

Ezért jók a szexuális fantáziák

Erotikus fantáziáink tudatalattink rejtett titkairól "ránthatják le a leplet". Sokan úgy vélik, a szexuális fantáziálások, "ábrándozások" csak a magányosok, reményvesztettek menedéke. A mai szexológiai ismeretek tükrében ez egyáltalán nem így van, sőt: a harmonikus, kiegyensúlyozott párkapcsolatban élők számára is igen fontosak az erotikus ábrándozások, mert gazdagíthatják az együttlétet. Mindenképpen elmondhatjuk, hogy olyan terület ez, amelyről elég felzárkózások az ismereteink, és amellyel kapcsolatban szöges ellentétben álló véleményeket lehet hallani. Egyesek szerint a fantázia megbeszélése, kiélése növeli az intimitást és bizalmat a partnerek közt, mások szerint viszont éppen hogy ellenségességet és féltékenységet okozhat. Próbáljunk meg egy kicsit többet megtudni erről az izgalmas dologról!

Fantáziáljunk!

Először is leszögezhetjük, hogy az ábrándozás az emberi szellem elidegeníthetetlen része. Igen fontos szerepet játszik már gyermekkorban is, a mesék, szerepjátékok mind-mind ennek termékei és megnyilvánulásai. Közismert dolog, mennyire fontos az ilyesmi az intellektuális fejlődésben, hisz ki ne lenne büszke csemetéjére, ha az a legvadabb, legérdekesebb ötletekkel, történetekkel áll elő...

A gyermekkor elmúlásával általában csökken a fantáziálásra való hajlam, de még azoknál is, akik látszólag teljesen racionálisak, megmarad egy területen: az álmokban.

Térjünk át most magukra a szexuális tárgyú ábrándképekre. Hogyan is nyilvánulnak meg, és mit jelentenek ezek valójában? Nem egyszerű válaszolni erre a kérdésre, egyrészt azért, mert rendkívül sokrétű lehet a tárgyuk, másrészt pedig sokan szégyellnek beszélni az ilyesmiről, attól tartva, kellemetlen dolgokat árulnak el magukról.

A férfiak és nők fantáziavilága nem különbözik alapvetően

Az erősebb nem képviselőinek agysejtjeit a következők mozgatják meg leginkább: szeretkezés a meglévő partnerrel; orális szex (mindkét válfajában); szeretkezés több nővel; uralkodó helyzet; passzív, alávetett helyzet; valamilyen régebbi élmény felelevenítése; mások kukkolása, új szexuális pozíciók.

A hölgyek agya is hasonlóan működik, bár a sorrend különböző: szeretkezés a meglévő partnerrel; valamilyen régebbi élmény felelevenítése; új szexuális pozíciók; orális szex (mindkét válfajában); alávetett helyzet; "ellenállhatatlan vagyok" szituáció; szeretkezés egy új partnerrel; végül pedig: valamilyen tiltott dolog megvalósítása.

Erotikus fantáziáink néha tudatalattink rejtett titkairól "ránthatják le a leplet", míg néha csak olyasmiről van szó, amit a valóságban nem mernénk, vagy nem tudnánk megtenni, például nyilvános szeretkezésről vagy egy ismert színésszel, színésznővel eltöltött

pásztoróráról.

Gyakran fordul elő, hogy férfiak olyan szexuális kalandokat élnek át fantáziavilágukban, melyek során alávetett vagy passzív helyzetben vannak. Ez annak jele, hogy szívesen vennének részt izgalmas erotikus szórakozásokban úgy, hogy semmilyen felelősséget se kelljen közben vállalniuk.

Felmerül a kérdés, hogy mit jelent az, ha képzeletben mással vagyunk együtt, nem pedig a partnerünkkel. Sokan úgy értelmezik az ilyesmit, hogy kiürült, unalmassá vált a meglévő kapcsolat, az álmódosítást pedig egyenlőnek tartják egy félrelépéssel. Semmi okunk erre gondolni! Vizsgálatok kimutatták, hogy azok az emberek, akik más partnerről fantáziálnak, általában stabil, boldog kapcsolatban élnek. Épp ez a stabilitás teszi lehetővé, hogy az agy nyugodtan elkalandozhasson, kiélhessen olyan gondolatokat, amelyekre a test sohasem szánna el magát.

Fantáziáljunk nyugodtan, jót tesz!

Melyek az előnyei az ilyen gondolatoknak? Közismert dolog, hogy sok ember számára a szex az agyban kezdődik. (Vagy ahogy mondani szokták: az agy a legfontosabb nemi szervünk...) Fantáziánk beindulása lehetővé teszi, hogy már akkor készen álljunk a szerelemre, amikor fizikailag még nem is történt semmi...

Szintén elég nyilvánvaló, hogy az élénk képzeletvilág megújíthatja, érdekesebbé teheti megszokott kapcsolatunkat. Ez különösen akkor előnyös, ha társunk nem annyira "kalandos" és újítókedvű, mint mi vagyunk.

Egyesek nem szívesen kísérleteznek az ágyban - számukra fontos, hogy gondolatban kiélhessenek bizonyos szerepeket, és növeljék önbizalmukat.

A legizgalmasabb és legfontosabb dolog önmagunk megismerése. Relaxáljunk, dőlünk hátra kényelmesen és hagyjuk, hogy agyunk szabadon kalandozzon - hamarosan kiderül, mitől "indulunk be".

Élvezzük tehát nyugodtan szexuális fantáziáinkat, biztos, hogy kapcsolatunk profitálni fog belőle. Lehet, hogy érdemes gondolatainkat megosztani partnerünkkel, de ezzel legyünk elővigyázatosak. Először általánosságban teszteljük a társunk reakcióit, és csak ha úgy látjuk, pozitív hatást tesz rá, amit hall, akkor avassuk be a részletekbe.

Forrás: Patika Magazin

Mennyi idő kell a csúcsig

A női orgazmus titkát sokan kutatták és próbálták megfejteni. Most megtudhatod, valójában mire és mennyi időre van szükség az eléréséhez.

Meddig tartson az előjáték?

Szakemberek szerint ahhoz, hogy a szexuális együttlét valóban egymás kényeztetéséről és odaadással szóljon, az előjátéknak megközelítőleg 21 percig kell tartani. Ehhez persze az sem árt, ha már jól összeszokott párost alkottok. Különösen azoknak fontos ennyi időt szentelni a "bemelegítésre", akik alapvetően is nehezebben jutnak el a csúcsra. Ha a partnered ugyanakkor jobban szeretne azonnal a dolgok közepébe vágni, mondd el neki, hogy mindkettőtök számára örömtelibb lesz az élmény, ha kellő időt szántok a babusgatásra is. Ha még ez sem győzné meg,

emlékeztessd, hogy egyetlen foci csapat játékos sem lép a pályára alapos bemelegítés nélkül!

Ha te magad szeretnél gyorsítani az előjátékon, könnyedén megteheted, ha már órákkal az esti együttlét előtt ráhangolod magad a párodra. Arra neked kell rájössz, hogy fantáziádat és vágyaidat milyen módszerrel tudod a leginkább beindítani...

Mennyi idő kell, hogy a csúcsra juss?

Ha az előjáték kellően felizgatott, akkor attól függően, hogy párod milyen módszerekkel is juttat el a csúcsig, nagyjából 5-30 percre lehet szükséged. Ez természetesen szintén összetett kérdés, és több mindentől függ. Például jelentősen meghatározza,

hogy milyen hangulatban vagy, hogy milyen ingerek érnek, hogy milyen "edzettségi szinten" állsz és nem utolsósorban az, hogy mennyire kíváncsi a partnered.

Az, hogy nem éled át a gyönyört minden alkalommal, nem azt jelenti, hogy már igazából izgalomba sem tud hozni a párod, hanem sokkal inkább azt mutatja, hogy vagy nem szenteltetek kellő időt a kényeztetésre, vagy a kedvesed esetleg nem jó irányból közelített feléd. Jó, ha tudod, akár naponta is változhat, hogy mennyi időre van szükség az orgazmushoz, így érdemes gyakran próbálkozni! És természetesen az sem árt, ha óvatosan párod tudtára adod, hogy mit és hogyan is szeretnél tőle.

Forrás: elixironline.hu

