



ВРЗУВАЈ БЕЗ РИЗИК

Водич за сигурен шибари vi

Шибари е прекрасен

Шибари може да биде еден вид на комуникација, може да биде технички предизвик, може да биде убаво. Можеби не е за секого, но со добра причина многу се има проширено.

За жал, позади мистиката и креативноста се кријат и ризици кои не се веднаш видливи. Можете себе си (или другите) да ги повредите или можете да се здобиете со долготрајна повреда без да бидете свесни за тоа. Нашата цел е да помогнеме да ги разберете најчестите ризици и начините на кои можете да ги спречите.

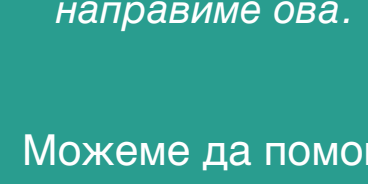
Овој водич не е замена за целосна едукација за врзување со јажиња, туку е попис на најчестите проблеми и начини како истите можат да се избегнат.

01. НЕРВИТЕ СЕ СЕНЗИТИВНИ

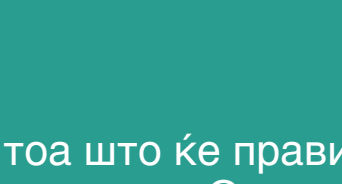
Нервите ви овозможуваат да го движите вашето тело и да чувствувате сензации. Јажето може да направи притисок врз вашите нерви (особено при суспензија) и доста личности имаат доживеано повреда на нервите поради ова.

За среќа, доколку знаете како функционираат нервите, можете да проверите за знаци на повреда за време на врзувањето. Нервите кои ги движат рацете започнуваат од рбетот, продолжуваат во пазувите и спирално се спуштаат надолу по рацете до прстите на дланките.

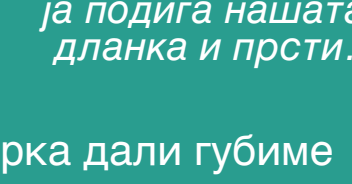
Ова е лоша вест бидејќи ова значи дека јажињата кои ги притискаат рацете може да предизвикаат проблеми со функционирање на дланките. Истовремено, добрата вест е дека можете да добиете предупредување дека има проблем со еден од трите сета на нерви во рацете преку проверка на движењата на рацете.



Можеш ли да ги споиш прстите во форма на „ОК“ знак? Медијалниот нерв ни овозможува да го направиме ова.

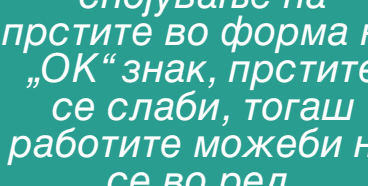


Можеш ли да ги рашириш прстите на дланката? Улнрниот нерв ни овозможува да го направиме ова.

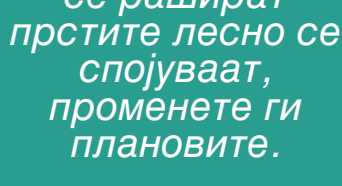


Можеш ли да ја подигнеш дланката и да направиш знак за стоп? Радијалниот нерв ја подига нашата дланка и прсти.

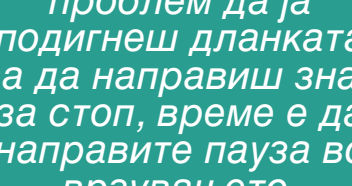
Можеме да помогнеме со тоа што ќе правиме проверка дали губиме сила кога ги држиме овие позиции. Ова ни дава рани знаци дека можеби постои проблем. Ова најлесно може да се направи доколку вашиот партнер со кој врзувате направи проверка.



Доколку при спојување на прстите во форма на „ОК“ знак, прстите се слаби, тогаш работите можеби не се во ред.



Доколку кога ќе се рашират прстите лесно се спојуваат, променете ги плановите.



Доколку имаш проблем да ја подигнеш дланката за да направиш знак за стоп, време е да направите пауза во врзувањето.

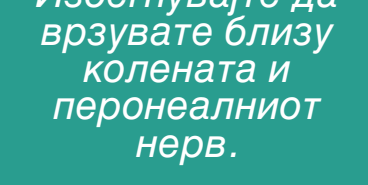
Повредата на нервите е кумулативна. Колку подолго јажето го притиска нервот повредата може да биде поголема. Треба брзо да делуваме бидејќи тоа значи дека ќе имаш проблеми со движење на рацете подолго време, па дури и неколку месеци. Доколку не сакате да ја завршите играта:

1. Намалете го притисокот на јажињата: престанете да го влечете, не се потпирајте врз јажето, престанете да висите. 2. Поместете го јажето на друга позиција/место на телото.

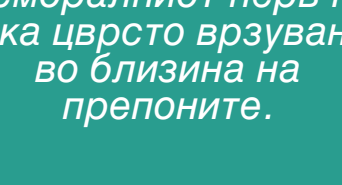
Доколку ниту едно од овие работи не го подобри проблемот, отстранете ги јажињата комплетно.

А што е со нозете?

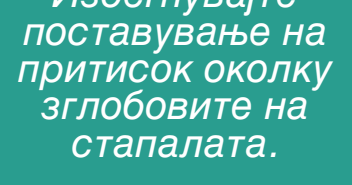
Нашите нозе потешко можеме да ги провериме за знаци на поведата, но за среќа тие се посилни и помалку сензитивни. Ова се некои од областите кои треба да се избегнуваат да се врзуваат цврсто...



Избегнувајте да врзувате близу колената и перонеалниот нерв.



Феморалниот нерв не сака цврсто врзување во близина на препоните.



Избегнувајте поставување на притисок околу зглобовите на стапалата.

Дали мислите дека имате повреда на нервите?

Доколку мислите дека имате повреда на нервите побарајте медицинска помош. Доколку не сакате да објаснувате дека сте имале повреда при врзување, кажете им дека сте имале притисок од јаже додека сте планинареле.

Не паничете, поголем дел од луѓето целосно се опоравуваат после неколку денови или недели.

02. РАМЕЊАТА ЛЕСНО МОЖАТ ДА СЕ ПОВРДАТ

Да сме добиле паричка секој пат кога сме слушнале дека некој предизвикал повреда на рамењата бидејќи ги повлекле рацете позади грбот на својот партнер на несоодветен начин, ќе имаме многу парички.

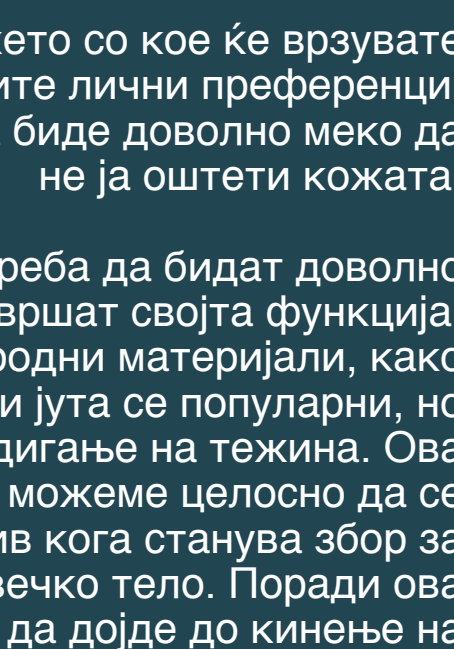
Кинки луѓето сакаат да ги имаат своите раце позади на грбот, чувството е одлично.

Меѓутоа, ротаторска манжетна не сака силно да биде повечена позади грбот, потребно и е љубов и грижа. Не ја влечете раката на другиот далеку од грбот, особено кога е свиткана. Бидете внимателни, повлечете пополека, дозволете доволно време за да приметите некој проблем.

Доколку сте заинтересирани за врзувања или суспензии кои инволвираат врзување на рацете позади грбот, побарајте специфичен тренинг/обука.

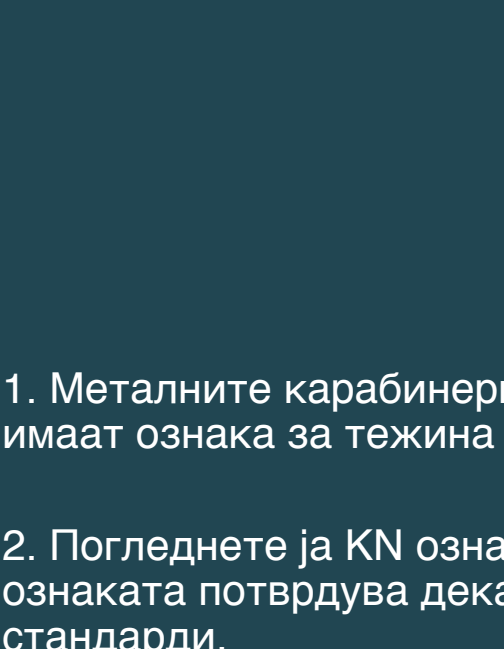


Многу ризичен начин да се придвижат рацете.



Придвижете ги рацете пополека, близу до грбот на контролиран начин.

03. УПОТРЕБЕТЕ ГИ ВИСТИНСКИТЕ АЛАТКИ



Видот на јажето со кое ќе врзувате зависи од вашите лични преференции. Меѓутоа, треба да биде доволно меко да не ја оштети кожата.

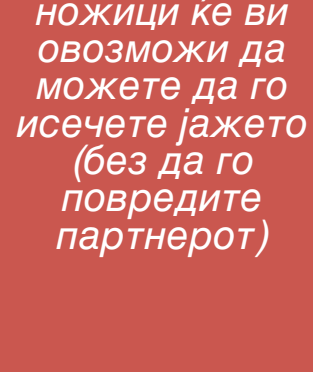
Вашите јажиња треба да бидат доволно силни да ја завршат својата функција. Јажињата од природни материјали, како на пример коноп или јута се популарни, но не се идеални за дигање на тежина. Ова значи дека не можеме целосно да се ослободиме на нив кога станува збор за суспензија на човечко тело. Поради ова често може да дојде до киније на јажињата за време на суспензија, што може да придонесе моделот да падне на подот и да се поведи.

Запомни:

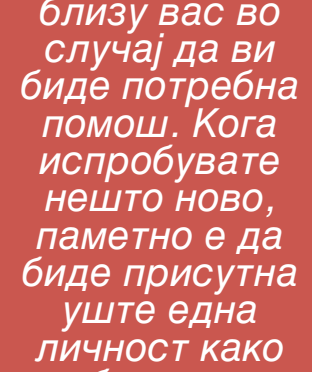
1. Металните карабинери може да изгледаат цврсти, но треба да имаат ознака за тежина за да се сметаат сигурни.
2. Погледнете ја KN ознаката на траките и карабинерите. CE ознаката потврдува дека производот е направен според европски стандарди.
3. Не му верувајте слепо на продавачот (без разлика колку е познат), проверете го производот.
4. Проверете ја вашата опрема и веднаш отстранете било што изгледа излитено или има импрефекции.

04. БИДЕТЕ ПОДГОТВЕНИ ЗА ЖИТНИ СИТУАЦИИ

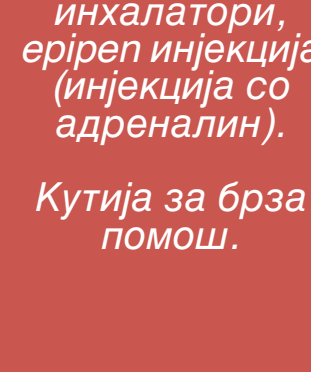
Непредвидливи ситуации се случуваат. Кога една личност е врзана, треба да бидете спремни да се справите со ризиците особено кога имаме непредвидливи ситуации. Извинете доколку звучиме депресивно но.... Што ќе се случи доколку вашиот партнер се онесвести? Што ќе се случи доколку сними струја? Што ќе се случи доколку има пожар? Не можете да се подготвите за се, но некои додатни мерки можат да ви помогнат да избегнете озбилни проблеми.



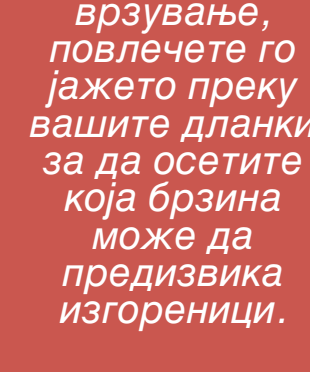
Користење на медицински ножици ќе ви овозможи да исечете јажето (без да го повредите партнерот)



Чувајте го телефонот близу вас во случај да ви биде потребна помош. Кога испробувате нешто ново, паметно е да биде присутна уште една личност како набљудувач заедно со вас.



Медицински препарати како инхалатори, епиреп инјекција (инјекција со адреналин). Кутија за брза помош.



Пред да започнете со врзување, повлечете го јажето преку вашите дланки за да осетите која брзина може да предизвика изгореници.

05. ДАЛИ СТЕ НА ИСТА БРАНОВА ДОЛЖИНА?

Шибари може да биде привлечен за луѓето од различни причини. Ова е супер, но може да предизвика проблеми кои се повторуваат кога луѓето имаат различни очекувања за тоа што треба да се случи за време на сцената. Можете да замислите колку стрес може да генерира некоја од следниве претпоставки....

1. Шибари е сексуална активност.
2. Шибари сцените треба да вклучуваат БДСМ елементи.
3. Шибари сцена значи почеток на врска.
4. Шибари мора да вклучува болка.

Не е лошо да се посакува било кое од наведените работи, но треба да знаеме да ги идентификуваме нештото и истото да го искомуницираме. Личности си ги имаат уништено животите или животите на другите со правење на претпоставки без да побараат дозвола. Дозволата е комплицирана работа, но следниве работи спаѓаат под минимум....

Однапред разговарајте за тоа што сакате/очекувате. Бидете спремни отворено да комуницирате за проблемите за време на врзувањето. Разговарајте после врзувањето за тоа што функционираше, а што не.

ДАЛИ СЕТО ОВА ВИ БЕШЕ КОРИСНО?

Ве молиме споделете го документот доколку ви беше корисен.

Овој водич е финансиран од Кристијан Ред (Christian Red) и неговите покровители. Можете да ги поддржите бесплатните ресурси како овој овде: [Patreon.com/BondageTuition](https://www.patreon.com/BondageTuition)

Концепт и текст: Кристијан Ред (www.christian-red.co.uk)
Илустрации и дизајн: Чери Блосом (Cherry Blossom)
Медицински консултант: Јокаи (Yokai), ДУ (DY)
Превод на македонски јазик: rljubica

Документот „Врзувај без ризик“ е лиценциран под Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International.

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>