

ŐSZINTÉN AZ ÖNKIELEGÍTÉSRŐL

Mindkét nemnél egy teljesen természetes folyamatról van szó. A fiúk 95 %-a az első éjszakai magömlést követően maszturbál. A nőknél legfeljebb a 65-70 % teszi ezt. Különböző a megítélése, a megélése. Egy biztos: jelentős szerephez jut az egészséges nemi élet kialakításában.

Más az eredet a fiúknál és lányoknál!

A fiúk nemi szervének egy része testen kívül van, jól látható, s a kisgyerekek is önfeledten játszadoznak vele. Ez a felnőttek pozitív hozzáállásával is találkozunk, olykor még biztatják is, mert „férfias-kanos” cselekedetnek tartják. A lányok nemi szerve belül van, elrejtve, eldugva, közel sincs annyira szem előtt, s ha a kislányok keze a lábuk közé téved nem a szülők hallelujázásával találkozunk, hanem tiltással: nem szabad! Így indul a két nem saját nemiségéhez való különböző viszonya. S míg a fiúk fent említett százaléka természetes módon rátalál az önmön kéjokozás módszerére, addig a lányok vagy szégyenkezve teszik ezt, vagy sehogy. Nagyon kevesen tekintik természetesnek.

Ebből adódik, hogy a fiúk jóval merészebbek és rámenősebbek lesznek szexuális életük kezdetekor, hiszen a fiúk és a lányok közötti különbség elenyésző lehet. Így a tapasztalatlan fiú is valamennyire mégis tapasztaltnak tekinthető. A lányokat viszont nem értem! Miért várják el a párjuktól, hogy ők nekik kéjt okozzon, ha önmaguk sem ismerik azt?

A fiúk kéje automatikus: fiatal korban együtt jár a magömléssel. (Később ez elválhat, és lehet magömlés kéj nélkül, ami kóros, valamint orgazmus magömlés nélkül, ami pedig tanulható.) A nők orgazmus készsége viszont tanulási folyamat, nincs benne automatizmus! Sem mechanikailag, sem lelkileg nem következik be – csak úgy, mint a fiúknál.

Rossz férfi szokások

A legtöbb fiatalember a szexuális életét tinédzser korában rontja el. Úgy végzi az önkielégítést, hogy siet, kapkod, és a minél hamarabb bekövetkező magömlés (kéj) a célja. Ráadásul fél attól, hogy nehogy észrevegyék, ezért is siet. A fiúk hajlamosak versenyezni is, célbalövő versenyeket is tartanak... Mind egy-egy esély arra, hogy rossz partnerek legyenek, ők lesznek a „gyors tüzérek”, akik szenvednek majd a korai magömléstől.

Helyette inkább úgy kellene maszturbálniuk, hogy kitesznek egy órát maguk elé, és addig nem hagyják bekövetkezni a kéjt, amíg fél óra el nem telik. Ők igen! Ők már reménykedhetnek abban, hogy jó partnerekké válnak!

Sok fiú napi (egyszeri vagy többszöri) szokása az önkielégítés. Kórosnak számít, ha egy fiú elsősorban ebben leli az örömét, és túlságosan erre koncentrálna. De természetes, ha vérmérséklete szerint – hetente többször, vagy ritkábban - ezt teszi. A felnőtt férfiak is élnek e szokással még akkor is, ha van párjuk. Ezt a nők szinte soha nem képesek elfogadni, mert azt hiszik, hogy a férfi *helyettük* teszi ezt. Nem így van! A felnőtt férfiak a maszturbációval a testnek, a szeretkezéssel pedig a léleknek (is) megadják azt, ami jár. Sokszor a férfiak számára teher az érzelmes szerelmeskedés. (Persze nem mindenkinek, és nem szabad általánosítani.)

Abszolút kóros, ha a felnőtt, vagy már felnőtt férfi szexuális vágyait a pornófilmek nézegetésében, a csetelésben, számítógép előtt éli ki, mindegyik önkielégítéssel reagál, s

mindemellett a párkapcsolata tönkre megy, a szeretkezések száma durván csökken. Terápiára szorulnak.

Női trükkök

A nők egy része szinte rá sem vehető az önkielégítésre! Pedig e nélkül a tapasztalat nélkül nehezen elképzelhető, hogy a nő az orgazmust valaha is megtanulja. Meg kell ismernie, el kell fogadnia a saját testét, annak működését, s legalább ilyen tapasztalattal tudnia kell, hogy mire is vágyik a szerelmeskedések közben. A legtöbb nő viszont ha párkapcsolatban él, leszokik erről, és természetesnek tartja, hogy onnantól az orgazmust a partnernek KELL okozni számára. (Ebből a KELL-ből sok probléma származik!)

Mások meg érdekes trükköket találnak ki az önkielégítés során, amely nemhogy segítené, inkább megakadályozza később az orgazmus készség kialakulását szeretkezés közben.

Nézzünk ilyen trükköket:

- Kispárnát, vagy paplant szorítanak a combjuk közé a lányok, így érik el az orgazmust. Kérdés: Az összeszorított combok közé később hogyan fér be egy férfi?
- Összeszorítják vagy dörzsölik a combjukat, megfeszítik az izmot. (Probléma ugyanaz.)
- Az iskolai kötélmászáskor a kötélen dörzsölése okozta az első kéjt, vagy a zuhany erős vízsugarával érik el ugyanezt. Kérdés: mi tud majd valaha ilyen erős ingert okozni? Egy férfi egészen biztosan nem!
- Motoros vibrátort használnak, és rá is szoknak. Probléma: a hús-vér férfi bizonyos testrésze soha nem fog így vibrálni!...

Ezeknek különböző változatai is előfordulnak, szinte képtelen testtartásokat találnak ki a lányok. Azzal van baj, hogy ezek a bizonyos szokások fixálódhatnak, és utána nagyon nehéz átszokni a párkapcsolatban (szeretkezés alatt zömmel hüvelyben) átélendő kéjre. És szinte mindig ezt követelik a nők maguknak!

Kell vagy nem kell?

A maszturbációra szükség van, de megfelelő mértékben, megfelelő technikákkal. Nem késő korrigálni egy már rögzült szokást, de szükséges. Az önkielégítés fiatal korban helyettesíti, felnőtt korban pedig színesíti a nemi életet.

Ne feledjük, hogy már az óvodások is képesek erre. Ezért mondják az óvónénik (és Fábry a műsora végén), hogy kezeket a paplan fölé! (éljenek a csajok!). Ilyenkor a kicsik nem izgatják magukat, hanem nyugtatják. Mert a szexualitás életünk egyik legtermészetesebb része. Ebből vagyunk, ettől leszünk egészségesek és egészségesek.

Sz.Mikus Edit

szexológus