



# Passos per tenir un orgasme a través de la meditació

[inicentrareport]L'especialista en sexualitat Liz Goldwyn explica a *Poosh* que és possible **arribar a l'orgasme sense tocar-te**. La teva ment és capaç de fer-te sentir molt més plaer del que creus, simplement has de focalitzar-te en el moment present i en les teves sensacions. **A continuació, t'expliquem els passos a seguir:**

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

[/playbuzz]

[ficentrareport]