



Gadījuma sekss pusdienlaikā

Diskusiju vada **Agnese Drunka**, TV3 raidījuma *Bez tabu* vadītāja



Diskusijā piedalās **Līva Oliņa** –
modele,
brīvmāksliniece

**Inese
Dāvidsone** –
HennaGuru vēdiskā
astroloģe

**Jana
Vītoliņa** –
portāla *Skaties.lv* sadaļas
Sievietei redaktore

FOTO IEVA ANDERSONE
VIDE RESTORĀNS OSTAS SKATI

Šī ir atklāta, **intīma sieviešu saruna**. Cita citu nepazīstam, vien nojaušu, kādas ir pārējās. Līva – trauša un ēteriska, Inese – krāšņa un mērķtiecīga, Jana – stipra un zinoša. Trīs noslēpumainas, pašpietiekamas, drosmīgas un iedvesmojošas sievietes. Gatavas izkāpt no komforta zonas, atklājot sevi. Mēs tiekamies vasaras pievakarē Daugavas malā. Sēžam restorānā *Ostas skati* un vērojam, kā lēni ceļā aiziet kuģi. Mani jautājumi, iespējams, izskan neveikli, jo šajā tēmā nebūt neesmu kā zivs ūdenī. Cilvēki pie blakus galdiņiem mulst, ausās, pieklost, sāk sarunāties skaļāk, bet telpu nepamet.

– Kad beidzamo reizi esat ar kādu pārrunājušas savu pieredzi seksā?

Inese: – Šorīt stāstīju draudzenei, kas notika vakarnakt, kad divos pārrados no dejām. Vīrs mani sagaidīja, un, lai mājās būtu miers... vajadzēja situāciju nokārtot (*smejas*).

Līva: – Kad veidoju sižetu raidījumam *7ē*, man bija lieliska pieredze – iespēja saprast, kā cilvēks jūtas, par to runājot publiski.

Jana: – Tik daudz par seksu esmu runājusi darbā, ka ārpus tā cenšos darbu līdzī nenest (*smaida*). Nē, nu, sarunas ar draudzenēm par seksu ir bijušas, bet es parasti esmu tā, kura uzklausa.

Līva: – Brīvi par to runāt varu tikai ar īpašiem cilvēkiem. Ir draudzenes, ar kurām par seksu nerunāju vispār.

– Vai vīrietis ir sievietes iedvesmotājs? Lūkojot caur seksa prizmu...

J: – Viens no iedvesmotājiem.

I: – Nav obligāti.

L: – Vīrietis caur seksu noteikti var celt sievietes pašapziņu un iedvesmot kaut kam svarīgam. Liekot viņai justies sievišķīgai, iekārojamai. Bet sekss noteikti nav galvenais.

– Bet kāds, jūsuprāt, ir labs sekss?

I: – Tāds, kas gandarī, ļauj atjaunoties, sniedz savienības izjūtu. Pēc laba seksa enerģijas ir vairāk, tas atver brīvo enerģijas plūsmu.

J: – Jā, tā ir kopības izjūta.

I: – Un uzreiz tā ir stiprāka izjūta par ģimeni, attiecībām, sevi. Labs sekss ir arī drošības izjūta.

L: – Man laikam ir dažādu veidu sekši. Fiziskais, pēc kura ir tukšums, un sekss, pēc kura ir emocionāls papildījums, kad nododam viens otram savu enerģiju: otram dodam nebijušo, aizpildot kādu tukšumu. Un izaugam par ko lielāku, abi kopā. Šo enerģiju var izlikt arī radošās izpausmēs vai mīlestībā pret bērniem, bet var arī saņemt caur seksu. Ja viens otram varam sniegt ne vien fizisku, bet arī garīgu baudu – tas man nozīmē labu seksu.

– Tas nav gadījuma sekss?

I: – Pa dienu, pusdienas laikā, lielajā istabā uz dīvāna, kamēr bērni guļ diendusu? Tas skaitās gadījuma sekss? (*Sirsiņģi smieklī.*) Brīvdienu gadījuma sekss... Spontāns.

– Tas atšķiras no seksta, kam esi rūpīgi gatavojusies?

I: – Jā, protams, jo ietver sagatavošanos. Katrai, domājams, ir kurpes, ar kurām doties tikai pie vīrieša. Vai ne? (*Smieklī.*)

L: – Es seksu nekad neesmu plānojusi. Tātad, izejot no šīs teorijas, man bijis vienīgi gadījuma sekss. Neplānots sekss ar cilvēku, ar kuru esmu kopā.

J: – Man jau šķiet, ka gadījuma sekss ir tad, kad tu no rīta pat nenojaut, ka to cilvēku vispār satiksi, bet, hops, vakarā jums ir sekss.

– Vai ar gadījuma partneri iespējams labs sekss – pēc pazīmēm, kuras minējāt?

L: – Neesmu pārbaudījusi, bet cik nācies runāt ar puisiem un meitenēm... Man bija draugs Meksikā, kurš katru trešo vakaru nāca mājās ar citu meiteni. Un



tad no rīta, kad bija meiteni izgrūdis ārā pa durvīm, to pārdzīvoja. Un raudāja man uz pleca. Viņš to dara, lai sevi papildītu, bet vienmēr izrādās, ka no rīta viņš jūtas vēl tukšāks. Manuprāt, sevi papildīt gadījuma sekss nav iespējams. Ja nu vienīgi abi ir ļoti, ļoti atvērti, vienādi emocionāli attīstīti, ja vienojas, ka tagad dos viens otram kaut ko... Varbūt tad.

– Vai tad to tā var nolemt – tagad savienosimies?

I: – Atkarībā no tā, kādā emocionālā brīdī sekss notiek. Ja esam sastrīdējušies un caur seksu notiek izlīgšana, tad tas savieno.

– Kā jūs gatavojaties seksam? Man nepatīk vārds priekšspēle, labāk saku sagatavošanās.

L: – Man gan ļoti patīk vārds priekšspēle.

J: – Bet sagatavošanās nozīmē gatavošanos priekšspēlei.

I: – Ieeju dušā, sasmaržojos, nevis iepūšot pavirši, bet

tā, lai viss ķermenis būtu aromātā. Mati smaržo, ir tīri. Zinu tērpus, kas ir *pieprasīti*, ir īpašas kurpes... Tām nav jābūt no intīmpreču veikaliem, tās ir īpašas un efektīvas, kuras vīrietis ir izvēlējis un teicis: tās, lūk, būs kurpes, ar kurām tu nāksi pie manis. Svētdien manam vīram bija vārdadiena, bet es pa dienu strādāju. Pēcpusdienā aizbraucu mājās, zinādama, ka maz ko viņam varu nopirkt tādu, ko viņš pats sev nevarētu sagādāt... Tad nu zināju, kas ir tas, kā spēju viņu ļoti iepriecināt vienīgi es.

J: – Priekšspēle ir gaidīšanas svētki, vienmēr tik īpaši, tie jaukākie.

L: – Priekšspēle taču ir puse no laba seksta.

I: – Mēdz būt tā: esmu kopā ar cilvēku restorānā, ir tik labi, no pieskārieniem, acu kontakta, ka tik ļoti sagribas... Tad saku: braucam ātrāk mājās! Tie ir brīži, kad priekšspēle radusies pati no sevis, un tad man atliek jauties.

L: – Kā Meksikā deju salsu...

Tā ir īsta priekšspēle, jo tu visu vakaru deju – seksīgi, plastiski. Jābūt ļoti stipram raksturam, lai ar deju partneri pēc tam... Esmu bijusi uz vienu salsas vakaru un aizgāju ar to puisī pēc tam mājās...

I: – Deja ir ārkārtīgi jutekliska, sievišķībai tā ir obligāta. Es trenējos *strip* plastikā. Tas ļoti noder, varu kaut virtuvē, biežpiena plācenišus cepot, kustēties. Jūtos sievišķīgāk, vijīgāk.

– Bet ja vīrietis nedejo?

I: – Mans vīrs nedejo. Ballītēs viņš stāv, bet es deju. Nevajag stieni, dejujo ap vīru.

– Kas vīrietim jūsu acīs padara juteklisku?

I: – Rokas. Tādas, kas prot sievieti pieturēt ejot. Rokas, kas atver durvis, māc noglaudīt galvu, uzšaut pa dupsi.

J: – Seksīgs vīrietis ir zinošs savā profesijā, ieinteresēts, varošs, nav kūtrs. Viņš var kaut zāgēt malku, tikai lai būtu aizrāvis ar to, ko dara. Lai zina, kas viņu interesē. Kails vīrietis man nekad nav licies seksīgs. Visseksīgākais vīrietis ir uzvalkā, ar kaklasaiti. Man patīk, kā vīrietis vada mašīnu.

– Rokas, kuras vada mašīnu.

I: – Seksīgam vīrietim ir laba stāja, viņš mīl savu ķermeni. Jūtams, ka viņā ir potenciāls.

L: – Visi mani vīrieši bijuši pārņemti ar savu darbu un ārpūtīgi karjeristi. Tas mani fascinē un vilina. Tāpat kā vīriešiem šķiet seksīga sieviete apakšveļā, tā man vīrietis uzvalkā. Bet man svarīgi, lai viņam nav bail to uzvalku nosmērēt. Lai viņš būtu gatavs kopā ar

mani ielīst alā, ja tāda ceļā gadās un man gribas to apskatīt. Jau mazotnē teicu, ka precēšu Džeimsu Bondu ar Indianas Džonsa garu, ka man vajag kaut ko no viņiem abiem. Kur šādu vīrieti lai atrod? Kāds draugs teica: sāc uzvesties kā Bonda meitene...

I: – Kurai gan nevajag Džeimsu Bondu!

L: – Sieviete atbalsta vīrieti ceļā uz kaut ko, un man ir jāzina, ko tā mana enerģija atbalstīs, kā viņš manu enerģiju izmantos.

– Kādas jūtas jūtaties seksīgas?

I: – Manuprāt, Līvas kleita ir nenormāli seksīga. (*Melna, ļoti vienkārša kleita – aut. piez.*)

L: – Man patīk, ja vīrietis ir uz robežas starp kautrīgu un noslēpumainu. Tieši tadā brīdī arī pati jūtos seksīga. Seksīga jūtos apģērbta, kaut apakšveļā, nevis pavisam kaila. Kad fotografējoties aizklāju seju ar matiem, atstājot vietu iztēlei... Viss atkarīgs no emocionālā stāvokļa – ir dienas, kad esmu tajā pašā kleitā un nejūtos ne pašpārliecināta, ne seksīga.

J: – Citreiz varu taisīt frizūru, piemēklēt kurpes, kleitas, un – NAV. Bet ir mirklis, viss it kā tas pats, bet – ES SPRIDZINU.

I: – Man ļoti seksīgi šķiet, kad nevis apģērbies klaji seksīgi, bet ar stāju un gaitu radi situāciju, ka – IR... Augstu pacelta galva, iztaisnota mugura, bez vajējas miesas pasniedz sevi tā, ka vīrietis krīt.

L: – Tā ir tā enerģija. Esmu pamanījusi: jo slīktāk jūtos, jo ilgāk laika pavadu, cenšoties izskatīties labi. Esmu pie spoguļa pavadījusi



Tāpat kā vīriešiem šķiet seksīga sievietē apakšveļā, tā man vīrietis uzvalkā.

četras stundas, viss skapja saturs bijis uz grīdas... Jo labāk jūtos, jo seksīgāka sev šķietu arī kedās un bez grima. Vīrieši, kuri ir ap mani, novērtē, ka esmu dabiska, vienkārša un nesataisīta. Pucēšanās nav vajadzīga, jo viss ir acīs. Kad jūtos pašpārliecināta, papildīta un seksīga, ir vienalga, kas mugurā. Vīrieši to novērtē.

I: – Pilnīgi piekritu.

J: – Arī es no vīriešiem esmu dzirdējusi: jo vienkāršāk, jo labāk. Ir tik

daudz nianšu, pie kurām piestrādājam, pūlamies, bet viņi nemana. Noslēpums – lūk, kas vajadzīgs!

I: – Tas, vai uzkrāsotas acis un lūpas, ir pēdējā detaļa, kas pasvīturo vakara noskaņojumu.

L: – Tā kā nekrāsosies, tad gribu zināt, kas notiek, kad tev ar tām krāsotajām lūpām gadās spontāns sekss.

I: – Nu, principā ir ideāli. Manuprāt, vīrieša sapnis ir izšmulēt tādu krāsotu muti.

– Seksa māksla sievietei ir šūpuli

ielikta vai arī tā īpaši jāapgūst?

J: – Visa dzīve māca, katra piedzīvotā situācija.

Pamazām esmu atradusi izjūtu, kurā jūtos vislabāk.

L: – Kaut kāda prasme jau mūsos ir. Bet, satiekot īsto cilvēku, atbrīvojam to, kas mūsos slēpjas. Caur seksualitāti sevi iepazīstam, apzinoties, kas patīk, kas nepatīk. Iemācāmies nebeidzoties no tā, ka patīk tieši tā. Nedomāt, ka tāpēc esi slima, ja tev patīk tā. Man vienmēr blakus bijis

vīrietis, kurš kopā ar mani meties iekšā visā. Man pat nav bijis jādodomā, ka tas varbūt nav pārāk veselīgi vai ka tā nav pieņemts. Tikai atskatoties novērtēju otru cilvēku, cik bijis saskanīgi un cik viens otram esam bijuši atvērti. Kaili – arī emocionāli. Ko esam piedzīvojuši, tik tālu tikuši kopā, izauguši un atvērušies. Brīvs, atklāts sekss ir ļoti jaudīgs veids, kā vienam otru iepazīt, tas ļauj arī atšifrēt pašai sevi.

I: – Tāpēc jau tās ir attiecības. Daudzas tantras prakses nevar veikt vienatnē, tikai kopā ar partneri. Jo stabilāks partneris, jo vairāk tiekam dziļumā jeb vertikālē. Tu bagātinies un piepildies no tā, cik ļoti tuvība ļauj pašam atklāt sevi. Vajag absolūtu uzticēšanos un savstarpējo savienību.

– Bet ja kaisle attiecībās ir apdzisusi...

I: – Kas ir kaisle? Tikai piešķilšanas mehānisms, kas sākumā liek visu laiku gribēt. Vēlāk kvalitāte ir daudz dziļāka, arī vērtība – lielāka. Tāpēc stabilās attiecībās sekss ir ielāpots pasākums. **J:** – Apdzisusi kaisles gadījumā sarunāt diez vai iespējams: tagad saberzēsīm rokas un šķīlšim klāt...

I: – Tas ir priekšspēles aspekts. Viss var sākties ar aiziešanu uz kino, vakariņās, uz dejām. Kāpēc trūkst kontakta? Jo zudis savienošais punkts, cilvēki sākuši iet paralēli. Bet šo savienošo punktu ir tik viegli atrast – ar kopējām interesēm, sportu, vakariņām...

– Atklājiet trakāko vietu, kur esat nodarbojušās ar seksu!

J: – Man bail teikt... Tā bija darba vieta, darba laikā. Vairāk stāstīt nedrīkstu. Vēl man bijis sekss golfa laukumā Kanādā. Dzīvojām četrdesmit cilvēki vienā telpā, nebija citas vietas.

L: – Man bijis sekss skaistā vietā – putnu vērošanas tornī, ezera vidū. Un uz mājas jumta zem zvaigžņotām debesīm. Nevis traki, bet atmiņā paliekoši. Vai – saulrietā, klints malā, tik romantiski.

I: – Man klasiski: lidmašīnas tualetē, restorāna tualetē, pludmalē, mašīnā...

– Mašīnā ir forši.

L: – Jā, mašīnā, iespējams, man bijis pats trakākais sekss. Lidostas stāvvietā pirms iešanas uz lidmašīnu. Iet garām cilvēki, bet nav variantu: es lidoju prom.

I: – Vēl jau ir arī mineti. Tur jau daudz plašākas iespējas. Mašīnā, kino... Bestsellers, kas katrai kārtīgi meitenei ir jāizdara.

– Jūs to esat darījušas?

I: – Nu, protams. **L:** – Esmu apdzinusi mašīnu, kas brauc tā, ka nevar saprast – šoferis piedzēries vai slims. Taču apdzēnot kļūst saprotams, ka vainīgs minēts... Šoferim grūti koncentrēties.

– Jums patīk spēle pieķers – nepieķers?

I: – Nav svarīgi, ka pieķer. Es taču esmu kopā ar savu cilvēku.

L: – Tas ir adrenalīns, salīdzināms ar zagto ābolu, kas garšīgāks. Nestandarta situācijas padara seksu kaislīgāku. Vairāk uzbudina. **I:** – To taču dara sevis dēļ. Saticies pusdienās, līdz vakaram vēls, jābrauc atpakaļ uz darbu, tā ir izeja – brauc mežā vai stāvlaukumā...



Daudzas tantras prakses nevar veikt vienatnē, tikai kopā ar partneri.

– Vai var izsvērt, cik daudz sekss ir sev pašai un kad notikumiem ļaujies pienākuma pēc, paciešot, pieciešot?

I: – Protams, to dara par prieku otram, bet tas nav pienākums.

J: – Pašam negribas, bet vajag? Nu, ja vajag, tad vajag.

L: – Jā, un tas ir abpusēji, tas nav tikai otra dēļ. Pēc sevis spriežu, ka prāts aiziet otrajā plānā. Es ļaujos tam visam, nesāku domāt un izvērtēt.

I: – Sanāk, ka mēs šobrīd runājam par saviem vīriešiem. Šī ir saruna, kurā es visiem pastāstu par savu vīru.

J: – Jā, un vai es zinu, cik daudz viņš grib, lai es stāstu, atklāju.

– Atļaujos domāt, ka esat sievietes, kuras vīrietim ļauj.

L: – Un noteikti ne tikai sekssā.

I: – Tā jau ir istā dzīves garša – ļauties.

– Vai sānsolji domāti jums?

J: – Ir cilvēki, kuri jūtas komfortabli, sperot sānsoljus, un pat nespēj iedomāties dzīvi bez tiem. Es pašlaik šādu domu nepieļauju. Pārāk liels stress. Viens ir, ko tu runā pirms tam, bet otrs, kad tu līdz tam nonāc.

L: – Kad man šāda doma parādījās, aizgāju no attiecībām, kurās biju. Iespējams, esmu jauna un naiva, bet gribas ticēt pasakai. Ja kārojas iet pa kreisi, pa labi, uz augšu vai leju, tad ir jāiet un jālaiž tas otrs arī. Ja domāju par citu, tad kāpēc mulķot savu vīrieti? Ar sānsoljiem es piekrāpju pati sevi, nevis otru. Ir uzbūvēta mūsu pasaule, kuru es tai brīdī apgāžu.

I: – Esmu pārliecināta, ka sānsolis ir rīcība, kam cilvēks neizvērtē cēloņus. Cēlonis ir kaut kā trūkums – izaicinājuma, emocionāls, gandarījuma... Sānsolis ir veids, kā aizlāpīt pašapziņu.

L: – Arī tas puisis Meksikā, kurš ik pārvakaru nāca ar citu meiteni, baroja savu pašapziņu, bet patiesībā grima vēl dziļāk. Gribēja nejusties vientuļš, bet jūtās arvien vientuļāks.

I: – Neesmu kategoriska pret sānsoljiem. Taču, kad justu šādas pārdomas sevī, man vajadzētu aiziet uz trim dienām mežā un vienkārši izjust sevi. Kairinājumi no ārpusē nelīdz – viens vai saruna ar kādu palīdz tikai šķietami, tā nav ilgtermiņa palīdzība. Mana būtība sakārtojās, kad esmu vienatnē ar sevi. Atgriešanās pašai pie sevis nenodara sāpes citiem.

J: – Un tu tiešām cerēji, ka mēs teiksim, ka sānsolji ir baigi foršie?

– Bet ja tu tikai par sānsoli iedomājies? Signāls, ka jāiet mežā sastapt sevi?

L: – Bet kāpēc tu par to iedomājies? Tātad neesi līdz galam piepildīta tur, kur esi un ar ko esi kopā.

I: – Esmu sapnī redzējusi Džeimsu Bondu un no rīta jutosies vainīga.



L: – Reiz sapņoju, ka man ir sekss ar kolēģi. Aizeju uz darbu un saprotu, ka, skatoties uz viņu, nosarkstu. Pa istam sarkstu!

J: – Sekss ar kolēģi, jā, tas sapnī ir bijis katrāi.

I: – Sekss sapnī ar vīru ir ikdienu. Ja cilvēks ir līdzās... Ir tāds miega stāvoklis: esi procesā spiedusies viņam klāt un nenokļū, kur tas notiek īstenībā un kur jau ir sapnis.

– Šis sapnis ir brīnišķīga īstenība...

I: – Un sekss tur pavisam noteikti ir.

– Vai varat iedomāties savu dzīvi bez seksta?

L: – Par to esmu domājusi. Ja nevaru ilgu laiku būt kopā ar kādu, ar kuru vēlos, tad – ko darīt? Iztikt bez seksta? Neesmu sapratusi, vai to varētu. Sekss stiprina manu sievišķību, dod piepildījumu, iedvesmo, un redzu, ka dodu otram. Tas viss ir tik saistīts, un nezinu, kā būtu, ja viena posma trūktu. Sekss ir mehānisms, kas sievietei liek justies sievišķīgai un vīrietim – vīrišķīgam. Ja viņš ir vīrišķīgs, rūpējas par sievieti, viņam ir pašapziņa, viņš spēj augt, tas viss ir tik ļoti saistīts.

I: – Tantra saka, ka vīrietis ar sievieti ir kopā vienīgi seksta dēļ, visu pārējo viņi var īstenot atsevišķi. Sekss



Un tu tiešām cerēji, ka mēs teiksim, ka sānsolji ir baigi foršie?

ir vienīgais, kas viņus vieno, tāpēc tas jāisteno pareizi, lai rezultāts bagātinātu abus.

– Kas ir pareizi?

I: – Lai nav tikai tvaika nolaišana. Nevis kā pēc vidējās statistikas – divas minūtes 32 sekundes ilgs akts –, bet saslēgšanās ar otru cilvēku.

J: – Daudzreiz un ātri vai vienreiz, bet baudpilni? Kā labāk?

I: – Jo vairāk ēd, jo vairāk gribas. Ja vakarā bijis *kruts* sekss, tad gribas spontānu seksu arī pusdienas laikā...

J: – Man šķiet, ka pusdienas laika sekss ir vislabākais.

L: – Man labāk patīk rīta sekss, tas paceļ visai

dienai. Pēc tam ir ļoti daudz enerģijas, un vakarā nezinu, ko ar to iesākt. Īpaši, ja otrs aizmieg...

– Šī bija viegla saruna?

L: – Man grūti atklāties, bet pēdējā laikā sevi izaicinu. Vienmēr esmu baidījies lēkt ar gumiju, pirms pāris nedēļām lēcu, divas reizes pēc kārtas. Izdarīju un sapratu, ka nebija briesmīgi. Līdzīgi ar šo sarunu – baidījies, ka jūtīšos neērti... **I:** – Šī saruna bija kā gatavošanās priekšspēlei. ■

Īpašs paldies restorānam *Ostas skati* par cienastu un vīnu!