

nemám rád, protože terapii by měl vést terapeut. Nicméně provazy jako takové se opravdu dokážou dostat hodně hluboko do mysli a vyplavit spoustu věcí. Takže pokud se někdo věnuje například práci s přijetím stínů a podobně, provazy to dokážou všechno vytáhnout ven a ještě to zesílit. Proto je dobré nemít očekávání, ale nějaký záměr. Důležité je, aby to bylo autentické a oba do toho šli s maximální důvěrou jeden v druhého, protože i přes to, že je modelka v submisivní roli, je to ona, kdo určuje veškeré hranice.

Ačkoliv se shibari řadí mezi BDSM praktiky, které bývají často asociovány s bolestí, málokdo ji v tom skutečně hledá. Většina lidí to využívá právě spíš pro zklidnění mysli a „vypnutí“ myšlenek. Pro mě je to podobný relax, jako když jde někdo například na jógu. A opravdu by se v tom dalo nacházet něco příbuzného józe, kdy člověk hledá svůj vnitřní klid skrze provazy, protože se v nich může vzdát kontroly. Nemá totiž možnost rozhodovat o tom, kam se pohne a je naprosto odkázaný na důvěru v riggera. Doslova mu odevzdává svůj život, protože je vázání i nebezpečná činnost.



Během session jsou tělo a mysl celou dobu stresovány provazem, závěsem, pozicí a tak dále a při rozvazování najednou konečně dojde k uvolnění. To může být ve výsledku tím nejintenzivnějším prožitkem, protože se objeví nával blaženosti a dalších emocí. Člověk je potom často, jak kdyby ho praštili – jako po dobrém sexu, kdy nejste schopní přemýšlet či mluvit. Pokud ale v takovou chvíli zůstanete sami, tak může přijít obrovský drop až do deprese. Může to klidně přijít až další den, nebo o několik dnů později, kdy se objeví něco, co bylo skryté uvnitř a během session se to otevřelo, což zjistíte až zpětně. Může jít o pohřbenou vzpomínku, kterou jste předtím vytěsnili a najednou z toho vznikne aktuální téma, které budete muset řešit.

Já sám mám nejradši mindplay⁵ a mindfuck⁶. Například svážu modelku do nějaké nepohodlné pozice, ve které se ale dokáže částečně hýbat. Takže se může přesunout třeba do pěti dalších pozic, ale všechny z nich jsou stejně nepohodlné. Dám jí vlastně možnost volby, ve které nepohodlné pozici bude, což působí na mysl, protože chce zachránit tělo, ale nemůže. Taky se dá hrát s očekáváním, pokud ji čtyřikrát silně udeřím do stejného místa rukou a pokaždé se při tom nahlas nadechnu, tak po páté bude stačit, když se nadechnu a ona bude automaticky očekávat, že přijde rána a já ji přitom pohladím.

⁵ Mindplay se týká aktivit, které zahrnují mentální nebo emoční manipulaci. Může se jednat například o hraní rolí, hypnózu, senzoricou deprivaci, erotické vyprávění atd. Cílem je vytvořit pocit vzrušení a prozkoumat psychologické hranice partnera.

⁶ Mindfuck je zmatení mysli protějšku a technika, jak druhého donutit, aby si skutečnost domýšlel, namísto toho, aby vnímal to, co se reálně odehrává. Lze například vybudit očekávání v čin, který si protějšek sám domyslí a prožije, aniž by došlo reálně k jeho naplnění. Často se pracuje s očekáváním silné rány, místo které přijde pohlazení. Intenzita prožitku však bude velmi podobná, jako kdyby opravdu přišel silný úder.