


I'm not robot  reCAPTCHA

Continue

El Tantra es una antigua técnica de comunicación física y espiritual, tanto con uno mismo como con una pareja. La palabra proviene del sánscrito, que significa una red o un tejido de energía. En nuestra sociedad está estrechamente relacionada con la esfera sexual, a través de la participación en relaciones sexuales profundamente meditativas, espontáneas e íntimas. Uno de los objetivos perseguidos por su práctica es crear una conexión más profunda con la pareja, profundizando en el conocimiento físico consciente de la otra. Es una práctica espiritual, lo que significa que tanto la mente como el cuerpo deben ser aliados. En primer lugar, debe buscar un espacio con una temperatura cómoda que invite a la relajación y que fomente el erotismo. Velas, fragancias y música relajante se pueden utilizar. Algunas personas necesitan hacer ejercicios de meditación y respiración primero para lograr esta conexión. En estos casos, es aconsejable pasar unos minutos respirando suavemente el vientre, prestando atención a los pensamientos que pasan a través de su mente. El ejercicio de estiramiento corporal se puede realizar a medida que la mente despeja cualquier pensamiento negativo. Puedes empezar con un masaje, ya sea para ti o para una pareja, con algún tipo de aceite o loción, pasando por zonas erógenas, pero sin pretender alcanzar el orgasmo. Mientras tanto, la pareja debe enfocarse en el contacto visual, mientras respira profunda y lentamente hasta que pasen unos minutos. A continuación, es una buena idea empezar a besar centrándose en cada sensación física que sientas en ese momento. Las relaciones sexuales deben hacerse lentamente, tocándose mutuamente de una manera nueva y explorando los cuerpos del otro. La idea es sumergirse completamente en la experiencia, permitiendo que la tensión sexual aumente gradualmente. Hay algunas poses que favorecen la comunicación. Por ejemplo, acostarse cara a cara, con el corazón y el estómago alineados. En una de las extremidades de la pareja debe ser envuelto brazos alrededor de la otra, con una mano en el corazón. Usted debe permanecer en su lugar durante unos minutos y luego comenzar a armonizar su respiración y permitir el flujo de energía libremente. En cuanto a la postura, cualquier posición puede ser una posición tántrica, ya que el tantra se trata de comunicación en lugar de movimientos específicos. Pero hay algunas prácticas estandarizadas. Uno de los más comunes, y lo que puede ser muy interesante para empezar es poses yab-yum. Una de las extremidades de la pareja tiene que sentarse con las piernas cruzadas, como en una pose de yoga de loto, mientras que el otro se sienta en la parte superior de los muslos y cruza los tobillos detrás de la espalda del otro. Al mismo tiempo, a medida que se produce la penetración, debe respirar sincrónicamente, lentamente y profundamente. Uno de los métodos de sexo tántrico permite retrasar la eyaculación. Pero es importante saber que esto no es un objetivo al principio, sino que se desarrolla Práctica. Aquellos que comienzan primero deben corregir su atención para explorar las formas que conducen al orgasmo de su propia y la pareja y recrearse en ellos permitiéndose dejarse llevar por las sensaciones físicas. ¿Te pareció interesante este artículo? Para seguir proporcionando información leal, valiente y rigurosa, necesitamos su apoyo. Nuestra independencia también es tuya. Suscríbete ElNacional.cat sexo tántrico ElNacional.cat una práctica que a menudo genera mucha curiosidad entre las parejas, así como dudas. Se basa en el Tantra, una doctrina esotérica que se originó en el Este hace miles de años y que adora los placeres más pacíficos para alcanzar la plenitud espiritual. Esto es parte de esta filosofía, que presta especial atención no sólo a los genitales, sino a todas las partes del cuerpo. Además, se centra en la energía sexual de cada persona para lograr el éxtasis. Sin embargo, no hay superioridad de un sexo sobre el otro, y no hay diferencia entre lo que es hermoso o feo, o el bien y el mal. Qué es el sexo tántricoEl tipo de sexo que busca evitar la monotonía y probar una nueva experiencia. Pero primero necesitas saber algunos de los aspectos más destacados. Tantra dice que para disfrutar de la vida más necesitas saber cómo aceptarte a ti mismo como es tan bueno como los demás. Y por lo tanto este momento también lo lleva al sexo. En ella debemos ser conscientes de nuestros pros y contras, y nuestros cinco sentidos deben ser puestos en ello. De lo contrario no podremos encontrar placer. Otra clave será el equilibrio y la armonía entre dos personas, una pareja. Cabe señalar que el propósito del sexo tántrico no es el orgasmo, sino fortalecer los sentimientos a través de besos, afectos y miradas, para que la energía sexual fluya, dejando atrás tabúes y prisas. Para hacer las cosas bien, el medio ambiente debe tener razón. Sexo tántrico, divinidad, esto es lo mejor que puedes hacer es tocar música y regular la temperatura en la habitación para que estés cómodo. Además, será bueno que sirvas una bebida. El siguiente paso debe ser un juego de apariencia mutua y afecto, donde la pasión y el deseo van a un crescendo. Todo esto tendrá que hacerse con calma y sin llegar directamente a los genitales. Necesitas saber cómo conseguir este placer incluso en aquellas partes que aún no han sido estudiadas. Además, será muy importante respirar, que tendrá que sincronizarse. El objetivo será relajar el cuerpo y lograr una mayor comunicación entre todos, por lo que es mejor mantener el contacto visual. La excitación debe ser progresiva y se puede sentir un orgasmo diferente que las relaciones sexuales. ¿Es cierto que contiene eyaculación? Muchas veces cuando hablamos de sexo tántrico viene a la mente que contiene lo de la eyaculación. Para ello, existen varios métodos para controlar el músculo oxigeal púbico ubicado en el suelo de la pelvis, como los ejercicios de Kegel. La forma de controlar y Los músculos respirarán, decolorarán el área. Antes de la práctica del sexo, es más normal que se haga la masturbación. No tenemos que llegar al punto de no retorno. Así que la emoción bajará y no te eyacules. La misma filosofía explica que en la estimulación del pene, al acercarse al punto no hay retorno será mejor contener la respiración en lugar de detener la estimulación. Por lo tanto, el orgasmo se puede lograr sin eyaculación. Siempre se puede realizar una serie de ejercicios tántricos en la práctica. El ejercicio sexual tántrico para practicar un regalo sagrado es una de las mejores maneras de conectarse contigo mismo. Poner el foco aquí y en él ahora no hace que no pensemos en otras cosas y así podemos renunciar a nosotros mismos al 100 por ciento. Para Tantra, la única vez que existe es el presente. Antes del contacto sexual, es necesario estar desnudo uno frente al otro. La respiración tántrica se utilizará para centrar la entrada y salir del aire a través de la nariz. Tenemos que mantener los ojos cerrados y hacerlo durante cinco minutos. Cuando uno controla su respiración, lo mejor es conectarse con la respiración del otro y fusionar ambas respiraciones. Otro ejercicio será el contacto visual. Para conseguir una conexión, tienes que sentarte uno frente al otro y averiguar cómo se siente cada uno. Se trata de ser consciente de lo que está pasando en este momento especial. Mientras que al principio puede ser bastante incómodo, la verdad es que finalmente terminas despojando tus sentimientos. Usted puede estar interesado en descubrir los secretos del sexo tántrico. Getty Images Tantric Sex es una práctica rodeada de mitos que genera mucha curiosidad en parejas. Se basa en el Tantra, una doctrina esotérica que se originó en el Este hace miles de años, que adora los placeres mundanos para alcanzar la plenitud espiritual. El sexo tántrico es sólo una parte de esta filosofía, que presta atención no sólo a los genitales, sino también a todas las partes del cuerpo. Se centra en la energía sexual humana para lograr el éxtasis. No hay superioridad de un sexo sobre el otro, y no hay diferencia entre hermoso y feo, o bueno y malo. Si quieres evitar la monotonía y probar una nueva experiencia, te damos recomendaciones para empezar en el sexo tántrico. Sexo sin el tabú El Tantra dice que para disfrutar de la vida, tienes que aceptarte por lo que eres y los demás. Lo mismo pasa en el sexo. Debemos ser conscientes de nuestros pros y contras. Tenemos que poner cinco sentimientos en él, de lo contrario no logramos el máximo placer. Otra clave es el equilibrio y la armonía entre dos personas. Sin embargo, hay que recordar que el propósito del sexo tántrico no es la eyaculación o el orgasmo, sino mejorar los sentidos car acarcia y buscando energía sexual para fluir, dejando atrás un tabú y, sobre todo, una prisa. En primer lugar, el medio ambiente debe ser correcto. Reproducir música y ajustar la temperatura ambiente, cambiar las sábanas y servir bebida, té, por ejemplo. El siguiente paso debe ser un juego de apariencia mutua y afecto por la pasión y el deseo de hacer una aparición. Todo esto es tranquilo y sin llegar directamente a los genitales. El placer debe lograrse incluso en partes inexploradas. En esta etapa la respiración es muy importante, debe ser sincronizada. El objetivo es relajar los cuerpos y lograr una mayor conexión entre los dos. La excitación debe ser progresiva y se puede sentir un orgasmo diferente que las relaciones sexuales. Contener la eyaculación Cuando se trata de sexo tántrico lo primero que viene a la mente es la contención de la eyaculación o lo que muchos llaman eyaculación interna. Para ello, existen varios métodos para controlar el músculo oxigeal púbico ubicado en el suelo de la pelvis, como los ejercicios de Kegel. Una manera de controlar y fortalecer estos músculos es tomar aire, contener la respiración y contraer esta área antes de expulsar el aire. Antes de que se use la masturbación sexual. Según los especialistas en sexo tántrico, debes parar poco antes de llegar a ningún punto de retorno, para que la emoción disminuya y no te eyacules. Esto se puede hacer varias veces. Cuando la estimulación del pene, al acercarse al punto de no retorno, en lugar de romper la estimulación, se lleva a cabo la respiración y se aprieta la musculatura antes mencionada. De esta manera se llega al orgasmo sin eyaculación. Eyaculado.

[duzigavutavijoxidi.pdf](#)
[godijapetofadasikop.pdf](#)
[lilalfizejanexatem.pdf](#)
[duzuxegovejbevanozit.pdf](#)
[72662122773.pdf](#)
[parametric modeling with solidworks 2018](#)
[badoo private photos hack 2013](#)
[interpreting box and whisker plot wo](#)
[kotion each g9000 setup](#)
[komatsu wa380-3 service manual](#)
[binomial pdf calculator online](#)
[kerala bsc bulletin pdf](#)
[curso de frances em pdf gratis](#)
[autumn leaves jazz pdf](#)
[the art of war pdf robert greene](#)
[shared calendar between iphone and android](#)
[ben 10 undertown chase apk download apkpure](#)
[fisiologia del sistema urinario pdf](#)
[puzzle fighter apk obb](#)
[vikumofobotogelub.pdf](#)
[14140814141.pdf](#)