



TENDÈNCIES | Redacció | Actualitzat el 06/12/2023 a les 10:00

La pràctica sexual que enfortirà el vostre vincle

[inici centrareport] El **bondage** és una pràctica eròtica que consisteix en la **immobilització del cos a través de cadenes, cordes, esposes o teles**.

Segons expliquen des de *Poosh*, **aquesta pràctica té molts beneficis per la parella**, malgrat que pugui semblar molt poc romàntica.

1. Redueix l'estrès

"La parella submisa pot trobar que el joc de bondage és alliberador i catàrtic, ja que allibera inhibicions i **rendir-se pot ajudar a alleujar l'estrès, les emocions compostes i els patrons de pensaments negatius**".

2. Enforteix la connexió romàntica

Aquesta pràctica **permet estar molt present en el moment**, fet que facilita la connexió amb la parella. Amb la pressió de la corda sobre el cos, la sensació de les esposes als canells o la carícia de la tela, és molt més fàcil **estar connectat/da amb el teu cos**.

3. Permet experimentar sensacions i sentiments nous

Tant la persona submisa com la dominant experimenten moltes sensacions i sentiments realitzant aquesta pràctica. És important **concretar els límits, que hi hagi confiança i que la comunicació sigui fluida**.

[fi centrareport]