



Spavaća soba je izuzetno važan prostor vašeg doma jer u njoj najčešće provodite intimne trenutke. Zbog toga je jako važno kako je uređena i što imate u njoj. Postoje stvari kojima nikako nije mjesto u sobi i one bez kojih ne možete. Udaljite sve što bi moglo ometati vaš seksualni život i spavaću sobu rezervirajte samo za intimu i zajedničke užitke.

### **NIJE mjesto u spavaćoj sobi**

#### 1. Televizor



Ugodno je kada gledate film, stisnuti se uz partnera, maziti se i zajedno komentirati film. No, savjet da se televizor treba maknuti iz spavaće sobe, ne treba dodatna objašnjenja. Ukoliko ga u spavaćoj sobi nema, time povećavate vjerojatnost da ćete vrijeme prije spavanja posvetiti samo jedno drugom. Televizor u prostoru gdje se vodite ljubav, ne može donijeti ništa dobro. Ukoliko bez televizora ne možete, neka gledanje bude ugodnije na način da budete goli pod pokrivačem mazite se i dodirujete. Neka gledanje televizora ne bude smetnja nego zajednički doživljaj.

#### 2. Djeca

Iako ste malo dijete ponekad uzimali k sebi u krevet, to ne treba raditi i kad poraste, jer vam može uništiti seksualni život. Vaš krevet treba biti samo vaš, to je vaše utočište i mjesto gdje ste intimni s partnerom, stoga se prema tome treba tako i ponašati. Ukoliko je s vama u krevetu dijete, tada ne možete biti ljubavnici.

### 3. Pritužbe

Svi se ponekada naljutimo na svog partnera bez obzira na to koliko ga volimo. Svi imamo mane i slabe točke bez obzira priznali to ili ne. Kako bismo se dobro razumjeli i imali kvalitetan seksualni život, nikada ne trebamo partneru govoriti loše stvari i zamjerati mu. Bolje je da te svoje pritužbe jednostavno zamjenimo i preformuliramo u zamolbe. Život je sam po sebi dovoljno stresan, ne trebamo ga i u spavaćoj sobi. Na primjer rečenicu "Nikada ne predlažeš seks" radije pretvorite u "jako mi se sviđa kada me osvajaš i maziš". Bit ćete iznenađeni kako brzo ćete postići promijenu.

### 4. Tvrdoglavost

Male svađice i dvoboji na verbalnoj razini, ponekada pomažu da dođemo do super pomirbenog seksa. No kada jedan partner stalno ustraje pri svom i uvijek mora biti u pravu, odbija drugog partnera i ponekad se događa da drugi partner jednostavno počne odbijati seks. Za zdravu seksualnosti i dobar odnos potrebni su kompromisi. Osim toga u krevetu smo najizloženiji i najranjiviji za ikakve primjedbe, osim pozitivnih naravno.

## JE mjesto u spavaćoj sobi

### 1. Urednost

Spavaća soba je svetište, vaš intimni posebni prostor. Prostor u kojem se volite i iskazujete ljubav na sve moguće načine. Nikada ne dozvolite da imate prljavu posteljinu, razbacane stvari po cijeloj sobi, televizor ne smije biti centar spavaće sobe, redovno brišite prašinu i zračite. U

spavaćoj sobi bi trebali biti erotski filmovi, knjige o seksualnosti, zavodljivo donje rublje, seksualna pomagala i sve što će vam pojačati požudu.

### 2. Ogledalo



Iako se mnogi zagovornici feng shuija i zdrave bioenergije s tim ne bi složili, ogledalo je izvrstan dodatak spavaćoj sobi, kada malo želite začiniti vaš seks. Dok se u trenutcima vruće predigre ili samog seksa pogledate u ogledalo, dobit ćete sasvim novi osjećaj. Zbog feng shuija iznad ogledala stavite zavjesu kako bi ga mogli prekriti kada vam nije potrebno.

### 3. Vlažne maramice

Blizu kreveta uvijek trebate imati vlažne maramice. Ako ih imate blizu kreveta neće vam se žuriti do kupatila i moći ćete ležati s partnerom još neko vrijeme i izmjenjivati nježnosti.

### 4. Nježnost

Nikada ne liježite u krevet kao potpuni stranci, već svaku večer priuštite si malo nježnosti, barem obični zagrljaj. Ukoliko je partner umoran, možete mu ponuditi masažu leđa ili stopala. Ukoliko vam se dogodi da ste se tokom dana prepirali, nikada u krevet ne liježite ljuti na

partnera.

[Intimatemedicine.com.hr](http://Intimatemedicine.com.hr)