



La tècnica per arribar a l'orgasme només amb la ment

[inici centrareport] Es pot arribar a l'orgasme només amb la ment? Segons diversos estudis fets en els darrers anys, podem arribar a experimentar una sensació molt similar a la del clímax utilitzant només els pensaments.

El 1992, per exemple, un grup d'investigadors va realitzar un estudi en què "mesurava" les respostes dels participants en tenir un orgasme mental. **Conclusió?** Aquest tipus de plaer també genera lubricació, augment de la pressió sanguínia, acceleració del cor... Igual que passa quan experimentem un orgasme físic.

I com es pot arribar a l'orgasme només amb la ment? A través de la respiració i l'energia orgàsmica. Almenys així ho assegura Barbara Carrellas, sexòloga i educadora. La seva tècnica consisteix en concentrar l'energia i la respiració a l'estómac. Un cop fet, recomana moure els malucs amunt i avall, al ritme de la nostra respiració. Tot això ha d'anar acompanyat de pensaments eròtics i de molta concentració: d'estar totalment centrats en nosaltres mateixos.

El cert és que arribar a l'orgasme només amb la ment no és senzill, **però els que ho han provat asseguren que és una sensació molt plaent i un "entrenament" per millorar les relacions sexuals.**

[ficentrareport]