

A jó szerelemhez meg kell érni

A jó hír az, hogy a jó szex olyan, mint a jó bor, kel-
lenek neki az évek. Nem számít, hogy a tizenévesek
testében tombolnak a hormonok, vagy hogy huszoné-
vesen az ember szabadabb, mint valaha. Többen is ál-
lítják, hogy 35-40 évesen éreztek rá csak igazán... és
onnantól elementáris élményekben volt részük.

Nati ragyog. És vihog, mint egy kamasz
lány. Kicsit elpirul, de közben büszke rá,
hogy vele mindez megtörtént, sőt éppen
történik. Másfél hónapja, hogy a férje el-
költözött otthonról, és ő egyedül maradt
két kicsi gyerekkel - most mégsem erről
beszélgetünk. Sokkal inkább arról, milyen
felismerésekre jutott az ágyban, amióta
felbukkant az életében egy új férfi. Nati tíz
évig egyfajta szexuális élethez volt szo-
kva, azt tekintette normálisnak, kielégítőn-
ek, jónak. „Huszonévesen egy csomó min-
dennel nincs még tisztában az ember.
Nincs rendben a testével, az identitásával,
nincs rutinja, tapasztalata, és ha már sejti
is, mit szeretne, még nem tudja kommu-
kálni. Én most érzem, hogy szellemileg és
érzelmileg is megértem. Sokkal jobban ér-
zem magam a bőrömben, mint tíz évvel
ezelőtt. Eltűnt belőlem egy csomó olyan
frusztráció, amely régebben megkeserítet-
te az életemet. És aki tisztában van magá-
val, az sokkal jobban tudja élvezni a sze-
xet. Ha egy nő felszabadult, annak a pasik
nagyon tudnak örülni." Egy újabb szé-
gyenlős mosoly. Azt mondja, magát is
meg tudta lepni, mennyivel szókimondóbb
lett, és mennyivel kevésbé szégyenlős.
„Rájöttem, hogy a szex mennyire termé-
szetes dolog. És hogy én is irányíthatok.
Eddig azt hittem, a nő a férfi után megy,
erre most kiderül, hogy ha magabiztos va-
gyok, úgy is történhetnek a dolgok, ahogy
én szeretném."

Nem lehet fokozni

Lilla is hasonló felismerésekre jutott.
Ám ő húsz évig várt arra, hogy újra átélje
azt a fajta orgazmust, amelyre egyszer,
még az első nagy szerelme mellett volt ké-
pes. „Mindig élveztem a szexet, de húszé-
vesen éltem át a legnagyobb orgazmust.
Utána húsz évig nem éreztem még csak
hasonlót sem. Bizonyára azért, mert csaló-
dasként éltem meg, hogy azzal a fiúval
nem maradtunk együtt, nem alapítottunk
családot. Továbbra is voltak kapcsolataim,
élveztem is a szexet, de olyan orgazmus-
om nem volt többé" - meséli. Teltek az
évek, és Lilla a negyvenhez közel anyuka lett. De az
ágyban még mindig nem teljesedett ki. „Harmincéve-
sen az ember még az élete felépítő fázisában van. Ke-
resi a helyét a társadalomban, a munkájában. Negy-
ven fölött megszabadul ettől a tehertől." Addigra ne-
ki is volt lakása, gyereke és olyan munkája, amelyet
örömmel végzett. Csak pasija nem volt, míg össze
nem futott egy régi iskolatársával, akit annak idején
istenített. „Egészen addig, ha találkoztam egy férfival,
azon gondolkoztam, mit fog mondani, hogyan vi-
selkedjek, hogyan takarjam el a fenekem. A negyven
feletti kornak viszont megvan az a varázsa, hogy eze-
ken már nem tipródsz. Megszabadulsz az elvárások-
tól. Attilával már csak élveznem kellett az életemet. És
ettől a lazaságtól pár alkalom után elementáris orgaz-
musom lett, és annyszor, ahányszor csak akartam.
Azt hittem, ezt már nem lehet fokozni." De lehetett -
csak nem Attilával. A kapcsolat három év után véget
ért, és megjelent a színen egy másik férfi. Egy kicsit
idősebb volt, egy kicsit kevésbé jóképű, viszont fo-
kozni, azt tudott. „Teljesen el tudom magam engedni
mellette, mert bízom benne. Nem kell neki imponál-
nom. Tudom, hogy szőröstül-bőröstül szeret. Attilá-
val voltak még csatáink az ágyban. Károllyal már nin-
csenek. Az életemet is rábíznam, és ettől teljesen ki-
nyíltam."

A teljes megadás

Lilla szerint innen nincs visszaút: olyan tudás bir-
tokában van, amely már nem veszhet el. „Nem tudom,
hogyan találtam meg a képességet erre az eksztatikus
orgazmusra. Teljesen ösztönösen jött. És bár a mostani
páromba szerelmes vagyok, tudom, hogy mással is
át tudnám élni. Mert megtanultam a technikát, csak
nem tudom, hogyan. Ma már úgy gondolom, minden
a nőn múlik. Technikailag Károly sem csinál mást,
mint bárki más, akivel korábban együtt voltam. Én ju-

tottam el arra a pontra, hogy már teljesen be tudom
fogadni - a teljes megadás állapotába."
Klettner Anikó szexuálpszichológus szerint min-
dez teljesen logikus. „Ha feltételezzük, hogy az em-
ber a kor előrehaladtával fejlődik, akkor ez nemcsak
testi, lelki és mentális értelemben lehet igaz, hanem
szexuális értelemben is. Hiszen fejlődik az önismere-
tünk, tisztába jövünk nemcsak azzal, mire vágyunk,
de a reakcióinkkal is - mondja. - Persze előfordulhat,
hogy a tévképzeink erősen befolyásolják a szexhez
való viszonyunkat. Lehetnek téves feltételezéseink



nemcsak önmagunkkal, de általában a női és férfi sze-
repekkel, sőt a szexszel kapcsolatban is. Ezekkel
azonban csak saját magunkat korlátozzuk." Sokan va-
lamiféle vélt átlaghoz mérik magukat, vagy a saját
szexuális teljesítményüket a pornófilmekben látottak
alapján ítélik meg. „Ahhoz, hogy élvezni tudjuk a
szexet, fontos nyitottnak, kísérletezőnek lenni. Persze
gyakran előfordul, hogy az ember fiatalon rossz ta-
pasztalatokat szerez, de ebből ki kell tudni nőni, ma-
gunk mögött kell hagyni őket. Csak a tapasztalás ve-
zethet új felismerésekhez" - magyarázza Klettner
Anikó.

Forrás: nlcafe.hu

Lehet egy pár szex nélkül boldog?

Sok oka lehet annak, ha egy házasság szexmentes-
sé válik. Ettől függetlenül azonban az sem biztos,
hogy akkor jó egy házasság, ha van benne szex. Mitől
jó tehát egy házasság?
Egy szexmentes házasságban élni, bizonyos hely-
zetekben felérhet egy kínzással is. A szex nem csak
fizikailag kellemes tevékenység, hanem út az intimi-
táshoz, a lelki és szellemi kapcsolat kialakításához.
Ha a párkapcsolat erős, a szex stresszoldóként műkö-
dik, ha gyenge, akkor stresszfaktor is lehet.
Néhány helyen a feleségnek törvény adta joga van
arra, hogy megtagadja férjétől a szexet. Az Egyesült
Államokban, ha egy házastárs megtagadja a szexet, az
akár hivatalos oka is lehet egy válásnak, elég indokot
szolgáltató. Ebben az egyes államok között eltérés is

mutatkozik. Néhány helyen - amennyiben a szex
megtagadása nem befolyásolja a gyermeket, a pén-
zügyi helyzetet - a válási procedúrában is felhasznál-
ható ez az indok.

Nincs kedve a szexhez? Aludjon többet!

Egy 2009-es, a New York Times hasábjain megje-
lent, "When Sex Leaves the Marriage" ("Amikor a
szex eltűnik a házasságból") című tanulmányban egy
szociológust kérdeztek arról, hogy mi lehet az oka an-
nak, hogy a házaspárok nem élnek szexuális
életet. Denise Donnelly szociológus szerint
a két fő ok a gyermek születése és a házas-
társi hűtlenség.

Az, hogy a szülés után egy időre megszű-
nik a szexuális élet, érthető. A szülés megvi-
seli a női testet, emellett megváltoznak a
prioritások. Másképp kel elosztani az erő-
forrásokat, energiát, pénzt. A legtöbb házas-
pár egyetért abban, hogy a gyerek születésé-
vel a tennivalók listája olyan hosszú lesz,
hogy abba már nem feltétlen fér bele a szex.

A félrelépés gyakran okozója a szexuális
élet megszűnésének, ami érthető is. Gya-
krabban is fordul elő szeretet nélküli vi-
szonyban, mint egy szenvedélyes, romanti-
kus házasságban. Ettől függetlenül mindkét
esetben előfordulhat félrelépés. A megcsalt
partner fenntartással kezeli a szex kérdését,
főként azért mert nem tud túllépni azon,
hogy párja másvalakivel lépett szexuális
kapcsolatba, és emiatt elveszik a bizalom.

Ettől függetlenül egyéb okokra is vissza-
vezethető, hogy megszűnik a szex a házas-
társak között. A szex megvonása vagy meg-
tagadása, gyakran egyfajta bosszúként, bün-
tetésként, "fegyelmezési módszerként" is
használatos. Ezzel érzelmi hatalmat szerez-
ve a másik fél felett. Egy idő után emiatt tel-
jesen eltűnhet a szexuális vágy. Ennek pedig
az a következménye, hogy megszűnik a szex.

Ha a párok ilyen helyzetben találják ma-
gukat, akkor több út is megnyílik előttük.
Járhatnak párterápiára, csendben beleny-
ugodhatnak a helyzetbe, házasságon kívüli
viszonyt kezdenek esetleg elválni. Néhány
esetben a házaspárok együtt szeretnének
maradni, így a nyitott kapcsolatot választ-
ják. Ez sok esetben a frigiditás egyik megol-
dása is lehet, ahol az összhang, szeretet
megvan a házaspár között. Sőt egyes kutató-
sok szerint a nyitott házasságok száma nőne,
ha a társadalom elfogadóbb lenne.

Manapság a válás sokkal elfogadottabb,
mint korábban. De azok számára, akik kisgyermeket
nevelnek, esetleg anyagi körülményeik rosszak, azok
kompromisszumként választják a nyitott házasságot.

A New York egyetem professzora Judith Stacey
szerint az őszinteségnek sokkal több előnye és funk-
ciója van, mint a szexuális hűségnek. Úgy véli a má-
sik fél iránti tisztelet sokkal fontosabb egy egészséges
házasság szempontjából, mint a szexuális hűség.

Forrás: HáziPatika.com

Az Agárkosbor kivonat

Egy meghittebb, tartalmasabb
együttlét elősegítője.
Az egymásrahangolódás hatékony
támogatója férfiak és nők számára.
Használható alkalom- és kúra-
szerűen egyaránt.
Megrendelhető:
A Székely Idő kiadójánál
(Totalbio-részleg).
Email: partnerkapcsolat@gmx.com
Telefon. 0751-312-868
Termék neve:
TINCTURA DE SCULATOARE 50ml
Gyártó: ELZIN PLANT
Ára: 22,50 lej + postaköltség