

LA BIBLIOTECA DEL BENESSERE INTIMO

SLOW PLEASURE

**PER VIVERE IL PIACERE
CON PIÙ PRESENZA
E MENO PERFORMANCE**

UNA GUIDA PRATICA PER RISCOPRIRE
IL PIACERE ATTRAVERSO IL CORPO,
I SENSI E LA LENTEZZA.

GUIDA PRATICA & WORKBOOK

*La***VR**

www.LAVR.IT

Benvenuta/o

nella Biblioteca del Benessere Intimo.

Crediamo che il benessere sessuale nasca prima di tutto dalla conoscenza. Per questo abbiamo creato **una collana di guide gratuite** pensate per offrire informazioni affidabili, spunti pratici e strumenti utili per vivere la sessualità con maggiore consapevolezza, libertà e serenità.

Ogni guida affronta un tema diverso e nasce dall'esperienza educativa de La Vita in Rosso insieme al contributo di professioniste e consulenti specializzate.

Buona lettura.

Il team de La Vita in Rosso

COSA TROVERAI IN QUESTA GUIDA

Ogni guida della Biblioteca del Benessere Intimo è pensata per accompagnarti in un percorso fatto di conoscenza, consapevolezza e strumenti pratici. Ecco cosa ti aspetta nelle prossime pagine.

In questo percorso scoprirai come rallentare, ascoltare il tuo corpo e vivere il piacere con più presenza, curiosità e libertà.

In questa guida troverai:

- Perché il piacere può entrare nella routine
- Come passare dal risultato all'esperienza
- Il rituale dello Slow Pleasure
- Il massaggio come momento di connessione
- Il piacere attraverso i cinque sensi
- P.I.O.GE. – Piacere Oltre i Genitali
- Piccoli esercizi per iniziare subito

PRENDITI UNA PAUSA.

**QUESTA GUIDA
NON VA FINITA.**

VA ASSAPORATA.

INTRODUZIONE

Quante volte ci capita di vivere tutto di corsa?

Corriamo al lavoro, corriamo tra gli impegni, corriamo persino nei momenti che dovrebbero farci stare bene.

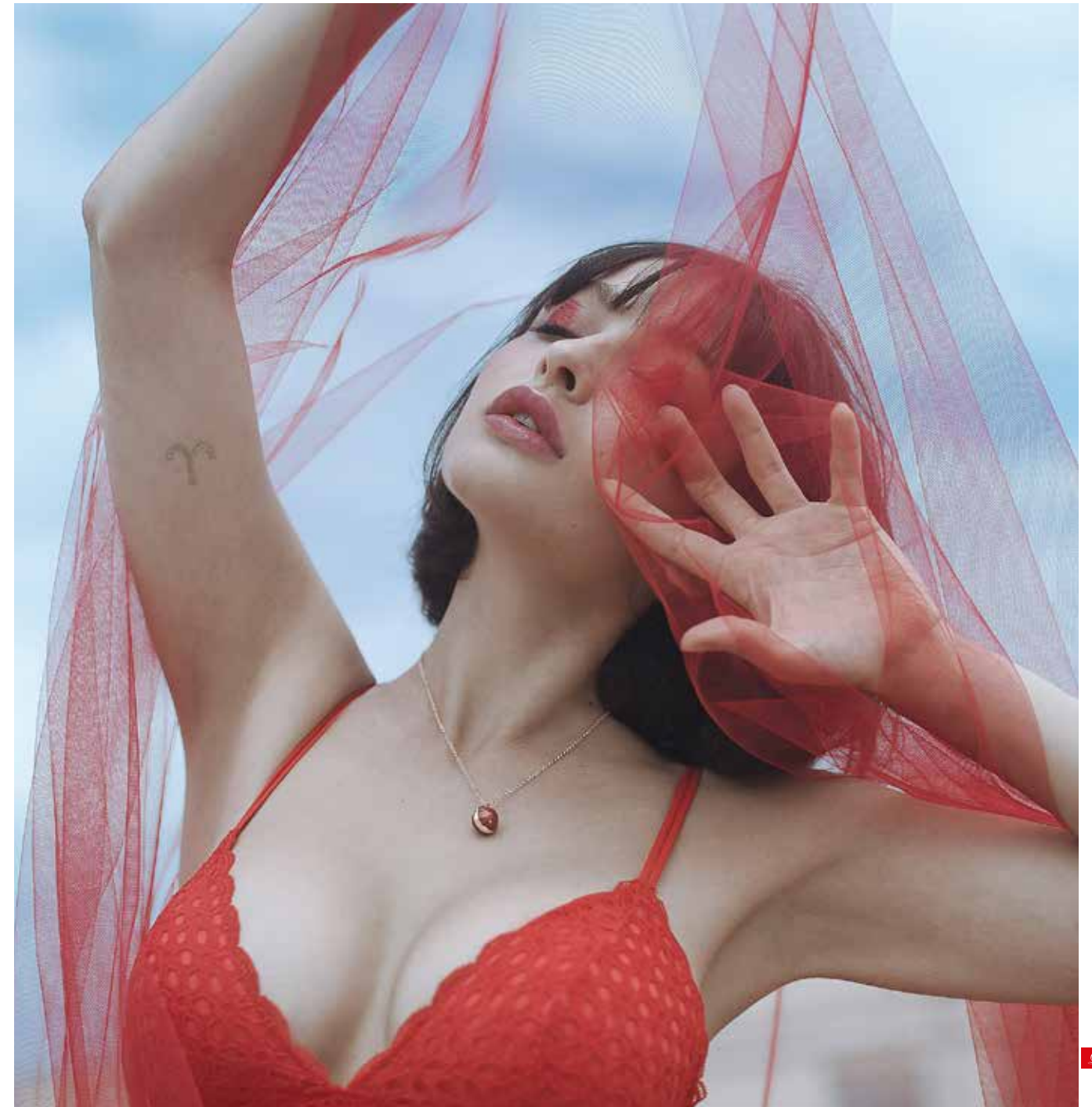
E il piacere?

Spesso finisce nello stesso meccanismo: automatico, prevedibile, orientato al risultato.

Lo Slow Pleasure nasce proprio dall'idea opposta.

Non significa fare tutto lentamente. Significa tornare ad ascoltare il corpo, rallentare quando serve e dare valore al percorso, non solo alla meta.

In questa guida troverai piccoli esercizi, idee e spunti per ritrovare il piacere dell'esplorazione, da sola/o o insieme al/alla partner.





CAPITOLO 1 - PERCHÉ IL CORPO “SI SPEGNE”

Il nostro cervello è programmato per risparmiare energie.

Quando ripetiamo sempre gli stessi schemi, entra in modalità automatica. Succede nella guida. Succede quando laviamo i denti. E può succedere anche nella nostra intimità.

Quando il piacere diventa una sequenza già scritta (“facciamo sempre così”), il cervello smette di prestare attenzione ai dettagli. È qui che spesso nasce quella sensazione di:

- poca presenza
- poca eccitazione
- poca curiosità
- routine

Non significa che ci sia qualcosa che non va.

Significa semplicemente che il corpo sta chiedendo nuovi stimoli...

non necessariamente più intensi, ma diversi.

LO SAPEVI?

Il cervello ama l'abitudine.

Quando ripetiamo sempre gli stessi gesti, tende a prestare meno attenzione agli stimoli. Non significa che il desiderio sia scomparso: spesso ha semplicemente bisogno di novità, curiosità e presenza per riaccendersi.

PICCOLO ESERCIZIO

Chiediti:

L'ultima volta ero davvero presente o stavo già pensando ad altro?

Non giudicarti.
Osserva.

La consapevolezza è il primo passo.

CAPITOLO 2 - DAL RISULTATO ALL'ESPERIENZA

Per molti anni ci è stato insegnato che il piacere coincide con un'unica destinazione (la penetrazione). In realtà il corpo è molto più ricco di così. Il piacere può iniziare molto prima. Può abitare un abbraccio. Un respiro. Una carezza. Una schiena. Una mano. Una nuca. Una parola.

Lo Slow Pleasure ci invita proprio a questo: **spostare l'attenzione dalla meta all'esperienza**. Un primo passo può essere ampliare lo sguardo. Quando smettiamo di concentrare tutta l'attenzione su un'unica meta, ci accorgiamo che il piacere può nascere in molti modi diversi e coinvolgere tutto il corpo.

È un cambio di prospettiva che invita ad esplorare con più curiosità, senza fretta e senza aspettative. Nei prossimi capitoli approfondiremo questo concetto attraverso il P.I.O.GE. – Piacere Oltre i Genitali.

P.I.O.GE. > PIACERE OLTRE I GENITALI

Non esiste un solo modo di vivere il piacere.

Il concetto di P.I.O.GE. nasce proprio per ricordarci che il corpo è un insieme di sensazioni, emozioni e possibilità.

Significa concedersi il tempo di esplorare tutte quelle zone spesso dimenticate, senza che tutto debba necessariamente ruotare attorno ai genitali. Quando allarghiamo lo sguardo, spesso scopriamo un'intimità più ricca, più lenta e molto più personale.



*“Il piacere non ama chi corre.
Ama chi si accorge”*

CAPITOLO 3 - PREPARA LO SPAZIO DEL PIACERE

Prima ancora del contatto, c'è qualcosa che influenza profondamente il nostro modo di vivere il piacere: **l'ambiente**. Il cervello interpreta continuamente ciò che lo circonda. Una stanza illuminata con luci soffuse, un profumo che richiama un ricordo piacevole, una musica scelta con cura o un bagno caldo possono comunicare al nostro sistema nervoso che è arrivato il momento di rallentare. Preparare lo spazio non significa creare qualcosa di perfetto, ma concedersi un tempo diverso dal resto della giornata.

È un modo per dire al corpo: "Adesso puoi lasciare andare la fretta."

Idee per creare atmosfera:

- abbassa le luci o accendi qualche candela;
- scegli una playlist che favorisca il rilassamento;
- elimina notifiche e distrazioni;
- prepara asciugamani morbidi o una coperta piacevole al tatto;

dedica questo momento solo a te o alla persona con cui desideri dividerlo.



STRUMENTI CHE POSSONO AIUTARTI

Lov' Space

Un profumo d'ambiente pensato per trasformare una stanza in uno spazio dedicato all'intimità. Le fragranze hanno un forte legame con la memoria emotiva: creare un "profumo del piacere" aiuta il cervello ad associare quell'aroma a un momento di relax, connessione e benessere.



Essence de Boudoir

Non è un profumo da indossare, ma un profumo per lenzuola e tessuti. Vaporizzato qualche minuto prima, avvolge l'ambiente con una fragranza elegante e sensuale, rendendo il letto parte integrante dell'esperienza e contribuendo a creare un rituale che coinvolge anche l'olfatto.



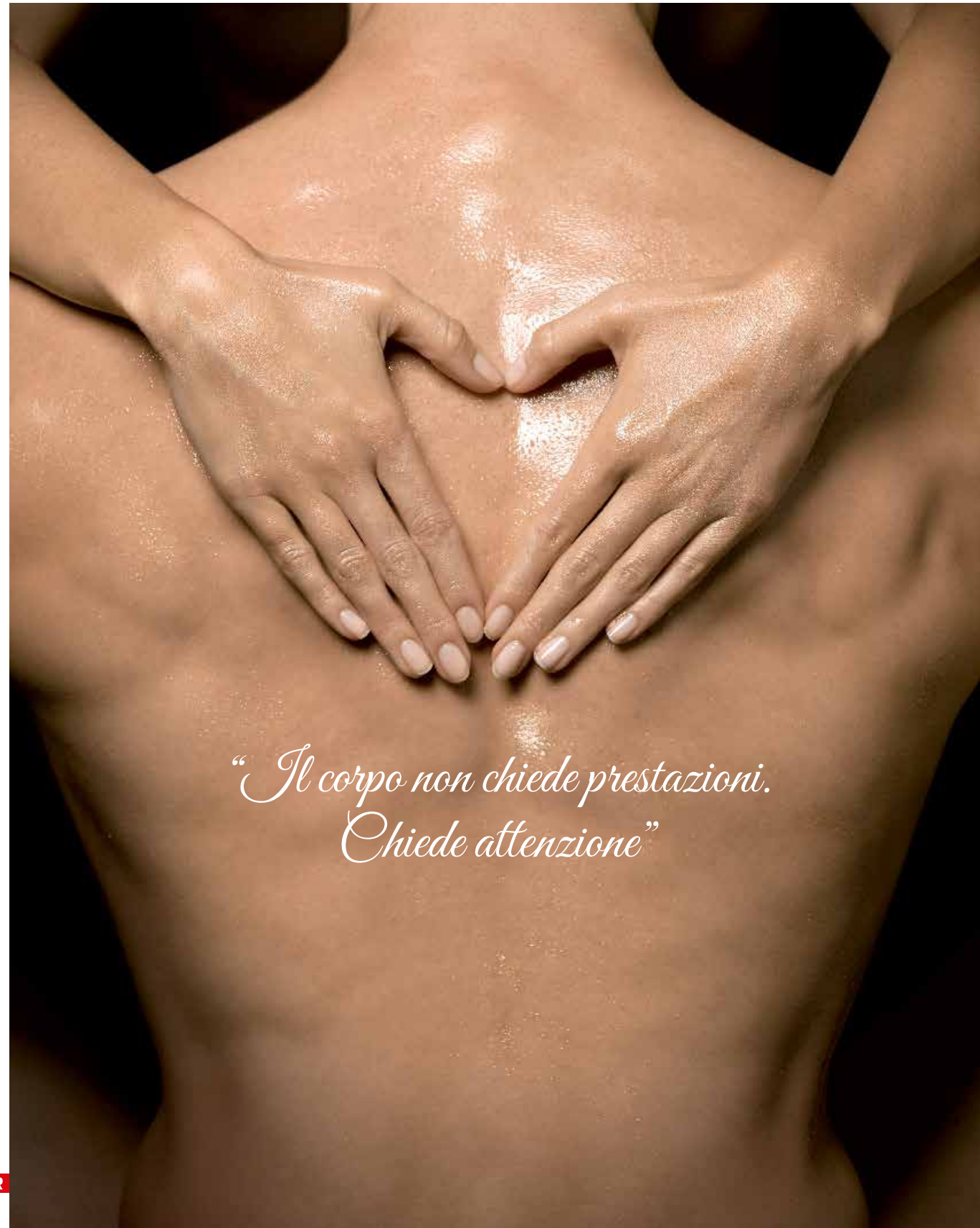
Moonlight Bath

A volte il piacere inizia ancora prima di entrare in camera da letto. Questi sali del Mar Morto trasformano il bagno in un piccolo rituale sensoriale: colorano delicatamente l'acqua, sviluppano una morbida schiuma e diffondono una fragranza avvolgente, lasciando la pelle morbida e preparandola al massaggio o semplicemente a un momento di relax condiviso.

CAPITOLO 4

IL MASSAGGIO: QUANDO IL TOCCO DIVENTA UN RITUALE

Spesso immaginiamo il massaggio come un “preliminare”, qualcosa che serve ad arrivare a un obiettivo. **Lo Slow Pleasure ci invita invece a cambiare prospettiva.** Il massaggio non deve portare da qualche parte. Può essere lui stesso la destinazione. Può diventare un piccolo rituale di benessere, uno spazio protetto in cui rallentare, ascoltare il corpo e comunicare attraverso il contatto. **Un rituale non ha bisogno di fretta.** Ha bisogno di presenza.



Attraverso il tocco raccontiamo cura, attenzione, desiderio, ascolto. Ogni carezza, ogni cambio di ritmo, ogni pausa comunica qualcosa senza bisogno di parole. Ed è proprio qui che entra in gioco il potere della **cosmetica sensoriale**. Non è semplicemente una collezione di prodotti. È un insieme di strumenti capaci di trasformare un gesto quotidiano in un'esperienza che coinvolge tutti i sensi. Una consistenza vellutata. Un profumo che resta sulla pelle. Una sensazione di calore. Un aroma da assaporare. Ogni elemento contribuisce a creare un rituale che il cervello imparerà ad associare al relax, alla connessione e al piacere.

Il consiglio? Concedetevi almeno venti minuti in cui l'unico obiettivo sia esplorare il corpo, senza fretta e senza aspettative. Fermatevi sulle spalle, sulle mani, sulla schiena, sul collo, sulle gambe. Alternate movimenti lenti, pressioni leggere e sfioramenti. Lasciate che sia il corpo a suggerire il ritmo. **Quale esperienza vuoi creare?**

PER UN MASSAGGIO RILASSANTE

Se desideri un massaggio avvolgente, che favorisca il rilassamento e renda il tocco fluido e continuo, scegli un olio dedicato.

Da provare

Bewitching Massage Oil

Una fragranza elegante e floreale, con note di tè bianco, vaniglia e fiori esotici. Ideale per chi desidera un massaggio delicato, raffinato e avvolgente.

Titillating Massage Oil

Una fragranza intensa e gourmand, con sfumature speziate, rum, miele e vaniglia. Perfetta per chi ama atmosfere calde, ricche e coinvolgenti.



Entrambi permettono alle mani di scorrere con naturalezza sulla pelle, trasformando il massaggio in un rituale lento e piacevole.

PER AGGIUNGERE IL CALORE

La temperatura è uno stimolo sensoriale potentissimo. Alternare il calore delle mani con quello di un olio riscaldante rende il massaggio ancora più coinvolgente.

Da provare

Candela da massaggio

Accendere una candela può sembrare un piccolo gesto. Ma quando quella candela diventa anche un olio da massaggio caldo e vellutato, il rituale cambia completamente. Le candele da massaggio si trasformano, una volta sciolte, in un prezioso olio cosmetico da versare direttamente sulla pelle. Il calore è delicato e piacevole, la texture nutre e facilita il massaggio, mentre le diverse fragranze contribuiscono a creare un'atmosfera avvolgente e multisensoriale. Non è solo un prodotto: è un invito a rallentare. Ad accendere una candela non per illuminare una stanza, ma per inaugurare un momento dedicato al benessere, al contatto e alla connessione. Disponibili in diverse fragranze, trasformano il massaggio in un rituale che coinvolge tatto, olfatto e atmosfera, rendendo ogni esperienza unica.



IL BELLO È SORPRENDERSI

Il rituale non deve essere sempre uguale. A volte basta una texture che cambia, un effetto caldo o una sensazione inaspettata per trasformare un massaggio in un'esperienza nuova, capace di risvegliare la curiosità e coinvolgere tutti i sensi.

Da provare

Mousse Crepitante.

Non tutti i massaggi devono essere uguali. La Mousse Crepitante aggiunge un elemento di sorpresa grazie alla sua texture leggera che, una volta applicata sulla pelle, sprigiona un delicato effetto frizzante. Le microbollicine creano una sensazione insolita e divertente, trasformando il massaggio in un'esperienza ancora più coinvolgente. È il prodotto ideale per chi desidera uscire dalla routine e lasciarsi sorprendere da nuove sensazioni, ricordando che il piacere può nascere anche dalla curiosità, dal gioco e dalla scoperta.



Light My Fire

Se c'è un prodotto che rappresenta perfettamente la filosofia dello Slow Pleasure è proprio questo. Light My Fire non è semplicemente un gel da massaggio. È un'esperienza multisensoriale. Lo applichi sulla pelle con un massaggio lento. Poi soffi delicatamente. Il calore aumenta gradualmente. Nel frattempo arrivano anche il profumo e il gusto, con le sue irresistibili note di caramello salato o bubble gum. Può essere utilizzato su diverse zone erogene e rende ancora più coinvolgenti baci, carezze e giochi di esplorazione, trasformando il massaggio in un momento che coinvolge tatto, olfatto e gusto.



QUANDO MASSAGGIO E LUBRIFICANTE DIVENTANO UN UNICO GESTO

Esistono prodotti pensati per accompagnare sia il massaggio sia i momenti di intimità.

Sono una scelta pratica e versatile, soprattutto se desideri passare con naturalezza dal rilassamento all'esplorazione del piacere, senza cambiare prodotto.

Da provare

Natural Massage Lubricant

Un vero "4 in 1": lubrificante, cosmetico per il massaggio, idratante e alleato del comfort. La sua texture rimane piacevole a lungo e permette di vivere il contatto con continuità.

CAPITOLO 5

IL PIACERE PASSA DAI SENSI

Quando parliamo di piacere pensiamo spesso soltanto al tatto. In realtà il nostro cervello costruisce ogni esperienza mettendo insieme tutti i sensi. Un profumo può evocare un ricordo. Un gusto può sorprendere. Una consistenza può incuriosire. Un suono può rilassare. Una carezza può essere percepita in modo completamente diverso se gli altri sensi vengono coinvolti. Lo Slow Pleasure ci invita proprio a questo: non cercare stimoli più forti, ma stimoli più ricchi. Più vari. Più consapevoli. Più sorprendenti.

VISTA

Provare a limitare temporaneamente la vista può sembrare controintuitivo, ma spesso permette agli altri sensi di diventare molto più ricettivi. Ogni sfioramento, ogni respiro, ogni variazione di temperatura viene percepita con un'intensità diversa.

Da provare

Benda satin Blindfold

Una benda morbida che aiuta ad abbandonare il controllo e a lasciarsi sorprendere dalle sensazioni, trasformando il contatto in un gioco di fiducia, ascolto e immaginazione.



TATTO

La pelle è il nostro organo sensoriale più esteso. Cambiare consistenze, forme e modalità di contatto permette al cervello di uscire dagli automatismi e di scoprire nuove sensazioni.

Da provare

Evi Yuzu

Un massaggiatore vibrante elegante e versatile, ideale per accompagnare il massaggio del collo, della schiena, delle spalle, del seno e di tutte quelle aree spesso trascurate ma ricche di sensibilità.



Switch

Le diverse modalità di vibrazione permettono di giocare con ritmi e intensità differenti, trasformando il massaggio in un'esperienza ancora più coinvolgente e personalizzata.



OLFATTO

L'olfatto è il senso più strettamente collegato alla memoria emotiva. Una fragranza può diventare la firma di un momento speciale e contribuire a creare un rituale che il corpo impara a riconoscere e ad aspettare.

Da provare

Intimate Mist

Una delicata profumazione cosmetica pensata per l'intimità quotidiana. Un piccolo gesto di cura che può diventare parte del proprio rituale di benessere.

Twilight ai Feromoni

Disponibile nelle versioni femminile e maschile, unisce la piacevolezza della profumazione al fascino del mondo dei feromoni, aggiungendo un ulteriore elemento di gioco e seduzione.



GUSTO

Coinvolgere anche il gusto significa trasformare baci e carezze in un'esperienza ancora più completa. È un modo semplice e divertente per uscire dalla routine e aggiungere curiosità al momento condiviso.

Da provare

Sexy Candy Explosion

Piccole caramelle frizzanti che scoppiettano in bocca, regalando un effetto sorprendente e giocoso durante baci e giochi di coppia.

Kissable Massage Powder

Una polvere che si trasforma in una crema da massaggio e può essere baciata e assaporata dalla pelle. Un prodotto che coinvolge contemporaneamente tatto, gusto e olfatto, rendendolo uno degli esempi più rappresentativi di cosmetica sensoriale.



UDITO

Anche il suono influenza il modo in cui viviamo il piacere. Una playlist rilassante, il rumore dell'acqua durante un bagno caldo, il silenzio scelto consapevolmente o semplicemente il respiro della persona accanto possono contribuire a creare un'atmosfera di presenza e connessione. Non serve acquistare nulla. A volte il suono più importante è proprio quello che scegliamo di ascoltare.

CAPITOLO 6 - P.I.O.GE. IL PIACERE È MOLTO PIÙ GRANDE DI QUANTO IMMAGINI

Per molto tempo ci è stato raccontato che il piacere coincidesse con un'unica meta e con poche zone del corpo. In realtà il nostro corpo è una straordinaria mappa di sensazioni, tutta da esplorare. È da questa consapevolezza che nasce il concetto di **P.I.O.GE. – Piacere Oltre i Genitali**, un invito a rallentare e ad ampliare lo sguardo.

Significa ricordarsi che il piacere può nascere da una carezza sulla schiena, da un massaggio ai piedi, da un bacio sul collo, da una mano intrecciata, da un respiro condiviso. Quando smettiamo di rincorrere una meta e iniziamo ad ascoltare tutto il corpo, spesso scopriamo sensazioni nuove e un'intimità ancora più ricca. Lo Slow Pleasure e il P.I.O.GE. parlano la stessa lingua: ci invitano a vivere il piacere come un viaggio, non come una destinazione.

IL TUO CORPO È UNA MAPPA

Ogni persona è diversa.

Non esistono zone "giuste" o "sbagliate", ma aree che possono essere più o meno sensibili a seconda della storia, delle emozioni e del momento che stiamo vivendo. Il modo migliore per scoprirle è dedicarsi del tempo, senza fretta, con curiosità e ascolto.

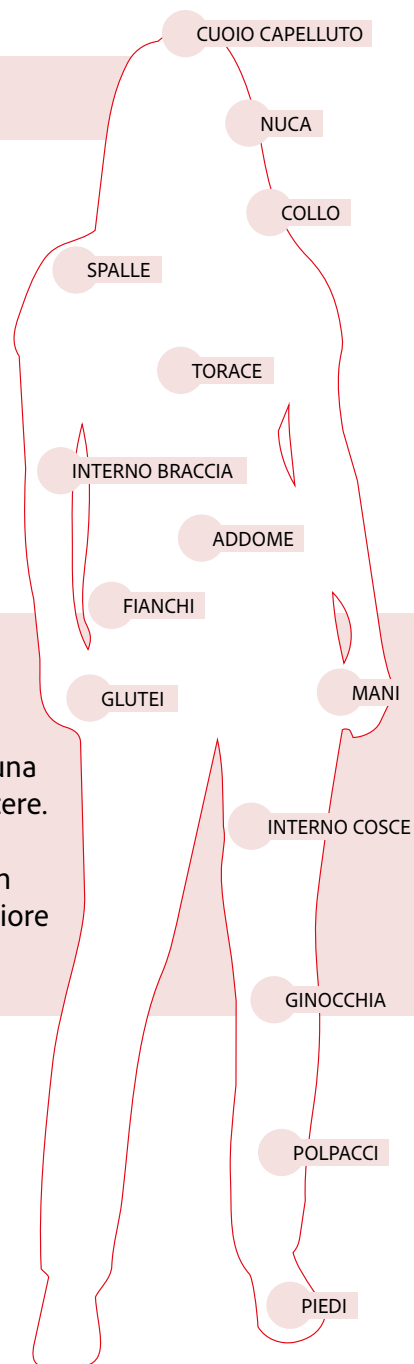
Prova a esplorare anche...

- cuoio capelluto
- nuca
- collo
- spalle
- schiena
- interno delle braccia
- mani e dita
- addome
- fianchi
- glutei
- interno cosce
- ginocchia
- piedi
- seno e torace
- capezzoli

Magari alcune di queste zone ti sorprenderanno più di quanto immagini.

LA GEOGRAFIA DEL PIACERE

Ogni corpo custodisce una geografia unica del piacere. Non esistono mappe universali: esplorare con curiosità è il modo migliore per scoprire la propria.



UNA ZONA SPESSO DIMENTICATA: I CAPEZZOLI

I capezzoli sono tra le aree erogene più ricche di terminazioni nervose e, per molte persone, possono regalare sensazioni intense e piacevoli. Eppure vengono spesso trascurati o sfiorati troppo velocemente. Lo Slow Pleasure ci invita anche a questo: fermarsi, sperimentare e scoprire quali stimoli risultano più piacevoli, rispettando sempre il proprio ritmo e quello della persona con cui condividiamo l'esperienza.

Strumenti per esplorare con curiosità

Diamond 21

Grazie alla sua particolare forma ergonomica, è perfetto per accompagnare l'esplorazione di tutto il corpo. Può seguire le curve della schiena, del seno, dell'addome, delle gambe e di molte altre zone, trasformando il massaggio in un'esperienza lenta e ricca di sfumature. È uno degli strumenti che meglio rappresentano il concetto di P.I.O.GE.



Nipple Play Gel

Un cosmetico pensato per valorizzare la sensibilità dei capezzoli attraverso una piacevole sensazione stimolante. Può diventare un invito a dedicare tempo a una zona spesso dimenticata, esplorandola con delicatezza e curiosità, da soli o in coppia.



Cooling & Warming Nip Gloss

Per chi ama sperimentare sensazioni diverse, questo gloss cosmetico alterna una delicata percezione di fresco e caldo, trasformando la stimolazione dei capezzoli in un gioco sensoriale ancora più ricco. Un modo semplice per aggiungere varietà all'esplorazione, sempre nel rispetto dei propri tempi e delle proprie preferenze.

PICCOLO ESERCIZIO SLOW PLEASURE

Scegli una zona del corpo che normalmente non associ al piacere. Dedica cinque minuti.

Niente fretta. Niente aspettative. Esploralo con il palmo della mano, con la punta delle dita, con una diversa pressione o, se lo desideri, con uno degli strumenti che hai scoperto in questa guida.

Poi chiediti: Che cosa ho sentito di nuovo? Non cercare una risposta "giusta". Lascia semplicemente che sia il corpo a raccontarti qualcosa.





**CHIUDI QUESTE PAGINE
PER CINQUE MINUTI.**

**POI PROVA DAVVERO
L'ESERCIZIO CHE HAI
APPENA LETTO.**

CAPITOLO 7 - GIOCARE INSIEME, SENZA FRETTA

Lo Slow Pleasure non significa fare meno. Significa vivere ogni esperienza con più presenza, curiosità e leggerezza. Anche il gioco può diventare un rituale di connessione. Non serve che abbia un obiettivo preciso. Può essere semplicemente un modo per conoscersi meglio, ridere insieme, comunicare desideri, immaginare scenari nuovi e uscire dagli automatismi della quotidianità. A volte basta una domanda diversa, una sfida inaspettata o un piccolo elemento sorpresa per cambiare completamente il modo in cui ci si incontra.

PARLARSÌ È GIÀ UN GIOCO

La complicità nasce spesso prima ancora del contatto. Fare domande, raccontare una fantasia, condividere una curiosità o lasciarsi guidare da un gioco può diventare un modo semplice per creare intimità senza alcuna pressione.

Da provare

Cuore Erotico. Un gioco pensato per stimolare il dialogo, la curiosità e la scoperta reciproca. I suoi bigliettini invitano a rallentare, ad ascoltarsi e a vivere ogni proposta come un'occasione di connessione, non come una prova da superare.



COLTIVARE L'ATTESA

Uno degli ingredienti più potenti del desiderio è l'anticipazione. Sapere che qualcosa accadrà, immaginarlo, giocare con la complicità anche a distanza o durante la giornata permette di mantenere viva la connessione emotiva e mentale. Lo Slow Pleasure ci ricorda che il piacere non inizia quando ci si spoglia: può iniziare molto prima, con uno sguardo, un messaggio o un piccolo gioco condiviso.

Da provare

We-Vibe Chorus Pro. Grazie al controllo tramite app, permette di condividere l'esperienza anche quando non si è nello stesso luogo. Più che uno strumento, può diventare un invito a coltivare l'attesa, la complicità e l'immaginazione, trasformando il desiderio in un dialogo che continua nel tempo.



PORTARE IL GIOCO NELLA QUOTIDIANITÀ

Non serve aspettare un'occasione speciale. Anche una cena, una passeggiata o un momento qualunque possono trasformarsi in un ricordo divertente quando vengono vissuti con leggerezza e complicità.

Da provare Vibrating Boyshort. Pensato per chi desidera sperimentare il piacere dell'attesa e della sorpresa. Il focus non è la performance, ma il gioco condiviso, la comunicazione e il sorriso che nasce dal sentirsi complici.



IL VERO SEGRETO DELLO SLOW PLEASURE

Gli strumenti possono arricchire l'esperienza. Ma ciò che rende davvero speciale un momento è la qualità della presenza. La curiosità di esplorare. Il tempo dedicato all'ascolto. La libertà di vivere il piacere senza inseguire una meta. Perché, molto spesso, le esperienze che ricordiamo più a lungo non sono quelle vissute più intensamente, ma quelle vissute più consapevolmente.



UN PICCOLO RITUALE PER INIZIARE

Non serve rivoluzionare tutto.

Lo Slow Pleasure comincia da un piccolo gesto. Questa settimana scegli una sola idea tra quelle che hai trovato in questa guida. Può essere preparare l'atmosfera. Provare un massaggio più lento. Esplorare una nuova zona del corpo. Coinvolgere un senso che di solito trascuri. Oppure semplicemente concederti del tempo senza inseguire un risultato.

**L'importante non è fare di più.
È esserci di più.**

COSTRUISCI IL TUO RITUALE SLOW PLEASURE

Non esiste un modo unico di vivere il piacere.

Ogni persona può creare il proprio rituale scegliendo ciò che sente più vicino ai propri desideri, alla propria curiosità e al proprio momento di vita.

Puoi iniziare da un piccolo elemento:

ATMOSFERA

Per creare lo spazio giusto e coinvolgere i sensi.

TOCCO

Per trasformare il massaggio in un momento di ascolto e connessione.

ESPLORAZIONE

Per scoprire nuove sensazioni e ampliare la propria mappa del piacere.

CONNESSIONE

Per giocare, comunicare e condividere nuove esperienze.

NON SAI DA DOVE INIZIARE?

Ogni persona vive il piacere in modo diverso.

Per questo la consulente che ti ha inviato questa guida può aiutarti a costruire un percorso personalizzato, scegliendo gli strumenti più adatti alle tue esigenze, alle tue curiosità e al momento che stai vivendo. A volte basta un solo prodotto. Altre volte è la combinazione di piccoli dettagli a trasformare un momento qualunque in un rituale da ricordare.

PRIMA DI CHIUDERE...

Vorremmo lasciarti con una domanda. **Quando è stata l'ultima volta che hai vissuto il piacere senza avere fretta?** Non è una domanda a cui rispondere subito. È un invito. A rallentare. Ad ascoltarti. A concederti il tempo di esplorare. Perché il piacere non è qualcosa da raggiungere. È qualcosa da abitare.

CONTINUA IL TUO PERCORSO SLOW PLEASURE

Questa guida è un punto di partenza.

Se desideri trasformare questi spunti in un'esperienza ancora più completa, abbiamo raccolto in un'unica selezione tutti gli strumenti consigliati lungo il percorso. Troverai cosmetici sensoriali, oli da massaggio, giochi di coppia, accessori per l'esplorazione del corpo e molto altro, organizzati secondo la filosofia dello Slow Pleasure.



IL MIO RITUALE SLOW PLEASURE

Ad esempio:

Atmosfera che voglio creare

Profumo che mi fa stare bene

Playlist

Tempo che voglio dedicarmi

Una zona del corpo che voglio esplorare

Una cosa nuova che voglio provare

Una sensazione che vorrei ritrovare

*“La lentezza non è
il contrario della passione.*

*È il modo in cui la passione
impara a respirare”*



Lo Slow Pleasure non ti chiede di rallentare il piacere.
Ti invita a rallentare per accorgerti di quanto piacere c'è già.

Perché il piacere più autentico non nasce dalla fretta,
ma dalla presenza.

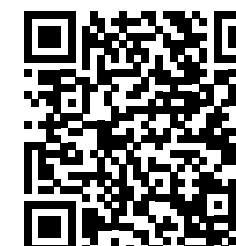
Scopri la selezione
Slow Pleasure
nello shop online
>>>>>>>>



Questa guida fa parte della Biblioteca del Benessere Intimo.
Questa guida è solo uno dei percorsi gratuiti realizzati da La Vita in Rosso.

Nella Biblioteca del Benessere Intimo trovi guide dedicate
a diversi temi legati al benessere, alla sessualità e alla relazione positiva
con il proprio corpo.

Scopri tutte
le guide
>>>>>



HAI BISOGNO DI UN CONSIGLIO PERSONALIZZATO?

Ogni persona è diversa.

Non esiste un prodotto giusto in assoluto, ma quello più adatto alle tue esigenze, alle tue curiosità e al modo in cui desideri vivere il piacere.

Le nostre consulenti sono a tua disposizione per accompagnarti nella scelta, rispondere alle tue domande e aiutarti a costruire un'esperienza su misura.
Perché parlare di piacere significa prima di tutto ascoltare.

Contattaci

La Vita in Rosso

- Consulenze private
- Incontri di gruppo
- Percorsi personalizzati
- Shop online

SHOP ON-LINE SU WWW.LAVR.IT

SEGUICI
SUI SOCIAL



GUIDE GRATUITE DE LA VITA IN ROSSO

*La***VR**

WWW.LAVR.IT