

SEDUCCIÓN

En la seducción, cuando no hay confianza con la persona que intentamos seducir, cuando no es la pareja habitual, hay que jugar con las miradas, siendo discreta. Si compruebas que hay "feeling" en las miradas, intenta acercarte y conversar. Es importante escuchar activamente, mostrando interés, mirando a la cara, haciendo alguna pregunta.

La seducción con la pareja:

- Podemos trabajar durante todo el día la seducción: miradas, gestos, llamadas, mensajes. La buena conexión durante el día, en lo cotidiano, facilita la buena conexión en el sexo.
- Mantén interés en las conversaciones, haz preguntas sobre lo que te cuenta y mantente atenta/o a las respuestas. Busca el equilibrio en la conversación. Hay que hablar de asuntos de interés de ambos.
- Los mensajes pueden provocar deseo sexual. Envía "sms" o emails con textos seductores, expresando lo que sientes por tu pareja, o con propuestas e instrucciones sexuales. O con recuerdos de buenos momentos juntos, o con piropos. Si te hacen falta ideas para expresarte, inspírate en novelas o pelis que te gusten.
- De vez en cuando, para una sesión sexual, crea un ambiente propicio: música, perfume, aceite masajes, bebida, lubricante, velas, juguetes, flores, comida...
- Es bueno ralentizar las caricias, cultivando los sentidos. Siente cada caricia en cada rincón de tu cuerpo. A los besos, mimos y caricias hay que dedicarles tiempo.
- Los juegos de acercamiento íntimo ("preliminares") en una relación sexual están relacionados con la seducción.
- Alarga mucho tus besos y abrazos, minutos, horas...
- Otras veces vete directo al grano: cuando llegue a casa, sorprende a tu pareja llevándola directamente hacia el dormitorio y "acosándole" sexualmente.
- Equilibra lo romántico y lo lascivo.
- Comunica tus gustos a tu pareja: confiesa tus preferencias.
- Hazle regalos que le gusten, no olvides la presentación.
- Usa el lenguaje para seducir: descríbele al oído la acción sexual que estéis haciendo, cuéntale lo que le harás después o le que te gustaría hacerle.

Puede ser que tú no necesites muchas de las cosas aquí sugeridas, pero puede ser que algunas de ellas gusten a tu pareja.

El ritmo de vida hoy suele ser acelerado, pero hemos de buscar la manera de hacer un hueco para el placer: cuida tu placer y el de tu pareja, dedícale tiempo.

La seducción no es para cansados ni para vagos. Hay que trabajarla, pero aporta mucho beneficio a las relaciones.

La imaginación erótica se alimenta de una gran cantidad de sentimientos que están lejos de lo "correcto": agresividad, lujuria, poder, venganza, egoísmo, celos. En las fantasías podemos llevar a cabo aquello que no nos atrevemos en la vida real.

INCITAR, PROVOCAR

Ideas para provocar deseo:

- En un sitio público, meteos mano con discreción: cine, mostrador de un bar, mesa de restaurante...
- Tener una larga sesión en la que solo estén permitidos los besos y caricias no genitales.

- Posibles juegos para desnudarnos:
 - o Yo te desnudo a ti lentamente. Luego o en otra sesión, tú a mí.
 - o Yo te desnudo a ti arrancándote la ropa. Luego o en otra sesión, tú a mí.
 - o Nos vamos desnudando prenda a prenda simultáneamente.
 - o Yo me desnudo para ti . Luego tú para mí.

Se pueden tener variantes: el que desnuda puede estar desnudo o vestido. Quien sea desnudado/a puede tener derecho a tocar o no al desnudador.

Cuida tu aspecto para tu pareja: no solo la higiene, también la ropa, la lencería. Ponerse guapo/a es parte del juego sexual.

Consejos para besar:

- Cuidar el aliento: higiene bucal. Puedes usar chicles, caramelos...
- Hidratar los labios, la sequedad en los labios no es sensual.
- Controlar la salivación.
- Ser moderada con los cosméticos en la cara.
- No uses tu lengua con mucha profundidad. Ni la pongas rígida. Ni recorras las encías de tu pareja con ella.
- Acompaña tus besos con caricias de tus manos en la cara y en el pelo.
- Recorre con tus labios sus labios, su cara, sus hombros, lóbulos...
- Varía la presión, puedes rozar o usarlos con intensidad.
- Succiona y mordisquea.
- Provoca con tu lengua a la suya y luego escóndela.
- Besa a tu pareja acosándola contra la pared.
- Susúrrale en la boca a la vez que le besas: cosas lascivas, de amor, de lo que estáis haciendo o de lo que vais a hacer.
- Dile que deseas besar su sexo, acércate pero luego hazle esperar.

Apuntes para jugar a los masajes:

- El masaje es una buena manera de empezar una sesión sexual.
- Usa aceites de masajes y caliéntalos antes de aplicarlos. Puedes calentarlo metiendo el bote en agua caliente, o frotarlo en tus manos antes de aplicarlo. También los hay que generan calor al aplicarlos.
- Cuida el escenario: temperatura, luz y sonido adecuados, que os gusten.
- Recuerda la simetría del cuerpo, lo que haces en un lado repítelo en el otro.
- Masajea cada rincón del cuerpo de tu pareja: espalda, nalgas, piernas, pies, manos, pecho, cabeza, genitales.
- Una/o da el masaje y el otro/a lo recibe. Mejor dejar para otra sesión el cambio de papeles.

Explorar los cuerpos:

- Si conoces bien tu cuerpo y el de tu pareja, puedes mejorar tu sexualidad.
- Hay que tener claro que tenemos derecho al placer sexual.
- Hemos de aceptar nuestros cuerpos y gustarnos.
- Dedicar tiempo a conocer tu cuerpo, explora los rincones.
- A los genitales dedícales especial atención: explora con ojos y manos, usa un espejo. Fíjate los cambios de forma y color, antes, durante y después de la excitación. Lo que no llegues a ver, pálpalo.
- Mastúrbate con regularidad.
- Haz lo mismo con el cuerpo de tu pareja.
- Contaos lo que habéis descubierto de ambos cuerpos. Mostraos lo que os gusta y lo que no.
- No finjas nunca un orgasmo.

- No te obsesiones con tu orgasmo ni con el de tu pareja...pero eso sí, no dejes de buscar el placer.

www.sexoguay.com informa

Bibliografía: Sexo la guía definitiva de Em & Lo