

## Cinsel Mutluluğun Sırları

Evrimin ve en uyumlunun sağ kalmasının bir sonucu olan insan eşleşmesine "cinsel beraberlik" ya da "seks yapmak" adı verilir, emek, bilgi ve tecrübe ister. Seks anlatılmaz ancak derinden yaşanır. Bu nedenle cinsel hayatınızın daha keyifli, daha canlı, daha renkli olmasını istiyorsanız, seksi bir sanat olarak benimseyip, yaşamalısınız. Nefes almak, su içmek kadar sıradan ve hayatımızın inkar edilmez bir parçası olan seks yapmak; rahatlamış ve gevşemiş bir halde, sevişmenin ve dokunmanın verdiği huzura ve hissetmeye odaklanarak, herhangi bir "performans hedefi koymadan", zamandan koparak, yavaş, ritmik ve uyumlu bir şekilde salınarak, haz alıp, haz verebilme, ruhu ve bedeni bir "armağan gibi" paylaşabilme, kimseyi tatmin etme zorlantısı olmadan, ne olursa olsun bir şekilde boşalıp, orgazm olabilme bilim ve sanattır. Bu sanatı dünyada icra eden, üreme olmaksızın seksi ve seks olmaksızın üremeyi gerçekleştirebilen tek canlı olan insanoğlu, seksin zevkini biyolojik üreme amaçlarından ayırmakla büyük bir sıçrama yapmıştır. Bu sıçramada seks; döllenmeyle ve gebe kalmayla, boşalma ve orgazm olmayla, cinsel doyum ve rahatlamayla, karşılıklı iyilik hali ve mutlu bir ilişkiyle, yetişkin oyunlarıyla ve yakınlaşma çabalarıyla, güzellik ve doğrulukla, kendinden emin olmakla ve zevki aramakla, sevgi ve aşkla ilişkilidir.

### CİNSEL MUTLULUK SEÇİMLERİNİZDE GİZLİ

Cinsel arzu, doğanın koynundan fıskıran bir yaşam enerjisidir. Çeşitli becerilerle ve sanatlarla beslenir, doğru bilgi ve tecrübeyle olgunlaşır. Böylece özgürleşmiş, yetişkin parçasıyla hareket eden, kendini bilen ve otantik olabilen bir kişi cinsel yaşantısında "kaderinin ve zevkinin efendisi" olur. Cinsellik doğal bir dürtüdür, ama sizin yaşamınızda oynadığı rol ve ona yüklediğiniz önem-cinsel dürtünüze karşı tavrınız- bir özgür seçim meselesidir. Daha yüksek bir cinsel istek ve cinsel uyarılma, daha derin bir yakınlık ve samimiyet, kalıcı bir aşk ve tutkuyu içeren cinsel mutluluk, bir yaşam biçimi olarak yaptıklarınız ya da yapmadıklarınızla ilişkilidir ve birdenbire ortaya çıkmaz, cinsel coşkunluğun ve hayatınızda yaşadığınız şehvetli anların bileşenleri olarak, yaşamınızdaki pek çok faktöre bağlı bir süreçtir ve kendiliğinden ortaya çıkar. Çünkü yaşıyorsunuz, yetiştirilme biçiminiz ne olursa olsun düşündüğünüzü, hissettiğinizi, inandığınızı, yaptığınızı her şey cinsel mutluluğunuzu etkiler. Bu yüzden hayatın ayrılmaz bir parçası olan cinselliği ve yatağınızı bir haz, sevinç ve aydınlanma bahçesine dönüştürdüğünüzde ortaya çıkan cinsel mutluluk seçimlerinizde gizlidir ve fiziksel, duygusal, ruhsal, ilişkisel, sosyal, mesleki ve çevresel koşullarınızın denge ve uyum içinde olduğu tatmin edici bir cinsel yaşam biçimidir. Bu süreçte kendi zevkinizin sorumluluğunu almanız ve kendi bedeninizle erotik bir ilişki oluşturmanız, sağduyulu ve pozitif olmanız, neyin ne zaman, nerede yapılacağını bilmeniz, haz almayı olduğu kadar haz vermeyi de, hazzı bölüşmeyi de hazzı paylaşmayı da bilmeniz, partnerinizi hissetmeniz, onunla yaşammanız, onun tadını çıkarmanız, birlikte eğlenmeniz, istediğinizi elde etmeye çalışmanız, ilk günkü tazeliğinizi ve heyecanınızı korumanız çok önemlidir.

### ŞEHVETİN SIRRİ

"Cinsel yaşamımda kendimi mutsuz, umutsuz ve çaresiz hissediyorum... Sanki bir kısır döngüdeyim... Bana öyle bir şey söyle ki bir umut ışığı yansın içimde!" diyorsanız, duymak istediklerinizi iç dünyanızda bulacak ve içinizde yanacak umut ışığının parlaklığı ve sıcaklığıyla cinsel yaşamınızda huzuru, dengeyi ve mutluluğu sürekli kılabilirsiniz. Cinsel mutluluğun tek bir sırrı, yoktur, sırları vardır ve herkesin sırrı kendi cinsel yaşamında gizlidir. Kendinizi cinsel aşka ve hislere teslim ettiğinizde, sizin çok derinlere gizlediğiniz ve nerede olduğunu bilmediğiniz cinsel mutluluk sırrınıza ulaşabilirsiniz. Cinsel mutluluğun, (1) çok istemek, (2) bir şeylerden vazgeçebilmek ve (3) emek vermek şeklinde 3 kadim sırrı vardır. Sağlıklı ve mutlu bir cinsel yaşam için önce seksi bir ihtiyaç gibi görmelisiniz, her sabah 5 dakika, her akşam 5 dakika ve gece yatarken 10 dakika partnerinizle yaptıklarınızı içeren cinsel fanteziler kurmalısınız, erotik romanlar okumalısınız, ayıp, yasak, gizem, ulaşılamazlık ve yenilik temalarını içeren cinsel fantezilerinizi partnerinizle paylaşmalısınız ve cinselliğe dair açık seçik konuşmalısınız. Unutmayın, her şey önce en güçlü cinsel organınız olan beyninizde başlar, sonrası doğru bir ruh hali, doğru bir iletişim ve biraz da doğru cinsel tekniği öğrenmenizi gerektirir. Beyninizi kullanmak sizin cinselliği daha çok istemenize yol açacaktır. Sonra

telefon, tablet, sosyal medya gibi kötü alışkanlıklarınızdan vazgeçebilmelisiniz. Daha sonra sekse emek vermelisiniz yani erotik masaj, uzun bir önsevişme ve cinsel aşk oyunları ile süslenmiş keyifli cinsel deneyimler yaşamalısınız. Cinselliğinizi nasıl ifade edeceğinize sadece ve sadece çift olarak siz karar verebilirsiniz. Tecrübe ettiğiniz cinsel, zihinsel, duygusal ve bedensel zevklere değer vererek onları yüceltebilirsiniz. İşte o zaman her şey kendiliğinden keyifli olacaktır.

---

Yayınlanma tarihi: 26.12.2017

Makale adresi: <http://www.cemkece.com.tr/m-cinsel-mutlulugun-sirlarimutlulugun-sirlari.html>

---

Web : <http://www.cemkece.com.tr>

Facebook: <http://facebook.com/drcemkece>

Twitter: <http://twitter.com/drcemkece>

Google+: <https://plus.google.com/114707731481596974039>

Instagram: <http://instagram.com/drcemkece>

Youtube: <http://youtube.com/user/cisedorgtr>

RSS: <http://feeds.feedburner.com/drcemkece>