



COMO DAR  
**MASAJE**

*Lántrico*

A TU MUJER

Calienta el Ambiente

# Cómo Dar Masaje Tántrico A Tu Mujer

## **Masaje Yoni Para La Mujer**

En el masaje del Yoni, la liberación mental en la pareja debe ser total. La finalidad del masaje Yoni no es el orgasmo (aunque es totalmente aceptable y deseable, no es el último para el éxito de nuestros esfuerzos). El objetivo de este masaje es poder dar placer y el masaje en sí mismo.

Evidentemente, el orgasmo no es algo a despreciar durante el masaje. Diríamos que es un plus. Además, el orgasmo durante un masaje Yoni es más completo, placentero, satisfactorio e intenso. Una experiencia maravillosa. La persona que está dando el masaje no debe esperar nada como retribución, más allá del placer propio de estar dando y compartiendo el momento con la persona amada. Esta perspectiva abre la mente a un nuevo tipo de sexualidad.

## **Preparación Para El Masaje Yoni**

Tenemos que preparar el ambiente para el masaje, de manera que la experiencia sea la apropiada para que todo resulte en un relax total. Debemos crear un espacio un sitio que nos permita sentirnos cómodos y en contacto con nosotros mismos.

El masaje lleva su tiempo y debe ser respetado. No podemos apurar el masaje, sino que hay que darle todo el tiempo necesario para que sus efectos sean todo lo poderosos que deseamos.

Debemos conectarnos con nuestra pareja, mediante el contacto físico: abrazándonos y acariciándonos.

## **La Posición y Respiración**

La mujer debe estar acostada sobre su espalda, en una posición confortable, con una almohada bajo su cabeza, de forma que pueda mirar hacia la zona de sus genitales y, a la vez, a su pareja. Coloca otra almohada bajo su cintura. Las piernas abiertas, con las rodillas ligeramente dobladas.

El que da el masaje debe sentarse entre las piernas de su pareja. Lo importante de la posición es que pueda tener completo acceso al Yoni, y también a las otras partes del cuerpo de su compañera. Antes de comenzar, tenéis que respirar profundamente, una respiración relajante que os preparará para el masaje. Durante todo el masaje, debéis mantener una respiración profunda, lenta y estar absolutamente relajación.

## El Masaje Tântrico

Para comenzar, masajearemos el abdomen, los muslos y los pechos de nuestra pareja. Esto será una introducción relajante a la vez que entramos en contacto con el Yoni.

En este momento colocaremos una pequeña cantidad de aceite o lubricante en el montículo del Yoni. La cantidad debe ser precisa, la justa para que se derrame sobre el labio exterior y cubra la parte externa de la vagina.

En este momento comenzamos a masajear de forma suave el montículo del Yoni, y los labios externos. Con mucha delicadeza, cogemos el labio exterior con el pulgar y el índice, casi sin presionar, con suavidad y recorremos todo su largo de los dos labios, en forma ascendente y descendente.

Hacemos lo mismo con los labios interiores, en la misma forma, pero aún con más suavidad. La chica, que recibe el masaje, puede masajearse a sí misma los pechos. Puede comentar al chico lo que siente y como el masaje la está afectando, diciéndole si la velocidad, suavidad, presión, etc. son las correctas. Para aumentar las sensaciones, debéis miraros a los ojos tanto como sea posible.

Ahora continuamos masajeando el clítoris. Aquí los movimientos deben ser suaves circulares y controlados, dando pequeños golpecitos de vez en cuando. Cogemos el clítoris entre nuestros dedos y lo presionamos suavemente.

Atención ahora, con mucha suavidad introduciremos nuestro dedo medio de la mano derecha dentro del Yoni. Esto es importante, la mano derecha, no la izquierda, ya que se relaciona directamente con la polaridad en el Tantra y es de suma importancia para el buen resultado final.

Con mucha delicadeza, exploramos, masajeando suavemente el interior de la vagina. No hay que aumentar la velocidad enloquecidamente. Hay que ir variando la velocidad, la fuerza, la forma y la presión de los movimientos que vamos realizando.

Rotamos nuestra mano, para que la palma quede mirando hacia arriba. Movemos nuestro dedo, llevándolo desde la posición extendida hacia la palma de nuestra mano, doblándolo lentamente y sin hacer excesiva fuerza. Es como si estuviésemos pidiendo a alguien que se nos acerque. Notaremos una zona de tejido esponjoso que se encuentra justo debajo del hueso pélvico y detrás del clítoris.

Este es el famoso punto G, conocido en el tantra como punto sagrado. Una vez en este punto, podemos hacer movimientos circulares, de adelante hacia atrás o de un lado hacia el otro. También podemos insertar el dedo que se encuentra al lado del medio. Esto debería proporcionar más placer y excitación en la mujer.

Otra variable llegados a este punto (que deberemos consultar con la persona que está recibiendo el masaje) es introducir el dedo meñique en su ano, mientras seguimos con el masaje. Si lo realizamos necesitaremos usar lubricantes y ser aún más suaves. La verdad es que la chica puede tener un orgasmo durante el masaje.

Incluso varios orgasmos, cada uno más fuerte que el anterior. Esto es lo que en Tantra se conoce como “tomar la ola”. Muchas mujeres pueden aprender a ser multiorgásmicas mediante el masaje Yoni, si tienen la suerte de tener un compañero dedicado y paciente, que les dé toda la atención que necesitan y merecen.

Cuando nuestra pareja nos lo pida, la dejamos reposar en el sitio, tranquila, disfrutando de lo que ha sido el masaje. También podemos abrazarla.

Si logras dominar el masaje Yoni y otras técnicas Tantra, lo cierto es que tu vida sexual se verá inmensamente enriquecida y aprenderás muchísimo sobre la sexualidad femenina.

## **Masaje Lingam Para El Hombre**

Como ya hemos dicho en otra sección, Lingam es la palabra sánscrita para denominar el órgano sexual masculino. Este masaje tiene como finalidad relajar al hombre y acercarlo a su lado más sensible.

El masaje tántrico del Lingam fortalece el vínculo de intimidad de la pareja, y además ayuda a arreglar o sanar alguna mala experiencia relacionada con el sexo. Por ello, el orgasmo y la eyaculación no son la finalidad de este masaje. El objetivo final es la exploración de una nueva forma de placer, no condicionada por factores estereotipados, como ese momento de clímax.

Para la consecución de este masaje es importante una preparación tanto física como espiritual. Para comenzar con el masaje y preparar el ambiente en la pareja y crear una conexión, es preciso empezar con un acercamiento previo, caricias tiernas, abrazos y mirarse a los ojos, con la idea de derribar los obstáculos o fronteras que estén separando a la pareja.

El hombre debe recostarse sobre su espalda, encima de almohadones que le levanten el torso y la cabeza. La postura debe ser cómoda, con las rodillas un poco dobladas y sus piernas deben estar separadas. Los genitales totalmente expuestos para que el masaje sea totalmente efectivo.

Vamos a comenzar el masaje propiamente dicho: La persona que va a darlo coge un poco de lubricante sexual y lo esparcirá tanto por el Lingam como por los testículos. Debe iniciar el masaje en los genitales y en el escroto, haciendo que área se relaje toda la zona. Ahora, acaricia suavemente el perineo (que se encuentra entre los testículos y el ano).

Al llegar a este paso hay que ser especialmente cuidadoso, ya que es una zona que casi ningún hombre heterosexual ha permitido que le toquen nunca.

Ahora procede a acariciar el Lingam, variando la presión y la velocidad, para que variar la intensidad y aumentar el placer. Con tu mano derecha, presiona la base del Lingam. Desliza tu mano de arriba a abajo, pero alternando con la mano izquierda. Mantén estos movimientos, y después empieza a presionar la cabeza del Lingam. Pero sigue alternando lo de las manos.

Masajea de la cabeza del Lingam como si se fuera a exprimir una fruta. Con esta maniobra la erección puede perderse un poco, pero no es grave, es totalmente normal. De hecho es muy positivo si se ve desde el Tantra: es como pasear por todo el espectro del placer. A estas alturas el momento del orgasmo se acerca, así que debes detener un poco la estimulación, pues recuerda que este no es el objetivo.

Para el masaje o sexo tántrico alargar lo más posible la eyaculación es una forma de obtener más placer. Con ello también despertamos el Kundalini (flujo energético en el cuerpo humano). Además, esta prolongación del masaje es una buena forma para intentar que el hombre se convierta en multiorgásmico.

Ahora masajea el Punto Sagrado, Este se encuentra entre el ano y los testículos. De forma suave, es una zona delicada y no debemos causar dolor. Este masaje se hace con la izquierda: acaricia el Lingam con la derecha.

Puedes buscar el Punto sagrado internamente por el ano, sin embargo esto debe ser con la total aprobación del hombre. Si él ha aceptado, entonces usa lubricante, introduce el dedo y busca el punto, moviendo el dedo hacia tu palma. Si él te lo pide, puedes estimular el Lingam al mismo tiempo, pero recuerda, sin que llegue al orgasmo.

Cuando sienta deseos de llegar al orgasmo, hazlo, pero recuérdale que debe respirar mientras lo experimenta, para que el momento sea increíblemente placentero.