

Egyensúly a hálószobában

Pároddal szeretitek egymást és szeretnétek összebújni. De mi van akkor, ha csupán a szexről értetek egyet, de hogy mikor és hogy milyen gyakran arról nem?

A libidó ingatag dolog. Ezer elkoptatott közhelyet olvashatunk róla: a férfiak állandóan a szexre gondolnak, a nők meg fejfájást színlelnek, ha ki akarnak bújni alóla stb. A valóságban azonban számos más tényező befolyásolja azt, mikor akarja a szexet a férfi és mikor a nő. De mit tudsz olyankor tenni, hogyha egyikőtök kívánja a szexet, míg a másik nemet mond?

A háttérben rejlő problémák

Amennyiben a szexuális aktivitásokat és a libidótok nincsen szinkronban, mindenképp előtte a háttérben húzódo esetleges párkapcsolati problémákat kell feltárni.

Ha az egyik fél megbántottnak érzi magát valami miatt, nem valószínű, hogy van kedve szerelmeskedni. A nők különösen hajlamosak megtagadni a szexet partnerüktől, mint egy büntetésképpen, ha haragudnak rájuk, mivel gyakran kötik össze a szexualitást az érzelmi állapotokkal. Ez máshogy működik a férfiaknál. Persze fontosak az érzelmek is, de a szex náluk inkább fizikai dolog. Ami végül is jól is elsülhet, még ha nincs is hangulatuk hozzá. Csak meg kell találni a módját, úgy is mondhatjuk, „meg kell nyomni a indítógombot” és több mint valószínű, szerencséd és sikered lesz, és eléred, amit akarsz.

Elfoglalt nő, elfoglalt férfi

Az ideges, zsúfolt napirend is befolyásolja a nemi vágyat. Gyakran lehet hallani ugyanazt a történetet, a nők sokszor túlságosan kimerültek a szexhez. Ha az elméd lefoglalja sok más egyéb dolog - gyerekek, munka, barátok, család – már egyszerűen nem marad idő a szexre gondolni sem.

Minden nap lopj el fél órát, amit csak magadra fordítasz, ennyi a titok. Ez lehetővé teszi, hogy ráhangolódj a szexre. Már valami egészen egyszerű tevékenység, mint például egy bevásárlás is segíthet, hogy megnyugodj lazább és nyitottabb légyél az együttlétre. De ne feledd, a férfiak élete is tele van stresszforrással. Ha az ember folyton a munka vagy a pénz miatt aggódik, teljesen elveszíteti szexuális étvágyát.

Bizalmi válság

Gyakran úgy gondoljuk, csak a nők aggódnak azon, hogy valamit rosszul csinálnak az ágyban, pedig a férfiak is rágódnak ezen. Minden férfi szeretné azt gondolni, hogy ő a kiskakas a szemétdombon az egyetlen „hím”, aki ki tudja elégiteni a nőt. Ha valamit jól csinál, mondd el a párodnak, dicséred meg. Amikor valamit rosszul tesz, óvatosan javasold neki, mit változtasson, vagy vezesd gyengéden te a kezét.

Ha nem teszel semmit, csak mozdulatlanul fekszel, mint egy darab fa, várod, mikor lesz már vége, ezt biztosan meg fogja érezni partnered, a bizalma sérülni fog, és valószínű ez a libidót is rosszul fogja érinteni. Figyelj oda partneredre! Érdekes, hogy nagy része azoknak a férfiaknak, akik másik nővel kezdenek

viszonyt, leginkább azért teszik ezt, mert azt a figyelmet és törődést keresik náluk, amit otthon nem kapnak meg.

Adni és kapni

Ha a probléma egyszerűen hormonális – benned „tombolnak”, amikor benne nem – itt az ideje a kompromisszumnak. Egyes kutatások kimutatták, hogy a férfiak jobban kedvelik a reggeli szexet. Amennyiben te éjszaka szeretnéd, ez bizony probléma lehet. Meg kell ismernetek egymást, elfogadni egymás különböző igényeit, különben az elutasítás után érzett csalódottság hamar akár haraggá is válhat.

Próbálj ki alternatívákat, csináljátok reggel is és este is. Úgyanez van, ha párod legszívesebben minden nap ágyba bújna veled, míg te inkább „egyszer egy héten” - típus vagy. A kommunikáció létfontosságú. Amelyik fél kevesebbet akar, képes legyen megértetni párjával az okokat, és biztosítsa őt afelől, hogy ebben nincs semmi személyes.

Hullámvasút

A kommunikáció kulcsfontosságú tehát, míg a csend és a problémák elhallgatása csak félreértéseket eredményez. Mint mindenhol a szexuális életben is van lent és fent. Mindannyian túléltünk már nehezebb időszakokat, amikor kissé alábbhagyott a szexuális vágyunk.

Ne írd le a szexet, nem biztos, hogy veled is ez fog történni. Beszéljétek át a dolgokat, minden apróság



fontos lehet. Változtassatok. Próbáljátok ki új helyeket, szerepjátékokat, de akár néhány segédeszköz is teljesen új dimenziót nyithat a szexuális életetekben.

A legfontosabb, légy kedves, és megértő a partnereddel. Kezeld úgy őt, mint egy szerelmes társat, ne mint egy házastársat, még akkor is ha valóban házastársok vagytok, vagy együtt éltek. Szexuális lényként tekintsd rá, ne úgy mint arra, akivel csupán a számlákon osztottok, csak ekkor lehet teljes a siker.

A szerelem és a szex megválaszolt kérdései

A szerelem és a szex terén igen sok kényes kérdés merül fel. Előző számunkban megpróbáltunk megválaszolni egy párat, mely talán a legtöbb olvasót érdekelheti. Lássuk, mi izgathatja még fantáziánkat és mit nem merünk másoktól megkérdezni...

Miért népszerűtlen olykor a gumi óvszer?

Az izzó szenvedély pillanataiban sokak számára kínos és terhes, hogy ilyen "földhözragadt" dolgokkal kell matagni. Egyetlen ellenszer a sok gyakorlás, hogy rutinra tegyünk szert az óvszer használatával kapcsolatban, s ha ennek ellenére elsőre nem sikerül - ne vessünk egy jót párunkkal együtt!

Miről álmodik a férfi, ha alvás közben izgalmi állapotba kerül?

Nem feltétlenül egy nőről, hiszen az éjszakai erekció a szervezet teljesen önkéntelen reakciója. A "reggeli merevedés"-nek is hasonló oka van. Nőknél is megfigyelhető néha, hogy nyugalmi állapotban nagyobb fokú a vaginálisváladék-kiválasztás, mely azonban csak keveseknek tűnik fel.

Mit szeretnek a férfiak legjobban?

Az orális szexet. De csak akkor, ha partnernőjük jól ért ehhez. Itt is fontos a gyakorlat és az, hogy senki se szégyellje magát a másik előtt. Óvatosan a foggal, a fogsor fölé húzott ajkak megakadályozzák az esetleges sérüléseket.

Mit érdemes feltétlenül kipróbálni?

A lábujjak nyalogatását. A férfi nyelvvel simítsa végig asszonya ápoltság(!) lábujjait! (Próbáljuk meg komolyan venni, megéri!) Finom módszer és garantáltan izgató. A nők minden egyes lábujja olyan érzékeny, mint a férfi erogén zónái. A gyakorlott szerető együttlét előtt partnernőjét lábmasszírozással kényezteti!

Valóban rossz hatással van-e a depresszió a szexuális kedvre?

Igen, hiszen egy depressziós ember fásultsága szexuális területen is megmutatkozik. Ha viszont a depressziót kezelik, és javulás tapasztalható, a jobb hangulat hatására visszatér a szexuális étvágy is.

Igaz-e, hogy az orr nagyságából következtetni lehet a hímvesző nagyságára is?

Nem feltétlenül, azonban ha tágabb értelemben nézzük, mindkét szerv a végtagokhoz tartozik. S ahogy egy hosszú karú embernek általában a lábai is hosszúak, ez más végtagokra is vonatkozhat. Egy nő számára azonban ne az legyen a legfontosabb, hogy mekkora a társa intim szerve, hanem az, hogy mire képes vele, érzelmileg mit képes nyújtani.

Igaz-e, hogy a teltebb hölgyek felhőtlenebbül élvezik a szexet?

Így van, hiszen szex közben nem pocskólnak energiát arra a kérdésre, hogyan is néznek ki. Ezzel szemben sok vékony nő, akinek minden szexuális vonzereje kimerül abban, hogy állandóan arra figyel, hogyan tartsa meg alakját, csökkentheti élvezetét azáltal, hogy nem képes teljesen elengedni magát, hiszen állandó önkontroll alatt áll.

Színlelhetjük-e az orgazmust?

Ha feltétlenül szükséges, igen. Hogy társunk ebből semmit ne vegyen észre, tartanunk kell magunkat a megszokott "formák"-hoz. Nagyon fontos azonban, hogy ezek az egyedi esetek ne váljanak szokássá!

Tipp: időnként nem árt kibillenni a rutinból, és valami vad, szokatlan pózt, helyzetet is kipróbálni. Ezzel sokáig ébren lehet tartani a vágyat.

– folytatjuk –

Forrás: szenvedely-erotika-sex.com