

Massaggio Lingam: cos'è e come agisce

[Share 22](#)[Tweet](#)

Il massaggio Lingam è un trattamento di derivazione tantrica che agisce attraverso la stimolazione dell'area genitale maschile al fine di espandere le sensazioni ad essa collegate, migliorandone la sensibilità, portando ad una maggiore consapevolezza delle proprie emozioni e ad un più forte radicamento psicofisico.

Il massaggio Lingam passa attraverso la natura esplosiva del piacere che, nella nostra vita quotidiana, resta canalizzato nel nostro intimo, senza possibilità di uscire fuori, precluso dalla possibilità di interagire con i flussi di energia del corpo, come dovrebbe fare in natura.

Questi impedimenti danno vita ai blocchi, blocchi di energia che poi, investiti di emozioni, diventano blocchi emotivi.

Il rilassamento è alla base di tutto

È essenziale che il donatore e il ricevente siano completamente rilassati, muniti di buona volontà, non protesi allo scopo di raggiungere il benessere, perché quello arriverà da sé, in maniera del tutto naturale. L'energia tra uomo e donna, nel corso del massaggio Lingam, dovrebbe fluire liberamente in modo che le energie possano entrare in perfetta sintonia, sincronizzarsi e armonizzarsi sinergicamente e ritmicamente.

Il massaggio Lingam agisce concentrandosi sulla rimozione dei blocchi emotivi, fisici e mentali causati da un accumulo di tossine e quando questi vengono rimossi la salute fisica, emotiva e spirituale è enormemente migliorata. Il tutto in maniera sincronica.

Questo perché, sempre tramite il massaggio Lingam l'energia, la forza vitale, quello che è appunto chiamato "Prana", è in grado di fluire intorno e attraverso il corpo, fuori e dentro di esso, abbracciando a 360 gradi tutte le sfere della nostra esistenza.

Affinché ciò abbia luogo è importante eseguire il massaggio al meglio perciò è fondamentale approcciarsi con un corpo e uno stato d'animo pienamente rilassati.

Come deve essere la respirazione

Il massaggio Lingam deve essere effettuato in un ambiente calmo e ameno, con una temperatura confortevole, preferibilmente calda. Sarebbe ideale optare per un'illuminazione soffusa con candele profumate, dolci melodie sullo sfondo in modo da creare un'atmosfera sensuale.

Per iniziare il massaggio, entrambi i partner devono stare seduti o in piedi a contatto con le mani o guardandosi negli occhi. **La respirazione dovrebbe essere sincronizzata** iniziando con respiri profondi che riempiono i polmoni.

dei cuori rimanga e l'energia continui a fluire tra i due. L'energia dei sensi è, infatti, una forza potente ma se soffocata può fare davvero male all'anima, oltre che al corpo.

Ebbene, quando viene imbrigliata, questa energia **può indurre alti livelli di piacere emotivo, fisico e sensuale**, perché è la nostra stessa natura che riemerge in tutta la sua totalità e la sua pienezza.

È questa la chiave di volta, questa la ragione per la quale il massaggio Lingam promette tanti benefici.

La pressione da esercitare deve essere giusta e deve avere luogo sui muscoli in maniera alternata tra carezze e impastamenti.

È opportuno man mano che si massaggia applicare una leggera pressione per rallentare qualsiasi tensione premendo in avanti e rilasciando indietro leggermente e delicatamente alla fine di ogni movimento.

La stimolazione muscolare deve essere effettuata attraverso una serie di particolari movimenti ordinati e delicati, che vadano a distendere dolcemente la muscolatura coinvolta.

La parte del corpo interessata potrà essere massaggiata seguendo tre manovre:

- **Sfioramento:** consiste in manovre affatto energiche, bensì molto delicate, concepite per garantire un effetto rilassante come se si trattasse di carezze. Queste vanno eseguite con lenti movimenti circolari. Questo effetto placa il sistema nervoso;
- **Impastamento:** si esegue con manovre che agiscono sul tessuto muscolare e connettivo e con una pressione accompagnata sempre da movimenti circolari delle dita;
- **Frizione:** questa manovra richiede una pressione maggiore in quanto mirata a mobilitare i tessuti della zona migliorando la circolazione sanguigna.

In verità, queste manovre andrebbero eseguite con criterio, seguendo determinati step, scegliendo – ovviamente non in maniera casuale – quando eseguire l'uno e

A livello tecnico il massaggio Lingam non si può improvvisare.

Se un semplice massaggio al collo può essere eseguito facendo tesoro di un po' di manualità e di fantasia, stessa cosa non può essere fatta con questo trattamento.

Per tutte le tecniche da utilizzare per eseguire al meglio un massaggio Lingam il consiglio è quello di seguire una guida in pdf semplice e intuitiva, ma molto dettagliata, che consenta di poter seguire alla perfezione tutti i singoli passaggi di questa pratica che rigenera mente e anima.

Questa la migliore guida che abbiamo trovato online:

<https://massaggiorientali.biz/massaggio-lingam.html>

L'energia si costruirà, si disperderà e si diffonderà su tutto il corpo e finalmente il nostro lui potrà provare un piacere intenso, tutto naturale.

GUARDA ANCHE:

- [Massaggio Tantra: cos'è e quali zone stimola](#)
- [Massaggio yoni: cos'è e a cosa serve](#)
- [Massaggio prostatico: cos'è e perché impararlo](#)

/ Proudly powered by WordPress