



Què és el sexe tântric i 5 claus per iniciar-se

[inici centrareport] Segur que alguna vegada has sentit parlar del sexe tântric i has tingut una mica de curiositat. Fins i tot pot ser que t'hagis plantejat practicar-lo. **Amb aquesta guia t'ajudarem a comprendre millor en què consisteix i com iniciar-te en la seva pràctica.**

Primer de tot, què és el sexe tântric?

El sexe tântric és una pràctica basada en el tantra, **una filosofia** de vida d'origen oriental que utilitza l'energia sexual per aconseguir una connexió amb tu mateix. Va sorgir fa més de 4.000 anys a l'Índia i el Tibet, com una forma de protesta contra la religió, que afirmava que per aconseguir la il·luminació, s'havia de rebutjar la sexualitat.

El tantra busca expandir la consciència de l'ésser humà i connectar-lo al món espiritual. El sexe tântric **té més a veure amb un enfocament mental que amb una tècnica específica.**

A diferència del **sexe tradicional**, que està principalment dirigit a l'orgasme; el sexe tântric deixa l'ejaculació en un segon pla i dura hores i hores. És un viatge la destinació del qual no és l'orgasme, sinó gaudir del viatge en si mateix, una mentalitat molt espiritual.

Per a practicar sexe tântric, necessites una parella amb la qual tinguis molta confiança, ja que la finalitat és experimentar amb total intensitat cada **sensació mitjançant carícies i massatges mutus.**

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','exco-sdk'));
```

```
[/playbuzz]  
[fi centrareport]
```