

A tökéletes egyéjszakás kaland

Humfrey Hunter író és újságíró egy cikkben nőknek adott tanácsot azzal kapcsolatban, hogyan kell viselkedni egyéjszakás kaland alatt, illetve milyen szabályokat érdemes betartaniuk a nőknek ahhoz, hogy jól érezzék magukat, és ne érje őket csalódás az alkalmi szex után. Humfrey tanácsai nemcsak nőknek, hanem férfiaknak is szólhatnak, a dinamika ugyanaz, illetve nem sokban tér el. Íme, öt tanács egy „esetleírással” kiegészítve.

A sztori

Egy férfi mesélte el a történetét, ami arról szólt, amiről sok más ember története is: egy baráti társaságban megismert egy nőt, aki első látásra vonzó volt számára. Telefonszámot cseréltek, a beszélgetés alatt pedig szóba kerül az is, ki hol lakik, de napokig nem történt semmi, míg végül a pasi egyik este megcsörgette a nőt, amikor annak a lakása előtt haladt el autóval.

Megkérdezte, hogy felugorhatna-e egy kávéra, mire a nő igennel felelt. A férfi felment, a nő csinosan felöltözve, sminkelve fogadta, beszélgettek egy kicsit, majd „durr bele a közepébe” módon egymásnak estek.

Szép és aktív este volt, a férfi barokkos bókokkal bizonygatta, hogy odavan a nőért. Reggel korán le kellett lépnie, mert munka előtt haza akart menni, hogy átöltözzön.

Mivel a nő még aludt, úgy döntött, nem kelti fel, hanem kiosont a lakásból. Nem beszéltek meg semmit, így többet nem kereste a nőt, és a nő sem őt.

Klasszikus sztori, mégsem teljesen korrekt. Miért nem? Azért, mert hiányzik belőle az egyéjszakás kalandok íratlan szabályai közül néhányat a betartása.

Realitás

Az egyik szabály az, hogy az egyéjszakás kalandokat nem szabad összekeverni a tartós, komoly párkapcsolatokkal, de nem is szabad áztatni a másikat azzal, hogy „ebből bármi” lehet. Éppen ezért a sokszorosan összetett mondatokba foglalt ígérekkel, jövő idejű kijelentésekkel is óvatosan kell bánni.

Jobb az elején tisztázni, hogy miről szól ez az este. Ezt akkor is korrektebb meglépni, ha kicsit illúzióromboló, vagy megtöri az egymásnak esés szenvedélyes dinamikáját.

Tény, hogy senki sem vágyik arra, hogy félig letolt gatyával ilyen „kiszólásokkal” stoppolja a jelenetet, de egy finom jelzés még bele szokott férni. Ha a másik tesz ilyen valloást, akkor meg ne vedd sértésnek.

Köszönj el!

Az alapvető tiszteletet és figyelmet nem csupán ajánlott, hanem kötelező megadni egy alkalmi partnernek is. Egyiketeket sem minősíti az, amit éppen tenni készültök, az odafigyelés mindenkinek jár, és ennek egyik fontos alapeleme, hogy rendesen elköszönsz, mielőtt kilépsz az ajtón.

Angolosan távozzanak az angolok, egy bizonyos kor felett így lépni ciki, és nem vall felnőtt viselkedésre.

Vállald, hogy reggel a másik szemébe kell nézned, és esetleg olyat fogsz hallani, amit nem szeretnél, vagy neked kell olyat mondanod, amit nem teszel meg szívesen.

Ha menni akarsz, menj!

Ha bármelyik fél meggondolja magát menet közben, akkor ezt egyenesen közölni kell a másikkal, a másikkal pedig ezt el kell fogadnia. Ha téged utasítanak el, akkor köszönj, és lépj le.

Elköszönéskor belefér egy mondat, amiben megbeszélitek, hogy ez most mi volt, és akartok-e folyta-

tást. Nem szükséges hosszan magyarázkodni, követelőzni meg tilos a jövőbeli találkozásokkal vagy reptázzással kapcsolatban, egyszerűen csak egy-egy mondatral zárjátok le a történeteket.

Így mindenki képbe kerül, és mindenki számára egyértelművé válik, hogy számíthat-e újabb találkozásra, esetleg a kapcsolat szexen túli kiterjesztésére is.

Legyen nálad váltóruha!

Az egyéjszakás kalandok általában spontán módon alakulnak, talán ezért is nevezzük kalandnak, és nem egyéjszakás randevúnak, így nehéz felkészülni rájuk a „felszerelés” tekintetében.

Az egészségügyi vonalú megelőzéseken túl, ha előre egyeztetitek egy kedves ismerőssel a találkozót, és erre nem a te otthonodban kerül sor, akkor vigyél magaddal olyan kelléktárat, hogy kényelmesen ott tudj aludni, ha úgy alakulna az este, vagy másnap onnan tudj elindulni a munkahelyedre. (A kispárnádat azért ne cipeld magaddal!)

Az alkalmi együttlétekkel kapcsolatban ne legyenek túl nagy elvárásaid, nem egy összeszokott páros fog ágyba bújni, de ettől függetlenül – természetesen – alakulhat zseniálisan az estéd.



Több mint szeretkezés!

Vannak, akinél a szex mennyiségi kérdés, mások pedig inkább a minőségre törekednek. A minőségi megközelítés magába foglalja azt is, hogy időnként megújuljunk, és kipróbáljunk olyan formákat, amelyek létezéséről talán nem is tudtunk korábban. Egy új partner is hozhat újdonságot, a korábbtól eltérő irányt, de a kultúra, azaz a filmek és könyvek is hathatnak ránk a szexualitásunk terén is.

A megoldást a tantrikus szexben találták – feloldja a gátlásokat

A tantrikus szex ősi hindu hagyományból származik, és egyre népszerűbbé válik nálunk is. Egy korábban szexuális problémákkal küzdő pár mesélte el történetét a tantrikus szexszel kapcsolatban.

A pár nő tagja tizennyolc évesen élt át először orgazmust, de utána sokáig nem talált örömet a szexben. Nem tudott feloldódni, nehezen jött izgalomba, és nem élvezte a szexuális együttléteket.

Hosszú ideig dolgozott azon, hogy megfejtse, mi az oka ennek, és végül arra a felismerésre jutott, hogy olyan gátlásai vannak, amelyek elsősorban a neveléséből adódnak.

A párjával, akivel már hosszabb ideig élt boldog párkapcsolatban, nem volt élvezetes a szexuális életük, a nő gyakran utasította el a férfit. Ilyenkor – saját elmondás szerint – a szokásos indokokra hivatkozva kerülte a szexuális együttlétet, fejfájásra, fáradtságra hivatkozott.

A korábbi partnereivel is hasonló volt a helyzet, általában visszahúzódva aludtak el az oldalukon, és ritkán sikerült annyira feloldódni, hogy gátlásoktól mentesen átadja magát a szexnek. A párjával megoldást a tantrikus szexben találtak, ez segítette a gátlások feloldásában.

Ismerkedés a tantrikus szexszel harmincon túl

A tantrikus szex egyik legfontosabb eleme a légzés ritmusának szabályozása, ami olyan tudatállapotot alakít ki, ami éberebbé tesz, és olyan állapotba viszi gyakorlóit, ami az emberi létet meghaladó pillanatként írják le. A történet női szereplője is hangsúlyozza azt, hogy a társával a légzésük szabályozásával olyan energiákat tudnak áramoltatni, amelyek felszabadultabbá teszik őket – megváltoztatva szexuális életüket –, és amellyel korábban nem tapasztalt intimitást tudnak átélni egymással.

A tantrikus szexet tanfolyamokon is oktatják, de vannak házi használatra készült DVD-k és könyvek is. A történet szereplői is először egy DVD-t szereztek be. Egyik este a férfi ezzel az oktatófilmmel állított haza, és azt kérte a párjától, hogy vacsora után nézzék meg együtt.

A nő azt gondolta, hogy egy romantikus filmet fognak megnézni együtt, viszont a DVD egy dokumentumfilm volt a tantrikus szexről, ami bemutatta azt a tudományt, ami – többek között – utat keres és mutat a férfi és a nő közötti kapcsolódásban.

Amikor a pár a tantrikus szexszel kezdett ismerkedni, túl voltak a harmincadik születésnapjukon, és volt egy lányuk is. A szexuális életük nem volt felhőtlen, viszont együtt próbálták megoldást találni.

Oktatófilmet néztek, majd beiratkoztak egy tanfolyamra

Amikor először megnézték az oktató DVD-t, a nő ideges és feszült volt, de végül megbeszéltek, hogy ez az út járhatóan tűnik, ezért belevágnak, és kipróbálják. A film után úgy gondolták, hogy bővítik elméleti ismereteiket, gyakorlati tudást is szereznek, ezért beiratkoztak egy tanfolyamra is.

Először egy hétvégi kurzuson vettek részt, ami az érdeklődés és izgalom mellett aggodalmat is kiváltott belőlük. A rövid képzésen sokat foglalkoztak a légzéssel, és rájöttek, hogy a tantra arra is rákényszeríti őket, hogy ne hazudjanak egymásnak.

A tested nem tud hazudni – mondta a nő. Senki sem kerülhet kiszolgáltatott helyzetbe, a tantrikus szexben semmi sem történhet a nő ellenére. A tantrikus szexben nem az orgazmus a cél, a tantra – többek között – arra épít, hogy a misztikus együttlét is kielégülést adhat.

„Megtanít ellazulni, önmagunkra és a másokra figyelni”

A szex eszköz, a legfontosabb cél az energiák áramoltatása és egyesítése. Az előjáték sokkal hosszabb, és hangsúlyozott a szerepe.

A tantrikus szex megtanít ellazulni, önmagunkra és a másokra figyelni, éppen ezért azzal lehet gyakorolni, akit igazán szeretünk és tisztelünk, alkalmi kapcsolatokra nem alkalmas.

A történet szereplői is egy hosszabb tanulási folyamaton mentek keresztül, mellyel nemcsak rendeződött a szexuális életük, hanem megtanulták kifejezni az igényeiket, felszabadultabbá váltak, és még mindig „képzik” magukat különféle formákban.