuta ka mehe peal, kuid loomulikult õrnalt ja hellalt. Vot sellised harjutused siis.

## Aeg ise proovida!

Kui kõik olid õpetaja liigutused ära näinud, oli aeg kõike seda ka omal käel järele proovida. Igaühele anti kätte iminapaga laua külge käiv dildo ja harjutamine võis alata.

Mis seal salata – kogemus kui selline oli üsna omapärane. Istud laua taga koos 11 võhivõõra naisega, kes kõik (sina sealhulgas) mudivad ühe käega kookosrasvast lirtsuvat kunstpeenist ja teise käega konspekteerivad usinasti nagu tublid koolilapsed kunagi.

Huvitav, kas me kõik võtame oma konspekti esimesel korral massaaži tehes voodisse kaasa, küsin naerdes koolitajalt. Ja oh imet – Epu sõnul olevatki see täiesti tavaline! Vähemalt nii olevat talle rääkinud varem kursustel osalenud naised.

Lõpetuseks võin öelda, et kursuseks

planeeritud neli tundi lausa lendas mööda. Ja mis seal salata – hariv oli kogu see kupatus samuti. Isegi kui sa ei viitsi kodus mehele tund aega lõbu pakkuda, saab sellest koolitusest kindlasti nippe ja trikke, mille peale muidu ise ei tuleks. Kel nüüd suurem huvi tekkis, uuringu kursuse toimumise aegu Lingam Massaaži kodulehelt [www.lingam.ee](http://www.lingam.ee). Muide, sealsamas on öeldud, et «Lingam-massaaži koolitus on saanud väga lühikese ajaga üheks populaarsemaks Eestis».

Olgu öeldud, et kursuse hind on 50 eurot. Ahjaa, ja sügisest algavad samalaadsed «naiste rõõmustamise» koolitused ka meestele!

MARIANN TREIMANN

## Milleks on lingam-massaaž hea?

- ◆ Ennetab eesnäärmehäki.
- ◆ Hea viis võidelda eesnäärmepõletikuga.
- ◆ Aitab kontrolli alla saada enneaegset seemnepurset.
- ◆ Ereksiooniga seotud probleemid vähenevad või kaovad.
- ◆ Massaažil on terapeutiline mõju – see on väga võimas tervendaja stressi ja depressiooni puhul.
- ◆ Massaaži tulemusena paraneb vereringe ja hapniku tase, rakud taastuvad kiiremini.
- ◆ Mõjub hästi kognitiivsetele oskustele (paraneb taju, mälu ja mõtlemine).
- ◆ Tõstab mehe enesehinnangut, seksuaalset võimekust ja seksuaalenergiat.
- ◆ Tagab paarile kvaliteetsema ja kauem kestvama vahekorra.
- ◆ Pakub paarile rohkem naudinguid, lähedust, armastust. Paremu suhe kui kunagi varem!

**POPP KOOLITUS:** Lingam-massaaži koolituse läbiviija Epp Kärsin räägib teemast nagu igast teisest. Tema sõnul on seksuaalsus väga suur osa inimeste elust, kuid paraku on tehtud sellest justkui tabuteema. Epp lubab, et tema koolituse läbinud naised suudavad ja oskavad oma mehe heaks rohkem ära teha kui iial varem.

## Mida võidad sina sellest oskusest?

- ◆ Õpid rohkem tundma oma meest ja saad teada, mis talle meeldib.
- ◆ Su silmaring laieneb ja seeläbi hakkad ka paremini mehi mõistma.
- ◆ Avab võimaluse rääkida mehele oma soovidest.
- ◆ Mehe armastus ja kirg sinu vastu kasvab.
- ◆ Sinu suhe jõuab uuele ja paremale tasemele.
- ◆ Kasvab enesekindlus ja soov olla parem armastaja kui kunagi varem.