Orgazam: misterij ženskog užitka i kako ga bolje razumjeti

Vizije i ideje koje imamo o seksu često su usko vezane uz orgazam. Seks počinje s ciljem orgazma i završava kada je postignut. Onaj idealni, filmski seks, uključuje da oba partnera vrhunac dožive u istom trenu. Za oboje vrhunac dolazi jednostavno i glatko, utemeljen je više na strasti i ljubavi nego na tehnici i pažnji. Jednom, kada sam se o ovoj temi raspisivala po društvenim mrežama, jedna žena mi je rekla da za nju muškarac koji je ne može dovesti do orgazma znači da nisu suđeni jedno za drugo. Bez ikakve komunikacije, učenja o tijelima, erogenim zonama i željam - ako se orgazam ne desi spontano i filmski, to onda nije to.

No za većinu žena, pogotovo u heteroseksualnim odnosima, orgazam se gotovo nikada ne dešava spontano i filmski. Daleko od toga kako je to anegdotalna priča nekoliko žena. Taj obrazac toliko se ponavlja da su i znanstvena istraživanja potvrdila kako postoji jaz u orgazmima, te da žene najmanje postižu orgazam upravo tijekom seksa s muškarcima – usporedno s time koliko ga postižu tokom masturbacije ili tokom seksa sa ženama. Razlozi su utemeljeni na kulturološkom shvaćanju i neprihvaćanju**ženske seksualnost**i. Na tome da se žene posramljuje ako u seksu žele uživati ili ga zapravo uopće imaju. Na tome da nas se obeshrabljuje da istražujemo vlastito tijelo i masturbiramo. Na tome da je heteroseksualni seks falocentričan, tj. fokusiran na penis, erekciju, ejakulaciju i generalno muško zadovoljstvo. Na tome da **edukacija o klitorisu** izostaje iz formalnih i neformalnih oblika seksualnog obrazovanja, pa je dominantna ideja da su tri brza penetrativna guranja dovoljna da žena svrši (kada je već to dovoljno muškarcu). Na tome da ne razumijemo kako je svako tijelo različito te da svako tijelo treba pažnju kako bismo naučile što nam odgovara.
Ojazu u orgazmima već sam pisala. Vrlo je važna tema i izuzetno je bitno osvijestiti kako teže dolaženje do orgazma nije krivica niti jedne od nas, niti je nešto što bismo trebale uzeti zdravo za gotovo. Za **rijetke orgazme** krivo je neshvaćanje i neprihvaćanje ženske seksualnosti. To je istovremeno i društvena i osobna prepreka, koju možemo nadići destigmatiziranjem vlastite seksualnosti, kako bismo u njoj mogle uživati. Dug je to proces i ne vjerujem da će se društvo tako skoro okrenuti prihvaćanju ženske seksualnosti. Čak štoviše, vrlo smo odlučno krenuli u potpuno suprotnom smjeru. Ali postoje stvari koje možemo učiniti i individualno, same za sebe,

ako nam orgazam tijekom seksa nije toliko lako dostupan koliko Hollywood i pornografija prikazuju da mi trebao biti.

Vježba i masturbacija

Mit da masturbacija uništava partnerski užitak, vrlo je opasan, kontraproduktivan i antifeministički. **Masturbacija** nam omogućava da se opustimo same sa sobom, bez anksioznosti oko seksualnog performansa pred nekim drugim, bez želje da zadovoljimo i tu drugu osobu. Samo ti, tvoje tijelo i signali koje ti ono poručuje. Možeš ići brže, sporije, jače ili nježnije, biti **obučena ili gola**, dirati se negdje specifično ili posvuda – sve to bez da ikome išta moraš reći ili namještati kukove kako bi dobila ono što želiš. Stres oko toga kako dati upute partneru nestaje, nema srama oko pričanja o seksu, nema straha da „ako on to ne zna sam, onda nismo dobar "match“. Žene se uči da je masturbacija prljava, loša i pogrešna, da je varanje**seksualnog partnera**, pa čak i ako ga trenutno niti nemaš. Zapravo, tvoja masturbacija nema nikakve veze s partnerom ni s partnerskim seksom. Zadovoljstvo nije nešto što se može istrošiti. Naprotiv, što ga više prakticiramo, to nam je lakše do njega doći. Ovo nije garancija da ćeš svršavanjem **tijekom masturbacije** moći svršiti i tokom seksa. Također, to što orgazam izmiče kada si s partnerom, ne znači da si ga moraš i sama uskraćivati. Možeš uživati u seksu s nekim, a orgazme si priuštiti sama. Možeš si orgazme priuštiti i sama, dok je taj netko pored tebe.

Seks igračke

Dok žene često nisu fokus partnerskog seksa, ipak jesu fokus industrije seksualnih igračaka. Seksualna revolucija 1970-ih obilježena se seks shopovima, pogotovo onima namijenjenima ženama. U narednim desetljećima razvija se seks pozitivni feminizam, **seks igračke** ulaze u mainstream kulturu, poput kultne serije Seks i grad, a vibratori postaju simbol ženske samostalnosti i oslobođenja od patrijarhalnih **percepcija seksualnosti**. Danas, seks igračke dolaze u raznim oblicima i sa svakakvim namjenama – penetrativne, za vanjsku stimulaciju klitorisa, partnerske koje stimuliraju obje osobe istovremeno... S razlogom su vibratori postali feministički simbol, budući da adresiraju žensku seksualnost bez srama i cenzure, te ženama omogućuju orgazme i užitak koji ne dobiju uvijek jednostavno tikekom partnerskog seksa. No to ne znači da to dvoje ne možemo spojiti, te vibrator koristiti tokom partnerskog seksa za dostizanje tog sramežljivog orgazma. **Vibrator** može preuzeti dio posla oko stimulacije klitorisa tokom ljubljena, dodirivanja ili penetracije. Unatoč preneraženosti koju će neki muškarci možda iskazati kada žena predloži uključivanje vibratora u seks, ni jedna seksualna igračka nije zamjena za partnera. Korištenje vibratora, ne znači da osoba s kojom jesi radi nešto pogrešno, znači samo da pridaješ pažnju i svojem seksualnom užitku te slušaš svoje tijelo i pružaš mu ono što želi.

Micanje fokusa s penetracije

Nikako ne volim izraz „predigra“. Već i sam naziv sugerira da je sve što se događa prije penetracije uvod u ono što je zaista važno. Ljubljenje, dodirivanje, oralni seks, stimulacija klitorisa i sve ostalo što nam pruža užitak postaju priprema za glavni događaj, umjesto da ih doživljavamo kao seks. A ako orgazam najčešće postižemo upravo kroz te aktivnosti, zašto bismo ih tretirale kao nešto sporedno? **Penetracija** može biti dio seksa, ali ne mora biti njegov centar, a kamoli cilj. Seks ne mora završiti ejakulacijom niti orgazmom da bi bio dobar. Kada prestanemo seks promatrati kao izvedbu s unaprijed određenim početkom, sredinom i krajem, otvaramo prostor za više istraživanja, komunikacije i užitka.

Piše: Paula Brečak
Web: www.thewolfnomad.com
Instagram: www.instagram.com/thewolfnomad/

Powered by: www.lelo.com
Instagram: https://www.instagram.com/lelo_official/
Facebook: https://www.facebook.com/LELO.Official/