**Na, mije van neki?**

**Pozitív vagy negatív viszony a saját nemi szervünkhöz**

Előző írásomban elmgyaráztam, hogy miért más a lányok és fiúk saját nemi szervükhez való viszonya. Ez a viszonyulás felnőtt korra is megmarad, s ha a férfiak túlteszik magukat a stabil merevedés és a megfelelő méret miatti aggodalmukon, majd negyvenes éveikben az első merevedési zavarok okozta sokkon, akkor életük végéig gátlástalanul képesek élni a nemi életüket, s mind a nemi szervükről, mind a szeretkezéseikről képesek beszélni.

**A nőknél nehezebb a helyzet. Az oldottság, a gátlástalanság nem jön magától**. A nők felnőve is “jó kislányok” akarnak lenni, csakhogy a nemiség és a szexualitás élvezetéhez “rossz kislánynak” kellene lenniük. Ehhez át kell lépni egy láthatatlan, de annál erősebb neveltetési, társadalmi és lélektani határt. Ebben a folyamatban nagyon fontossá válik a nők saját nemi szervéhez való viszonya, ami meg azon múlik, hogy miképpen szocializálódtak, milyen neveltetési gyökereik vannak, mit láttak, mit hallottak otthon, és hogyan reagáltak gyermekkorukban a nemiségükre irányuló kíváncsiságukra. Bíztatták, vagy tiltották, esetleg bűntudatot vagy szégyenérzetet keltettek bennük.

Ha egy nőnek **jól alakult ki a viszonya, ha tudja szeretni önmagát és a saját testét, akkor jobban is törődik önmagával**, az egészségével, a teste ápolásával, gondozásával. Fontos, hogy ez a jó viszony **külsőleg és belsőleg is** meglegyen, mert sajnos gyakran előfordul, hogy ez a kapcsolat nem harmonikus, hanem félrebillen. Például szeret szépen öltözni, sminkeli magát, gondozza, ápolja a testét, epillál, intim kozmetikumokat használ, de oly módon, hogy a tisztaságát megőrizve már magát a szexualitást is tisztátalannak tartja. Pedig a lényeg a harmóniában van. Egy ápolt vagina tartós, folyamatos nemi életet biztosít, hiszen a fertőzések hosszabb-rövidebb időre leblokkolják a nemi életet.

Vallom – és azt hiszem ezzel több nőgyógyász is egyetértene -, hogy **a különböző hüvely fertőzések, gombák nagy százalékban pszichés eredetűek**, és ez ellen a nők mindig nagyon erősen tiltakoznak. Azért “krerálja magának” a fertőzést, hogy ne kelljen nemi életet élnie, és erre hivatkozhat a partnerénél. Tehát a vagina egészségesen tartásához kell egy lelki harmónia is, és kell a teste, sőt a partnere, s maga a szex szeretete is! Aki szeret szeretkezni, az arra törekszik, hogy erre minél több alkalma legyen. Az elhúzódó menstruációk és gombás fertőzések viszont ez ellen vannak.

Ha valaki önelfogadó, jóban van önmagával minden viszonylatban, az valószínűleg jobban szereti a testét is, a szexualitását és magát a nemi szervét is. Az gondoskodik róla, törődik vele, ápolja. De a kettő nincs egyenes arányban egymással.

Azok a hölgyek, akik pl. engem, mint szexológust felkeresnek valamilyen szexuális zavarral, általában nincsenek jóban a saját testükkel. Nem jó az önelfogadásuk, az önismeretük. Ettől függetlenül ápoltak, gondozottak, valószínűleg minden tekintetben, a vaginájukra is gondolva. Tehát testileg készen állnának a gondtalan nemi életre, mégis van bennük valamilyen blokk. És ez a blokk alapvetően az önismeret, és önelfogadás hiánya, ami érzelmi zavarokkal is színesedik. Ezért a terápia mindig ennek a rendbetételével kezdődik.

Ön, kedves női olvasó, aki most jelen pillanatban ezt a cikket olvassa gondolja végig, hogy fel tudná-e sorolni legalább 25-30 kizárólag pozitív külső tulajdonságát? Ha igen, akkor valószínűleg egészséges szexusú, jó orgazmusképességű. Ha nem – akkor érdemes elgondolkozni ezen, és érdemes időt szentelni arra, hogy írásban összegyűjtse ezeket önmagának, és ne azzal foglalkozzon, hogy mi mindenen változtatna önmagán…

*Természetesen ha valaki szereti önmagát, a testét, elfogadja a nemi szervét olyannak amilyen, jó viszonyban van vele, gátlástalanul tudta megélni az önkielégítéseit és az ott tapasztalt orgazmus élményeit, akkor képes törődni is önmagával, és teste minden részével. A rejtett, mindenféle fertőzésre kíválóan alkalmas vaginájával is.*

**Sz. Mikus Edit**