

# Slovenci se premalo crkljamo

S partnersko ljubeznijo je tako kot z ognjem – lahko je kot prvomajski kres, ki gori celo noč, ampak naslednji dan ostane samo še pogo-rišče, lahko pa celo življenje po malem in pazljivo nalaga-mo, da nam ne ugasne. Ena izmed teh »pazljivosti« je lahko poleg spoštovanja in razumevanja tudi partnerska masaža in božanje, meni maser intuitivne masaže Do-brin Tavčar, ki se z masaža-mi ukvarja že dvajset let.

**D**otik, pri katerem se sproža hormon oksitocin, je pomemben dejavnik pri negovanju in ohranjanju partnerske ljubezni. Njegove masaže so intuitivne, kar pomeni, da se vsakemu posamezniku prilagodi in zanj izbere več različnih tehnik, ki se dopolnjujejo in masiranemu nudijo najbolj-šo podporo in zdravljenje. Po želji stranke tudi slika auro in šarenico za dodatno dia-gnostiko ter nudi poleg masaže še gretje z IR toploto, ventuze, vroče zeliščne snopke, gretje z vulkanskimi kamni, protibolečinsko terapijo z Diadens aparatom in ne nazadnje tudi osnove prehranskega svetovanja in al-ternativnega zdravljenja. Tisto, kar dela Do-brina še bolj posebnega, je njegova srčna predanost delu in želja deliti znanje z drugi-mi in učenje ljubezni do sebe, do sočloveka na najpristnejši in preprost način, ki seže globlje od besed. Z dotikom.

## Dober partner je dober prijatelj

Želi si, da bi bilo v Sloveniji čim več parov srečnih in povezanih. Takšnih, ki bi znali uživati v skupnih trenutkih podarjanja nežnosti drug drugemu, ki ne bi iskali izgovorov, da nimajo časa in znanja. Kot sam pravi, bi jih rajši naučil ribariti, kot da jim prodaja ribe. O partnerstvu meni še, da je dober partner naj-prej dober prijatelj! Pri tem navaja zanimivo razmišljanje 91-letne Ljerke Palovec Toplak, ki v klepetu ob kavi pravi, da so najboljši pri-jatelji tisti, ki imajo uravnovešeno žensko in moško energijo in da znajo »testosteronci«

kuriti samo »krese«, ko pa pride kriza, se na njih ne morete zanesti, saj vas zapustijo.

Mladim svetuje čim več izkušenj z različni-mi partnerji, da sploh spoznajo, kakšnega si želijo, da spoznajo sebe in tudi to, da »princi na belem konju« ne obstajajo. »Navdaja me z žalostjo, ko spoznavam pare, kjer je eden razsvetljen in vidi, kaj in zakaj nekaj šepa v odnosu, drugi pa tega niti videti (slišati) noče in se izmika v deloholizem ali druge 'izme'. In prav partnerska masaža ter crkljanje lah-ko zelo pripomoreta k boljši komunikaciji in reševanju problemov,« pravi naš sogovornik.

Da ima masaža dobrodejen učinek, se je prepričal tudi s slikanjem aure oziroma ener-gijskega telesa s Kirlianovo kamero. »Pred masažo je običajna aura polna energetskih lukenj predvsem okoli spolnih organov, jeter in ščitnice. Po masaži pa je aura povsem za-celjena, brez lukenj,« pojasnjuje. Verjame, da vse naše bolezni in težave izvirajo prav iz naših energijskih teles, ki jih v osnovi, v duši hranimo z radostjo in ljubeznijo, kakor

uči poznavalka šamanstva Ana Marija Kol-man. In dotik je govorica ljubezni, ki ne ne-guje le telo, temveč tudi dušo. Ko je nekoč prebiral knjižico »Kemija povezanosti« The Chemistry of Connection avtorice Susan Kuchinkas, je dobil odgovor na vprašanje, zakaj je dotik za ljubezenski odnos tako po-memben. »Ob dotiku se sprošča oksitocin, hormon ljubezni, zaupanja in predanosti, ki se sprošča tudi pri dojenju dojenčka, pri božanju živali ali partnerja in seveda pri porodu in orgazmu, saj če je oksitocina dovolj, le-ta povzroči krčenje maternice ali prostate. Če oksitocin deluje v povezavi z vazopresinom, ki daje občutek pripadnosti, naredi moške in ženske monogamne.

## Masaža kjer koli in kadar koli

Moški in ženske se seveda razlikujejo, in bolj kot poznamo različnost, lažje se ugla-simo drug z drugim. Dobri partnerji nudijo drug drugemu občutek sprejetosti, zanesljivi-vosti in spoštovanja. Kot ugotavlja, potrebu-



Na tečajih masaž Dobrin Tavčar poleg posebnih prijemov in gibov uči tudi, kako spoštovati in poslušati sebe in partnerja.

jejo ženske malo več pogovorov in nežnosti, da so se pripravljene čustveno odpreti, moški pa predvsem potrebujejo konkretna »navodila za uporabo njegove ženske«, brez nepotrebnih besed, komplikacij, tarnanj. Meni, da Slovenci na splošno uporabljamo premalo nebesedne komunikacije, crkljanja in masaž. Poudarja, da je pomembno, da partnerja ne hitita, da si vzameta čas zase in da »nimata v glavi filmov, ki so jih posneli drugi«. »Dobro je, da ženska pozna svoje telo, da se tudi sama raziskuje in preizkuša, kaj ji prija in kako, da lahko potem z natančnimi zemljevidi in napotki partnerju olajša 'odkrivanje zakladov'. V glavnem je tako, da nežnost in počasnost, rekli bi lahko jin pristop, naredita več in stokrat boljše kot pa jang, ki pomeni nekaj na hitro in močno. Sicer pa rutina ubija in je treba biti iznajdljiv.« Zato Dobrin občasno – po navadi pred poletno sezono, ponudi tudi tečaj nirvana masaže v mreži in »na plaži« – torej na tleh, na splošno pa na svojih tečajih uči življenjskih masaž po načelu kjer koli in kadar koli, saj sta partnerja skupaj pač v vseh situacijah. Prave partnerske masaže se torej ne da naučiti samo na masažni mizi, ampak tudi na stolu, na klopi, na postelji.

### Počasi sprošča

Na maserskih tečajih za partnerje poleg posebnih prijemov in gibov uči predvsem spoštovanja in poslušanja sebe in partnerja. S poslušanjem ne misli samo tistega z ušesi, ampak kot slišanje samega sebe, sporočil svoje duše, intuicije, notranjega glasu in dojemanje partnerja v celoti, torej ne samo kot fizičnega telesa. Meni, da ni toliko pomembna sama tehnika, kot občutek za sočloveka, da so pomembni tudi detajli. Partnerska masaža naj bo posvečena in ne kot »na tekočem traku«. »Nekoč mi je stranka zaupala, da je bila prav ganjena, ko je videla kako posebej zanjo likam rjuho za masažno mizo. Iz svojih izkušenj vem, kako je, ko se uležeš in si rečeš, no, zdaj sem pa v dobrih rokah, in se čisto prepustiš in sprostiš. Šele takrat se ti lahko 'dogaja'. Učinek masaže je tako samo polovico odvisen od maserja, polovico pa od klienta, koliko bo dopustil svojemu telesu, da se sprosti in samo pozdravi ter se podobno kot maslo čustveno raztopi pod toplimi rokami maserja.«

Uči tudi pravilno držo maserja, da ne trpi in si pomaga z močnimi mišicami nog in telesa, namesto da bi delal samo z mišicami rok. Tako so lahko gibi počasnejši in prijemi bolj globoki. Njegovo načelo pri masaži je, da »počasi« sprošča in deluje na parasimpatični živčni sistem, »hitro« pa je dobro samo pri TRE – Trauma Release Exercises, da se sprosti ujeti adrenalin ali pa mlečna kislina. Šele takrat, ko je maser sam sproščen in v meditativnem alfa stanju, lahko v to stanje



**Masaža vpliva na boljše partnerske odnose v vseh pogledih in seveda zaradi izboljšanja aure tudi na boljše psihofizično počutje.**

»pade« tudi klient. Sicer pa ima po njegovih izkušnjah tudi nežen dotik svojo moč. »Znanstveniki so odkrili, da imamo za božanje posebna čutila, ki so predvsem na poraščenih delih in so občutljiva samo na nežne, rahle, počasne premike, včasih samo po dlakah ali celo po auri. To je takrat, ko dobimo prijetno kurjo kožo. Manj kot je dotik močan, bolj se dogaja na čustvih.

Pri predajanju znanja je sogovornik zelo prilagodljiv v skladu z rekom: »Učitelj pride, ko je učenec pripravljen!« Za vsak par se potrudi in najde rešitev.

Tako pare tudi virtualno pouči na primer o tantričnih masažah yoni in lingama, o skrivnostih G točke, o ženski prostati in ženski ejakulaciji skozi Skenejeve žleze ob sečnici. Takšna tantrična masaža še dodatno sprošča mišičevje medeničnega dna in ledveni del hrbtenice, kjer se tudi rade začnejo te-

žave z išiasom.

Partnerje uči tudi, da se znajo ustaviti, umiriti, da med masažo prisluhnejo sebi, svoji intuiciji in se prek nje povežejo s partnerjem. Vse njegove posebne tehnike masiranja, še posebej na primer vratu in glave, so potem samo še pika na »i« celotni masaži. Njegovi intuitivni tečaji so primerni tako za začetnike kot tudi za maserje, ki so odprti in pripravljene drugače pogledati in pristopiti k masaži.

»Masaža je vselej dobrodošla predigra. In tudi po orgazmu je pika na »i« še vedno crkljanje in božanje, ki izzove kurjo polt. Rekel bi, da masaža vpliva na boljše partnerske odnose v vseh pogledih in seveda zaradi izboljšanja aure tudi na boljše psihofizično počutje. V mnogih primerih so mi partnerji hvaležni, da so se še bolj zblížali, povezali in poglobili svoj odnos. In izboljšali odnos celo z otroki,« sklene naš sogovornik. ▣

