

Mi kell a jó szexhez?

Képzeld el magunkat és szerelmünket egy teljesen üres szobában, ahol csak mi vagyunk és a vágy. Vajon tudnánk-e így szeretni egymást? Persze hogy tudnánk, vágjuk rá. De mégis, ha mondjuk magunkkal vihetnénk valamit, mi volna az?

Egy pohár gyöngyöző pezsgő, néhány színes üvegmécses, egy romantikus dallam, vagy néhány vörösen-aranylóg egzotikus párna megfelelő hangulatot árasztthat ahhoz, hogy esténk igazán különlegessé váljon.

Titkos trükkjeink

Anna (29) például a füstölőre esküszik. Azt mondja, ha a férje kedvét keresi, meggyújt egy füstölőt. A férfi ma már tudja, hogy ez az érdekes, kelleties illat felhívás „keringőre”.

- Szexis köntöst veszek fel, felkapcsolom az állólámpát, odabillegek a füstölőhöz, és meggyújtom. A férjem eleinte mindig úgy tesz, mintha nem értene semmit, például megkérdezi, mi lesz a tévén, csak hogy bosszantsan, aztán végre átölel.

- Én illatos fürdő re esküszöm. Persze nem egyedül! - mondja Katalin (39). - Tégy a vízbe fürdősót, a kád szélére készíts két pohár pezsgőt sok jégkockával, és helyezkedj el a vízben csábosan. Nem kell világitás, gyertya is megteszi. Most kiabálj a férjednek, hogy jöjjön, mossa meg a hátad. Jobb, ha gondoskodsz hátmosó keférről is, biztos lehetsz benne, hogy az úr végül elfelejti, miért is jött be valójában - figyelmeztet.

- Minden feldob, ami szokatlan - mondja Krisztina (21). - Képtelen vagyok ágyban, párnák közt szerelmeskedni. Liftben, kocsiban, konyhában, spájzban, mosógépen, réten, tóban, soroljam? - kérdezi nevetve. - Imádom, ha a férfin vicces alóságtya van, vagy valami izgi tetoválás.

- Játszani szeretek - jelenti ki Sarolta (34). - Azt hiszem, azért jövünk ki egymással olyan jól a férjemmel, mert mindketten hajlandók vagyunk belemenni bármilyen szerepbe. Például a kezembe akad a két éves fiam játék puskája. Gonosz arcot vágok, és a férjem tarkójához szorítom a „fegyvernek látszó tárgyat”. Vetközz! Csak ennyit mondok neki, és ő felteszi a kezét sután, a másikkal meg már dobálja is le a ruháit. Egyikünk sem neveti el magát, ezek a játékok véresen komolyak.

Mindent szabad

A szexuálpszichológusok szerint a párkapcsolatban bármilyen megengedhető, amit mindkét fél élvez, amit egyikük sem érez fájdalmasnak, megalázónak, vagy kényszernek. A hosszú párkapcsolatban törekedni kell arra, hogy ne váljon unalmassá, lapossá a szexuális együttlét. Ha egy pár összeszokott, ismerik egymás testét, kialakult a bensőséges, bizalmi viszony kettejük között, bátrabban használnak „újító” eszközöket.

A nők jól teszik, ha időről időre beszereznek néhány vadítón szexis fehérneműt, de vágykeltő lehet egy erotikus film, vagy egy pezsgős vacsora is. Kinek mi áll közelebb az egyéniségéhez. Szinte mindnyájunknak vannak titkos vágyaink, amelyeket nem biztos, hogy a partnerünk előtt be merünk vallani, pedig hasznos volna megbeszélni őket.

Tabuk nélkül

Álszentek volnánk, ha nem beszélünk az „igazi” erotikus kellékekről is, amelyek létezéséről többnyire csak szemlesütve veszünk tudomást. Az emberek korosztálytól függetlenül vásárolják az erotikus kellékeket: a fiatalok leginkább a humoros dolgokat keresik: az I Love You feliratú szívecské alakú óvszert, vagy a vicces formájú alsónadrágokat, a középkorúak merészebbek, a szexis alsóneműktől kezdve bármit megvásárolnak. A legnagyobb sikert azonban mégis a vicces tárgyak, és az erotikus társasjátékok aratják - kiváltképp a huszonevesek körében.

Szexfilmek

Ferenc (47) arról panaszkodik, hogy a felesége képtelen elviselni, hogy ő időnként szexfilmeket néz.

- Rendben van a szexuális életünk, nem csalom meg a feleségem, hazaadom a fizetésem. Van két szép kamasz gyerekünk. Miért ne nézhetnék ilyen filmeket, mi a rossz ebben? - lázadzik. - A feleségem szeme ilyenkor szikrákat szór. Kidobálja az ágyneműmet a nappaliba, és napokig nem szól hozzám. Pedig nem hiszem, hogy ezzel bántom őt. Vagy mégis?

Ahány ház, annyi szokás

Minden ember mást és mást talál érzékinek vagy izgalmasnak, és ez így is van rendjén. Egy harmonikus párkapcsolatban kellő igyekezettel és odafigyeléssel úgyis megismerjük társunk jellemét és igényeit, amelyekből kedvünk szerint kiválaszthatjuk a nekünk tetszőket: a pezsgős fürdőt, az érzéki fehérneműket, a vad zenében, vagy a különleges helyszíneken való szerelmeskedést. A továbbiakban pedig nincs más dolgunk, mint odafigyelni társunk álmaira-vágyaira, hátha valamelyikkel még színesebbé tehetjük szerelmi életünket.

(nana)

Szex időskorban

Az idősebb kori szexuális élet sokak által nem elfogadott. De tapasztalataink azt mutatják, hogy nagyon sok nyugdíjas élvezi a szexuális együttlétet még a nyolcvanas éveiben is. Pedig az időskori szex meghosszabbítja az életet. Kétségtelen kutatási eredmények támasztják alá ezt a szinte cáfolhatatlan fölfedezést!!

Dr. Gott szerint sokak számára taszító a gondolat, hogy az idős emberek is élvezhetik a szexualitást, ellentmond a berögzült előítéleteknek. Az oka, hogy ez az elképzelés kialakult az lehet, hogy idősebb korban már nem szívesen beszélünk a megélt élményekről.

Túllépve a menopauzán nem kell már annyira elővigyázatosnak lenni, csupán a szórakozás és az intimitás az, ami meghatározza a szexualitást, ez felszabadító érzéseket hoz. Lehet hogy a test már nem olyan, mint hajdanán, ám az, hogy a társ kívánatosnak találja, elégedetté tesz.

Arra is van adat, hogy az időskori szex meghosszabbítja az életet. Egy a brit Medical Journalban 1997-ben megjelent tanulmány szerzői az or-

val. Azt hiszem, ránézésre nem hinnék el a valódi koromat, és soha nem engedném, hogy ez hatást gyakoroljon a szerelmi életemre. Egyébként, mint Laurence Olivier — aki híres volt arról a kijelentéséről, hogy belül még mindig 16 évesnek érzi magát — belül még mindig 17 éves vagyok, hullámzó szenvedéllyel. Azt hiszem, ez a hozzáállás tartja életben a szerelmet bennem. Ha órákat töltök a tükör előtt, gyötörődve a koromon, akkor nagy valószínűséggel nem lesz időm az elsöprő szenvedélyre, nem igaz? És az elsöprő szenvedély az, ami általában én vagyok, egy kikötéssel: 57 évesen a szenvedély nem jelenti már azt többé, hogy elszánt és kétségbeesett telefonhívásokat bonyolítasz késő éjjel, mert rájöttél valamire, aminek nincs köze az igazsághoz és a hűséghez, és mert a férfi, aki a szemidben visszatükröződik, még másik öt barátnője szemében is visszatükröződik. A féktelen érzelmek ezen pillanatai, a kontrollálhatatlan féltékenység, az önpusztító színjátékok — mert a férfi nem felel meg annak a tökéletes képnek, amit te magadban kialakítottál róla — ebben az életkorban már mind messze mögötted vannak. 17 évesen a szenvedély azt jelenti, hogy ha ő nem hív fel, akkor végig zokogod az éjszakát. A szenvedély számomra 17 évesen azt jelenti, hogy annyira szeretek egy férfit, hogy nem tudok gondolni, csak arra, hogy mikor látom őt viszont. És ha nem jön többé, úgy érzem, vége a világnak. Másként megfogalmazva: a szenvedély — fájdalom. Manapság, a szenvedély szenvedélyt jelent, egyszerűen és drámák nélkül. A szenvedély 57 éves korban egyenlő a szexuális tapasztalattal, anélkül, hogy félnél megkérdezni az ágyban, mit akar a másik, és anélkül, hogy visszatartásának azt, amit te akarsz. De legfőképpen, a szenvedély ebben a korban azt jelenti, hogy többé már nem aggódsz olyan sokat felszínes dolgokon, ami az életedet és a kapcsolataidat illeti, de felismered: lehet, hogy idősebb lettél, de az a képessége az emberi szívnek, hogy mindig tud szeretni, megtart téged fiatalnak.

MOLLY (75 éves)

Az én tapasztalatom, ha összehasonlítjuk az életemet más nőkével, nem mondható tipikusnak, mert 55 éves koromban felhagytam az ivással, a dohányzással és az idegenekkel valós szexuális kapcsolatok létesítésével. Mindezt egyetlen éjszaka alatt. Az alkohol éveken keresztül egyfajta stimulánsként működött a szexuális életemben, a hatása alatt feloldódtak a gátlásaim. Mindig is ropant mód élveztem a szexet, de a józanság és a stimulánsok hiánya hatására a szexuális energiám jó két évtizede eltűnt.

Azonban az érzelmi, szerelmi életem nem halt meg teljes egészében: húsz év alatt háromszor voltam szerelmes. Az egyik egy indián masször volt, elképesztően jól megtanulta, hogy a megfelelő helyen érintsen meg. A másik egy görög légitársaság igazgatója volt — repülön találkoztunk. Mindig luxus körülmények között bonyolítottuk találkáinkat a Hyde Park Hotelben. Ezen kapcsolatokra gondolva örömteli borzongással tölt el az a tény, hogy a vérem még mindig tud forni. Aztán újra megjelent az egyik korábbi szerelmem, egy volt törvényszéki képviselő, író és forgatókönyvíró. Nem láttuk egymás negyven éve. Egykori kapcsolatunk idején még

a 70-es években írt egy darabot — az ágyamban. Most pedig mire a szexuális étvágyam visszatért, sajna, a csődör — kora és gyengése okán — meglehetősen gyenge volt az ágyban. Az alkohol sem segített rajta. Ilyen gondokkal küszködnek az idős szeretők. Végül is neveltünk ezen. Aztán 18 hónappal ezelőtt felfedeztem: van élet az öreg lányok számára is, méghozzá egy 50 éves ausztrál szörfösnek köszönhetően. Ő volt a legutolsó partnerem, és szuper szexben volt részünk amikor Las Vegasba mentünk vakációzni. Ma már értem a fiatal fiúkakat. Minden fiatal férfi megszállottja a szexnek, és fiatal korukban vitézkednek is ebben.

(A bbc.co.uk/lifestyle/relationships nyomán)



gazmus-készség és az elhalálozás közötti összefüggést vizsgálta. 50%-al volt alacsonyabb a halandóság azok között, akik többször éltek át az orgazmust. Így hátegerszerű levonni a következtetéseket: minél több orgazmusod van, annál hosszabb lehet az életed.

Emília(57)

A szenvedély a mi korunkban azt jelenti, hogy megkérdezzük a másiktól az ágyban: mit szeretnél - és meg is tesszük neki. Az én 79 éves édesanyjának 65 éves szeretője van. Az apámnak 75 éves korában 27 éves barátnője volt a halálos ágyán. És ami engem illet, én egy meglehetősen szenvedélyes év közepén vagyok egy nagyon vonzó férfi-