



Consells per tenir sexe passional i romàntic

[inici centrareport] Hi ha persones a qui els agrada el sexe salvatge, d'altres que prefereixen el romàntic i d'altres que volen la combinació dels dos. **Trobar el punt mitjà a vegades pot resultar difícil**, però és més fàcil del que sembla.

Com expliquen des de *Poosh*, el primer pas és incorporar la **respiració conscient** al sexe. És a dir, centrar-te en la teva respiració i en el moment. Si us veieu capaços, podeu provar de **sincronitzar les vostres respiracions** i així aconseguireu moure-us al mateix ritme i situar-vos en un mateix estat.

També és molt important **jugar amb la mirada**, ja que "mirar-se als ulls ajuda a construir una sintonia emocional i una fusió energètica". És una manera de fer-li saber a l'altra persona que **estàs pendent d'ell/a** i que estàs present. Sovint, sobretot en el sexe dur, tanquem els ulls i acabem desconnectant del moment. Mirar a la teva parella t'ajudarà que això no passi.

Un cop estigueu presents, amb la respiració controlada i la mirada posada a sobre l'altra, és moment de **desaccelerar**. La pornografia ens ha ensenyat que el moviment ràpid és el més plaent, però no sempre és així. **El sexe lent augmenta les sensacions** i pot ser igual d'intens que el sexe dur.

I, finalment, cal **establir uns límits** i saber què està permès i què no per tal de deixar-vos dur per complet. Si saps que en cap moment passarà res que no vulguis, fluiràs molt més i aconseguiràs **entregar-te totalment a la teva parella**.

[fi centrareport]