

Csomó KOCKÁZAT NÉLKÜL

Útmutató a biztonságosabb shibarihoz ^{VI}

A shibari csodálatos

A shibari lehet egy kommunikációs forma, lehet egy technikai kihívás, és gyönyörű is lehet. Nem való mindenkinek, de nem véletlenül vált ennyire népszerűvé.

A misztikum és kreativitás mögött sajnos olyan kockázatok rejtőznek, amelyek elsősre nem nyilvánvalóak. Megsérülhetsz (vagy, ami rosszabb, akár másnak is árthat) sőt, akár hosszú távú sérülést is elszenvedhetsz anélkül, hogy észrevennéd. Szeretnénk segíteni abban, hogy megertsd a leggyakoribb veszélyeket, és megtanuld, hogyan kezelheted őket biztonságosan.

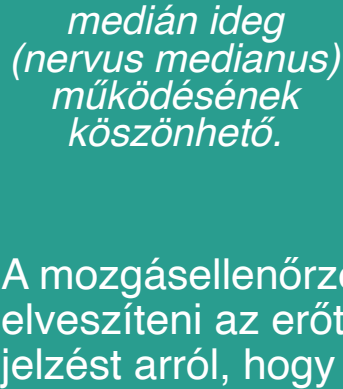
Ez nem helyettesíti az átfogó oktatást a témában – inkább egy figyelmeztető lista a leggyakoribb buktatókról, és arról, hogyan kerülheted el őket.

01. AZ ÉRZÉKENY IDEGEK

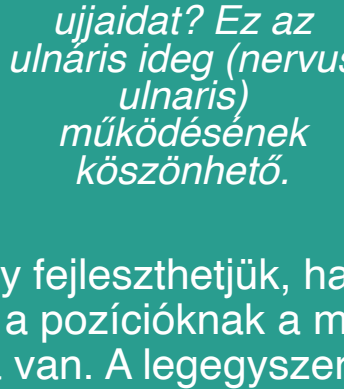
Az idegek lehetővé teszik, hogy mozgasd a tested, és érzékelj az ingereket. A kötél nyomást helyezhet az idegeidre (főleg függesztés során), és sokan tapasztaltak már idegsérülést emiatt.

Szerencsére, ha ismered az idegek működését, már kötözés közben ellenőrizheted a sérülés jeleit. Az idegek, amelyek a kézfejedet mozgatják, a gerincedből indulnak, a hónaljadnál lépnek ki, és spirálisan futnak végig az ujjaid végéig.

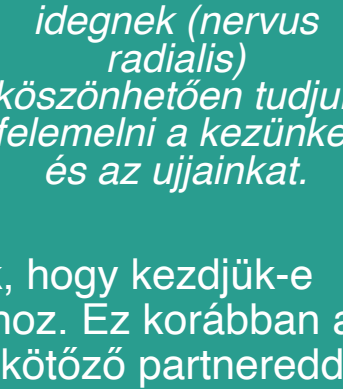
Ez rossz hír, mert a karokat szorító kötél akár a kéz használatának elvesztéséhez is vezethet. A jó hír viszont az, hogy figyelmeztető jeleket kaphatsz. A kar három fő idegcsoportjának működését bizonyos kézmozdulatokkal ellenőrizni tudod.



Tudsz OK-jelet formálni? Ezt a medián ideg (nervus medianus) működésének köszönhető.

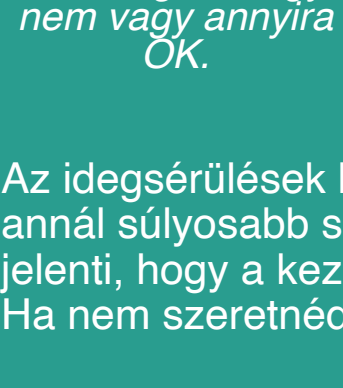


Szét tudod feszíteni az ujjaidat? Ez az ulnaris ideg (nervus ulnaris) működésének köszönhető.

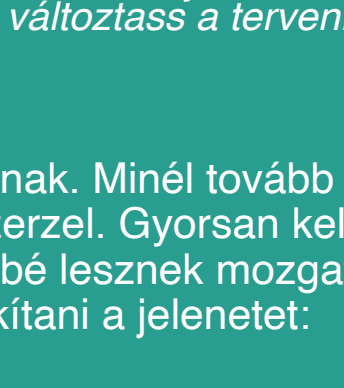


Tudsz "állj!" jelet mutatni? A radiális idegnek (nervus radialis) köszönhetően tudjuk felelmei a kezünket és az ujjainkat.

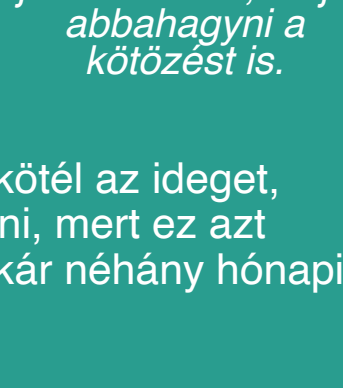
A mozgásellenőrzéseket úgy fejleszthetjük, ha teszteljük, hogy kezdjük-e elveszíteni az erőt ezeknek a pozícióknak a megtartásához. Ez korábban ad jelzést arról, hogy probléma van. A legegyszerűbb, ha a kötöző partnerrel tesztelitek az ellenállásod.



Ha az OK-jelet gyengül, lehetséges, hogy nem vagy annyira OK.



Ha a szétfeszített ujjaidat könnyebb összenyomni, változtass a terven.



Ha kezded már nem tudsz "állj!" jelet formálni, ideje abbahagyni a kötözést is.

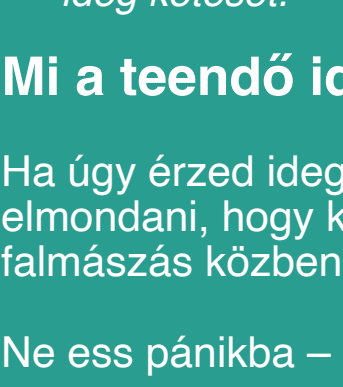
Az idegsérülések halmozódnak. Minél tovább nyomja a kötél az ideget, annál súlyosabb sérülést szerzel. Gyorsan kell cselekedni, mert ez azt jelenti, hogy a kezeid kevésbé lesznek mozgathatóak, akár néhány hónapig. Ha nem szeretnéd megszakítani a jelenetet:

1. Vedd le a nyomást a kötélről: ne húzd tovább, ne támaszkodj rá, ne lógj rajta. 2. Mozdasd a kötelet egy másik pozícióba.

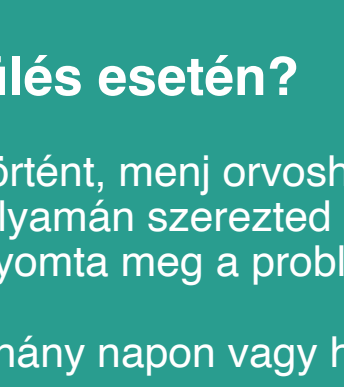
Ha ezek közül egyik sem segít, távolítsd el a kötelet teljesen.

Mi a helyzet a lábakkal?

A lábainkon nehéz az idegsérülés jeleit ellenőrizni, köszönhetően annak, hogy erősebbek és kevésbé érzékenyek. Íme néhány terület, aminek a szoros kötését kerüljük:



Kerüld a térdízületet és a peroneus ideg kötését.



A combideged nem kedveli a szoros ágyékkötést.



Ne gyakorolj túlzott nyomást a bokaízületre.

Mi a teendő idegsérülés esetén?

Ha úgy érzed idegsérülés történt, menj orvoshoz! Ha nem akard elmondani, hogy kötözés folyamán szereztél a sérülést, mond azt, hogy falmászás közben a kötél nyomta meg a problémás területet.

Ne ess pánikba – sokan néhány napon vagy héten belül felépülnek.

02. A KÖNNYŰ VÁLLSÉRÜLÉSEK

Ha minden alkalommal kapnánk egy fillért, ahányszor halljuk, hogy valaki vállsérülést okozott, mert hátrahúzta a partnere karjait, a háta mögé, anatómiailag nem ajánlott módon, gazdagok lennénk.

A fétis közösségben sokan kedvelik, ha hátuk mögött van összekötözve a karjaik – ez nagyszerű.

Habár a rotátorköpeny (vállizomzat) nem viseli jól, ha durván hátrántják, törődést és odafigyelést igényel. Ne húzd el senki karját a hátától, főleg ha be van hajlítva. Légy óvatos, mozgasd lassan, adj elég időt arra, hogy észrevegyétek, ha valami gond van.

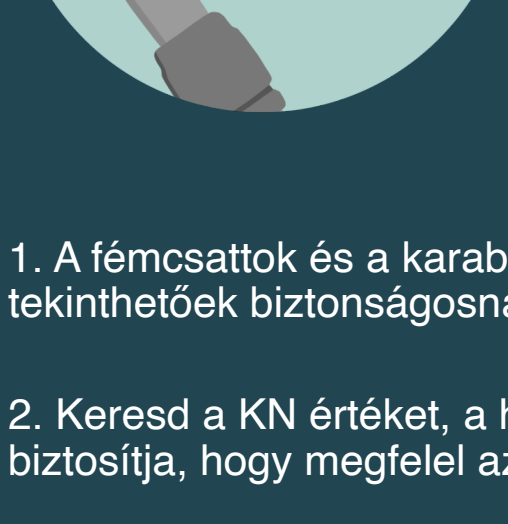
Ha érdekelnek olyan kötözések vagy függesztések, ahol a társad kezei a háta mögött vannak összekötve, mindenképp menj el egy szakszerű oktatásra.

Egy nagyon veszélyes módja a karok mozgásának.



Mozgasd a karokat lassan, közel a testhez és kontrollált módon.

03. HASZNÁLD A MEGFELELŐ ESZKÖZÖKET



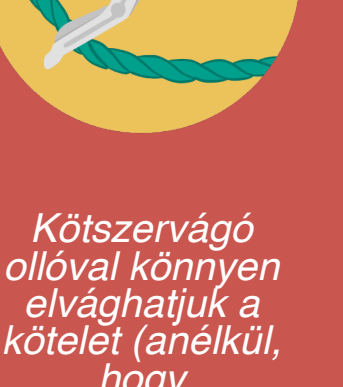
A kötél típusa, amellyel kötözöl, az egyéni preferenciádtól függ. Ugyanakkor elég puha kell legyen ahhoz, hogy ne sértse a bőrt.

A kötélnak elég erősnek kell lennie ahhoz, hogy ellássa a feladatát. A természetes szálú kötelek, mint a kender és a juta népszerű, de nem rendelkeznek hivatalos teherbírási besorolással. Ezért nem biztonságos az emberi súly függesztésére. Emiatt sok kötél szakad el függesztés folyamán, ami ahhoz vezet, hogy a modellek lezuhannak és megsérülnek.

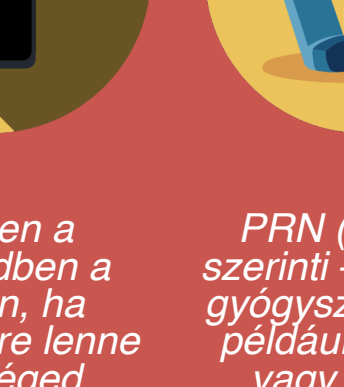
1. A fémcattok és a karabinerek szilárdnak tűnhetnek, de csak akkor tekinthetők biztonságosnak, ha rendelkeznek teherbírási besorolással.
2. Keresd a KN értéket, a hevedereken és karabinereken. A CE jelölés biztosítja, hogy megfelel az európai szabványoknak.
3. Ne bízz vakon az eladóban (akkor sem, ha nagy márkáról van szó), ellenőrizd a terméket.
4. Ellenőrizd a terméket, és dobd ki, amelyik kopott, vagy hibás.

04. KÉSZÜLJ FEL A VÉSZHELYZETRE

Váratlan dolgok történhetnek. Amikor az egyik fél meg van kötözve, készen kell állnunk a különböző szokatlan kockázatok kezelésére. Tudom, lehangolóan hangzik, de... Mit teszel ha elájul a partnered? Mi történik ha elmegy az áram? Mi teszel ha tűz üt ki? Nem tudsz mindenre felkészülni, de néhány extra óvintézkedés segíthet, hogy többféle vészhelyzetet el tudj hárítani.



Kötszervágó ollóval könnyen elvághatjuk a kötelet (anélkül, hogy megvágánánk a partnerünk).



Legyen a közepedben a telefon, ha segítségre lenne szükséged, megfigyeld, ha valami újat próbálsz.



PRN (szükség szerinti – a fordító) gyógyszerek, mint például inhalátor vagy EpiPen, legyenek kéznél. Egy elsősegélycsomag is jó, ha elérhető.



Csúsztasd végig a kötelet a kezeid között, így tudni fogod, hogy milyen sebességnél fog kötélegést okozni.

05. UGYANAZT AKARJÁTOK?

A kötözés különböző okokból vonza az embereket. Ez nagyszerű, de ismétlődő problémákat okoz, amikor az embereknek különböző elvárásai vannak azzal kapcsolatban, hogy mi fog történni egy kötözés alatt.

El tudod képzelni, mekkora feszültséget okoz, amikor valaki csak az alábbi példák egyikét feltételezi:

1. A shibari szexuális jellegű.
2. A shibari jeleneteknek tartalmazniuk kell BDSM elemeket.
3. Egy kötözés egy párkapcsolat kezdete.
4. A kötözésnek fájdalmat kell okoznia.

Semmi baj, ha valaki ezekre vágyik, de fontos hogy felismerjük, mit szeretnénk és ezt kommunikáljuk is. Sokan tették tönkre saját és mások életét, mert nem kértek beleegyezést, csak feltételeztek. A beleegyezés összetett dolog, de legalább az alábbiakat tartsd szem előtt:

Beszéljétek meg előre, mit szeretnétek/mire számítottok. Legyél kész kommunikálni a problémákat miközben kötöztök. Beszéljétek meg utólag, mi működött, és mi nem.

HASZNOSNAK TALÁLTAD?

Ha hasznosnak találtad, kérlek oszd meg

Ezt az útmutató Christian Red és a patreonjai finanszírozták. Itt támogathatod az ingyenes forrásokat mint ezt: Patreon.com/BondageTuition

Koncepció és szövegírás: Christian Red (www.christian-red.co.uk)
Illusztráció és design: Cherry Blossom
Orvosi tanácsadó: Yokai, DY
Fordította: A. András - Arcy01
Lektorálta: Kaetlynne
Ez a dokumentum, a 'Csomó kockázat nélkül', a 4.0 Nemzetközi Attribution-NonCommercial-NoDerivatives licenz alatt áll.

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