

Inhalt

Vorwort: Die Frau auf der schwankenden Brücke	9
Einleitung	14
Quiz	25
Lieber Ian	27

Teil I

Der männliche Körper

Unter der Rüstung: Einblick in den männlichen Körper	33
Die männliche sexuelle Reaktion: Ein komplizierter Prozess	63
Das männliche Gehirn: Wenn's juckt	107
Die männliche Psyche: Libido-Limbo oder die Furcht vor Fantasien	123

Teil II
Techniken

Lassen Sie Träume wahr werden!	143
Fit zum Ficken	149
Vorspiel	159
Extremes Vorspiel	167
Drachenschwänze	172
Vorspiel-Protokolle: Orale Überlieferungen	177
Erobern Sie seinen Kopf	203
Erobern Sie sein Herz	210
Erregung, Teil I: Erobern Sie seine Hose	217
Richtig rubbeln	240
Gut gefü(h/l)lt	247
Erregung, Teil II: Der Rhythmus macht's	259
Geben Sie Gas!	279
Ende gut, alles gut	287
Fazit	297
Dank	303
Literatur	305
Register	308