

Великий оргазм

Нетрудно представить, какая волна возмущения поднялась после заявления Винченцо и Джулии Пуппо, ученых из Центра сексологии Университета Флоренции. “Как же так? - вопрошали женщины всего мира, - получается, мы зря мучились все эти годы? Зачем мы выбивались из сил в поисках точки G? Зачем налегали на вумбилдинг и тренировали мышцы влагалища?” Но отчаиваться рано. Исследователи не вправе лишать нас удовольствия, они лишь предложили разобраться в формулировке вопроса.

Сама посудите: откуда мы вообще взяли всю информацию о вагинальном оргазме? Как научились делить его на два вида? Кто нам об этом рассказал? Подруги? Героини сериалов? Где мы вообще вычитали, что обязаны испытывать самый главный оргазм?

Все началось с Фрейда. По его мнению, если женщина предпочитает раздражение клитора нормальному половому акту – она больна, то есть фригидна. Эту идею с радостью подхватили физиологи и психиатры. Что только не делали с бедными дамами, чтобы избавить их от “бесчувственности”! В 1951 году ученица Фрейда Мари Бонапарт написала книгу “Женская сексуальность”, в которой противопоставляла клитор вагине, считая клитороцентричность болезнью и даже мужеподобностью. Она предлагала оперировать бедняжек, искусственно опуская клитор ближе к входу во влагалище, чтобы он участвовал непосредственно в половом акте. Для этого гинекологи придумали простую операцию, которую можно было делать каждой,

В журнале *Clinical Anatomy* вышла скандальная статья, которая подняла **на уши весь мир. Вагинальный оргазм – это миф**, утверждают итальянские ученые. Мы провели расследование и узнали, где здесь правда.

Текст: **Инга Шепелёва**

жалующейся на отсутствие вагинального оргазма. То есть ученые были уже готовы менять женскую анатомию, чтобы она соответствовала их видению мира!

Дело в том, что классическая сексология была исключительно мужской наукой, функция женщин была проста: доставлять наслаждение партнерам. Естественно, все силы врачи и психологи бросили на то, чтобы привязать наше удовольствие исключительно к вагине, как к многофункциональному и полезному органу – она принимает мужчину, благодаря ей происходит зачатие, из нее мы рождаемся, наконец. И будет здорово, если именно она будет отвечать за Самый Главный Оргазм. А вовсе не бесполезный клитор.

Мужчины ведь не даром испытывают оргазм – происходит эякуляция, семенная жидкость попадает во влагалище, и – оп! – новая жизнь. Выходит, и женщины не должны испытывать наслаждение зря. Считалось, что наш оргазм помогает оплодотворению. Сокращаясь в оргазмических спазмах, матка быстрее проталкивает сперматозоиды к цели. Это называлось теорией всасывания.

Нет повода для зависти

В 1960-е гинеколог Уильям Мастерс и психолог Вирджиния Джонсон впервые опровергли вагиоцентричную теорию Фрейда в своей книге “Человеческая сексуальная реакция”, которая буквально перевернула науку об интимной жизни людей. Они пронаблюдали около 7500 законченных сексуальных циклов у женщин и сделали несколько сенсационных выводов. Во-первых, они опровергли теорию всасывания, >



предложив участницам эксперимента мастурбировать с маточными колпачками, наполненными семенной жидкостью. Наличие или отсутствие оргазма никак не влияет на процесс зачатия, выяснили они. Но главное открытие Мастерса и Джонсон в том, что, по их мнению, у женщин бывает только один вид оргазма – клиторальный. Вряд ли они были правы, но этим открытием ученые совершили кое-что более важное. Они повели за собой феминисток.

Вооружившись трудами Мастерса и Джонсон, а также двухтомником “Второй пол” бабушки феминизма, Симоны де Бовуар, эти дамочки презрели наш главный репродуктивный орган – влагалище – и отдали пальму первенства нерациональному, нежному, созданному исключительно для удовольствия клитору. А главное, они добились того, что женщина, не испытывающая вагинальный оргазм, перестала считаться фригидной.

“Миф о вагинальном оргазме” – самая известная статья того времени. Ее автор, воинственная активистка Анна Коэт, доказывает, что во всех процессах задействован клитор, и именно благодаря ему мы получаем оргазм. Более того, она утверждает, что по количеству нервных окончаний, составу пещеристой ткани и наличию генитальных телец он очень напоминает член. К тому же, это полноценный эректильный орган, то есть в возбужденном состоянии он увеличивается в размерах. А если клитор – это женский член, значит, у нас нет повода для зависти мужчинам.

При этом мужская половая система была досконально изучена уже к 70-м годам XX века с использованием самых прогрессивных технологий, а первая микроиннервация клитора с помощью МРТ была произведена лишь в 1998 году. Именно тогда стало известно, что на поверхности находится только головка клитора, внутри он намного больше и имеет вид длинных ножек, которые проходят в основании малых половых губ.

Современные ученые доказали, что клитор, как снаружи, так и внутри, почти всегда участвует в получении вагинального оргазма за исключением некоторых поз. Винченцо и Джулия Пуппо настаивают на том, что вагинальный и клиторальный оргазм – неправильные термины и предлагают заменить их одним – женский. По мнению ученых, вагинальный оргазм вызван стимуляцией всех эректильных

органов женщины, которые включают в себя клитор, вестибулярные шарики, находящиеся по обе стороны от входа во влагалище; и pars intermedia, тонкую полосу, их соединяющую, а также чувствительные зоны в районе малых половых губ и у входа в уретру. Недавнее исследование, опубликованное в журнале Nature Reviews Urology, выявило, что за оргазм отвечает не какой-то определенный орган, а клиторально-вагинальный комплекс (CUV).

То есть наши оргазмы – это результат сложной работы всей репродуктивной системы. Таким образом мы можем испытывать совершенно разное наслаждение, не заикливаясь на пресловутых двух видах. Любому оргазму – настоящий, если он приводит к эмоциональной разрядке и чувству удовлетворения.

Только точки

Как-то так вышло, что люди надолго забыли о “сердце цветка” – области на передней стенке влагалища, которую хорошо знали еще в Древнем Китае. Вспомнили об этой волшебной области только в 1950-х благодаря немецкому гинекологу Эрнсту Грэфенбергу. Но к открытию ученого не отнес-

лись с должным вниманием, потому что, в отличие от Мастерса и Джонсон, он жил не в Америке, а в консервативной Германии. Общество оценило важность открытия немецкого врача намного позже, но доказать научно наличие точки G ученые так и не смогли. Вот, например, недавно один итальянец, Эммануэле Джанини из университета Л’Акила с помощью УЗИ осмотрел всю уретро-вагинальную область, где, по мнению большинства женщин, находится эта самая точка. Причем ультразвуковому исследованию подверглись как пациентки, утверждавшие, что у них есть вагинальный оргазм, так и несчастные, у которых его не было. В результате обнаружилось, что у первой группы ткани в области между уретрой и вагиной плотнее. Джанини трактует это так: “Женщины, у которых нет видимых признаков наличия точки G, не способны испытывать вагинальные оргазмы”. Ученый считает, что наличие точки G можно проверить с помощью простого УЗИ. Другие исследователи оспаривают теорию Джанини, дескать, еще неясно, что собой представляет эта точка, отдельный орган или просто внутреннюю часть клитора. А еще считают, что это никакая не точка, а целая область и размеры ее

По количеству нервных окончаний, составу пещеристой ткани **клитор очень напоминает член.** К тому же это **полноценный эректильный орган,** то есть в возбужденном состоянии он увеличивается в размерах.

индивидуальны. Интересно получается. Ученые знают, какой состав почвы на Марсе, гоняют бозоны Хиггса и клонируют овец, но до сих пор не уверены, есть ли точка G на самом деле. Единственное, что радует, – это последние тенденции в научном мире: ученые в один голос заявляют о том, что делить оргазмы на виды – пустая трата времени.

Чтобы разобраться в этом хаосе мнений нужно просто перейти к практике. Только доверившись своим ощущениям, женщина может понять, какие точки на ее теле отвечают за удовольствие. Но есть главное условие – как любой эксперимент, поиск ключа к оргазму требует полного сосредоточения на своих ощущениях. Потому что, в отличие от мужского женские оргазмы рождаются в голове, и только в моменты полного расслабления. И всем женщинам мира, вместо того, чтобы мучиться вопросами о существовании вагинального оргазма, нужно прекратить симулировать.

Мы сможем испытать настоящее наслаждение, только когда перестанем вопить, как порноактрисы. Как можно строить из себя Сашу Грей и при этом расслабиться, сконцентрироваться на внутренних ощущениях, разобраться в тонких нюансах своих чувств? Никак. Мы забываем, что времена изменились. Нам больше не нужно держаться за мужчину мертвой хваткой и можно весело помахать ему ручкой в ответ на замечание о фригидности. Еще в 1973 году феминистка Шир Хайт позволила женщинам узнать, что если они не могут достичь оргазма при сексуальном контакте, то это не значит, что они отклонились от нормы – они могут надеяться на большее и более нежное сексуальное внимание. Не стоит забывать об этом. Никогда.

И все-таки он существует

Вагинальный оргазм – не миф. Он так же реален, как клиторальный, маточный, глубокий, струйный, мастурбационный, коитальный, экстракоитальный, пикообразный, волнообразный, множественный, сильный, умеренный, слабый, петтинговый, эмоциональный. Видов оргазма десятки, более того, каждая из нас испытывает совершенно разные ощущения, задействуя те или иные зоны. У кого-то более чувствителен вход во влагалище, у кого-то клитор, некоторые из нас знают о точке G с момента потери девственности, а для кого-то и в тридцать она загадка.

Мы верим или не верим ученым, врем или говорим правду подругам, имитируем оргазм или пытаемся договориться с нашими партнерами. Но главное – мы доверяем себе и своим чувствам. Ведь истина не в том, что в очередной раз доказали ученые. Истина – в наших ощущениях. Наблюдай за собой. Верь себе. И расслабься уже наконец.

COSMO

НАШИ ЭКСПЕРТЫ



ДМИТРИЙ ЛУБНИН,

акушер-гинеколог,
к.м.н., Европейская
клиника

При клиторальной стимуляции вовлечена только головка клитора и малые губы, а плотность нервных окончаний на головке такова, что оргазм реализуется очень коротким путем, и ответная реакция направлена на те органы, которые были вовлечены в стимуляцию. При вагинальном оргазме площадь стимуляции существенно больше, и ответная реакция вовлекает глубокие отделы половых органов и сокращение крупных мышечных групп. Для большей наглядности можно провести сравнение с нотами: звучание будет разным, если на клавиши нажимать одним пальцем или брать аккорды двумя руками. Собственно в этом сравнении есть и ответ на вопрос: вагинальный оргазм испытывает меньшее количество женщин, потому что за редким исключением (врожденная способность) ему надо учиться. И задача эта не легче обучения игре на фортепьяно.



АЛЕКС МЭЙ,

лайф-коуч,
специалист
по гендерным
отношениям.
Автор и ведущий
секс-тренингов

Ученые едины во мнении, что глубокая часть влагалища нечувствительна, за удовольствие при проникновении отвечают лишь первые 2,5 см от входа. Если нервные окончания там ярко выражены, то женщина будет получать вагинальный оргазм. Этого можно добиться с помощью вумбилдинга. Вообще, деление оргазма на клиторальный и вагинальный очень ограничено, и большинство женщин заперты в этой парадигме. А как быть с точкой G и остальными точками? Они есть у всех, и отрицать это так же бессмысленно, как то, что человек может дышать. Если женщина не может достичь вагинального оргазма, пусть не волнуется, ведь у нее есть еще 10 видов. Для достижения вагинального оргазма очень важна сексуальная обучаемость мужчины. Это одно из самых главных качеств при выборе мужа или возлюбленного.