

KAHDEKSAN ASKELTA HYVÄÄN SEKSIIN

Jos puhut seksistä useamman ihmisen joukossa, tulee monelle mieleen elokuvien romanttisia koh-
tauksia, tai vinkkejä ja neuvoja ekstaattisen orgasmin saavuttamiseen. On kuin tietynlaista seksiä
olisi oltava riittävän usein, muttei kuitenkaan liikaa. Myyttien maailmassa penis-emätinyhdyntää
seuraa orgasmi, vaikka monelle kyseinen tie ei tuota orgasmia eikä ole edes toivottu tai haluttu
seksin muoto.

Hyvässä seksissä, ns. huippuseksissä, ei usein niinkään ole kyse erektiosta, kostumisesta, orgas-
mista tai penis-emätinyhdyntästä vaan kahden ihmisen jakamasta nautinnollisesta hetkestä, jossa
kumpikin on läsnä, sekä itseään että toista varten. Kokemuksen keskiössä ovat mielessä tapahtuvat
asiat. Hetki, jossa kokemus palaa mieleen, saattaa nostattaa halun, himon ja intohimon pintaan yhä
uudestaan, vuosien jälkeenkin. Mielen kuvat saattavat mahdollistaa valtaisan nautinnon ilman,
että kukaan koskettaa yhtäkään kehon osaa tai mitään näkyvää tapahtuu. Muisto saattaa saada
kaipaamaan toisen ihoa, läheisyyttä ja maagista hetkeä, jonka vain seksi kaksikolle mahdollistaa,
yhteisten vuosikymmentenkin jälkeen.

Peggy J. Kleinplatz ja hänen kollegansa tutkivat (2009), millaisia asioita ihmiset liittivät huippu-
seksiin: vastaukset pysyivät samansuuntaisina iästä, seksuaalisesta suuntautumisesta, seksita-
voista tai sukupuolesta huolimatta. Haastatteluista nousi esiin 8 asiaa, jotka toteutuivat vastaajien
ekstaattisissa, mahtavissa ja erittäin hyvissä seksikokemuksissa:

1. Läsnäolo – seksissä, oli se millaista tahansa, on tärkeää voida heittäytyä hetkeen, ja antaa
kaiken muun painua taka-alalle
2. Yhteys – kahden ihmisen välille syntyvä yhteys on kuin avaruus tai kupla, jossa kump-
panukset ovat yhdessä. Yhteys synnyttää luottamusta ja kokemuksen turvallisuudesta.
Kemia, joka kahta ihmistä vetää puoleensa syntyy moninaisista asioista. Yhteyden syn-
tyminen mahdollistaa kommunikaatiota, jota ei käydä vain sanoin vaan myös sanattomin
viestein. Yhteys mahdollistaa omista rajoista luopumista ja olonsa turvalliseksi kokemista
itsessään ja toisen läheisyydessä.
3. Syvä eroottinen ja seksuaalinen intiimiys – virittäytyminen seksiin syntyy katseista,
kosketuksista, tai merkeistä, jotka kutsuvat mielen odottamaan. Viestit kertovat, että
olemme arvokkaita, haluttuja ja rakastettuja. Ehkä olet vaihtanut intiimejä viestejä sek-
sikumppanisi kanssa tietäen, ettei kukaan muu ymmärtäisi viestiä tai sitä, mitä välillänne
hetkessä tapahtuu. Tarvitaan vain yksi katse, kosketus tai jokin merkki, tietty vaate tms.,
joka kutsuu mielen odottamaan, toivomaan. Intiimiys kahden ihmisen välillä mahdolli-
staa syvän yhteyden syntymistä.
4. Erityislaatuinen kommunikaatio – pariskunnat, jotka nauttivat huippuseksistä kommuni-
koivat omista toiveistaan ja tarpeistaan seksin suhteen. Kommunikaatio on kumppanus-
ten välistä huolenpitoa ja pohjaa empatiaan eikä eikä se rajoitu vain sanalliseen kommu-
nikaatioon vaan kumppanukset lähettävät toisilleen viestejä esimerkiksi ilmein, elein,
kosketuksin ja katsein. Jo pieni hienovarainen ele saattaa olla toiselle tarvittava tieto
muuttaa omaa toimintaa.

5. Uteliaisuus, uskallus kokeilla, hauskuus – seksille voi ja saa nauraa. Seikkailemalla toisen kanssa, seksiä tutkien, voi löytää itsestään tai toisesta uudenlaisia ulottuvuuksia. Voi olla, että suurin tutkimusmatka tehdään alastomana toisen kanssa vastatusten seisten ja oman kumppanin katseeseen upoten tai silloin, kun uskaltautuu keskustelemaan avoimesti omista toiveistaan tai fantasioistaan. Joskus maailmat syöksyvät toviksi radaltaan, kun saa piirtää sormilla toisen kehon ääri rajoja tai olla kosketettavana. Seksi on tapa ilmaista itseä. Se voi olla myös luovuudelle avautumista, kauneuden kokemista.
6. Aitous – on seksissä kumppanilleen ja itselleen läpinäkyvä fyysisesti, henkisesti ja emotionaalisesti. Aitous on rehellisyyttä. Se on sitä, että uskaltaa ja haluaa kertoa, mistä ei pidä ja mikä ei tunnu hyvältä. Se on sitäkin, että ohjaa ja opastaa toista tuottamaan itselle nautintoa, jotta yhteinen hetki voisi olla upea kokemus kaikille.
7. Haavoittuvuus – huippuseksissä olennaista on, että pystyy antamaan koko olemassaolonsa toisen käsiin seksin ajaksi, luopuu kaikista rajoista luottaen siihen, että on turvassa kumppanin kanssa.
8. Transsendenssi – tavallisen kokemuksen ylittävä hetki – hyvä seksi tarjoaa kokijalleen rauhaa, ekstaattisen hetken, jota on vaikea kuvailla sanoin. Seksi voi olla yksi elämän huippukokemuksista: ei siis ihme, että Abraham Maslow totesi aikoinaan seksin olevan yksi tie taivaaseen.

Pysähtymällä miettimään millaista jalansijaa näillä asioilla on omassa seksissä voisi oppia itsestään, kumppanistaan ja seksistään lisää. Näiden kohtien käsittely nuorten seksuaalikasvatuksessa voisi myös haastaa ihmiset ajattelemaan seksiä toisella tapaa jo heti ensimmäisistä toisen kanssa koettavista seksikokemuksista alkaen: ehkä silloin Suomessa olisi entistä enemmän onnellisia ihmissuhteita ja -kohtaloita, huippuseksiä unohtamatta.

Lähde: Iltasanomat, julkaistu 30.10.2018
Susanna Ruuhilahti, seksuaaliterveyden asiantuntija
Suomen RFSU Oy