

SECRET FANTASY RITUAL

VORBEREITUNG

SCHAFFE DIR EINEN SICHEREN, UNGESTÖRTEN RAUM. KREIERE EINEN ORT, DER SICH SEXY UND GEMÜTLICH ANFÜHLT. HALTE TOYS BEREIT, ÖLE ODER GLEITMITTEL (OPTIONAL).

1. Beginne mit Händen auf deinem Herz und nimm ein paar tiefe Atemzüge in deinen Herzraum, so dass du dieses Ritual verbunden mit deiner Herzenergie machst.

2. Berühre deinen Körper, lade Lust, Sinnlichkeit und Pleasure ein. Erlaube dir zu tönen, zu stöhnen, auch "too much" zu sein, slutty zu sein. Halte dich nicht klein, lass los von Limitierung und Scham. Zelebrier deine Lust.

3. Gib dich deinen geheimsten Fantasien, Wünschen oder Bedürfnissen hin - ohne Bewertung. Das kann für jede etwas anderes sein. Benutze gerne Toys, erkunde deine eigenen Grenzen, ohne sie zu überschreiten.

4. Erlaub deiner Lust zu fließen, auch mal "too much" zu sein, drück dich frei aus, mit Tönen, Bewegung und was dir Pleasure bereitet. Lass los von Scham oder Urteil. Lass dich in deine tiefsten Desires fallen und gib ihnen Raum, da zu sein.

5. Beende das Ritual auf deine Weise- mit einem oder mehreren Orgasmen, einer Umarmung, Stille, Tanzen...was auch immer du fühlst und sich ausdrücken möchte. Lege dann nochmals deine Hand auf dein Herz und check mit deiner Herzenergie ein.

