



*“Al mio uomo piacciono molto i preliminari e tutte le coccole prima di fare l’amore, mi potrebbe dire come fare per farle durare più a lungo senza ‘rovinare’ quello che viene dopo?” Demetra*

I preliminari o “coccole intime” sono una parte fondamentale della sfera sessuale e andrebbero protratte il più possibile. Per preliminari s’intendono tutti quei comportamenti come baci, carezze che precedono la penetrazione e dove solitamente i due partner si stimolano per raggiungere l’eccitazione. Si tratta di una parte fondamentale del rapporto, anche se alcune persone tendono a considerarle una perdita di tempo: niente di più sbagliato, soprattutto per quelle persone che amano questa fase proprio perché fondamentale per aumentare il desiderio!

Per rispondere alla sua domanda su come fare per far durare i preliminari più a lungo evitando di rovinare tutto prima della penetrazione e per renderli un momento stimolante, è importante partire dalla prima regola fondamentale: i preliminari non cominciano sotto le lenzuola! Al contrario, possono cominciare anche durante la giornata, così da creare un’attesa talmente elettrizzante da far crescere il piacere del partner a dismisura.

Ovviamente il consiglio è di stimolare il suo partner prima con la mente e poi con il corpo. Gli invii qualche sms piccante e audace durante la giornata o qualche foto stuzzicante come dei lembi della sua pelle che lui dovrà indovinare.

Se il suo partner invece ama le sorprese, e anzi si eccita grazie al dubbio e all'incertezza, il classico gioco del negarsi talvolta funziona! Dunque, se il suo partner è così, provi a evitarlo sia durante la giornata che al rientro a casa, ma ovviamente lo faccia in modo sexy! In questo modo sarà lui a cercarla, ma al tempo stesso lei si troverà con in mano le redini del gioco!

Deve dedicare molta attenzione e cura anche per creare l'atmosfera giusta. Le fornisco qualche dritta per trasformare i momenti che precedono un rapporto sessuale in qualcosa di memorabile:

- il primo consiglio riguarda il massaggio intimo: si munisca di olio lubrificante o una crema e accenda la passione con un favoloso massaggio, oppure con carezze rese ancora più intriganti grazie agli oli che sprigionano aromi inebrianti;
- anche il ritmo è fondamentale! È sempre molto più eccitante che le carezze siano date in un clima lento e rilassato per rallentare e creare un momento di grandissima intensità!
- Parlare può essere un ottimo afrodisiaco: ad esempio ascoltatevi reciprocamente e cercate di soddisfare e solleticare le vostre fantasie!
- Provi anche solo a sfiorare il suo partner sulla pancia o sulle gambe, ritardando sempre di più il momento che lui sta sicuramente aspettando. La passione arriverà alle stelle!
- Fondamentale come ultimo consiglio: ricordate che i preliminari non sono la fine... ma l'inizio o meglio "il fine" della intimità.