

Szexuális tanácsadáson jártam

A szexuális problémákról beszélni sokak számára nehéz, ám eljön a pont, amikor a helyzet annyira tartathatatlanná válik, hogy muszáj segítséget kérni; s ha a barátok, a család nem tud támogatást adni ebben, nincs mese, szakemberhez kell fordulni. Így tett Kata is, aki egy szextanácsadó segítségével próbálta fel térképezni, hol a baj...

A szívem szaporán ver, a hónom alatt, a gerincem mentén lassan gyűlik a hideg veríték. Le kell szállnom a 74-es troliról, érzem, szorongok, és megy a hasam. Mélyeket lélegzem, és újra és újra megbeszélem magammal: ezt most muszáj végigcsinálnom. Fontos! Az óriás bérház tövében aprónak érzem magam, a bejáratánál kikeresem a 124-es csengőt. A három berregés után egy csilingelő hang szólal meg: „Kata? Maga az? Jöjjen! Már vártam!” A távoli hang megnyugtat. Belépek, kettesével veszem a lépcsőfokokat a másodikig. Az ajtóban egy sudár nőalak áll: a szextanácsadó.

Vidám és kedves; érzem, egy nagyon erős nő fog velem kezét. Hangja csendes, nyugodt. Teával, üdítővel és mozgóróval kínál. Egy napszárga szobába tessék, ami feltűnően csendes, egy kanapén és három széken kívül alig van benne valami. Hamar felmérem, nincs menekülési útvonal. Sehol egy festmény, egy jó kis színes könyvespolc vagy magazinok; figyelmem nem tud másba kapaszkodni, mint a velem szemben ülő nő tekintetébe. Elmagyarázza, hogy hatvan percünk van, se több, se kevesebb, ezt fontos betartanunk, miattam és miatta is.

Rutinkérdésekkel indít: Mi a teljes nevem? Hogyan szólíthat? Hány éves vagyok? Mi a foglalkozásom? Mi a párom keresztnéve? Mióta vagyunk együtt? És végül: Mi készített arra, hogy megkeressem? Az utolsó kérdésre fejben már ezerszer összeraktam a választ, most mégis úgy érzem, pokoli nehezen jönnek a szavak. Képtelen vagyok normálisan megformálni a mondatokat, dadogok, csapongok, összevissza beszélek. A szám kiszárad, a fejem forr. Soha nem volt problémám a szexszel, nem születtem szentfazéknak – ám a szexről, a legbelsőbb intim világomról beszélni nagyon nehéz. Kényelmetlenül érzem magam, ám a szakember hamar megérezi, hogy baj van, segítségemre siet, finoman átveszi az irányítást, óvatos kérdésekkel közelít:

– Kata, hogy érzi most magát?

– Izgatott vagyok – még hogy izgatott, gondolom magamban, úgy érzem magam, mint római jog-vizsga előtt, mindjárt elájulok. Bárcsak lennék már túl ezen az egészen.

– Kata, kérem, meséljen, miért jött el hozzám? – kérdezi, miközben sugározza felém, hogy „nyugi!”, jó helyen vagyok, nem lesz semmi baj.

– Segítséget szeretnék kérni. Elakadtam – eddig jó vagyok, menni fog ez, biztatom magam.

– Miről van szó?

– Problémát okoz, hogy megnyíljak, hogy kommunikáljak Tamás felé a vágyaimat, az érzéseimet, és azt, amit nem szeretnék.

– Kata, meg tudná nekem fogalmazni, mi az, amit szeretne?

– Ölelést, babusgatást, ringatást, nyugalmat.

– Tehát gyengédségre vágyik. Mi az, ami a gyengédség helyett van jelen a kapcsolatukban?

– A szó rossz értelmében lehengerlő, vad, gyakran erőszakos szex. A dolog furcsasága, hogy pont ez a féltelen szex volt az, ami összehozott és összekötött minket. Nagyon sokáig csak szexkapcsolat volt közöttünk: heti kétszer találkoztunk, lekapartuk a tapétát is falról, és tojtunk arra, hogy érzelmekről beszéljünk, hogy párkapcsolati keretekről gondolkodjunk. Aztán idővel összenőttünk, megszoktuk egymást, bejártunk közösen mindenféle hullámvölgyet és hegyet. Megszerettük egymást, ragaszkodássá „fajultak” a dolgok. Kinőttük a szexkapcsolat kereteit. Pontosabban az eksztatikus világunkba befolytak a hétköznapiak, a pénzügyi nehézségek, a családi tragédiák, a munkahelyi stressz és sorolhatnám.

– És mit érez problémának mostanában?

– Valamiért nekem ez az egész már nem jó. Pontosabban nem mindig. Fárasztó ez az állandóan impulzív egymásnak esés. Néha jó lenne csak összebújni, csókolózni, simogatni egymást. Ehelyett mindig az extremitások határait feszegetjük. Őt ez izgatja fel, a „szimpla” összebújás nem kötné le – hirtelen azon kapom magam, hogy gátlások nélkül mesélek. Görcsös énem felszívódik, figyelmem pedig követi ennek a kellemes nőnek a nyugodt és meleg hangját, ami biztat, jól csinálom, ne hagyjam abba.

– Miből gondolja, hogy Tamás nem vágyyna ugyanerre?

– Kata, tudna arról mesélni, milyen gyakran vannak úgy együtt, hogy magának nem jó?

– Egyre gyakrabban!

– Ön szerint Tamás tudja, hogy magának nem jó?

– Igen, persze! Kérdezi, mi a baj, hogyan csinálja, próbálkozik, de gondoljon csak bele, hogy a vad ölelkezés közepén szembesíteném, hogy nincs kedvem szexelni, csak ringasson álomba. Képtelenség!

– Vajon miért nem tudja ezt ugyanúgy elmondani neki, ahogy ezt most nekem? Talán eddig nem tették még, de meg kellene próbálni beszélniük az érzésekről is. Persze nem szex közben, hanem amikor van lehetőségük nyugodtan beszélgetni.

– Képtelen vagyok felhozni ezt a témát, beszélni róla. Egyszerűen nem jönnek ki a szavak a számon, megnémulok. Nekifutottam már párszor, de nem tudom elkezdni a beszélgetést.

– Kata, azt gondolom, hogy valójában nem a szexről nem tud beszélni, hanem az érzelmeiről. Az ön számára ez egy veszélyes terület – a szakember elmagyarázza, addig nem volt baj, amíg csak testiség volt jelen, mert a szexben magabiztosan mozgunk mindketten. De komolyra fordult a dolog, becsúztak az érzelmek, ami egy szexkapcsolatba nem fér bele. Eltontmondásba kerültek az érzelmek a kapcsolat minőségével.

– Igen! Ez így van!

– Mit gondol, mi történe, ha mindezt elmondaná Tamásnak?

– Félek, hogy vége lenne, hogy így már nem kellenék! Mert minden csak a szex körül forgott. Nem tudom, az intimitás beleférne-e a kapcsolatunkba... – majd hosszasan beszélek az együtt töltött évekről, az eksztázisról, a szabadságról, arról, mennyire ideális volt mindkettőnknek ez a „függetlenül, de mégis veled” kapcsolat. Mesélek a féltelmeimről, arról, hogy túl fontossá vált Tamás, és erre nem voltam felkészülve.

Sokkoló intimitás

Elmagyarázza, hogy könnyebb helyzetben lennénk, ha Tamás is itt ülne a szobában és hármásban tudnánk beszélgetni a kapcsolatáról. Sok mindenre fény derülhetne, akár arra is, hogy milyen az intimitásigénye Tamásnak. Megtudhatnánk, hogy valójában csak kommunikációs nehézségről van közöttünk, vagy az intimitás felbukkanása hat sokkolóan:

– Kata, próbáljunk meg valamit! – javasolja. – Képzeld el, hogy maga mellett a székben ott ül Tamás! Képzeld el egy nyugodt, meghitt együttlétet, olyat, amikor biztonságban tudja magát érezni. Nézzen rá Tamásra és próbálja elmondani neki, amit az előbb nekem elmondott!

Nézem a széket, próbálom odaképzelné Tamást, szinte magam mellett látom, hallom a hangját, ahogy bátorít, hogy mondjam el, mit érzek! De a szavak ezúttal sem jönnek. Egyszerűen képtelen vagyok megszólalni. Legszívesebben elsírnám magam. Aztán átülök Tamás „helyére”, a mellettem levő székbe, és az ő bőrébe bújok. Ambivalens érzés Kataként Tamásnak lenni, érezni Tamás várakozását és féltelmét: vajon mit tartogat Kata? Furcsa Tamásként biztatni magam, majd az ő darabosságával és lazaságával összerakni egy szüksézávú mondatot:

– Bébi, mondd már, mi van! Beszélj velem! Fontos elmondani, ha valami baj van! Gyertünk, naaa! – És ekkor már hirtelen Kataként funkcionálok, immár azzal a tudattal,

hogy Tamásnak sem könnyű a szüksézávú, zárkózott személyiségével nyitnia felém. Érzem, hogy már ezzel a két mondatral is gátakat tört át magában, de nekem még ez is kevés. Rádöbbenek, hogy milyen jó érzés lenne hallani Tamás őszinte gondolatait, úgy talán nekem is lenne bátorságom elmondani az érzéseimet. De most még nem jönnek a szavak.

Szerző: P. Kata

Forrás: Nők Lapja Cafe

