

# Die geheime Gesellschaft der Kusskünstler



**E**ine Frau verbringt durchschnittlich zwei Wochen ihres Lebens mit Küssen – doch welche Frau ist schon gerne durchschnittlich? Zwei Wochen mit Kosen und Knutschen reichen einfach nicht – vor allem nicht, wenn Sie solch eine Küsserin sein wollen, bei der man gerne noch mal für einen (oder zweiten) Nachschlag ansteht. Vielleicht ein „All you can kiss“-Büfett für gehobenes Schnäbeln? Mit den Geheimnissen, Tipps, Techniken und detaillierten Beschreibungen dieses Buches meistern Sie das Küssen und überholen die durchschnittlichen Spieler: Damit kommen Sie garantiert in die erste Kussliga!

Küssen gehört zu den sinnlichsten Akten des Flirtens, des Vorspiels, der Verführung und des Sex, den wir mit Leib und Seele genießen. Beim Küssen setzen Sie alle Ihre Sinne ein – und seine auch. Sie spüren einen Kuss von ganzem Leib, Herzen und Geist. Damit vermitteln Sie Begehren, Dringlichkeit und Fürsorge – alles, was Sie wollen: Denn was Sie beim Küssen fühlen, durchströmt Sie wie eine elektrische Ladung überträgt sich auf Ihren Partner. Die großartigsten Küsser kennen viele Techniken, die sie in den verschiedensten Situationen einsetzen: Tricks,

wie Küsse unvergesslich werden, Strategien, die auch ganz scheue Lippen verführen, und wie der erotische Funke beim ersten (oder zweiten oder dritten) Kuss entzündet wird.

Eine sinnlich Küssende hat viel mehr zu bieten als nur ihren Knutschmund – obwohl ich Ihnen auch erzählen werde, wie Ihre Lippen seidenweich und vom ersten Moment an absolut unwiderstehlich werden. Eine wirklich sinnlich Küssende ist eine Frau voller Selbstvertrauen, die sich von innen heraus als sexy empfindet, egal ob sie meint, in diesem Moment zufällig gerade „perfekt“ auszusehen, oder nicht. Eine ausgezeichnete Küssende bleibt mit all ihren Sinnen in Kontakt – sogar noch bevor es mit dem Küssen überhaupt losgeht! Das ist, als wenn man einen Lichtschalter betätigt: Wenn Sie wissen, dass ein Kuss bevorsteht, schärfen sich all Ihre Sinne. Und hat der Kuss erst einmal angefangen, schaltet alles in den Turbogang, wenn Sie schmecken und kosten, die Berührung genießen, ganz intensiv spüren und auch die Geräusche hören. Und wen Sie dann damit beschenken, der *kann* gar nicht anders, als vollkommen gebannt zu sein!



## WAS SICH IN EINEM KUSS VERBIRGT

Küssen ist ein einziger Vorgang, der vielfältigste Intentionen vermitteln kann. Beispielsweise gibt es eine Art Kuss, die eine leichte, behutsame und flüchtige Botschaft der Zärtlichkeit ist. Ein solcher Kuss kann asexuell sein oder eine liebevolle Erinnerung. Ein erster romantischer Kuss wiederum, aufgeladen mit Nervosität und Begehren, beginnt mit der allervorsichtigsten Berührung, aber Sie fühlen sich voneinander angezogen wie die stärksten Magnete. Ein Kuss unter Liebenden ist jener Funke, der die Leidenschaft entzündet und zu einem lodernden Feuer anwachsen lässt, in dem Sie beide in einer köstlichen Knutschorgie vergehen. Diese Art von Kuss kann viel mächtiger sein als das Bedürfnis zu essen, wenn Sie ausgehungert sind. Manchmal ist das Vorspiel für einen Kuss der beste Teil, ein anderes Mal ist es nur ein verlockender, spielerischer Beginn.

Ein Kuss kann alles verändern. Aus einer Freundschaft wird plötzlich ganz etwas anderes. Ein Kuss ist der Moment, in dem sich Sex und Wissenschaft begegnen und wir erkennen, ob unsere Körperchemie zu unserem Begehren

passt. Ein zufälliges Treffen kann sich zu einem zentralen, lebensverändernden Moment entwickeln, und gewöhnliche, alltägliche Situationen mit Ihrem Freund verwandeln sich auf einmal zu lustvollen Begegnungen. Wenn wir jemanden zum ersten Mal küssen, wissen wir oft sofort, ob da auch sexuell der Funke überspringt.

Küssen ist auch für Sie selbst und alle in Ihrer Umgebung wirklich gut. Der Akt des Küssens macht Sie emotional ekstatisch: Er setzt Endorphine frei; das sind natürliche Opiate, die dem Hochgefühl bei Langstreckenläufern entsprechen, oder bei Verliebtsein ausgeschüttet werden. Anhaltendes sinnliches Küssen setzt das sexuell stimulierende Hormon Oxytocin frei, eine wesentliche Grundlage für den Orgasmus. Und Küssen ist auch gut für die Zähne, weil der erhöhte Speichelfluss unsere Zähne umspült und so den Zahnbelag auflöst. Na, hört sich das nicht sexy an?

Doch vor allem macht Küssen einfach Spaß. Willkommen in der Welt der Kussräuber und Superküsser! Hier lernen Sie, wie Sie mit den Lippen einen unvergesslichen, verführerischen Zauber verströmen. Sie treten nun der Legion der Frauen bei, die einen Mann nur durch einem



Kuss wie Butter dahinschmelzen lassen, die stets als Erste für die „Kussbude“ erwählt werden und gar mit spielerischer Leichtigkeit zu Gebieterinnen kleiner Länder werden, weil sie jederzeit und überall den perfekten Kuss drauf haben.

Durch die Tipps in diesem Büchlein erscheinen Ihnen die vergangenen Kuserfahrungen wie Amateurabende. Und wer schon sehr gut küssen kann, findet hier weitere geheime Tricks, Waffen und Tipps, um das eigene Repertoire der Kusstechniken noch zu verfeinern. Hier entdecken Sie unschlagbare Techniken, um die Sinnlichkeit auszubauen, wie Sie den ersten Kuss perfektionieren, die Feinheiten, um den richtigen Zeitpunkt zum Küssen zu finden, Unmengen von Techniken und Überraschungen und wie man einen unschuldigen Kuss in eine lustvolle Session Mandelhockey verwandelt.

Sie brauchen kein männermordender Vamp oder eine scharfe Schmitze sein, um richtig saftige Knutscher zu verteilen – obwohl hier auch alle Erfahrungsstufen gefragt sind. Vielleicht haben Sie keine Lust mehr, dass nach dem ersten Mal schon bald wieder alles vorbei ist, oder meinen, viel zu viele Gelegenheiten zum Küssen verpasst zu haben. Oder vielleicht sind Sie ja auch eine

potenzielle Kussvirtuosin, die nur auf ihren Einsatz wartet. Womöglich wollen Sie einfach nur wissen, bei welcher Gelegenheit welche Art des Küssens passt, wie Sie *besser* küssen, wie Sie elektrisierend küssen, oder wollen neue Kusstechniken lernen, um Ihren Liebsten dazu zu bringen, Ihnen – und Ihren küssenswerten Lippen – noch einen Nachschlag zu gewähren. Dieser Leitfaden gibt Ihnen konkrete Mittel in die Hand, um als Küssende zur Könnerin zu werden, und das Ihr Leben lang.

## DAS TAO DES KÜSSENS – WERDE EINS MIT DEN ELEMENTEN

Küssen fängt mit einem Lippenpaar und einer Zunge an. Das sind die Grundlagen. Doch will man einen hervorragenden Kuss verschenken, dann geht es nicht darum, „Lasche A in Schlitz B zu stecken“. Der perfekte Kuss besteht aus viel mehr als nur ein paar weichen Körperteilen, die miteinander schmatzen. Begehren, Leidenschaft, Zärtlichkeit, Wonne, Lust, das Bedürfnis nach Verbindung, der Drang, sich auf den „perfekten Moment“ zu konzentrieren, und vieles mehr drängen uns zum Küssen. Ergänzt man dann



noch die Elemente Atmosphäre und richtiges Timing, haben Sie eine ganze Reihe Zutaten, die das, was Sie gerade auf dem Herd haben, entweder süß oder sauer werden lassen. Untersuchen wir, welche Elemente einen Kuss perfekt – oder erbärmlich – werden lassen.

- Timing ist alles. Wenn sich im Film der Held zur Hauptdarstellerin beugt, um sie zu küssen, ist das Timing immer perfekt: Die Sonne geht gerade unter, beide Liebende fühlen sich amourös, Vögel zwitschern, und alles in der Welt ist gut. Im echten Leben machen Sie vielleicht die gleiche Erfahrung oder das Vogelgezwitscher ist eher ein Autoalarm, Passanten rufen, dass Sie so was in der Öffentlichkeit unterlassen sollten, oder vielleicht ist Ihnen von den Cocktails oder Ihren Nerven etwas mulmig, oder aber ein Meteor befindet sich auf Kollisionskurs mit der Erde. Schlimmer noch: Wenn Sie genau diesen Kuss gar nicht haben wollen, ist es gar kein Kuss mehr, sondern vielmehr ein regelrechter Dämpfer. Ein toller Kuss passiert genau dann, wenn es richtig ist, während ein schlecht abgepasster Kuss alles ruinieren kann und einem praktisch die Haare zu Berge stehen.

- Sie wissen es genau: Es müssen die richtigen Lippen sein, die sich Ihrem Gesicht nähern, oder alles rutscht in den Keller. Ist der Küsser der Mann Ihrer Träume oder ein speichelnder Idiot vom Planeten der Luschen? Handelt es sich bei Ihrem Gegenüber um Mr. Lecker-schmecker, muss Ihr Gutenachtkuss der absolute Hammer sein. Aber wenn bei der Person gar kein Funke überspringt, kriegen Sie einen ekligen Mundvoll von Mr. Bäh!
- Standort, Standort, Standort! Ein hingehauchter Kuss auf der Bergspitze entspricht genau Ihrer Vorstellung von romantischer Perfektion oder vielleicht steht eher eine Knutschsession hinter dem Sofa Ihrer Zimmergenossin ganz oben auf Ihrer Liste. Doch wenn Sie an einem Ort knutschen, der einem von Ihnen beiden nicht ganz passt (z. B. an einem öffentlichen Ort, an dem Sie oder er sich bloßgestellt oder anderweitig unwohl fühlen), wird der Kuss dermaßen floppen wie der Versuch, aus *Titanic* eine romantische Komödie zu machen.
- Es muss sich auch körperlich toll anfühlen. Ist der Kuss die perfekte Zusammenkunft von Lippen und Zunge, entsteht ein gemeinsamer Tanz und schafft eine emotionale Verbindung? Löst



er regelrecht elektrische Ströme aus und jagt bebende, leckere Schockwellen der Lust in Ihren Schoß? Oder wird daraus ein Geschmatze feuchter Lippen und Zungen, die übereinander rutschen wie schleimige, welke Schnecken? Fühlt sich ein Kuss gut an, ist das für Sie der Himmel auf Erden, aber wenn er sich einfach nur verkehrt anfühlt, wird er zum absoluten Blindgänger.

- Wie sich ein Kuss anfühlt, kann eine bestimmte Stimmung hervorrufen, aber auch komplett zerstören. Das ist also eines der eher feineren Elemente, die zu berücksichtigen sind. Die in einem Kuss verborgenen Gefühle sind wie der Darsteller einer Nebenrolle, der den Charakter und die Identität der weiblichen Hauptfigur vollendet. Ist der Kuss eine emotionale, vom Herzen kommende Geste oder eher etwas Animalisches, das der Leistengegend entspringt? Und wie schätzen Sie die Gefühle der Person ein, die Sie küsst? Fühlt er genau das Gleiche? Es gibt Wege herauszufinden, was der Geküsste fühlt, und wenn seine körpersprachlichen Signale auf „Grün“ stehen, sobald Ihr eigener Motor anläuft, küssen Sie beide synchron!

- Ob Sie es glauben oder nicht: Das Motiv für Ihren Kuss wird im Moment des Kontakts über Ihre Lippen vermittelt und drückt jedem beliebigen Knutscher gleich seine Klangfarbe auf. Womöglich wollen Sie eine Femme Fatale sein, die sich küssend neue Eroberungen sucht und von unglückseligen Sterblichen nimmt, was sie will: Lust, Kuss und Eroberung. Aber vielleicht geben Sie auch lieber das scheue, liebliche Ding mit bebenden, kussbereiten Lippen und kuscheln sich mit einigen hingehauchten, elfengleichen Küssen an Ihren Angebeteten an. Oder aber Sie haben von beidem etwas parat – abhängig davon, wie sich das Küssen so entwickelt. Ein großartiger Kuss besteht aus vielen Elementen und kann Sie auf verschiedene Wege mitreißen. Machen Sie sich schon mal Gedanken, was für Sie dabei herauskommen soll, bevor Sie die Lippen spitzen!
- Eine gute Technik ist die Grundlage für Ihren Kusstil. Und die von Ihnen verwendete Technik hängt von all den bisher erwähnten Faktoren und Zielen ab – oder Sie küssen einfach Freistil und nur so aus Spaß. Egal wie – die Technik sagt alles über Sie aus, und Sie genießen das Küssen und auch die durch Ihre Küsse her-





vorgerufenen Reaktionen, wenn Sie beim Küssen ein gutes Repertoire verschiedener Stile aus Ihrem Beutel mit den ungezogenen Tricks ziehen können.

## NIMM MICH UND KÜSS MICH, LIEBLING – EIN QUIZ

Sind Küsse jene Ihnen vertraute Sache, mit denen Sie andere um den Verstand bringen, oder gehören sie einfach nur zu Ihrer Tasche voller verspielt-verruchter Flirttricks? Welcher Kusstyp sind Sie?

*Wenn ich jemanden zum ersten Mal küsse,  
mache ich Folgendes niemals:*

- A ... den ersten Schritt.
- B ... ihm zu dicht auf die Pelle rücken.
- C ... die gesamte Kleidung ablegen, nur das meiste.
- D ... ihn loslassen, egal wie sehr er bettelt.

*Der perfekte Filmkuss war:*

- A Rhatt Butler und Scarlett O'Hara in *Vom Winde verweht*.

- B Kirsten Dunst und Tobey Maguire in *Spiderman*.
- C Die weiblichen Vampire und die ganzen armen sterblichen Männer in *Dracula und seine Bräute*.
- D Bei der Fahrstuhlzene aus *Eine verhängnisvolle Affäre*.

***Ich mache den ersten Schritt beim Küssen ...***

- A niemals!
- B nur wenn ich sicher bin, dass es absolut okay ist.
- C bevor die Wirkung der Cocktails nachlässt.
- D wenn er wie ein wildes Tier in die Falle gegangen ist.

***Beim Küssen am ersten Date achte ich auf Folgendes:***

- A ... nie die Zunge einzusetzen.
- B ... es nicht zu heiß werden lassen.
- C ... dass ich nicht von Unterwäsche behindert werde.
- D ... dass mir keine Emotionen dabei im Wege stehen, meine bösen Pläne zur Zerstörung meiner Feinde umzusetzen.



*Ihre Philosophie beim Küssen ist wie folgt:*

- A Küssen macht Spaß, aber man sollte das nur mit jemand ganz Besonderem machen.
- B Gute Küsser findet man nur schwer.
- C Sie sind alle bloß Spielzeug für mich und meine Opfer, jeder einzelne von ihnen.
- D Lass ihn niemals Luft holen.

*Ich bereite mich durch Folgendes auf einen Kuss vor:*

- A Ich achte darauf, meine Lippen und meinen Mund in schöner Form zu halten.
- B Ich überlege mir, welche Art von Küssen mein Partner wirklich toll findet.
- C Ich schlucke eben noch den letzten Rest Bier runter, und dann kann's losgehen!
- D Ich erfreue mich an den Kerben an der Bettkante und stoße ein schreckliches Gelächter aus, während mich ein abgründiges Behagen überwältigt.

*Wenn ich jemanden küsse, mache ich das, um herauszufinden ...*

- A ... was für eine Art Liebhaber er sein könnte.
- B ... ob es bei uns wirklich schnackelt.

- C ... wie viel ihm seine Freundin wirklich bedeutet.
- D ... wie lange es dauert, bis ein solch vorwitziger Held auf die Dunkle Seite hinübergezogen wird.

***Zu Ihren fürchterlichsten Alpträumen übers Küssen gehört:***

- A ... jemand, der bloß in mein Höschen kommen will.
- B ... darauf zu warten, ihn zu küssen, und dann zu merken, was für ein grässlicher Küsser er ist.
- C ... ein Mann, der so küsst, als würde er ein Aquarium mit seiner Zunge säubern.
- D ... Kätzchen, romantische Sonnenuntergänge, Happy Ends, nicht zur absoluten Herrscherin des Universums zu werden, flauschige Häschen und alles, was gut und schön ist.

***Meine todsichere, superscharfe Kusstechnik ist:***

- A Die Lippen geschlossen zu halten und die Finger bei mir zu lassen.
- B Mich seiner Führung mit der Zunge und der Berührung hinzugeben, aber die Füh-



rung zu übernehmen, wenn's anfängt,  
scharf zu werden.

- C Sein ganzes Gesicht verschlucken zu wollen, alles ab dem Hals einfach abzuschlecken und ihm meine Zunge ganz in den Hals zu stecken.
- D Meinen Unterkiefer auszuhängen und den ganzen Kerl zu verschlingen.

### WENN SIE VOR ALLEM „A“ GENOMMEN HABEN, SIND SIE *SWEET LIPS*.

Sie sind süß wie Zucker, und das kann man auch von Ihren Küssen sagen. Wen Sie küssen, der weiß, dass Ihr süßer kleiner Kussmund und das leicht verruchte Lächeln regelrecht „sexy“ schreien. Die Macht Ihrer Küsse liegt in der Fähigkeit zu verführen und schmachtend zu necken, und so sind die Schmuse-Sessions mit Ihnen sehr träumerisch und so nachhaltig wie ein Lutscher, von dem man den ganzen Tag etwas hat. Attraktive Lippen und ein subtiler Stil machen Ihre Küsse unvergesslich. Bringen Sie sich ein paar schmutzigere Tricks bei, und der elektrische Strom Ihrer Zunge zwingt die Männer in die Knie. Beim Küssen lautet Ihr Mantra: „Schmilzt im Mund und nicht in der Hand.“

## WENN SIE MEIST „B“ GEWÄHLT HABEN, SIND SIE POWER PUSS.

Der Herr der Küsse trifft eine ebenbürtige Königin des Knutschens. Sie lassen Ihre Lippen liebend gerne tanzen, doch bevor sie freie Fahrt bekommen, wollen sie erst noch lecken, schmecken und probieren und ihre Vergleiche ziehen. Sie kaufen die Katze nicht gerne im Sack, wenn Sie sich für ein Date verabreden oder sich aufs Küssen einlassen, sondern checken gerne, wie die Jungs vor Ort so schmecken. Sie testen erst das Wasser, bevor Sie hineinspringen. Sie sind eine Powerküsserin durch und durch. Feilen Sie noch weiter an Ihrem Können, und man tauft eine Lippenstiftfarbe auf Ihren Namen.

Ihr Mantra des Küssens heißt: „*Victoria's Secret* ist nichts im Vergleich zu meinen Geheimnissen.“

## HABEN SIE VOR ALLEM „C“ GENOMMEN, SIND SIE HOT LIPS.

Ihre Küsse sind wie ein Buschbrand, und wenn Sie Ihren Willen bekommen, braucht es eine ganze Feuerwehrrstation, um diesen zu löschen. Als Küssende sind Sie eine Femme Fatale, stets zielgerichtet, und haben ebensoviel Spaß daran,



Ihr Date mal an Ihrer Zunge kosten zu lassen, wie anschließend wieder abzurauschen und ihn schwindelig zurückzulassen. Ihre Küsse sind von der starken, stillen Art, die kommt und geht wie ein Sturm, und wenn Sie Ihre Lippen mit den Tipps aus diesen Seiten etwas aufpolieren, dann werden sie legendär – und tödlich!

Beim Küssen lautet Ihr Mantra: „Hallo – ich heiße wie Deine Sucht.“

### WENN SIE MEIST „D“ ANGEKREUZT HABEN, SIND SIE *PURE POISON*.

Kennen Sie die verruchte Poison Ivy aus den Batman-Comics? Verglichen mit Ihnen ist sie bloß ein abgehalfterter Strauch. Wenn Sie einen Kuss in den Wind hauchen, lässt der Blumen welken, und noch ganz weit entfernt weinen die Babys. Ihr Plan, das Universum zu erobern, und zwar einen Mann nach dem anderen, ist unaufhaltsam. Küsse sind für Sie nur die Horsd'œuvres der köstlichen Eroberungen. Da Sie nun schon so verrückt sind, ist es schwer, das noch zu toppen, doch wenn Sie Ihren Kussmund wie gemalt in Form halten und sich ein gutes Repertoire an Knutschkünsten zulegen, wird Ihre Macht der Verführung regelrecht beängstigend sein.

Ihr Mantra beim Küssen heißt: „Ich bin so hungrig, dass ich alle verschlingen könnte – jeden, den ich haben will.“

