

# 想．到高潮



[想．到高潮\\_下载链接1](#)

著者:妮可．迪登

出版者:高寶

出版时间:2013-1-31

装帧:平装

isbn:9789861858166

只是「愛撫→插入→結束」是無法讓女性達到高潮的！

大腦才是最重要的性器官！

風行美國，造福數萬對情侶的「高潮冥想」課程，

打破傳統性愛的一成不變，只要照表操課，最終妳將擁有~~

長達120天的極致高潮！

你可能不相信關於「性愛」，台灣女性最困擾的問題是：很難達到高潮。有78%的女性會因心疼對方，順勢演出、假裝高潮，且有44%的人會因無高潮考慮分手。

你是那位得不到歡愉卻得假裝高潮的演員？

還是因愛人完美演技而得安慰的傻子？

你的性生活其實可以更加美好，只要你願意跟著美國Slow Sex的性學大師妮可．迪登一起學習高潮冥想。

真正的性愛不是「撫摸→進入→結束」，而是從「渴望」開始。沒有渴望就沒有衝動，沒有衝動就不會有快感，沒了快感又如何達到高潮？主張從渴望開始，與伴侶攜手同步享受性愛極致高潮的「慢性」Slow Sex，已在歐美行之有年，它所謂的Slow，並非真的緩慢，而是放下對快速高潮的追求、拉長前戲時間，不再快速抽插、快速結束。

妮可．迪登所提倡的高潮冥想，就是此種性愛的極致表現。這種強調從「想望」開始的慢性，前戲不是只有撫摸，更要內觀自己的慾望，找到自己最大的慾念和對方的渴望。這樣的性愛方式甚至能讓從未擁有高潮的女性，在15分鐘內就達到高潮。更能做為性冷感、性障礙的治療，讓因生活步調太快、工作壓過大，而失去性致的現代人重新找回性愛的愉悅。

Slow Sex 10日高潮起動計畫

第一日：高潮冥想練習

第二日：尋找陰蒂快感

第三日：說說你的感受

第四天：飄浮式撫摸

第五日：安頓式按摩

第六日：撫慰的力道

第七日：速度決定歡愉

第八日：開口說出渴望

第九日：單純的高潮按摩

第十日：訂製專屬的性愛高潮

作者介绍:

妮可．迪登（Nicole Daedone）

為美國知名的性學作家、講師，亦是慢性體驗中心（OneTaste）的創辦人。她以獨特

的女性視角，重新詮釋性愛關係中的高潮定義，並發展一套促進男女性關係更加完滿的性愛課程——高潮冥想（Orgasmic Meditation），此課程曾激勵過成千上萬的男女，得到性生活的和諧美滿。其性學思想融合了西方醫學、猶太思想及東方禪宗，致力於藉由性，幫助人們在親密關係、人際溝通和身心保健等人生各層面達到美滿。

妮可曾接受許多美國主流媒體的專訪，包括：CNN、ABC〈夜線〉（Nightline）、紐約時報、舊金山紀事報……等，作品散見美國各大報章雜誌。現居舊金山。欲知道更多關於慢性及高潮冥想的資訊，請上——

妮可個人網站：[www.nicloedaedone.com](http://www.nicloedaedone.com)

或是

慢性體驗中心網站：[www.onetaste.us](http://www.onetaste.us)

譯者簡介

施又熙（Teresa Shih）

1969年生於台灣高雄市，現與女兒及四隻貓定居台北市。

專職文字工作與華語教學，閒暇時酷愛閱讀、電影、音樂，還有跟貓一起睡覺。

一輩子都夢想著可以成為治療師，佇足，發現這一路早已用文字撫慰著別人，也療癒了自己。

著作：《勇敢》（2011）、《台灣查某人的純情曲》（2009）、《五芒星的誘惑》（2007）、《月蝕》（2005）、《星風雪語》（1999）、《風與南十字星的對話》（1999）。

譯作：《還記得那片天空》（2011/商周）、《天長地久：金克拉事業成功.婚姻美滿之道》（世茂）

專欄：《魅麗雜誌》、《網氏電子報》

部落格：[teresashih.pixnet.net](http://teresashih.pixnet.net)

目录:

[想．到高潮\\_下载链接1](#)

标签

两性

妮可．迪登

XXX

@译本

评论

-----  
[想. 到高潮\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[想. 到高潮\\_下载链接1](#)