

カッフル講習初級講座

テキスト

(株)エヴァコミュニケーションズ

第一版

著者:アダム徳永

カップル講習初級講座

■1 パームタッチ



- 1) うつぶせの女性にパウダーを振りかける
仙骨から首に向かって振りかける
※ランダムにふりかけるのではなく
規則性をもたす。



- 2) 仙骨を3周
- 3) 横長の楕円で螺旋を描きながら
首の根本まで上げていく。



- 4) 脇腹を通して仙骨に戻る。

◆パームタッチの注意点と意義

パームタッチの第一義は女性の緊張を和らげリラックスしてもらうため。

第二の目的は気の通りを活性化するため。

摩擦によって静電気が発生する。その静電気によって氣の流れが促進される。

そのためパームタッチのタッチ圧は優しく触れるのではなく、

熱を発生させるぐらいにしっかりと圧を加える。

秘訣は肩から体重を乗せるように動かす。ただ手の動きが遅いと苦しくなるので
1秒で10センチから20センチの速さで動かす。

手のひら全体が吸盤のイメージを持つ。

■2 アダムタッチ

◆アダムタッチの構え方



- 1) 女性の背中の仙骨のところに
手のひらを静かに優しく乗せる。

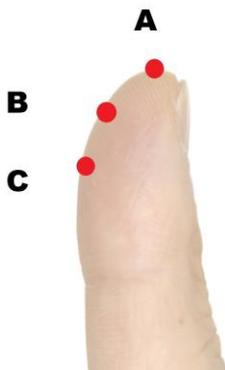


- 2) 手のひらを指をのばしたまま2~3センチ浮かす。



- 3) 第二関節を起点に指をそっと
静かに繊細に優しく下す。
※氣を扱う意図を持つ

◆アダムタッチの注意点と意義



アダムタッチの第一義は指の先から放射される氣を女性のカラダに通し流すことにある。触れるか触れないかの微妙なタッチ圧で女性のカラダを触れることで深い快感がもたらされる。Aは指先 Cは指紋の渦の中心 その中間のBの指先から氣が放出している。そのBのポイントを肌に接地する。

◆背中のアダムタッチ



- 1) 仙骨のゾーンを3周アダムタッチする。
※仙骨は身体の中で聖なる場所。
霊的エネルギーが眠る場所でもある。
そのことを意識して愛撫する。
秒速3~5センチを基準の動きとする。



- 2) 右回りの螺旋を描きながら上に上がっていく。
※脇腹の横まで丁寧に愛撫する。



- 3) 横長の楕円を描きながら上に上がっていく。



- 4) 肩の峰を丁寧に通過する。



- 5) 脇腹はベッドに触れるか触れないかの
ギリギリのところを通過する。
中指が尾てい骨のところまで1周とカウントする。

■3 シータ波導入キス

◆シータ波導入キスの意義



人間は霊的な存在で無形なエネルギーを感知する素晴らしい機能を有しています。

しかし最初からパッションをぶつけるようなキスから始めると、精妙な波動を認識することはできない。

初動のキスは神聖で精妙な行為としておこないます。

お互いのエネルギーを共鳴させるところからスタートさせます。

男性自身が脳波をシータ波に落とすことで、

精妙な気のエネルギーが女性の脳波に共鳴します。

そして深遠な世界に女性を誘うことができます。

◆アダムキス

- 1) 顔を7センチに離しそこからスタート。
- 2) 7秒で顔を近づける。
- 3) 唇に触れるか触れないほどの繊細なタッチで唇に触れる。
- 4) 4秒静止。
- 5) 5秒で5センチ戻る。
- 6) 2セット繰り返す。

※呼吸は止めない。近づきながら吐き、離れながら吸う。

◆ビギニングキス

- 1) 唇をやや開き力みを抜く。
- 2) 5秒で近づく。
- 3) 4秒静止で唇を押し当てる。
- 4) 5秒で5センチ戻る。
- 5) それを3セット繰り返す。

※口を突き出すと唇は固くなる。柔らかい唇を意識する。

また相手の唇の柔らかさを意識する。

◆サウンドキス

- 1) 頬に唇を優しくつける。
- 2) 2秒静止。
- 3) 2秒で2センチ離す。
- 4) 2秒静止。
- 5) 小鳥のさえずりのような音を鳴らす。
- 6) ゆったりとした動きで唇を移しキスを繰り返す。

※小鳥のさえずりのような音を鳴らすことが秘訣。

■4 パートごとのアダムタッチの流れ

◆1) 脇腹・腕のアダムタッチ



- 1) 脇腹の側面をアダムタッチする。
※目の届かない場所なので楕円がちいさくなる。
大きな楕円を描くように意図する。
下段は指がシーツに着くぐらいにギリギリで移動する。



- 2) 腕の側面にアダムタッチする。
※指を曲げてアダムタッチを調整する傾向にある。
アダムタッチの手の形はそのままをキープ。
手首を折り曲げて調整する。



- 3) 手のひらにアダムタッチする。
※手のひらも敏感な性感帯の場所。
手抜きをせず丁寧に愛撫する。



- 4) 上腕にアダムタッチする。
※手首を折り曲げて手の甲を立てて愛撫する。



- 5) 労宮を接続する。
※お互いの労宮をつなげることで
氣のルートがつながりよりお互いの
氣が循環する。



- 6) 二の腕にアダムタッチする。
※慣れてきたらたまに手を止めて
女性の頬にキスをすると効果的。

◆2) 背中の抱きかかえの流れ

お互いが抱き合いながら、男性は女性にアダムタッチを粛々と続ける。
その流れをつくるために男性は仰向けの状態の女性を抱き抱える。
そして女性のカラダを立て横向けに誘導する。
お互いのチャクラが密着することで氣の流れは促進される。



- 1) 男性の腕の脇に女性の右腕を通す。
※多くの男性はこの動作を忘れる。
これを忘れると女性は窮屈な態勢を余儀なくされる。



- 2) 男性の左腕を肩に通す。
※男性の手の甲を下に向け肩から手を通す。
首から手を通すと女性に恐れを招く。



- 3) 女性の左腕を手にして男性の首に巻き付ける。



- 4) 女性の左太ももを男性に太ももに載せる。



- 5) 肩甲骨とお尻を持って女性の状態を立てる。
※乱暴にならないように優しく注意深くおこなう。

◆3) 背中のアダムタッチ



- 1) 仙骨のゾーンをアダムタッチする。
3周する。



- 2) 背中をアダムタッチで螺旋を描きながら上に上がる。



- 3) 肩甲骨の周りをアダムタッチする。
3周する。



- 4) 女性の右側の脇腹を通して腰に移動する。
再度そこから仙骨をアダムタッチする。
何度か繰り返す。



- 5) 足の甲をアダムタッチする。
- 6) 足のスネをアダムタッチする。
- 7) 足の太ももをアダムタッチする。
※太ももは面積が広く裏側と前側を
丁寧に愛撫する。



- 8) お尻をアダムタッチする。

◆4) 上体正面のアダムタッチ



- 1) 下腹部をアダムタッチする。
炭田と子宮が重なった場所。
重要なところなので丁寧に3周おこなう。
※添い寝した段階でペニスを握ってもらう。



- 2) 中腹部・上腹部をアダムタッチする。
※カラダの形状に沿って丁寧にアダムタッチする。



- 3) 左乳房をアダムタッチする。
※乳房の外回りから3周しながら乳輪に近づく。



- 4) 乳輪をアダムタッチする。
※3周。
中指が乳輪から外れない。



- 5) 乳頭にアダムタッチする。
※あくまでもアダムタッチで気を通す意識で触れる。
こねることはしない。



- 6) 右サイドの乳房も同様におこなう。

■5 乳首舐め



乳首のオーラルでの愛撫は4種類

- 1) チロチロ舐め
- 2) 乳首側面の高速舐め
- 3) 乳首乳頭的高速舐め
- 4) 乳首吸い離し



- 1) チロチロ舐め

愛情をこめてセクシーに乳輪と乳首を舐める。



- 2) 乳首側面高速舐め

前歯の裏側を乳輪に当て固定する。

舌尖を左右に早く振って乳首の側面を愛撫する。

※授乳などして乳首の柔らかい女性は不向き。



- 3) 乳首乳頭高速舐め

両方の歯を唇でカバーして乳首を啜る。

固定した乳首の乳頭に対して

舌を左右に振りながら乳首を愛撫する。



- 4) 乳首吸い離し

乳首をしっかりと吸った状態で顔を上げ乳首を口から引き離す。

2回繰り返す。

■6 小陰唇の愛撫

突然無造作に女性器を刺激する男性が少なからずおられます。

そのことで緊張を強いられる女性も少なくありません。

女性器は至聖所です。

最新の注意を払って小陰唇の粘膜に優しく触れて愛撫するところから始めます。



- 1) 中指を伸ばす。

愛撫は第一関節までの指腹全体でおこなう。

※愛液の足りない女性はアダムオイルを補足する。

アダムオイルは性器愛撫専用のオイルです。



- 2) 指腹を小陰唇の膣口に蓋をするイメージで当てがう。
指腹を密着させながら上に上げクリトリスのところで止める。
また下に指を下す。
それを何度か繰り返す。

■7 クリトリスの指での愛撫



- 1) 女性の横に対座する。

※胡坐を組んで男性の右足に女性の右足を乗せて股を開いた状態にすると愛撫がやり易くなる。



- 2) 左手でクリトリスの皮をむいてクリトリスを露出させる。
※右手でクリトリスの横の大陰唇を開くと、クリトリスが剥きやすくなる。



- 3) 右手の手根を女性の太ももに乗せ、中指の氣の出るポイントをクリトリスにあてがいクリトリスを起点に上下2センチずつの幅で動かし愛撫する。
※アダムオイルを補足すると滑りがよく愛撫しやすくなる。

■8 クンニによる愛撫

クンニは舌によるクリトリス愛撫です。まさに愛技のフィナーレ。

ここで一気に快感のボルテージを高めていく。

クリトリスはオーガズムを女性にもたらす高貴な器官。

松果体を活性化する重要な機能を備えている。

※注意点

イカせようとする女性はその思いをキャッチしプレッシャーとなる。

粛々と無の境地で10分から20分舐め続けることが秘訣。

また一点を継続して舐め続けることが重要。

奇をてらって変化をつけると興奮のテンションが下がる。



1) クンニの態勢

両足を開いた股の間に入る。

両足をそろえて右側に折り曲げて
ポジションをとる。

両腕を女性の太ももに優しくのせる。

態勢がきつい場合は腹ばいでも OK。



2) クリトリスの剥き方①

親指の指腹をクリトリス真横の大陰唇に当てる。

横に開きながら指先をクリトリスの真横に当てる。



2) クリトリスの剥き方②

斜めに引き上げてクリトリスを完全に露出させる。

指を優しくおいて固定する。



3) クリトリスの舐め方—縦舐め

舌尖の3センチ奥にクリトリスを当てる。

顎の動きに連動させながらクリトリスを舐める。

4) クリトリスの舐め方—横舐め

唇をしっかりと女性器に当てる。

舌を横に振りながらクリトリスを舐める。

※舌尖を固くせず優しく高速で舐めるのが秘訣。

■9 女性から男性への愛撫

カップル講習講座では主に男性から女性への愛撫がメイン。
女性から男性への愛撫に関してはエヴァメイクラブをお勧めします。

◆1) キスとアダムタッチ



キスをしながら上半身をアダムタッチする。

- ・脇腹のアダムタッチ。
- ・左胸のアダムタッチ。
- ・上腹部のアダムタッチ。
- ・下腹部のアダムタッチ。
- ・厚顔とペニス裏のアダムタッチ。

※何度か反復する。

◆2) キスをしながらのペニス愛撫



キスをしながらペニスを愛撫する。

- ・ペニスにアダムオイルを塗布する。
 - ・亀頭を中心に指と手のひらを駆使して愛撫する。
- ※ペニスの皮が亀頭に被らないように留意する。

◆3) 覆いかぶさりながら乳首舐め



乳房を男性の下腹部に密着させることでより興奮を誘う。

- ・脇腹にアダムタッチする。

◆4) 乳首舐めながらペニス愛撫



亀頭にアダムオイルを塗布し滑りを良くする。

- ※ペニスの皮が亀頭に被らないように留意する。
- 太ももを男性の太ももに乗せ密着するのも効果的。

◆5) 手によるペニス愛撫

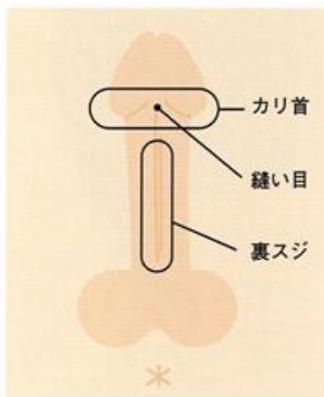


オイルと塗布しておこなうペニス愛撫は男性に最高の快感をもたらす。
ハンドテクニックをマスターしよう。

参考資料

Joy-Barへの愛撫基本テクニック

勃起前のジョイバーを刺激してあげるところから、ていねいにスタート。
やさしくやさしく、時には刺激的に。緩急をつけた愛撫をしてあげましょう。



愛撫されると気持ちいい
ジョイバーの性感帯とは？

カリ首

亀頭のエッジ部分にあたるカリ首は、ジョイバーでもっとも感じる性感ポイント。女性ほどではなくとも、クリトリスに似た快感を男性は得られます。意識して愛撫しましょう。

縫い目と裏スジ

亀頭と皮がつながっている縫い目の部分も非常に感じるポイント。裏スジをやさしくなで上げつつ縫い目をていねいに愛撫されると、男性はゾクゾクとした快感が得られます。



揺さぶり愛撫法

まだ勃起前のジョイバーをあなたの愛撫で起こしてあげて。根元を指ではさみ、ブルブルと左右に揺さぶります。これからたっぷり愛してあげるの、刺激の強い、根元から上の部分はまだノータッチで。



バイブレーション愛撫法

膨張してきたら、コの字形にした手をジョイバーに添えて、左右に揺らします。指とジョイバーとのすき間は2〜3cm。早くて小刻みなバイブレーションが肝要です。サオから亀頭まで手を上下に動かして。



ソフトタッチ愛撫法

ジョイバーがいきり起ってもすぐに強い刺激を与えず、アダムタッチしましょう。触れるか触れないかのタッチ圧で亀頭や裏スジ、陰のうなどを、ゆっくりとやさしく愛撫してあげてください。両手でも効果的です。



摩擦愛撫法

亀頭への愛撫にはオイルを使用し、手のひら全体でジョイバーを包み込むようにして、上下させながら亀頭を中心に愛撫していきます。4本の指の腹を亀頭に密着させます。片方の手で皮を根元で押さえます。



ボトルキャップ愛撫法

5本の指先の腹で亀頭全体を愛撫。ペットボトルのふたを開けるようなイメージで、亀頭の周りをクルクルとマッサージ。カリだけではなく、亀頭の側面も上下に愛撫していきます。ある程度、速い動きが効果的。



ローリング愛撫法

手のひらの中心を亀頭の先端に当て、手のひら全体を亀頭に密着させながら、手首をローリング。手のひら全体で亀頭を愛撫し、一方の手でサオを固定しましょう。両手で行なうのもよござれます。



カリ首愛撫法

親指と人差し指で作った輪の内側で、カリ首を軽く引っ掛けるようにして、上下にこすります。シコシコとリズムカルに行なって、イキそうになったら、バイブレーション愛撫法に切り替えて、落ちつかせます。



スクリュー愛撫法

引き寄せるときは反時計回り、押し込むときは時計回りになるよう、手をネジのように回転させます。騎乗位のように男性にまたがり、内ももにジョイバーを挟みながらも効果的です。オイルを使ってください。

◆6) フェラチオのテクニック



- 1) ペニスの裏筋を舐める。
- 2) 亀頭と皮のつなぎ目を舐める。
- 3) 歯を当てないように亀頭を舐める。
- 4) バキュームしつつ前後に動かしながら舐める。



- 5) フェラチオしながら睾丸をアダムタッチする。

■10 体位のテクニック



- 1) 対面上体立位
ゆっくりとペニスを挿入し膣が馴染むのを待つ。
ペニスと膣の接続で気が交流することを意識する。



- 2) 座位
カーマストラでの正常位。
陰陽が一体化しトラスのエネルギーが完成する。



- 3) 抱え騎乗位
この体位はリラックスできて射精しにくい体位。
早漏の男性にお勧め。



- 4) 騎乗位
女性が唯一主体的に動ける体位。
上体を固定し恥骨を前後させるのが秘訣。



- 5) 腰下し後背位
男性は踵をお尻に着け手を後ろにつく。
上体を斜めに傾け、下腹部で補佐しながら女性の動きを誘導する。
※お勧めの体位。

このテキストは(株)エヴァコミュニケーションズのオリジナルコンテンツです。
他に転用・流用することを禁じる。
また無断でコピーし他者に配布することを禁ずる。

(株)エヴァコミュニケーションズ