

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
FILOZOFICKÁ FAKULTA

Katedra psychologie

SUBJEKTIVNÍ PROŽÍVÁNÍ ORGASMU

VERSUS ANORGASMIE

U ŽEN

Rigorózní práce

Vedoucí práce: MUDr., Mgr. Radvan Bahbouh, Phd.

Vypracovala: Mgr. Leona Prokopcová

PRAHA 2005

Prohlášení:

Tuto rigorózní práci jsem pod vedením MUDr. et Mgr. R. Bahbouha, Phd. vypracovala samostatně s využitím pouze těch zdrojů, jež uvádím v seznamu použité literatury.

Leona Prokopcová

Praha, 12. září 2005

OBSAH

ÚVOD	3
TEORETICKÁ ČÁST	5
1 EVOLUČNÍ PŘÍSTUP KE STUDIU ŽENSKÉHO ORGASMU	5
2 FYZIOLOGICKÉ PŘÍSTUPY KE STUDIU ŽENSKÉHO ORGASMU	7
2.1 Ženská sexuální reakce	7
2.1.1 Vzrušení	7
2.1.2 Plató	8
2.1.3 Orgasmus	8
2.1.4 Uvolnění	10
2.1.5 H. Kaplanová a ženská sexuální reakce	10
2.2 Typy ženského orgasmu	11
2.2.1 Klitoridální versus vaginální	11
2.2.2 Vícečetný a sekvenční orgasmus	12
2.2.3 Simultánní, emocionální a empatický orgasmus	12
2.2.4 Noční orgasmus	13
2.2.5 Předstíraný orgasmus	13
2.2.6 Ztrácející se orgasmus	13
2.2.7 Typologie podle A. M. Alizadeové	14
2.3 Masturbace	15
3 PSYCHOLOGICKÉ PŘÍSTUPY KE STUDIU ŽENSKÉHO ORGASMU	16
3.1 Ženský orgasmus v psychoanalýze	16
3.1.1 S. Freud	16
3.1.2 Ženy psychoanalytičky	18
3.1.3 Vývoj k ženství a rozdíl mezi pohlavími	19
3.1.4 Tělesné schéma	21
3.1.5 W. Reich a sex-ekonomie	23
3.1.6 A. Lowen a bioenergetika	25
3.2 Ženský orgasmus a vědomí	27
3.2.1 Typy vědomí	27
3.2.2 Změny ve vědomí během sexuální reakce	28
3.2.3 Vrcholný prožitek	31
3.3 Aspekty podílející se na dosažení orgasmu	34
3.3.1 Pozornost a Gestalt cyklus	34
3.3.2 Fantazie	39
3.3.3 Vztah s partnerem	40

4	ANORGASMIE	41
4.1	Výskyt anorgastických žen	41
4.2	Možné aspekty ovlivňující orgastickou schopnost žen	41
EMPIRICKÁ ČÁST		44
5	KVALITATIVNÍ VÝZKUM	44
5.1	Základní otázky, cíle	44
5.2	Popis vzorku	45
5.3	Použitá metoda	46
5.4	Zpracování dat z rozhovorů	48
5.4.1	<i>Prožitek orgasmu</i>	48
5.4.2	<i>Typy orgasmů</i>	54
5.4.3	<i>Prožitek sexuální aktivity vedoucí k orgasmu</i>	56
5.4.4	<i>První orgasmus a vývoj orgasmického prožitku</i>	60
5.5	Rozbor kreseb	61
5.6	Kazuistika	63
5.6.1	<i>Anamnéza</i>	63
5.6.2	<i>Testový obraz</i>	70
5.6.3	<i>Hypotézy</i>	77
6	DISKUSE	80
7	ZÁVĚR	82
8	PŘÍLOHY	84
8.1	Vstupní okruh otázek pro interview	84
8.2	Rozhovory	86
SEZNAM LITERATURY		166

ÚVOD

Mediální zprávy týkající se sexu obvykle realitu značně překrucují či nadsazují, aby vyvolaly určitou odezvu či senzaci. Takže lehce můžeme získat dojem, že chceme-li být sexy, musíme mít velká ňadra anebo že pouze zvláště přitažlivě vypadající muži stojí za případné sexuální úvahy. Překrucování a nadsazování často nacházíme v populárních časopisech i odborné literatuře, kde se dozvídáme o mnohočetných orgasmech, o tom jak dosáhnout hodinového orgasmu, o tom, jestli mají být zralé ženy spíše klitoridálně či vaginálně dráždivé. Je vyvíjen velký tlak na ženy v tom smyslu, že by měly mít „takový a takový“ orgasmus a když ho prožívají jinak, tak je to nutně špatně, nemluvě o tom, když ho vůbec nemají. Zajímavé je, že odborníky na tomto poli jsou muži. Diskuse o tom, co prožíváme při orgasmu, co cítíme, co slyšíme, co vidíme, co si představujeme, co nás ovlivňuje, je stále ještě tabu. Ani o anorgasmii se nedozvídáme příliš mnoho. Jaké faktory se asi podílí na neschopnosti dosáhnout orgasmu? Od kdy můžeme ženu označit jako anorgastickou?

Baker (1996) uvádí, že ze všech aspektů lidské sexuality je ženský orgasmus tím nejzáhadnějším a nejnepředvídatelnějším. Ženské zkušenosti se v tomto ohledu dost zásadně rozcházejí. Některé ženy nemají orgasmus nikdy. Jiné mívají orgasmus, ale nikdy během pohlavního styku. A některé zase mají orgasmus téměř při každém styku.

V této rigorózní práci se zaměřuji zejména na zdravou, nepatologickou sexualitu žen, a to na subjektivní prožívání orgasmu a prožívání sexuální reakce. K rozsáhlým kvalitativním rozhovorům přidávám kazuistiku ženy, která byla po značnou část jejího života anorgastická a nyní je schopna orgasmu dosáhnout.

Celá práce je uvedena shrnutím evolučního pohledu na ženskou orgastickou funkci. Kapitola druhá je zaměřena na fyziologické přístupy ke studiu ženského orgasmu. Na začátku je rozebrána ženská sexuální reakce podle koncepce Masterse a Johnsonové. Dále jsou rozlišeny a popsány typy orgasmů u žen. Na konec je pozornost věnována masturbaci.

Kapitola třetí je zaměřena na psychologické přístupy ke studiu ženského orgasmu. Nejprve se zabírám přínosem psychoanalýzy, zejména přínosem Freuda, Reicha a Lowena a vysvětluji koncept tělesného schématu. Dalším aspektem studia je proces změny vědomí v ženské sexuální reakci. Poslední částí této kapitoly jsou faktory podílející se na dosažení orgasmu, jako je fantazie, pozornost a vztah s partnerem.

Celá práce není psána z pohledu jedné psychologické školy, ale snaží se o celostní pohled a to zejména z důvodu, který předešlela Alizadeová (1999). Podle ní nejsou ženské orgasmy přesné a měřitelné. Jsou měnlivé, těžce zachytitelné a nestejně. Pokusy o jejich vymezení často končí nedostatečným, někdy až směšným popisem, který se snaží aplikovat jediný model sexuálního uspokojení a má tendenci stát v cestě skutečnému poznání ženské záhadnosti.

Témata této práce jsem zvolila na základě prostudování odborné literatury a částečně také na rozboru vlastního prožitku.

Po teoretické části následuje část empirická. Je zaměřená na prožitek a proto byl zvolen kvalitativní výzkum. Jedná se o 17 polostrukturovaných rozhovorů se ženami, s následnou kresbou prožitku orgasmu a jednu podrobnější kazuistiku ženy, původně neschopné orgasmu dosáhnout.

TEORETICKÁ ČÁST

1 Evoluční přístup ke studiu ženského orgasmu

Weiss (2000) uvádí, že ženská orgastická funkce je v přírodě zřejmě nejmladší vývojovou funkcí. Orgasmus byl ze všech zvířat prokázán jen u samic primátů druhu *Pan Paniscus Bonobo*, neboli trpasličích šimpanzů. „Zdá se však, že teprve u žen je vybavení nervového systému neurotransmitery na takové úrovni, která umožňuje dosažení plnohodnotného orgasmu“ (s. 381).

Ke schopnosti dosáhnout orgasmu u žen podle Weisse (2000) také zřejmě napomáhá odlišné fyziologické uspořádání pánve. U žen totiž vyústění pochvy směřuje kupředu, kdežto u zvířat (kromě trpasličích šimpanzů) dozadu. „Pohlavní styk zepředu přitom bezesporu umožňuje přímější dráždění klitorisu i větší množství variací a aktivit než polohu u tergo“ (s. 381).

Jaký může mít orgasmus ženy smysl a funkci? Georges Abraham (2002) uvádí, že ženský orgasmus je na rozdíl od mužského osvobozen od reproduktivní funkce a tudíž je čistě erotický. Autor však dodává, že „ženy mohou hledat propůjčení reproduktivních atributů pro jejich orgasmus“ (s. 326), zatímco muži se naopak snaží svůj orgasmus udělat více erotickým skrze přivlastnění perverzního chování. Ženský orgasmus zřejmě tedy podporuje početí, soudí Abraham. Weiss (2000) uvádí, že orgasmus ženy může sloužit k dlouhodobému udržení rodičovského páru, nebo může napomoci k oplodnění. „Stahy děložního svalstva, které u některých žen doprovází vyvrcholení, mohou pomoci „nasávat“ spermie blíže k vajíčku“ (s. 381). Ridley (1999) zjistil, že na intenzitě ženského orgasmu závisí množství spermatu, které uvízne v ženské vagíně. „Jestliže žena orgasmus neprožije nebo jestliže ho prožije dříve než minutu před mužovou ejakulací, zůstane ve vagíně nepatrně spermií. Má-li orgasmus méně než minutu před mužem nebo méně než pětáctyřicet minut po něm, pak většina spermií zůstane uvnitř vagíny“ (s. 183). Ridley dále uvádí, že čím déle je žena bez styku (a bez orgasmů), tím více spermií v ní zůstane.

Baker (1996) uvádí, že „žena pocítuje touhu po orgasmu, kdykoli její tělo usoudí, že to zvětší její reprodukční úspěšnost. Když její tělo usoudí, že to sníží její reprodukční úspěšnost, žena toto nutkání nepocítuje“ (s. 157).

Hiteová (1976) upozorňuje na to, že bylo často uváděno, že ženy nepotřebují orgasmus, alespoň ne tak, jako muži, že jejich orgasmus není tak silný a není prožíván tak dobře jako mužský. Fakt, že ženy mají právo mít orgasmus, se stal tak populární, že se obrátil v neprospěch žen. Mohou pociťovat tlak na to, že by orgasmu dosahovat „měly“ a to z toho důvodu, aby potěšily partnera, nikoli sebe.

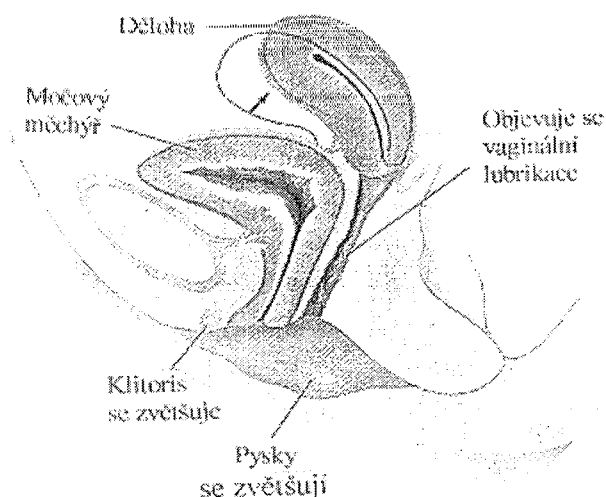
Seeber & Gorrell & Ross (2001) jmenují přínosy orgasmu pro zdraví ženy: uvolnění bolesti, zlepšení nálady skrze zvýšení hormonu estrogeneru, sblížení s partnerem, jednodušší dosáhnutí odpočinku, nižší stres.

2 Fyziologické přístupy ke studiu ženského orgasmu

2.1 Ženská sexuální reakce

Orgasmus jako takový je potřeba začlenit do kontextu. O to se zasloužili William Masters a Virginia Johnsonová, když v roce 1966 vydali knihu s názvem *Human Sexual Response*. Jejich výsledky byly založeny na pozorování stovek mužů a žen a „staly se jednou z nevlivnějších „pravd“ o normálním sexuálním fungování v americké společnosti“ (Kimes, 2001, s. 23). Rozlišili čtyři fáze, které si nyní podrobněji probereme.

2.1.1 Vzrušení



Ve fázi excitace dochází podle Masterse a Johnsonové (1970) k erekci prsních bradavek v závislosti na jejich velikosti a tvaru, k rozšíření a zvýraznění žilní kresby na prsou, v pozdní fázi excitace se pak objevují růžové skvrny, šířící se po prsou. V pozdní fázi vzrušení je patrné zvýšené svalové napětí a může docházet k volným stahům zevního svěrače

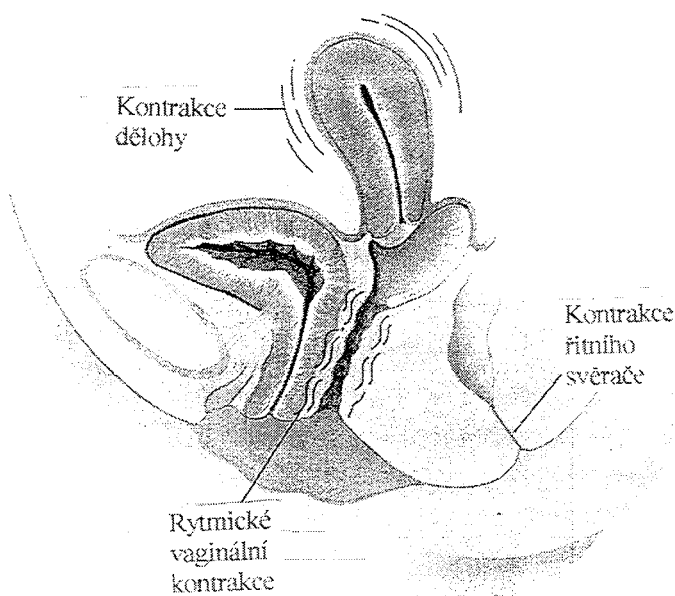
konečníku. Během fáze vzrušení se ztenčují a zplošťují velké pysky u žen, které ještě nerodily. U těch, které rodily, dochází k výraznému rozpětí velkých pysků žilní krví. U malých pysků dochází k výraznému zvětšení. V pozdní fázi excitace dochází k sekreci mukoidní tekutiny u poševního vchodu z Bartholiniho žláz, což přispívá ke zvlhčení. Dochází také k mikroskopickému cévnímu městnání na klitorisu a někdy dokonce i ke klinicky pozorovatelnému (makroskopickému) zduření žaludu poštváčku. Mylný je názor, že reakce klitorisu je stejně rychlá jako erekce penisu. „Rychlost reakce klitorisu závisí na tom, zda je dráždění prováděno přímo nebo nepřímou“ (Masters & Johnson, 1970, s. 46). „První fyziologickou známkou reakce na jakoukoliv formu sexuálního dráždění je zvlhčení vagíny. Zvlhčující tekutina se na stěnách vagíny objeví za 10 – 30 vteřin od počátku

účinného sexuálního dráždění“ (Masters&Johnson, 1970, s. 65-66). Zvlhčení zajišťuje mechanismus podobný pocení. Na stěnách pochvy se objevují kapičky mukoidní tekutiny, spojují se a vytvářejí hladký, třpytící se povlak vaginální tekutiny. Také můžeme pozorovat expanzivní pohyby poševních stěn a hrdlo děložní je tlačeno nazad. Dochází k elevaci dělohy z malé pánve do velké.

2.1.2 Plató

Ve fázi plató dochází podle Masterse a Johnsonové (1970) ke zvětšení prsů o jednu pětinu až jednu čtvrtinu původní velikosti (jen pokud z nich ještě nebylo kojeno), sexuální nával (zarudnutí a napětí) dosahuje vrcholu barevné sytosti a nejširšího rozmístění. V této fázi, stejně jako ve fázi vzrušení, dochází k volným stahům řítního svěrače. V pozdní fázi plató dochází k hyperventilaci a ke stoupání tepové frekvence. U velkých pysků nedochází k žádné významné změně, u malých pysků dochází k jasně patrné změně barvy, od růžové a světle červené u nerodiček až k červené a vínově rudé barvě u rodiček. Celé tělo klitorisu včetně žaludu opouští svoji vyčnívající polohu a retrahuje směrem nahoru a dozadu. V bezprostřední preorgastické fázi je velmi obtížné klitoris klinicky pozorovat. V pochvě dochází v této fázi k výraznému cévnímu městnání. Celá zevní vagina se výrazně naplňuje žilní krví.

2.1.3 Orgasmus



„Fyziologicky jde o krátkou epizodu uvolnění zvýšeného cévního městnání a svalového napětí, které se vyvinulo v odpověď na sexuální dráždění“ (Masters & Johnson, 1970, s. 124). Jak ukazuje obrázek, počátek orgasmu je signalizován stahy v pohlavních orgánech, počínajícími v zevní třetině pochvy (nemusí být však nutně vždy přítomny). Názornými

projevy vzrůstu svalového napětí v celém těle je zkřivený obličej a grimasa. Svaly šíje, paží a dolních končetin se obvykle stahují v mimovolní křeči. Žena může partnera vědomě rukama i nohama svírat. Dochází také ke stahům dělohy a někdy i k mimovolným stahům svěrače řitního a ústí močové trubice. Prsní bradavky zůstávají tuhé a vzpřímené, sexuální nával je výrazný a rozšířený. Zvýšená tlaková frekvence a hyperventilace přetrvává. „Klitoris, Bartholiniho žlázy, velké a malé stydké pysky jsou orgány, na kterých nebyly v průběhu orgasmu pozorovány specifické reakce“ (s. 127). Žena je schopna udržovat orgasmus po relativně dlouhou dobu a je také schopna nového orgasmu bezprostředně po orgasmu, pokud neklesne pod úroveň fáze plató. Masters a Johnsonová (1970) popisují tzv. status orgasmus. „Tento fyziologický stav je tvořen buď sérií rychle se opakujících orgastických prožitků, nebo jedinou, dlouhotrvající orgastickou epizodou...žena s extrémní rychlostí kolísá mezi orgastickými vrcholy a základem rozvinuté fáze plató“ (s. 128).

Masters a Johnsonová (1970) také upozornili na fenomén iniciální mimovolní křeče orgastické zóny, který předznamenává samotný počátek orgasmu (i subjektivně prožívaný). Může se jednat o znamení, že orgasmus již nezadržitelně přichází.

Masters a Johnsonová (1970) rozlišili tři stádia subjektivního prožitku orgasmu u ženy. Prvním stádiem je pocit sevření nebo zadržení, který je po čase „doprovázen nebo následován izolovaným nárazem intenzivního smyslového pocitu, který je soustředěn na klitoris, ale vyzařuje vzhůru do pánve“ (s. 131). Dochází také ke ztrátě ostrosti vnímání po dobu orgasmu. Druhé stádium zahrnuje pocit nahromadění tepla v pánevní oblasti a postupně v celém těle. Stádium třetí obsahuje pocity mimovolných stahů v pochvě nebo dolní části pánve a tepání (popisované jako srdeční tep ve vagíně). „Relativní normě intenzity a trvání orgasmu odpovídá přibližně 5-8 silných stahů orgastické zóny“ (s. 132).

Heath (1972) uvádí, že u žen i u mužů dochází ke změnám v mozku při orgasmu, zejména v septálním regionu, tedy kolem trámce mozkového. Elektroencefalograf ukazuje výrazné zrychlení a zvětšení mozkových vln, které autor přirovnává k aktivitě mozku při epileptickém záchvatu. Zkoumáním změn v mozku se zabývá „brain mapping“. V této rigorózní práci nebudou změny v mozku již více rozebrány.

2.1.4 Uvolnění

V této fázi dochází k rychlému uvolnění sexuálního návalu a pomalému zmenšování velikosti prsou. Může dojít k perspirační reakci, tedy k objevení se potu na zádech, na stehnech, na přední straně hrudní, v podpaží a někdy i po celém těle. Velké a malé pysky se vrací do své původní velikosti a zbarvení. Klitoris se navrácí do své klidové, vyčnívající polohy. Cévní městnání v zevní třetině pochvy rychle mizí. Trochu pomaleji se smršťují roztažené vnitřní dvě třetiny pochvy do ochablého klidového stavu. Zdvížená děloha se začíná navracet do své klidové polohy v malé pánvi.

2.1.5 H. Kaplanová a ženská sexuální reakce

Helen Kaplanová (Goodwin, 1989) na základě práce se sexuálními dysfunkcemi ženami předefinovala ženskou sexuální reakci. Zdůraznila, že první fází a fází samostatnou by měla být fáze touhy. Fáze vzrušení a fáze plató by měly být spojené a tvořit tak fázi druhou. Třetí fází by měla zůstat fáze orgasmu a fází čtvrtou uvolnění.

Rozčlenění Kaplanové používá i Diagnostický a statický manuál mentálních poruch (DSM VI-TR). Fáze touhy zahrnuje fantazie a touhu zúčastnit se sexuální aktivity.

2.2 Typy ženského orgasmu

2.2.1 Klitoridální versus vaginální

Freud považoval klitoridální orgasmus za projev nezralé osobnosti. Všechny ženy by podle jeho teorie měly v rámci sexuálního vývoje dospět k orgasmu vaginálnímu (ačkoli je nutno poznamenat, že Freud pojmy klitoridální a vaginální orgasmus nepoužil, jen hovořil o přemístění libidózní investice z klitorisu do vagíny – viz Glenn&Kaplan (1968)). „Masters a Johnsonová odmítli teorii dvojího orgasmu a důraz přesunuli na klitoridální stimulaci. Podle jejich poznatků je pochva necitlivá a rozhodujícím podnětem pro vyvolání orgasmu je dráždění klitorisu“ (Kratochvíl, 1999, s. 81). Masters a Johnsonová (1970) si kladou otázku, zda jsou klitoridální a vaginální orgasmy zcela rozdílné anatomické a fyziologické děje. Jejich odpověď je záporná. „Z anatomického hlediska není žádného rozdílu v reakci pánevních útrob na účinné sexuální dráždění, bez ohledu na to, zda dráždění je prováděno manipulací klitorisu nebo oblastí mons, při přirozeném a umělém koitu, nebo specifickým drážděním jiných erotogenních oblastí ženského těla“ (s. 63). Hiteová (1976) uvádí, že některé ženy pociťovaly vaginální orgasmus (dosažený při styku se zavedeným penisem) jako rozptýlenější, zatímco klitoridální orgasmus (nepřítomnost penisu ve vagíně) jako intenzivnější. Některé ženy však pociťovaly jako intenzivnější orgasmus vaginální a to právě z důvodu, že je více rozptýlen v těle.

Glenn a Kaplanová (1968) se snaží upozornit na nepřesné definování klitoridálního a vaginálního orgasmu. Označují tyto názvy druh stimulace, nebo místo aktuálního orgastického prožitku? Dále uvádí, že i během vaginálního dráždění dochází k nepřímé stimulaci klitorisu. Poukazují také na to, že oblast, ve které je orgasmus pociťován, nemusí být totožná s oblastí stimulovanou.

Freud se přikláněl k poševní dráždivosti, Masters a Johnsonová zase tvrdili, že pochva je necitlivá. V posledních letech se „nashromáždila nová data svědčící o tom, že pochva je v určitých místech nebo na určitý druh podnětů citlivá a že některé ženy mohou dosáhnout orgasmu její stimulací bez zprostředkování klitorisem“ (Kratochvíl, 1999, s. 81). Diskuse také byla rozvířena objevením Gräfenbergova bodu, který jsme popsali v kapitole Fyziologie ženského genitálu.

Kratochvíl (1999) shrnuje způsoby, kterými ženy mohou dosáhnout orgasmu: dráždění klitorisu, dráždění poševních stěn, dráždění Gräfenbergova bodu, roztahování svalů kolem pochvy, dráždění čípku děložního při hlubokém pronikání údu, dráždění konečníku, prsních bradavek a také přes psychické podněty (tedy bez fyzické stimulace).

2.2.2 Vícečetný a sekvenční orgasmus

Při vícečetném orgasmu se žena vrátí do fáze plató a při další stimulaci prožije další orgasmus či orgasmy. „Stimulace, ať už koitální či mimokoitální, se tedy buď vůbec nepřerušuje, nebo pokračuje bezprostředně po skončení prvního orgasmu“ (Kratochvíl, 1999, s. 91). Hiteová (1976) uvádí časté nevědomé odmítnutí možnosti mít více orgasmů. Když muž má jen jeden, žena by „měla“ být spokojená také s jedním. Některé ženy v „Hite reportu“ uvádí, že by nemohly dosáhnout vícečetného orgasmu, protože jejich klitoris se stane po prvním orgasmu příliš citlivým.

Baker (1996) uvádí, že několikanásobný orgasmus má na udržení počtu spermií ve vagíně ještě mnohem větší vliv než orgasmus jednoduchý.

„Sekvenční orgasmus představují samostatné následné orgasmy, které vycházejí z nové stimulace...Na rozdíl od vícečetného orgasmu je zde tedy určitá, byť jen několikaminutová přestávka mezi dvěma či více úplnými sexuálními cykly s návratem do klidu“ (Kratochvíl, 1999, s. 91).

2.2.3 Simultánní, emocionální a empatický orgasmus

Simultánní orgasmus znamená, že dojde k orgasmu u obou partnerů společně ve stejnou chvíli. „Některým dvojicím je příjemnější, když má vrchol nejdříve žena, jiným, když má vrchol napřed muž, který uspokojí ženu dodatečně,“ (Kratochvíl, 2002, s. 134) a některé dvojice upřednostňují orgasmus společný.

Hiteová (1976) popisuje tzv. emocionální orgasmus jako emocionální vrchol bez fyzických znaků (jako jsou třeba vaginální stahy), doprovázený silnými pocity blízkosti a toužení. Někdy poslouží ke stejnému sexuálnímu uspokojení jako orgasmus, který je pociťován fyziologicky.

Naopak, Heartová (2001) popisuje orgasmus, který je provázen všemi jeho fyzickými znaky a projeví se čistě jako výsledek toho, co žena provádí někomu jinému.

Žena je nedílnou součástí této činnosti, podněcuje ji to, ale nerozptyluje. Její vědomí je zcela soustředěno na partnera; neexistuje přímá stimulace jejího vlastního genitálu. Tento orgasmus Heartová nazývá empatickým. Může se objevit společně s partnerovým.

2.2.4 Noční orgasmus

Noční orgasmus je vyvolán snem, fantazií, nevědomým přáním odehrávajícím se ve snu. Buď je žena probuzena ve fázi vysokého vzrušení a krátkou stimulací se k orgasmu dovede, nebo může dojít k vyvrcholení bez fyzické stimulace.

Baker (1996) uvádí, že noční orgasmus zažije ve věku dvaceti let pouze asi deset procent žen. Některé mají svůj první noční orgasmus až ve čtyřiceti. Většina žen ale takový orgasmus nikdy nezažila (nebo si na něj nevzpomíná). Za celý život se to přihodí asi jen čtyřiceti procentům žen. „Noční orgasmy jsou téměř vždy spojeny se sny, přestože tyto sny nemusí mít vždy sexuální náplň. Dokonce, i když ji mají, sexuální prvek do nich vstupuje až v poslední chvíli. Často se zdá, že blížící se orgasmus teprve spouští erotický sen, než že by tomu bylo naopak“ (s. 163).

2.2.5 Předstíraný orgasmus

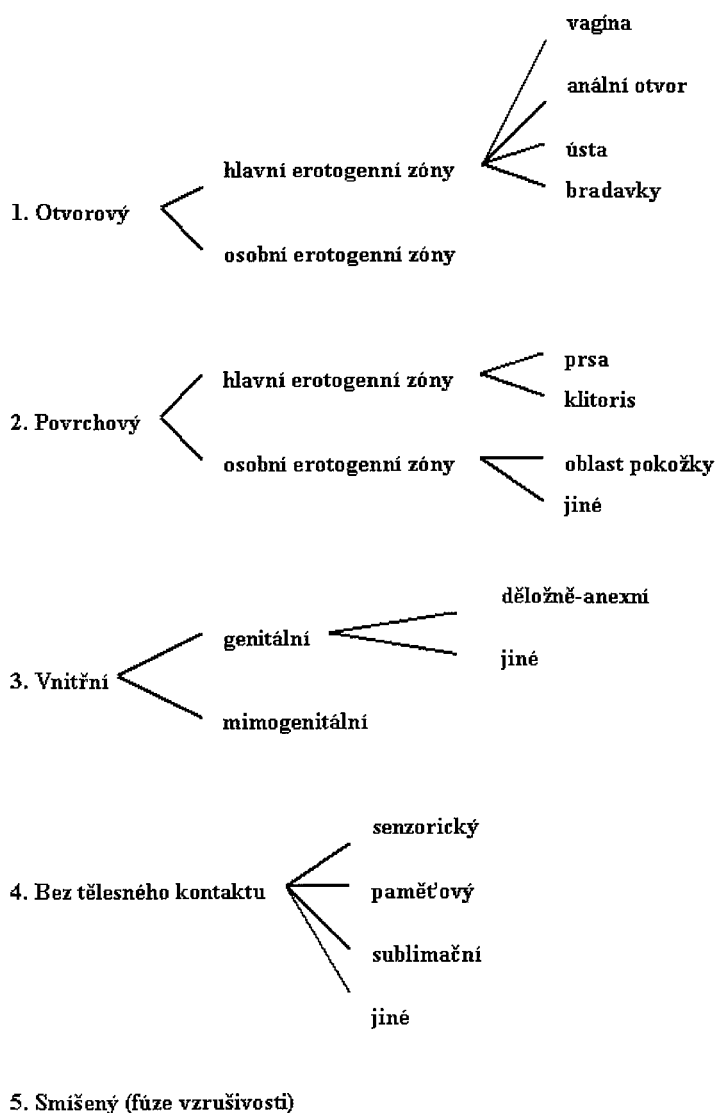
Weiss (2000) uvádí, že „poměrně častá otázka mužů týkající se faktu, zda partnerka s nimi prožila orgasmus, může některé ženy vést při dalších stycích k předstírání vyvrcholení v zájmu uspokojení mužských očekávání. Předstírání orgasmu se však může objevit i u anorgastických žen – z důvodu předstírání „normality“ nebo proto, aby rychle ukončily pro ně nepříjemný styk“ (s. 383). V zájmu ukončení styku mohou předstírat orgasmus i ženy orgastické.

2.2.6 Ztrácející se orgasmus

Heartová (2001) popisuje tzv. ztrácející se orgasmy. Energie se během sexuální aktivity nabíjí, dosáhne vrcholu, z něhož se normálně rozlije do celého těla, ale místo aby to nyní učinila, nestane se nic. K dosažení orgasmu nedojde, ačkoli již byl „na dosah“. "Já se někdy dostanu k vrcholu, ale postrádám překonání útesu do orgasmu. Jelikož pobývat na vrcholu je nádherný zážitek sám o sobě, obvykle mi nevádí, pokud chybí ono zdolání útesu, a těším se ze setrvalého pocitu vzrušení" (s. 150).

2.2.7 Typologie podle A. M. Alizadeové

Alizadeová (1999) uvádí na straně 89 přehledový diagram, ve kterém se snaží shrnout různé typy stimulace vedoucí k dosažení orgasmu. Alizadeová říká, že rozhodně nevyklučuje další nápady a varianty a nechává tento diagram otevřený pro nové přínosy. Autorka zdůrazňuje, že tento diagram je jen jednoduchou ilustrací něčeho, co je ve skutečnosti složité a také celkově rozsáhlé a těžko uchopitelné. Femininní (autorka trvá na používání slova femininní, nikoliv ženský) orgasmy mohou být „lokalizované nebo rozptýlené, různorodé v intenzitě, kvalitě, rytmu a tak dále“ (Alizade, 1999, s. 90). Autorka diagram více nevysvětluje.



2.3 Masturbace

Slovo masturbace pochází z latinského manus = ruka a stuprare = zneuctít, hanobit. Tato činnost byla opravdu považována za nebezpečnou až úchylnou. „Masturbace dnes je považována za normální vývojovou formu sexuálního vybití v situaci, kdy není organismus vyzrálý pro realizaci koitu. V dospělosti se stává zcela fyziologickou, pokud není dostupný vhodný sexuální partner“ (Capponi et al., 1994, s. 79). Při masturbaci ženy používají různé prostředky: ruku, židli, pelest postele, polštář, stahování stehen, sprchu, vibrátor apod.

Baker (1996) hovoří o funkci masturbace u žen. První funkcí masturbace je, že dočasně zvyšuje průtok hlenu z hrdla děložního do vagíny. Děložní hlen pomalu stéká z hrdla děložního celou dobu, ale orgasmus jej urychlí. „Toto vypouštění hlenu způsobuje více, než že pouze zvyšuje vaginální zvlhčení. Protože vytlačena je nejstarší část hlenu, nese s sebou značnou část odumřelé hrdelní tkáně spolu se starými blokovacími spermii. Je to účinný boj proti infekci“ (s. 159). Druhou funkcí masturbace je, že zvyšuje kyselost děložního hlenu a choroboplodné organismy tak mají menší možnost napadat děložní hrdlo a množit se v něm. A třetí funkcí masturbace je, že mění sílu ženského hrdelního filtru - nejčastěji jej posiluje.

Hiteová (1976) uvádí, že mnoho žen si užije masturbaci fyzicky, ale ne psychicky. Psychicky se cítí osamělé, cítí vinu, cítí se nechtěné, sobecké a obecně špatné. Některé ženy si z důvodu psychické nepohody orgasmus nedokáží užít ani psychicky a některé ženy masturbaci milují a užívají si ji po všech stránkách.

Fisher (1973) ve svém výzkumu zjistil korelaci mezi masturbací a osobním postojem k pořádku a čistotě. Čím méně se žena zajímá o masturbaci, tím více je motivovaná se vyhnout věcem, které jsou špinavé a nečisté. Tento výsledek se shoduje s faktem, že je masturbace považovaná za něco špinavého a hříšného.

3 Psychologické přístupy ke studiu ženského orgasmu

3.1 Ženský orgasmus v psychoanalýze

Psychoanalýza byla založena Sigmundem Freudem na přelomu devatenáctého a dvacátého století. „Stala se jedním z nejvlivnějších směrů v psychologii a S. Freud jedním z nejvýznamnějších představitelů novodobé psychologie. Psychoanalytická doktrína se koncentruje hlavně kolem několika témat: struktura a dynamika osobnosti, vývoj a funkce lidské sexuality...“ (Nakonečný, 1997, s. 308). Nyní se podíváme, co nám psychoanalýza říká o vývoji ženské sexuality a o ženském orgasmu.

3.1.1 S. Freud

Freud teorii orgasmu neformuloval. V jeho práci najdeme orgasmus výslovně zmíněn jen výjimečně. Vypadá to, že se nesnažil o vyčerpávající vysvětlení ženské sexuality. Freud řekl: „Chcete-li se dovědět o ženskosti víc, tažte se vlastních životních zkušeností nebo se obraťte k básníkům, anebo vyčkejte, až vám věda bude s to dát hlubší a ucelenější poučení“ (1997, s. 111).

Sigmund Freud žil v letech 1856 a 1939. Podle Alizadeové (1999) je žena „Freudovy doby“ paralyzována požadavky sociálního prostředí. Nemá sílu k docílení sexuálního uspokojení a ani na to nemá právo. Je učena, že její sexuální tenze by měla dosahovat minimálního stupně a veškerá sexualita je jen otázkou rozmnožování. Pro popis ženy je užíván termín jako záhadná, nesrozumitelná, neupřímná, ta „bez“ či „nemající“ (ve smyslu nemající penis). Freud nenachází slov pro popis ženina erogenního světa, a tak přirovnává mužské a ženské sexuální fungování. Například slovu erekce je vyhrazeno stále místo pro popis ženina těla. Alizadeová poukazuje na to, že jde o „vnucování termínů jiné anatomie (mužské) anatomii ženské“ (1999, str. 68). Na počátku 20. století je zřejmě ještě příliš brzy pro zavedení specifické terminologie erogenních fenoménů, které jsou zatím nesrozumitelné a vyvolávají úžas a rozladění.

Freud uvedl některé poznámky a stanovil hypotézy vztahující se k tématu orgasmu. Alizadeová (1999) říká, že Freud poukázal na „potřebu močit“ jako na možný erogenní fenomén. Zdůraznil tak, že nejen klitoris je možný generátor příjemných pocitů. Heartová

(2001) s Freudem souhlasí a uvádí, že ústí močové trubice bývá poměrně citlivé na dotek. Mnoho žen shledává dráždění této oblasti velmi vzrušujícím.

Freud spolu s Breuerem (Abraham, 2002) poukazuje na fakt, že při orgasmu se omezuje vědomí, což je stav ne nepodobný hypnotickému. Freud také poukazuje na ztížený dech a bušení srdce (palpitaci) jako na příznaky kopulace. Abraham (2002) uvádí, že tyto příznaky „přesněji připomínají předorgastickou situaci“ (s. 328).

Dále se Freud zabývá perverzním chováním. Uvádí, že pokud perverzní aktivita skončí orgasmem, má být právem považována za aktivitu sexuálního původu. V rámci přemýšlení o perverznosti se zmiňuje o tom, že „orgasmus může být dosažen i jednoduchým polibkem, který by za normálních okolností nebyl více než přípravné gesto“ (Abraham, 2002, s. 328).

Freud také poznamenává, že nedostatek plného uvolnění sexuální tenze a v důsledku toho nedostatek uspokojení má svůj ekvivalent v nekontrolovatelném smíchu nebo v záchvatu pláče. Alizadeová (1999) dodává, že při těchto zážitcích vždy něco chybí pro úplné uvolnění a naplnění. Vždy čekáme na něco, co nikdy nepříjde. Dokonce i při tom nejplnějším erotickém zážitku je tam vždy nějaký element neúplnosti a subjekt je poháněn touhou znovu vyrazit na hledání nemožného, zkoušet nalézt to nekonečné a nevycerpateľné „stále více“, což obsahuje toužení po nevymezitelném archaickém uspokojení.

Freud (2000) říká, že „slastné sání úplně pohlcuje pozornost a vede buď k usnutí nebo dokonce k motorické reakci, která má povahu jakéhosi orgasmu“ (s. 69) Alizadeová říká, že „ten kdo viděl dítě uspokojené kojením klesnout do matčiny náruče a usínat s hořícími tvářemi a blaženým úsměvem, nemůže nezaregistrovat, že tento obraz uspokojení přetrvává jako prototyp pro vyjádření sexuálního uspokojení v pozdějším věku“ (Alizade, 1999, s. 71-72). Alizadeová tento jev nazývá „primárním orgasmem“ (1999, s.72). Primární orgasmus se odehrává jak u mužů, tak i u žen. Uskutečňuje se skrze tělo primárního objektu (matky). Když si představíme kojencovo malé tělo přitisknuté k prsu matky, můžeme si lépe uvědomit, jak je celý povrch malého tělíčka kojence v maximálním kontaktu s tělem matky, která ho krmí. Smyslovost a vzrušivost kojence je tak přirozeně stimulována. Podle Alizadeové „hraje toto potěšení základní roli v „erotickém životě kojence“, který je plný vjemů, pocitů a smyslového uvolnění“ (1999, s. 72). Během primárního orgasmu vstupují do hry tři komponenty, které ovlivňují erotizmus příjemce (kojence):

- ústní otvor neboli **hluboký komponent** - sem patří prso s bradavkou, skrze které teče mléko do úst kojence

- pokožka neboli **povrchový komponent** - sem patří mnoho různých podnětů, které zahrnují pokožku kojence a svět jeho smyslů (pohledy, dotyky, svalový tlak, tření pokožky, pachy...)

- **komponent**, ve kterém je zahrnutá **vnitřní část těla** - sem patří kojencův pocit uspokojení a naplnění

Primární orgasmus je podle Alizadeové „primitivní organizátor pocitů rovnováhy, konstituce tělového ega a základního jádra osobnosti" (1999, 73). Skrze tělo matky dostává kojeneček podporu k objevování vlastního těla, vymezení jeho hranic a předpokládání sebe v roli nějakého pohlaví. Primární orgasmus „vytváří ten nejdůležitější psychický obal chránící před neuspokojením, které by nás mohlo vrátit do prvních momentů lidské existence a také hraje velmi důležitou roli v nevědomé tělesné paměti femininní smyslovosti" (Alizade, 1999, s. 73). Primární orgasmus má svůj základ v primární erogenní matrici, což je „soubor prvních vtisknutých zkušeností spokojenosti anebo utrpení, které se odehrává mezi matkou a kojencem" (Alizade, 1999, s. 74). Svět femininního orgasmu v jeho bohatosti a rozmanitosti je zakořeněn právě v primární erogenní matrici. Na bázi primitivní smyslovosti se později staví další fáze psychosexuálního vývoje (orální, anální, falická), ve kterých se rozlišují hlavní erotogenní zóny (ústa, anální otvor, klitoris, vagina).

3.1.2 Ženy psychoanalytičky

Stejně jako Freud, ani ženy psychoanalytičky neformulovaly teorii orgasmu. Ačkoli ve svých názorech většinou následovaly Freuda, přeci jen přinesly některé nové pohledy na ženskou sexualitu.

Helena Deutschová (Sayersová, 1999) se soustředila na mateřskou péči a popisovala těhotenství a kojení spíše z pohledu matky než z pohledu dítěte, což je pokrokem oproti Freudovu na otce zaměřenému vysvětlování ženské sexuality. Deutschová však svou teorii vyjadřovala natolik v jeho termínech, že rozdíly mezi nimi jsou často přehlíženy. Autorka se zaměřovala na porod a kritizovala porodnictví. Říkala, že použití narkotik při porodu zeslabuje intenzitu pocitů života a smrti. Deutschová tvrdí, že „sexuální akt je rozdělen do dvou fází: orgasmus a porod. Ženský orgasmus je viděn jako

„zmeškaný (či chybějící) porod" a porod je viděn jako „orgie masochistické rozkoše", kopírující mužskou ejakulaci" (Grigg & Hecq & Smith, 1999, s.93). Deutschová považovala za vrcholný sexuální úspěch ženy právě porod.

Horneyová (Sayersová, 1999) odmítla Freudovu teorii, že feminita má kořeny v závidění penisu. Feminita je podle ní vrozená stejně jako sexuální identita dcery a matky. Autorka trvala na tom, že se feminita u dívek vyvíjí nezávisle na chlapecké a mužské maskulinitě. Hodně přívrženců mezi zastánci feminismu si Horneyová získala oslavou mateřství a názorem, že muži po něm taky touží a závidí ženám lůno. Dokonce Horneyová uvádí, že mají muži z matky-vagíny hrůzu.

Muži i ženy se podle Melanie Kleinové (Mitchell, Black, 1999) hluboce zabývají rovnováhou mezi schopností milovat a nenávidět. Při sexualitě jde o lásku, destruktivitu a reparaci. „Schopnost druhého vzrušit a uspokojit představuje naši schopnost reparaace; poskytovat potěšení a slast poukazuje na to, že láska je silnější než nenávisť. Schopnost vzrušit se a být druhým uspokojen nasvědčuje, že člověk je živý a jeho vnitřním objektům se daří dobře" (s. 122).

3.1.3 Vývoj k ženství a rozdíl mezi pohlavími

Když se dítě narodí, je symbioticky navázané na primární objekt, matku. Podle Aulagniera se v tomto kontaktu „odehrává dvojité setkání, s tělem a s produkty matčiny psychiky" (Alizade, 1999, s. 80). První deflorací, kterou člověk zažívá je kojení. Matčiny prsy proniká (penetruje) do úst kojence. Poněšický (2003) popisuje rozdíl mezi vývojem dívky a chlapce. Dívka zůstává v rámci psychosexuálního od narození ve spojení s matkou, kdežto chlapec se při pohlavní diferenciaci, zhruba po dvou letech navázání na matku, od matky odklání a vše „holčičí" potlačuje v rámci vytvoření mužské identity. Důsledkem takové „vzájemnosti dcery s matkou je nepřerušovaný vývoj vztahu dcery k sobě samé, tj. lehčí přístup ke svým hloubkám, k citovému životu, k nevědomí" (Poněšický, 2003, s. 46). K tomu se podle Poněšického vztahuje „symbolika hlubinné, do sebe přijímající sexuality, fantazie temných prostor uvnitř ženy, symbolika ženské přitažlivosti, lákání, svádění a záhuby, vtažení muže do svých osidel, vítězství ženské mateřské síly a moci" (Poněšický, 2003, s. 47).

Dalším vývojovým krokem je individuace. Dívka se vymaňuje ze symbiózy s matkou. Musí se oddálit od matky, aby mohla začít navazovat vztah k otci. Freud hovoří o

dvojím úkolu ženy. Prvně, dívka musí změnit první objekt lásky z matky na otce, kdežto chlapcova láska zůstává zaměřena na matku po celý život. Za druhé, Freud (1997) říká, že „ve falické fázi děvčátka je vedoucí erogenní oblastí klitoris...s obratem k ženskosti má klitoris postoupit svou citlivost a tím i svůj význam úplně nebo částečně vagíně" (s. 97), zatímco muž zůstává zaměřen po celý život na penis. V této vývojové fázi se cesty chlapců a dívek rozcházejí. V holčičce se vyvine konflikt díky rozdílnosti pohlaví. Penis je označen za největší hodnotu, za ideální obraz sexuálního orgánu a ona ho nemá. Žena má „fantazii penis vlastnit, což se částečně děje i během pohlavního styku, respektive orgasmu. Když uvážíme, že dívka genitalizuje celé své tělo, tak můžeme říci, že si nevědomě přeje spojit se, přijmout do sebe milovaného muže" (Poněšický, 2003, s. 74). Ženská moc či potence je spojena s primární preverbální identifikací s všemocně vnímanou matkou a tak mnoho žen má strach z vlastní moci, která je velmi hluboko a nevědomě podložená.

Muži koncentrují své libido a investují svůj narcismus do penisu, který je na viditelném místě. Penis, podle Alizadeové, musí „provést vnímatelný a jasný proces erekce, tření a ejakulace, což dává směr mužské sexuální aktivitě ve všech erotických setkáních" (1999, s. 61). Oproti tomu žena postrádá viditelný sexuální orgán (penis), což jí způsobuje úzkosti v časném věku. Ženské sexuální orgány jsou umístěny na takovém místě těla, že nemohou být jasně viděny ani kontrolovány (na rozdíl od penisu), což napomáhá rozptýlení erotizmu (smyslnosti) po celém těle. Poněšický (2003) poukazuje na to, že dívky trpí úzkostí z nedostatečného ohraničení i z difúzních pocitů kolem genitálu, protože jim chybí jasný artikulační orgán jako je penis u mužů. Tím více se u dívek stává celé tělo výrazovým prostředkem, což je tvrzení, na kterém se Poněšický shoduje s Alizadeovou. Dívka si klade otázky typu: Proč nemám penis? Odkud pocházejí děti? Obě pohlaví ukazují zvědavost ohledně rozdílného pohlaví a anatomie. Dívky zařadí klitoris do kategorie „penis“, aby se vtěsnily mezi tu elitní skupinu těch, kteří mají. Freud říká, že dívka „propadá závidění penisu" (1997, s. 102). Vinu za to, že nemá penis, přičítá matce a to ji vyhání z vazby na matku. Tak dívka postupně „vplouvá do oidipské situace jako do přístavu" (Freud, 1997, s. 106).

Freud popisuje tři směry vývoje dívky po objevení kastrace. Jeden vede k zabrždění sexuálního vývoje. Dívka, která si dosud opatřovala slast drážděním klitorisu (malého penisu), si nyní vlivem závidění penisu požitky z falické sexuality znechutí. Vzdá se masturbace, protože nemůže snést kontakt s částí její imaginárně poškozené anatomie.

Druhý směr vede ke změně povahy ve smyslu komplexu mužnosti. „Děvče se jaksí zdráhá uznat onu nepříjemnou skutečnost, a ve vzdorné revoltě svoji dosavadní mužskost ještě nadsadí, setrvá při své klitorické aktivitě a uchyluje se ke ztotožnění s falickou matkou nebo otcem“ (Freud, 1997, s. 106). Třetí směr vývoje vede „konečně k normální ženskosti“ (Freud, 1997, s. 103). Tento směr Freud více nepopisuje, ale Alizadeová (1999) přichází s vysvětlením. Mluví o tzv. úpadku Oidipova komplexu. Říká, že v této fázi začíná nový druh psychosomatického aktu. Nejen, že přestává vyzdvihování penisu, ale kategorie „nemít“ se stává novým favoritem. Dívka přijímá kastraci a narcistickou ránu, že „nemá“ a potvrzuje sama sebe v jednoduchém přijetí její existence jako ženy. V této fázi dochází ke změnám ega, které přinášejí modifikaci v objektivních vztazích: méně závislosti, větší sebezpevnění, větší schopnost být sama. Ženino sebezpevnění nabírá na síle.

Abraham (2002) se zamýšlí nad tím, jestli je intenzita orgasmu podmíněna silou touhy nebo spíše zkušeností s předešlými orgasmy, která zpětně zvyšuje touhu. Zdá se, že touha u ženy (na rozdíl od muže) vychází zevnitř. Žena si není vždy jistá, že dosáhne orgasmu a ani si není na začátku jistá, že chce. Abraham dále zdůrazňuje „schopnost propojit orgasmus se schopností užívat si a schopností přijmout potěšení“ (2002, s. 330).

3.1.4 Tělesné schéma

Každý z nás konstruuje mapu svého těla, ne nepodobnou mapě, kterou si vytváříme i pro svět kolem nás. Pro mapu těla používáme také termínů tělesná image nebo tělesné schéma. Fisher (1989) říká, že máme evidenci o tom, že „tělesné schéma zprostředkovává sexuální chování“ (s. 1). Tělesná image hraje obrovskou roli na cestě k orgasmu. Je něco jako ustálené vnímání sebe sama, tělesný protějšek ega. „Tělesné ego je závislé na narcistické proměnlivosti a pohybuje se mezi dvěma extrémy: na jedné straně ideálním egem a na straně druhé tělem obtěžovaným hypochondrickým a dysfunkčním vnímáním“ (Abraham, 2002, s. 326). Fisher (1989) poukazuje na to, jak často je naše tělo spojeno s vnímáním viny. Průměrný jedinec dostává zprávu, že jeho tělo, tak jak je, nemůže být akceptováno. „Čím větší sexuální vinu osoba pociťuje, tím více je omezena v sexuální odpovědi“ (Fisher, 1989, s. 5). Freud byl jeden z prvních psychologů, popisujících své hlavní hypotézy v jazyku tělesného schématu. Uvedl, že pro dívku je matka primárním objektem lásky. Když ale zjistí, že muži mají penis, usoudí, že ona ho asi ztratila a vyvine hluboký pocit zklamání a tělesné podrážedenosti, ze které viní matku. Dívka se poté od

matky odvrací a za objekt lásky si vybírá otce. Zkonstruuje fantazii, že otec ji oplodní a ona mu porodí dítě. Potenciální dítě má kompenzační hodnotu, protože je nevědomě srovnáváno s penisem. Freud pojmenoval tuto teorii „teorií rovnosti dítěte a penisu“ (Fisher, 1989, s. 10). Je to jedna z fantazií, která se integruje do ženského tělesného schématu.

Které další komponenty integrujeme do tělesného schématu? Fisher (1989) říká, že ve chvíli narození nastupujeme nekonečnou cestu úsilí za dosažením smyslu našeho těla. Učíme se rozpoznávat oblasti těla a přiřít jim smysl a význam. Konstruování tělesného schématu je zdlouhavý a složitý proces. Genitální část tělesné mapy je pro objasnění zvláště složitá. Je to částečně proto, že jsou děti obvykle klamány a odrazovány od zkoumání a definování jejich genitálů. Rodiče jsou často fobicky neochotní informovat dítě o sexuálních oblastech a vynalézavě vyvíjejí techniky pro přeměrování pozornosti dítěte od jeho vlastních genitálií. Dokonce i rodiče, kteří jsou intelektuálně oddáni informovat dítě, často zvládnou nevědomě poslat zprávu, která říká, že čím méně se dítě bude ptát, tím lépe. Děti jsou zásobeny různými synonymy (např. prcinka, buchtička, šulínek, piňdulík atp.), místo toho aby se naučily genitál nazývat pravým jménem a tak se v něm i zorientovaly. Podle Fishera (1989) je to pravda hlavně u dívek. „Dokonce i když jsou učeny slovo vagina, jsou učeny ho mylně připisovat i k externí části jejich genitálu. Všimněte si, že rodiče učí dívky jen vzácně, pokud vůbec, slovo „klitoris“, ačkoli reprezentuje hlavní sexuálně dráždivou část těla u mnoha žen. Je to skoro jakoby klitoris u mladých žen neměl kognitivně existovat“ (Fisher, 1989, s. 12). Data, podle Fishera (1989), ukazují, že čím větší zákazy a úzkost rodiče projevují v kontaktu s dětským tělem, tím méně bude dítě otevřené spontánnímu chování. Pokud jsou děti vychovávány tak, že cítí úzkost z toho, jaký smysl a účel má jejich genitál a jsou učeny je vnímat nepřímou (nedívám se, ani nešahám). Jaké to může mít důsledky? Budou mít zřejmě potíže s uspořádáním konceptu genitální části jejich těla. Může se to projevit v nepřesnosti představy tvaru, velikosti a struktury genitálu. To platí zejména pro dívky, vzhledem k tomu, že jejich genitál je relativně méně viditelný. Pohlavní orgán se pro ně stane záhadným prostorem, obestřeným hanbou nebo proviněním. To je zapsáno v nevědomé paměti těla, která tvoří tělesnou image a později se projeví v sexuálním kontaktu a na cestě k dosažení orgasmu.

V rámci přemýšlení o sexuální úzkosti u dětí nemůžeme nezmínit situaci, kterou Freud popsal jako „primární scénu“ (Fisher, 1989, s. 21). Dítě je svědkem soulože rodičů,

nebo přistihne rodiče při sexuální hře. Freud říká, že dítě je tím traumatizované a zahlceno. Interpretuje scénu jako sadistickou a tuto interpretaci přenesl na soulož obecně. To vede k tomu, že se soulož asociuje útok u zranění, což narušuje jeho tělesnou integritu. Sexualita se tak stává výrazem tělesného poškození a nebezpečné penetrace. Zážitek primární scény se zapisuje do tělesného schématu a tak můžeme usuzovat, že se nám může např. ve formě fantazie vracet při cestě k dosažení orgasmu.

Fisher (1989) uvádí, že orgastické ženy vykazují zvýšené uvědomění si jejich tělesného nabuzení a pocitů při sexuální aktivitě. Schopnost udržet si zaměřenost na pocity při sexuální aktivitě hraje důležitou roli ve schopnosti nechat narůstat vzrušení až k orgastickému stupni. Ženy, které mají problém s dosahováním orgasmu, mohou být podle Fishera (1989) charakterizovány sníženým uvědomováním si vlastního těla. Fisher (1989) dále poukazuje na to, že ženy, které si dobře uvědomují vlastní tělo, také pravděpodobně necítí negativní nebo nepříjemné pocity (např. slabost nebo únavu) během prožitku orgastického stupně sexuální aktivity. Oproti tomu ženy, které se obvykle vyhýbají uvědomování si vlastního těla, shledávají intenzivní a neuniknutelný tělesný prožitek orgasmu nepříjemným a přepínajícím.

3.1.5 W. Reich a sex-ekonomie

Wilhelm Reich žil v letech 1897 až 1957 a je považován za psychoanalytika, který se zabýval sexualitou z biofyzikálního pohledu. Ve své práci zprvu navazoval na Freuda, kterého velmi obdivoval, ale postupem času se od něho odklonil a vymyslel svou vlastní teorii, která je více zaměřena na tělesné projevy. Reich (1993) zjistil, že „psychický zážitek může mít tělesnou odezvu, jež se může stát trvalou orgánovou změnou“ (s. 55). Vedle „co“ Freudovy techniky postavil „jak“. „Věděl jsem, že „jak“ - forma chování a komunikace - je mnohem důležitější než to, co pacient analytikovy říká. Slova mohou lhát; výraz nelže,“ říká Reich (s. 131).

Mezi lety 1919 a 1923 Reich založil takzvanou sex-ekonomii, která měla zkoumat biopsychickou energii člověka. Reich (1993) ve své teorii předpokládal, že „duševní zdraví závisí na orgastické potenci, tzn. na míře, v níž se jedinec dokáže oddat a prožít maximum podráždění v přirozeném pohlavním aktu“ (s. 15). Vlastností orgastické potence je schopnost orientovat celou afektivní osobnost na orgastický prožitek, navzdory všem překážkám. Při orgastické impotenci dochází k městnání biologické energie a následně

svalové strnulosti (tzv. pancéřování). Shrňme-li to, „neurotik uchovává rovnováhu tím, že svoji energii váže ve svalových napětích a své sexuální vzrušení zadržuje. Zdravý člověk nezadržuje své sexuální pocity a neblokuje svoji energii svalovým krunýřem“ (Lowen, 2002, s. 13).

Reich uvažoval o orgasmu jako o nástroji k uvolnění tenze, respektive o ukazateli zdraví. Nasměroval naši pozornost směrem k prožívání těla a upozornil na existenci biopsychické energie člověka. V rámci sex-ekonomie vypracoval tzv. techniku charakteranalytické vegetoterapie (kterou by býval raději nazval „orgasmoterapií“, ale byl si vědom toho, že by to v práci znamenalo přílišnou sociální zátěž) spočívající „na principu opětného ustavení biopsychické motility cestou likvidace charakterové a svalové strnulosti („pancéřování“). Experimentální podklad této léčebné technice poskytl objev bioelektrické povahy sexuality a úzkosti. Sexualita a úzkost jsou dva antagonistické funkční vektory živého organismu: slastné expanze a úzkostné kontrakce. Formule orgasmu, jíž se řídí sex-ekonomický výzkum, zní následovně: mechanická tenze → bioelektrický náboj → bioelektrický výboj → mechanická relaxace“ (s. 17).

Reich se v praxi snažil o odbourání charakterových a svalových bloků (pancířů). Při odbourávání svalových krunýřů postupoval od shora dolů. Všiml si výrazu obličeje, výrazu očí, strnulosti brady, čela, šíje, hrdla, vytahování ramen, zatuhlosti břicha a bránice a také tzv. „mrtvé pánve“ (pocitu prázdnoty v pánvi, nebo slabosti v genitálu). Při tomto postupu vycházel z toho, že „orgastický reflex spočívá v tom, že vlna podráždění a pohybu běží z vegetativního centra přes hlavu, krk, hrudník, nadbříšek a podbříšek do pánve a pak do dolních končetin. Jestliže se tato vlna kdekoli zastaví, zpomalí nebo zablokuje, reflex se přeruší“ (s. 244). Rozvolňování svalového pancíře nejenže vyvázalo vegetativní energii, nýbrž navíc a vedle toho i přesně paměťově vyvolalo vzpomínku na situaci, za které se potlačení pudu událo. A tak mohla Reich následně analyticky propracovat i to. Nejdůležitějším prostředkem spouštění orgastického reflexu je podle Reicha dechová technika. „Neexistuje neuroticky nemocný člověk, jenž by byl stavu vydechnout zhluboka, natož na jeden výdech“ (s. 245). Vydechuje-li člověk přirozeně a zhluboka, zvrátí se mu na konci výdechu hlava spontánně dozadu a ramena se přirozeně uvolní a nachýlí lehce dopředu. Jiným prostředkem spuštění orgastického reflexu je působit mírným tlakem na nadbříšek. Pacient zhluboka nadechuje a vydechuje. Reich říká, „žádám od nich, aby se plně odevzdali. Odevzdaný postoj je stejný jako postoj oddání se: hlava klesne dozadu,

břicho se zatáhne, pánev se vychýlí dopředu a nohy se spontánně oddálí. Hluboký výdech spontánně navozuje postoj (sexuálního) oddání se“ (s. 246-247). Jakmile pacient uchopí a zaujme postoj oddání se, vznikne první předpoklad pro vyvolání orgastického reflexu. Když jsou všechny části těla odblokovány a energie může proudit volně, celý trup se dostává do tvaru pohybující se ryby, do orgastického reflexu. „Byl-li do této chvíle orgasmus prožíván v podstatě nepříjemně nebo bolestivě (jestli vůbec byl přítomen), teď se stává příjemným“ (s. 252).

3.1.6 A. Lowen a bioenergetika

Na Reicha navázal zakladatel bioenergetické analýzy Alexander Lowen. Jsem si vědoma toho, že Lowenova bioenergetika je od ortodoxní Freudovy psychoanalýzy už velice vzdálena, ale v rámci návaznosti ji zařazuji na tomto místě.

S psychoanalýzou má bioenergetika společný analytický proces, který „zahrnuje analýzu obranných mechanismů a přenosu i výklad snů a chování“ (Lowen, 2002, s. 10). Navíc se bioenergetika zabývá prací s tělem. Snaží se o zmobilizování energie dýcháním, pohybem a vyjadřováním emocí. Lowen přebírá od Reicha ideu biopsychické energie a postuluje kauzální řetězec: energie – pohyb – emoce – myšlení. Lowen přebírá i Reichovu myšlenku o měštnání energie a tvoření svalových pancířů. Neomezuje však tuto myšlenku jen na sexualitu.

Lowen (2002) říká, že „při uspokojujícím sexuálním uvolnění se vybijc nadbytečné vzrušení v těle, čímž dojde k snížení celkového napětí. Zážitek tohoto druhu navozuje vyrovnanost, uvolněnost a často ospalost. Prožíváme jej jako něco nanejvýš příjemného a obšťastňujícího“ (s. 196). Jestliže však vzrušení nedosáhne svého vyvrcholení a nemůže se uvolnit, člověk se pak nachází ve stavu zklamání, neklidu a podráždění. K podráždění samozřejmě nemusí dojít pokaždé. Buď je hladina vzrušení nízká, a tak k vyvrcholení dojít nemusí, nebo je plně uspokojující i styk sám o sobě. Podle Lowena (2002) orgasmus „neslouží jenom k uvolnění napětí a neměl by být vědomě využíván pouze k tomuto účelu. Člověk nepláče proto, aby se uvolnil, ale protože je smutný“ (s. 197). Tak i orgastická funkce přináší více než jen uvolnění.

Lowen poukazuje na problém, když je „napětí v těle tak hluboce zabudováno, že dochází jen vzácně k orgastickému uvolnění nebo vybití. Slasti dosahující konvulzivní pohyby člověka zneklidňují; kdyby se jim oddal nebo před nimi kapituloval, ohrozilo by

ho to. Většina lidí má skrytý strach ze silných sexuálních pocitů a nejsou s to bezmezně se jim oddat“ (s. 197).

3.2 Ženský orgasmus a vědomí

V předešlých kapitolách byl vysvětlen fyziologický koncept Masterse a Johnsonové, který je v dnešní sexuální terapii hojně rozšířen a používán v rámci tzv. nácvikových metod. Zdá se však, že v jejich konceptu chybí podchycení změn vnímání, vědomí a kognitivních faktorů při sexuální reakci. Proto považuji za důležité se na tyto aspekty nyní zaměřit.

3.2.1 Typy vědomí

Pojmu vědomí se v psychologii používá v užším a širším slova smyslu. Nejlépe se vymezuje svými protiklady. „Protikladem pojmu vědomí v užším smyslu je pojem bezvědomí – vědomí zde tedy vyjadřuje určitý stupeň vigilance (bdělého prožívání). Protikladem pojmu vědomí v širším smyslu je pojem nevědomí – a vědomí zde znamená znalost souvislostí“ (Nakonečný, 1997, s. 379). Za základní dimenze vědomí lze považovat jasnost a zřetelnost, přičemž obojí je chápáno jako stav nacházející se někde mezi periferií a centrem vědomí, analogicky jako pozadí a figura.

Delay a Pichot (Nakonečný, 1997) rozlišují stupně vědomí. Označují je pojmem vigilance (bdělost). První stupeň se vyznačuje slabým uvědomováním vnějšího světa a difúzní pozorností. Druhý stupeň se vyznačuje selektivní pozorností a zřetelným uvědomováním si skutečnosti. Třetí stupeň tvoří rozptýlená pozornost s produkcí volných asociací a stupeň čtvrtý je stav denního snění. Pátá úroveň je jakýmsi prohloubením předchozího stavu s úplným oproštěním se od vlivů vnějšího světa.

James (Nakonečný, 1997, s. 381) napsal, že „naše normální bdělé vědomí...je jen jeden druh vědomí, kolem něhož leží formy vědomí, které jsou zcela odlišné, a od něhož jsou odděleny tenkým závojem“. V současné psychologii se používá termínu změněné stavy vědomí, mezi které se dá zařadit hypnóza, sen, přechod od bdění ke spánku (hypnagogický stav), přechod od spánku k bdění (hypnopompický stav), meditace, mystické zážitky a extatické stavy.

Vědomím, zužováním vědomí, změněným stavem vědomí během lidské sexuální reakce se zabývá Mosher (1980) a Goodwinová (1989). Nyní se na jejich koncept podrobněji zaměřím.

3.2.2 Změny ve vědomí během sexuální reakce

Tak jako se během sexuální reakce vyvíjí prožívání fyziologické (výše popsáno za použití konceptu Masterse a Johnsonové), tak se vyvíjí také prožívání psychické, které ve své teorii popisuje Mosher (1980). Detailně rozpracovává a popisuje postupné zužování vědomí jako proces prohlubující se angažovanosti v sexuální aktivitě. Čím hlouběji jsme zapojeni do sexuálního aktu, tím více jsme fascinováni sexuálními stimuly (fantazie, fyzické doteky), až dojde ke změně vědomí.

Mosher (1980) převzal koncept teorie vysvětlující tři dimenze hloubky angažovanosti při hypnóze a aplikoval ho na lidskou sexuální reakci. Tři dimenze v jeho teorii tvoří:

- 1) dimenze angažovanosti v hraní sexuální role
- 2) dimenze angažovanosti se sexuálním partnerem
- 3) dimenze angažovanosti v sexuálním transu

Tyto tři dimenze jsou konceptuálně oddělené a jejich hloubka se může lišit v daný moment sexuálního kontaktu.

„Hloubka **angažovanosti v hraní sexuální role** je funkcí shody sexuálního sebekonceptu s hranou sexuální rolí, vnímáním dané sexuální role a schopností naplnit danou sexuální roli“ (Mosher, 1980, s. 8-9). Pokud žena například cítí kulturní tlak, že by měla pokaždé dosáhnout orgasmu a ona sama se s tím neztotožňuje (její sebekoncept tedy neodpovídá požadované sexuální roli, tak jak ona ji vnímá), ani toho není v rámci svých možností schopna, je pravděpodobné, že hloubka angažovanosti během sexuální aktivity v dané dimenzi bude nízká. Mosher (1980) uvádí, že hloubka angažovanosti v hraní sexuální role se může pohybovat na škále od naprosté neangažovanosti, kdy je přítomný nezájem a naprosté oddělení self od sexuální role, přes rutinní hraní sexuální role, kdy člověk dělá to, co je od něho očekáváno, ale bez žádných hlubokých emocí a pocitů až po naprosté souznění self a sexuální role, kdy se člověk stává sexuální aktivitou, je hluboce angažovaný, volně vyjadřuje své hluboké emoce a pocity.

„Maximálně akceptovaný sexuální partner není požadován pro dosažení hluboké angažovanosti v dimenzích hraní sexuální role a sexuálního transu. Avšak je nezbytným požadavkem pro dosažení hluboké **angažovanosti se sexuálním partnerem**“ (Mosher, 1980, s. 17). Hloubka angažovanosti se sexuálním partnerem se může pohybovat na škále

od mělké, na minulost orientované, egocentrické, kdy na partnera není brán ohled a je využíván pro odplatu za sexuální trauma z minulosti, přes na partnera orientované, povrchové angažovanosti, kdy je partner obdivován pro vzhled a výkon až po hlubokou, na partnerovo jádro orientovanou angažovanost, kdy je partner obdivován pro jeho vnitřní kvality, je tam prostor pro otevření se a spontaneitu. Nejhlubším stupněm je angažovanost orientovaná na jádro partnera a sjednocení s ním. Vědomí sebe a partnera se ztrácí v zážitku mystického spojení, oba se univerzálně stávají mužem a ženou.

„Hloubka **angažovanosti v sexuálním transu** se zvětšuje s upadající orientací na obecnou realitu a prohlubující se koncentrací zaměřenou na speciální sexuální orientaci“ (Mosher, 1980, s. 11). Speciální sexuální orientace je dočasné schéma, které dává vjemům a emocím sociálně-sexuální zabarvení. Z dotyku se stane pohlazení spíše než polechtání, z těžkého dýchání se stane vzrušený dech spíše než funění atp. Mosher (1980) předpokládá, že „hloubka angažovanosti ve stavu sexuálního transu je podpořena postupem, který pomůže osobě opustit obecnou orientaci na realitu a vytvořit speciální orientaci na sex“ (s. 14). Postupem je tu míněn kterýkoliv psychologický prostředek, který člověku pomůže vzdát se normálního vědomí a dostat se do jiného (změněného) stavu vědomí. Goodwinová (1989) na základě kvalitativní studie uvádí čtyři takové prostředky:

a) koncentrace – při sexuálním aktu dochází k progresi od roztržité pozornosti, která zahrnuje mnoho rušících elementů až k úzkému zaměření na sebe a partnera, nebo jen na sebe, nebo na sexuální vjemy. Ženy se dostávají skrze zaměřenou pozornost do hlubšího stavu vědomí a dosahují orgasmu.

b) fantazie - ženy používají fantazii k přípravě na sexuální aktivitu, aby se zbavily nesexuálních vyrušení, aby se lépe koncentrovaly na sexuální myšlenky a podpořily sexuální pocity. Často fantazie ustupují s narůstajícím vzrušením a hloubkou zapojení se do sexuální aktivity.

c) vizualizace sexuální aktivity – ženy používají vizualizaci sexuální aktivity jako prostředek k zaměření vědomí na sexuální vjemy. Vědomí se zužuje a okolí přestává být vnímáno.

d) fyzické chování – ženy používají různé fyzické prostředky (např. zavření očí, pozorování partnera, přikrytí hlavy polštářem, změnu pozice nebo pohybu), které jim pomáhají zaměřit pozornost směrem k sexuálním pocitům a vjemům.

Mosher (1980) uvádí sedm stupňů angažovanosti v sexuální transu. Goodwinová (1989) navrhuje místo stupňů sedmi pouze pět a přidává některé kognitivní faktory. V následující tabulce jsou oba přístupy přehledně zpracovány.

	Mosher	Goodwinová
1	Neschopnost vzdát se orientace na realitu, žádná speciální sexuální orientace.	Běžné bdělé vědomí, orientace na okolí, racionální myšlenky, verbální komunikace.
2	Částečné uvolnění kritických postojů a částečná orientace na sexuální prožitek.	Počáteční vzrušení: Oscilování mezi běžným vědomím a subjektivním sexuálním vědomím. Soukromí, bezpečí a pocity k partnerovi jsou hodnoceny. Rozhodnutí se zapojit do sexuální aktivity. Komunikace verbální a neverbální.
3	Částečný ústup orientace na realitu, náchylnost k vyrušení, začínající zaměřenost pozornosti na sexuální aktivitu.	Střední vzrušení: Vyrušení z okolí mizí, fyzické stimuly jsou erotizovány, celé tělo je zahrnuto, pozornost zaměřena na sebe a partnera, okolí se stává pozadím, záměrná pozornost zvyšuje prožitek, komunikace verbální a neverbální.
4	Opuštění orientace na realitu, ustanovení speciální sexuální orientace, zájem je chycen.	Subjektivní sexuální vědomí: změna vědomí, okolí je pozadím, fascinace sexuálním prožitkem (figurou), percepce genitálních sexuálních vjemů je intenzivně příjemná, dosažení orgasmu, žádné mluvení.
5	Urgentní vyrušení vyvolává zpět orientaci na realitu, záměrná koncentrace na sexuální realitu.	Vrcholný prožitek: stav nouze probudí orientaci na realitu, totální absorpce sexuální aktivitou, zážitek mystického sjednocení, bezčasovosti, může obsahovat rozpuštění hranic self.
6	Jen důležité urgentní vyrušení může navrátit orientaci na realitu, nedobrovolná fascinace sexuální aktivitou.	
7	Jen stav nouze probudí orientaci na realitu, totální absorpce sexuální aktivitou.	

Mosher a Goodwinová shodně popisují postupné upadání orientace na realitu, zaměřování pozornosti směrem dovnitř, postupné orientování se na sexuální aktivitu, to vše následované změnou vědomí. Změněné vědomí při sexuální aktivitě Mosher (1980) nazývá speciální sexuální orientací, Goodwinová (1989) subjektivním sexuálním vědomím. Goodwinová považuje subjektivní sexuální vědomí „za podmínku k dosažení orgasmu“ (s. 199). Goodwinová (1989, s. 198-199) popisuje stav subjektivního sexuálního vědomí těmito charakteristikami:

1) Dochází ke kvalitativnímu zlomu, ve kterém se změní vědomí. Zlom si v tu chvíli neuvědomujeme, ale později si ho můžeme upamatovat. Objeví se kompletní odevzdání se sexuálnímu prožitku, udržování potěšení anebo dosažení orgasmu.

2) Prostředí zmizí z vědomí. Jen urgentní vyrušení pronikne do vědomí.

3) Pozornost je zaměřena na vnitřní genitální vjemy anebo na partnera.

4) Subjektivní uvědomování si sexuálního prožitku je pervazivního charakteru. Současně dochází k zatemnění uvědomění si externích stimulů.

5) Figurou se stávají intenzivní příjemné genitální vjemy, zatímco pozadím jsou vjemy z ostatních částí těla. Když se nám dostane signifikantně dlouhé stimulace, která vytvoří adekvátně silné sexuální vjemy, dostaví se orgasmus.

6) Partner může zůstat figurou nebo je prožíván jako pozadí.

7) Komunikace je neverbální. Vyskytují se výkřiky, vzdechy, vrnění atp., ale ne mluvení. Fakt, že se nemluví, je významnou charakteristikou subjektivního sexuálního vědomí.

8) Imaginace (obraz), která je většinou nesexuálního původu, se může objevit bez vědomého úsilí.

Jako nejhlubší stupeň je v tabulce uváděn vrcholný prožitek. Do tak hlubokého stavu se v sexuální reakci dostaneme jen výjimečně. Tento prožitek byl zřejmě nejdůkladněji popsán Abrahamem Maslowem.

3.2.3 Vrcholný prožitek

Maslow (1999) popisuje vrcholný zážitek jako náhlý pocit intenzivního štěstí a blaha a také možná vědomí „konečné pravdy“ a sjednocení všech věcí. Spolu s tímto pocitem zažíváme zvýšený pocit kontroly nad svým tělem a emocemi a také rozšířené vědomí, jako kdybychom stáli na vrcholku hory. Tento zážitek naplní člověka údivem, úžasem, bází, úctou, pokorou či odevzdáním. Vrcholný zážitek je člověku přirozený a trvá jen moment. Je to něco jako aha-zážitek, ve kterém se může chvíli setrvat.

Maslow (1973) uvádí, že člověk při vrcholném zážitku cítí spojitost se světem a kompletní jasnost, protože vše najednou dává smysl a všechny konflikty a dichotomie se rozptýlí. Prožívá zřetelnost objektu, jako kdyby nebylo přítomno žádné pozadí, jen jasně zřetelná figura. Dochází k dezorientaci v čase a prostoru. Vnímání ve vrcholných prožitcích může být relativně ego-transcendentní, nesobecké a umožňuje zapomenout na vlastní já. Poznání (Maslowem nazývané B-cognition) je mnohem pasivnější, receptivnější a pokornější než při normálním vnímání. Je mnohem připravenější naslouchat a mnohem

schopnější slyšet. Vrcholný zážitek je slovy velmi těžko zachytitelný, tedy velmi těžko jakkoli sdělitelný. Velmi důležitým znakem vrcholných zážitků je akutní setkání s identitou. Zažíváme extrémně hluboký vhled do sebe, což nás mění. Cítíme se více integrováni, celí, spojití, bez obranných mechanismů, strachů a pochyb. Pokud ale člověk není připraven na hluboký vhled a zážitek, může ho vystrašit, protože se najednou ocitá v něčem neznámém a neuchopitelném.

Maslow (1999) říká, že se vrcholné zážitky nejčastěji odehrávají v náboženském prostředí, v přírodě nebo při sexu. Goodwinová (1989) uvádí, že se vrcholný zážitek odehrává, když jsme v hlubokém subjektivním sexuálním vědomí, totálně absorbováni sexuálním prožitkem a zavaleni mocnými emocemi. Naše pozornost je totálně zaměřena na prožitek a jen život ohrožující podněty nás mohou vyrušit.

Alizadeová (1999) přichází s konceptem velmi podobným konceptu Maslowova vrcholného prožitku. Alizadeová mluví o transgresi, neboli překročení, zážitku za hranicemi. Transgresi můžeme definovat jako „vnitřní pohyb založený na čistém prožitku, díky němuž jsme schopni pohlédnout na realitu, přesah, na nemožné a neomezené. Transgresi zažíváme při erotickém, mystickém a kreativním prožitku. Také se objevuje v masochistickém prožitku a extrémních zkušenostech jako je prázdnota, smrt, ztráta, zážitek katastrofy. Je to vnitřní zážitek, který odhaluje možný vztah mezi konečností a bytím" (Alizade, 1999, s. 93). Transgrese je událost, která není ani pozitivní ani negativní. Je to prostě jev (fenomén), který je přítomný při zážitku.

Žena může při orgasmu zažít návrat do lůna, může zažít rozpuštění vědomí, depersonalizaci. Může se obávat rozvinutí síly, která ji táhne pryč od ní samé a která může odstartovat regresi, jejíž výsledek žena nemůže předpovědět. Proto se může snažit kontrolovat erotogenní zóny přivlastněním neuróz, jako je třeba mužský komplex, odmítnutí milostného života, hledání úniku v panenství nebo vybrání partnera v souladu se svými obranami. Žena, podle Alizadeové (1999), prochází v rozkoši regresi a primární orgasmus (vysvětlen v kapitole Freud a po Freudovi) je obnoven.

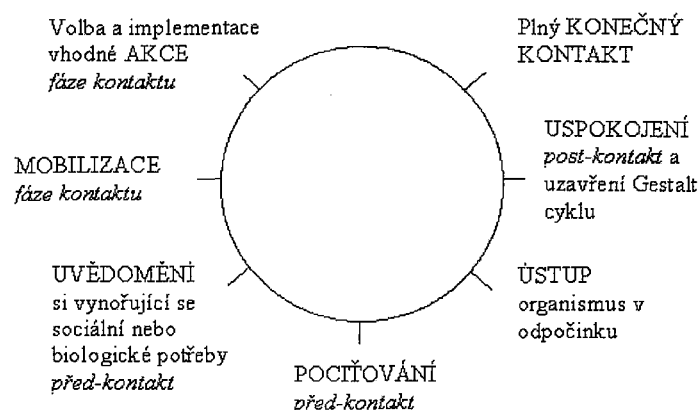
Francouzští intelektuálové nazývají orgasmus *la petite mort*, což v překladu znamená malá smrt. Má to své opodstatnění. Vrcholný prožitek (popřípadě i orgasmus) může být zážitkem podobným zážitku smrti (Maslow, 1973). Jde o smrt malou, či jemnou, ze které zase oslavně obživneme. Jde o ponoření se do vln rozkoše, ve kterých se na delší

či kratší moment ztrácí identita. Lidé se bojí smrti a tak někdy mohou zamezit prožitku uspokojení, aby neztratili vládu nad sebou samými.

3.3 Aspekty podílející se na dosažení orgasmu

3.3.1 Pozornost a Gestalt cyklus

Gestalt psychoterapie byla založena Fritzem Perlem v šedesátých letech 20. století. V teorii osobnosti, kterou Perls představil, je vyzdvížena zákonitost udržující celistvost organismu. Lidé jsou motivováni k dokončování procesů, k naplňování potřeb. Například když máme hlad, jsme motivováni hlad uspokojit, dokončit tuto záležitost. Vnímáme figuru (naš hlad) jako kompletní a ohraničený obraz. „Proces dosahování úplnosti našich potřeb, proces vytváření celků či Gestaltů (tvarů), je pro Perle jedinou trvalou zákonitostí tohoto světa“ (Prochaska & Norcross, 1999, s. 136). Zdravý jedinec může důvěřovat moudrosti svého těla, že zvolí ten nejlepší prostředek, pomocí něhož dosáhne uspokojení té nejnaléhavější momentální potřeby. Každý prožitek či potřebu si můžeme představit jako tvar, jako cyklus. Clarksonová (1999) tento cyklus nazývá „Zdravý cyklus Gestalt formace a destrukce“ (s. 27) a rozděluje ho do sedmi fází.



Tento název vystihuje zdravé, nepřerušené plynutí prožitku. Během jednoho cyklu vystoupí (zformuje se) z pozadí dominantní figura, dojde uspokojení a naplnění a zase ustoupí do pozadí (destruuje se). Zdravý cyklus se v jedné z fází může zablokovat a zkušenost či potřeba se pak promění v „nedokončenou záležitost“ (Kratochvíl, 1997, s. 88).

Vztah figura/pozadí přináší spontánní koncentraci na vynořující se figuru. Perls říká, že „koncentrace se dá nejlépe popsat jako fascinace figurou, na kterou je zaměřena veškerá naše pozornost, zatímco pozadí jakoby zmizelo“ (Goodwin, 1989, s. 59).

Využijeme teoretického konceptu Gestalt cyklu k popsání smyslu a významu pozornosti v lidské sexuální reakci. Jsme si vědomi, že se tento teoretický koncept rámcově překrývá s Mosherovou teorií angažovanosti při sexuální reakci.

3.3.1.1 Fáze zdravého Gestalt cyklu formace a destrukce

3.3.1.1.1 Pociťování

Tato fáze je o neschopnosti zůstat ve stavu odpočinku. Nová figura pomalu vyplouvá do popředí. Jedna z potřeb se začíná hlásit o uspokojení. Naše tělo je zdravě vyvedeno z rovnováhy. Perls (Clarkson, 1999) tuto fázi nazývá „před-kontakt“ (s. 32). Jde o senzorycké pociťování, které si však ještě plně neuvědomujeme. Tato fáze může být považována za nevědomý spouštěč prožitku. Pozornost je v této fázi minimálně zastoupena.

U lidské sexuální reakce, tedy cestě k orgasmu, se tato fáze rovná úplnému počátku. Zažíváme touhu, nebo fyzickou stimulaci. Je to moment, ve kterém stimuly nabývají sexuální konotace. Moment, kterého si nejsme vědomi.

3.3.1.1.2 Uvědomění

V této fázi dojde ke zvědomění toho, co se děje v těle. Začneme si být vědomi události, která se v tu danou chvíli dostává do popředí (figura). Naše pozornost se začíná soustřeďovat směrem k figuře, ačkoli stále není tak silná.

V této fázi integrujeme zkušenost z naší minulosti (např. sexuální zážitky, rodičovské příkazy a zákazy) a očekávání do budoucna (např. dosáhnout orgasmu, být poslušná dcera, splnit očekávání partnera).

V této fázi se ženina pozornost začne zaobírat sexuálními myšlenkami, fantaziemi, sexuálními pocity a vjemy v těle. Je ve svém těle a prožívá ho.

3.3.1.1.3 Mobilizace

Tato fáze je o mobilizování energie k uspokojení aktuální potřeby (figury). Clarksonová (1999) popisuje tuto fázi jako fázi kontaktní.

Organismus zaměřuje koncentrovanou pozornost na vybranou figuru, která nabírá ohraničení a jasnosti. Žena cítí vzrušení a tenzi. Spekuluje, že žena v tuto chvíli vědomě volí, jestli se rozhodne pro orgasmus nebo jestli zůstane jen u slastných pocitů. Je to

motivační fáze orgasmu. Podle výzkumu DeBruijna z roku 1982, pro 77 % žen není orgasmus považován za ten nejdůležitější aspekt v kontaktu s partnerem. Ženy často „preferují mazlení a pocit blízkosti s partnerem, než dosažení orgasmu. Užívají si hřejivost a důvěru, které zažívají během milování. Orgasmus má podle nich v sobě něco agresivního. Také je to „sólo výlet“, protože se žena opravdu potřebuje soustředit jen na sebe a někdy se stane, že raději zvolí zůstat v přímém kontaktu s partnerem“ (Fisher, 1989, s. 60).

Fisher (1989) říká, že budování sexuálního vzrušení zřejmě volá po „bdělém uvědomění si toho, co se děje v těle při odpovědi na erotickou stimulaci. Je ovšem možné, že extrémní uvědomění si sebe sama může mít negativní efekt. Je tu také možnost, že některé ženy nejsou schopny tolerovat takové uvědomění si sebe sama, protože to v nich vyvolává příliš mnoho pocitů viny a úzkosti“ (s. 85). Může to vést k tomu, že ženy říkají, že se orgasmus objeví, ani neví jak. Nejsou si vědomy procesu, který je k orgasmu dovedl.

3.3.1.1.4 Akce

V této fázi pokračujeme v nabíjení energie a stupeň vzrušení se zvyšuje. Naše pozornost je intenzivně zaměřena na figuru ve spontánní koncentraci. Pozadí mizí. „Sabetti navrhuje, že tato fáze koresponduje s vrcholem bioenergetického náboje, zatímco sexuální touha dosahuje nejčistšího Gestaltu“ (Goodwin, 1989, s. 61). Tento energetický vrchol můžeme vnímat jako pomyslnou hranici nebo zlom. Goodwinová (1989) říká, že dosahujeme subjektivního sexuálního vědomí, které je změněným stavem vědomí. Buď ji překročíme a vstoupíme do fáze konečného kontaktu, neboli do samotného orgastického prožitku nebo se na této hranici zastavíme a hranici nepřekročíme.

Tato energetická hranice jako by byla obestřena strachem. Fisher (1989) mluví o strachu ze ztráty. Při svém výzkumu z roku 1973 zjistil, že „čím větší mají ženy těžkosti dosáhnout orgasmu, tím úzkostněji se zabývají ztrátou“ (Fisher, 1989, s. 43-44). Proces, ve kterém dosahujeme dostatečného vzrušení pro dosažení orgasmu, zřejmě vyžaduje snížení uvědomění si ostatních předmětů a zvýšení zaměření pozornosti na naše vlastní vzrušení. V tomto smyslu dosažení orgasmu znamená (alespoň na krátký moment) vzdání se určitého stupně připoutání se k vnějším objektům. Při nárůstu vzrušení také do určité míry dochází k otupování jasnosti vědomí, což vede k zeslabení ostatních objektů, které se stávají psychologicky vágní a vzdálené. Když se žena bojí ztráty a separace, situace

přinášející odcizení od vnějších objektů pro ni mohou být zastrašující. Dále můžeme uvažovat o tom, že se žena nebojí jen ztráty kontroly nad vnějšími objekty, ale i nad sama sebou. Jako kdyby za tou hranicí bylo něco děsivého, něco nekontrolovatelného, co ji může rozložit na části. Můžeme se domnívat, že některé ženy odpovídající na otázku zda dosahují orgasmu „asi, možná, nejsem si jistá“, nepřekročí z nějakého důvodu tuto energetickou hranici a zůstávají těsně před dosažením orgasmu. Panuje přesvědčení, že když žena jednou orgasmu dosáhne, ví, že to byl orgasmus, dokáže ho pojmenovat.

3.3.1.1.5 Konečný kontakt

Tato fáze je plný kontakt, prožitek. Je to prožitek orgasmu. Je to esenciální plnost a esenciální prázdnota v tu samou chvíli. Prožitek se může pohybovat na škále od čistě fyzického až po psychicky hluboký, ve kterém jdeme za hranice self, za hranice svého těla a ztrácíme kontrolu nad sebou samými na krátký či delší moment. Organismus naplňuje potřebu. Dochází k uvolnění nahromaděné tenze.

3.3.1.1.6 Uspokojení

Tato fáze je fáze postkontaktní. Je to zážitek hlubokého organizmického uspokojení. Český jazyk užívá slova uspokojení spíše jako synonyma k orgastickému vyvrcholení, ale v tomto významu slovo uspokojení spíše znamená užívání si právě prožitého zážitku. V této fázi se zklidňujeme a vychutnáváme si zážitek, zatímco ten pomalu ustupuje do pozadí. Můžeme pocítit hluboké uspokojení. Tato fáze nám umožňuje ocenit to, co právě necháváme za sebou.

3.3.1.1.7 Ústup

Tato fáze je také fází postkontaktní. Je to fáze „plodné prázdnoty“, fáze neutrální. To znamená, že právě není žádná figura v popředí, ale jsme připraveni na začátek nového cyklu. Je to období klidu, kdy necháváme starou figuru odejít do pozadí. Tato fáze vyžaduje „ochotu zůstat ve stavu zmatenosti a neurčitosti a také zodpovědnost za to, že se dáme zase do pohybu, když nastane pravý čas“ (Clarkson, 1999, s. 132). Teď, po dosažení orgasmu a vychutnání si ho, je ten správný čas uzavřít celý Gestalt cyklus. Tuto fázi můžeme považovat za poslední a zároveň první fázi cyklu.

3.3.1.2 Zablokování cyklu

Protože se v rigorózní práci nezaměřuji je na zdravou nepatologickou sexualitu, považuji za přínosné se krátce zastavit u možností zablokování Gestalt cyklu.

3.3.1.2.1 Neschopnost pociťovat

Toto zablokování se nejčastěji týká první fáze, tedy fáze pociťování. Nejsme schopni rozlišit signály, které nám tělo vysílá. Nerozeznáváme, co je nám příjemné a co nepříjemné. Svému tělu nenasloucháme a nejsme s ním ve spojení. Nevíme, co si naše tělo žádá, co potřebuje. Za takových okolností je velmi těžké dosáhnout orgasmu, protože nejsme schopni určit, jaká stimulace nás k němu dovede ani jestli o to stojíme.

3.3.1.2.2 Introjekce

Kratochvíl (1997) říká, že „při introjekci do sebe přijímáme vnější svět, ale pasivně a nediferencovaně“ (s. 88). Při introjekci jako bychom spolkli něčí myšlenku nebo přesvědčení bez „náležitého strávení“. Například pokud často slyšíme od matky, že „všichni muži chtějí jen to jedno“ (rozumějme sex), je možné, že tu myšlenku přijmeme za vlastní, ačkoli jsme se ani sami nestačili přesvědčit, jestli tomu tak opravdu je. Clarksonová (1999) nazývá tyto zvnitřněné myšlenky a přesvědčení „shoulds“, neboli „měli bychom“. Nejednáme podle toho, co sami chceme, ale podle přesvědčení někoho jiného.

3.3.1.2.3 Egotismus

Jiným možným zablokováním může být egotismus, neboli pozorování. Clarksonová (1999) popisuje egotismus jako „pozorování nebo komentování sama sebe nebo svého chování“ (s. 48). Skrze pozorování ztrácíme opravdový kontakt se sebou samými a chybí nám lehkost nevědomé vyladěnosti na naše tělo a prostředí. Když začneme pozorovat, nebo dokonce popisovat co se děje s naším tělem, opravdová radost z požitku mizí.

Sholty et al. (1984) zjistil, že 93% žen potřebuje zaměřit svou pozornost a koncentraci na tělesné pocity, aby dosáhlo orgasmu. Geer & Fuhr (1976) popsali, že „sexuální vzrušení vyžaduje, aby byl jedinec vystaven erotickým stimulům nebo prožíval erotické fantazie a myšlenky. Když se objeví vyrušení neerotickými stimuly, vzrušení se sníží do takové míry, jak velké je vyrušení“ (s. 238). Koncentrování se na sexuální stimul

je, zdá se, pro dosažení orgasmu nezbytné. Přesto, pokud je koncentrace extrémní a cítíme se být k dosažení orgasmu tlačeny, přeruší se spontánní nárůst sexuální energie a orgasmu nejsme schopny dosáhnout. Frankl (1952) uvádí, že „jakmile si jedinec určí za cíl dosažení uspokojení (a ne realizaci hodnot, která by mu v důsledku přinesla pocity uspokojení), tak to uspokojení ztrácí“ (s. 128).

3.3.2 Fantazie

Freud pozoroval, že fantazijní představy „mohou reprezentovat přání vyvolaná frustrací, měnící negativní pocity na příjemné. Fantazijní představy mají moc ztišit, mohou zesílit pocit bezpečí, podpořit sebevědomí nebo upravit pocit opuštění a vyřazení. Také mají často funkci zkušebních rolí“ (Friedman & Downey, 2000, s. 568). I když jsou fantazie nevědomé, mohou ovlivnit motivaci a chování.

Friedman & Downey (2000) uvádí, že sexuální fantazie mají kořeny v tělesné zkušenosti. Propojují tak tělesné schéma s fantazijními představami. „První zkušeností, ve které je naše tělo více či méně kompletně prozkoumáno, je kontakt s matkou. Psychoanalytici zaznamenali, že reprezentace vztahu matka-dítě a reprezentace matčina těla jsou symbolicky obsaženy v sexuálních fantaziích obou pohlaví“ (s. 583).

Abraham (2002) uvádí, „že někdy jsou mentální reprezentace u zrodu vjemu. To je případ, kdy daná mentální reprezentace způsobí vjem či pocit, který zpevní a zpětně posílí mentální reprezentaci“ (s. 326). Naopak, erotický vjem může skrze opakované zpevňování stát u zrodu sexuální fantazie. Například zápach výkalu nebo moči (reálný nebo fantazijní) spojený s análním sexem může stát u zrodu agresivních fantazií.

O ženském orgasmu můžeme uvažovat jako o propojení tělesného a fantazijního schématu. Feldmanová (2002) uvádí, že na „jedné straně jsou ženy, které mohou dosáhnout orgasmu jen skrze fantazii, na straně druhé jsou ženy, které potřebují intenzivní klitoridální stimulaci delší dobu“ (s. 1435).

Goodwinová (1989) popisuje, že všechny ženy z její kvalitativní studie někdy zažily imaginaci (vizuální představu), která předcházela orgasmu. Goodwinová tento fakt vysvětluje tím, že se „žena těsně před orgasmem dostává do subjektivního sexuálního vědomí, ve kterém regreduje do primárního procesu myšlení a je tak blíže zapomenutému, preverbálnímu osobnímu významu sexuální události, která právě probíhá“ (s. 211).

Heartová (2001) říká, že „orgastická energie může vytvářet barevné vjemy či scénérie v myšlenkovém zraku" (s. 111).

Jak už bylo řečeno výše, ženy používají fantazii k přípravě na sexuální aktivitu, aby se zbavily nesexuálních vyrušení, aby se lépe koncentrovaly na sexuální myšlenky a podpořily sexuální pocity. Často fantazie ustupují s narůstajícím vzrušením a hloubkou zapojení se do sexuální aktivity. Mnohem více jsou fantazie používány při masturbaci než při kontaktu s partnerem.

3.3.3 Vztah s partnerem

Goodwinová (1989) ze své kvalitativní studie vyvozuje závěr, že ženy prožívají masturbaci jako méně významnou ve srovnání se sexuální aktivitou s partnerem. Můžeme uvažovat o čtyřech příčinách. Prvně, ženy se cítí být více realizované, když jsou ve vztahu. Za druhé, emocionální komponenty, které se k sexuální aktivitě přidávají, když jsme s partnerem, podporují fyzické vjemy a dávají jim smysl. Za třetí, vyrušování, které nevyhnutelně vzniká při vztahové sexualitě, může sloužit jako „dráždicí mechanismus", který navodí více tenze a orgasmus pak může být pociťován jako silnější. A za čtvrté, sexuální myšlenky a sexuální pocity mohou být lehčeji přístupné, protože stupeň fyzického vzrušení partnera může zajišťovat záchytné body, které můžeme užít pro uvědomění si vlastního vzrušení.

Baker (1996) uvádí, že „žádny muž nemůže ženu k orgasmu donutit, pokud její tělo nechce. Schopný muž jí pouze pomáhá vyvrcholit, když ona orgasmus chce. Méně schopný muž ji tedy nutí udělat pro sebe více prostřednictvím masturbace a nočních orgasmů. Zkušený a schopný muž je tudíž velkou pomocí, nikoli hrozbou" (s. 196).

4 Anorgasmie

Jak už bylo řečeno, ženský orgasmus je v přírodě jednou z nejmladších vývojových funkcí, tedy i velmi citlivou, variabilní a zranitelnou. Poruchy orgasmu jsou jednou z nejčastějších sexuálních dysfunkcí žen, zatímco u mužů se s poruchou orgasmu setkáváme spíše vzácně.

4.1 Výskyt anorgastických žen

Názory na počet anorgastických žen v populaci se liší výzkum od výzkumu. Číslo se pohybuje mezi 5 –15 % žen (Janus, 1993; Michael a kol., 1994; Weiss & Zvěřina, 2001; Marriott, 1994). Podstatně více je však žen, které jsou potenciálně orgastické, tedy jsou teoreticky schopné prožít orgasmus, ale nedosahují vyvrcholení například kvůli nevhodné technice milování (Pierce, 2000), nebo proto, že jsou dráždivé klitoridálně a klasická soulož je nevzrušuje. O selektivní anorgasmii hovoříme tehdy, kdy je žena schopna dosáhnout orgasmu jen při masturbaci, nebo jen v určité situaci. Počet těchto žen se pohybuje okolo 20 – 30% (Fisher, 1973; Janus, 1993; Michael a kol., 1994; Shokrollahi, 1999; Heiman a Lentk, 2000). Dále ještě rozeznáváme anorgasmii primární, která trvá od začátku sexuálního života a sekundární, která nastane až po určitém období normální funkce (Raboch, 1984; Zvěřina, 2000).

4.2 Možné aspekty ovlivňující orgastickou schopnost žen

O příčinách anorgasmie u žen spekuluje velmi mnoho autorů a zatím nebylo dosaženo obecně přijatého konsensu. Domnívám se, že je třeba vždy zvažovat všechny možné příčiny, od organických přes psychosociální, kulturní a psychologické.

O orgasmu a anorgasmii se hodně dozvídáme z Fisherovy studie (1973). Píše, že ženy s nízkou orgastickou schopností mívají pocit, že se na lidi, kterých si váží a které milují, nemohou spolehnout a že je mohou nepředvídatelně opustit. Jsou přímo posedlé myšlenkou, že ztratí partnera, se kterým mají intimní vztah. O tyto ženy během dětství nebo dospívání otec neprojevoval přílišný zájem, choval se lhostejně, nebo dokonce chyběl. Fisher naznačil, že jejich problémy s dosáhnutím orgasmu souvisí se strachem ze ztráty milované osoby. Fischer v této studii popírá, že by na orgastickou schopnost žen měli vliv tyto faktory: informace o sexu od rodičů, psychické poruchy, špatná manželská

technika, či fyziologické zrání a praxe v sexu. Za nejdůležitější považuje studovat otce a roli partnera. Také dospěl k názoru, že nejspolehlivějšími dvěma predikátory orgastického potenciálu ženy jsou vzdělání a sociální zařazení. V jiných studiích (Hawton a kol., 1994, Terman, 1951) však nebyla nalezena žádná souvislost mezi orgastickou schopností žen a jejich vztahem k otci či matce, se spokojeností v dětství, typem výchovy, typem odměn a trestů, postojem rodičů k sexu a nahotě, náboženských postojů apod. Na rozdíl od toho Raboch a Raboch (1988) ukazují, že struktura rodiny, ve které žena prožívá dětství, může ovlivnit její orgastickou schopnost v dospělosti. Současně však mezi dysfunkčními a funkčními ženami nebyly nalezené rozdíly ve stupni feminity, agresivity, pasivity, impulzivitu, v pocitech viny, či neuroticizmu.

Podle Kolodnyho a kol. (1979) jsou poruchy orgasmu způsobené rigidními ortodoxními náboženskými postoji, afektivními faktory (např. deprese), obavou ze ztráty kontroly, mezilidskými faktory, nudou a monotónností v sexuálních aktivitách a sexuální ignorací.

Některé důvody mohou mít kořeny v sociálních stereotypech, v odlišných požadavcích kladených na dívky a chlapce během jejich sociosexuálního vývoje (Weiss, 2000b). Antropoložka Medová (1950) uvádí, že ve většině lidských společenství se od dívek očekává, že budou hranice sexuálních aktivit omezovat, zatímco od chlapců, že je budou rozšiřovat. To potom může vést k tomu, že dívky se snaží potlačovat svoje sexuální vzrušení při fyzických aktivitách a současně k tomu mohou pociťovat úzkost, když se toto vzrušení objeví. V době, kdy se od nich potlačování sexuálního vzrušení neočekává, musí překonávat inhibice, které si před tím v této oblasti vytvořily. Naše ženy byly vychovávány spíše tak, že orgasmus nebo jemu podobné zážitky neočekávali a skutečně, pokud víme, k nim docházelo u menšího množství lidí.

Na rozdíl od mužů není ženská sexuální potence tolik závislá na hormonálních poměrech v organizmu (Morris a kol., 1987). Organické příčiny hrají u žen z hlediska orgastické schopnosti většinou podstatně menší roli než u mužů. U žen není zjištěna jasná souvislost orgastické dysfunkce s diabetem (Jensen, 1981) nebo s alkoholismem (Klasse a Wisnack, 1986), ani se závažností inkontinence (Levitt a Freese, 1984). V porovnání s muži nacházíme souvislost mezi ženskou anorgasmii a depresí nebo její léčbou v nižší míře (Hawton, 1994). Raboch a Barták (In: Bancroft, 1989) v roce 1981 zjistili, že s frekvencí chybění orgasmu u dospělých žen souvisí pozdní začátek menstruace. V roce

1983 uvádí podobnou negativní korelaci mezi orgastickou kapacitou a věkem prvního pohlavního styku. Bentler (1979) však zjistil, že prožívání koitálního a masturbačního orgasmu neovlivňují jen přímo s tím související faktory, ale i extraverze, neuroticismus a postoje k masturbaci.

Přese všechny výzkumy popsané výše soudím, že je u anorgastických žen potřeba brát v úvahu zejména koncepci tělesného schématu, jejich osobnostní vybavení, v jakém prostředí vyrostly a nakonec samozřejmě také techniku sexuální stimulace, kterou se pokoušejí orgasmu dosáhnout.

EMPIRICKÁ ČÁST

5 Kvalitativní výzkum

5.1 Základní otázky, cíle

V teoretické části jsme se seznámili s různými pohledy na ženský orgasmus a jeho aspekty. Seznámili jsme se s výklady psychologickými, fyziologickými a evolučními. Mezi autory obecně panuje shoda v tom, že každý ženský orgasmus je jedinečný a existují značné intraindividuální a interindividuální rozdíly. Na druhou stranu jsme poznali, že ženský orgasmus má své typické projevy a formy.

Orgasmus je jednou z fází sexuální reakce. Ženské sexuální reakci jsme v teoretické části věnovali značnou pozornost. Rozebrali jsme ji opět z hlediska fyziologického a z hlediska psychického.

Cílem naší kvalitativní studie je prozkoumat subjektivní prožívání orgasmu a sexuální reakce žen. Chtěli bychom zjistit, jestli jsou ženy schopny o tomto intimním tématu hovořit, jaká slova a jaké významy přiřazují ženskému orgasmu, jaký smysl nebo funkci vidí v orgasmu u žen, co subjektivně prožívají při orgasmu.

Získané údaje jsme zpracovali do čtyř základních okruhů:

1. Prožitek orgasmu
2. Typy orgasmů
3. Prožitek sexuální aktivity vedoucí k orgasmu
4. První orgasmus a vývoj prožitku orgasmu

Jako nadstavbový prvek jsme v rigorózní práci ke zkoumání zdravé sexuality přidali i zamyšlení nad anorgasmíí. V praktické části následuje kazuistika ženy, která byla dlouho anorgastická. Naším cílem je srovnat poznatky z kazuistiky s poznatky získanými rozhovory s ženami orgastickými.

5.2 Popis vzorku

Výzkumný vzorek pro kvalitativní rozhovory tvoří 17 žen z České a Slovenské republiky. Český jazyk je pro tuto studii významný z hlediska jeho použití pro hledání metafor a slov k vyjádření prožitku orgasmu a sexuální aktivity jemu předcházející. Slovenský jazyk je českému natolik podobný, že jsem slovensky mluvící respondentky akceptovala a pozvala je na rozhovor, který jsem při doslovném přepisu automaticky překládala do jazyka českého a nadále s ním nakládala v češtině.

Ze všech respondentek, které se přihlásily do studie se jen jedna nedostavila na smluvený termín bez udání důvodu a jedna nebyla schopna o tématu hovořit. Jako důvod uvedla, že byla v poslední době napadena a toto téma jí přináší špatné vzpomínky.

Výběr vzorku je nenáhodný, závislý na ochotě respondentek zúčastnit se. Pro výběr respondentek jsem na počátku studie sestavila dopis (viz příloha) a rozeslala ho mým známým a na lesbické a feministické webové stránky. Tak se postupně vytvořila síť, která umožnila najít poměrně velký vzorek, když uvážíme o jak intimní téma se jedná. Všechny ženy splnily tato kritéria:

- **zdraví:** ženy jsou zdravé v tom smyslu, že si nejsou vědomy žádného závažného mentálního nebo fyzického problému, který by narušoval jejich schopnost dosáhnout orgasmu.

- **věk:** ženy prošly adolescencí. Horní věkový limit nebyl stanoven. Nejmladší ženě v tomto vzorku je 22 let, nejstarší 52 let. Věkový průměr respondentů je 32,5 let.

- **vztah:** všechny ženy prožily či prožívají dlouhodobější vztah s partnerem a jsou v něm schopny dosáhnout orgasmu v přítomnosti partnera alespoň někdy.

- **sexuální orientace:** ženy mají různou sexuální orientaci. Za prvotní byl v této studii považován vnitřní prožitek a tak pohlaví partnera nehrálo roli. Ve vzorku jsou zastoupeny 2 ženy lesbické, jedna bisexuální a 14 heterosexuálních.

- **vzdělání:** 3 ženy mají středoškolské vzdělání, 1 vyšší odbornou školu, ostatní (13) jsou buď studentkami vysoké školy, nebo ji už dokončily.

Domnívám se, že se podařilo vytvořit poměrně heterogenní skupinu, což umožňuje získané nálezy zobecnit spíše, než ze skupiny homogenní.

5.3 Použitá metoda

Pro zpracování tématu jsem zvolila kvalitativní přístup a to zejména proto, že se zaměřuji na prožitek a nechtěla jsem přesně stanovenými otázkami ubírat ženám prostor pro jejich vlastní slova a jejich vlastní významy.

„Kvalitativní metody se užívají k odhalení a porozumění tomu, co je podstatou jevů, o nichž toho ještě moc nevíme. Mohou být také použity k získání nových a neotřelých názorů na jevy, o nichž už něco víme. V neposlední řadě mohou kvalitativní metody pomoci získat o jevu detailní informace, které se kvantitativními metodami obtížně podchycují“ (Strauss & Corbin, 1999, s. 11). Přistupovala jsme ke zkoumání prožitku ženského orgasmu s cílem lépe mu porozumět a pochopit jeho souvislosti. Nevytvářela jsem si proto předem žádné hypotézy, které bych testovala, ale sbírali jsem všechna data. Postupně jsem je analyzovala, hledala podobnosti, rozdíly a utvářela strukturu.

Data byla sbírána polostrukturovaným rozhovorem, trvajícím přibližně hodinu až hodinu a půl. Interview byla nahrávána, doslovně přepsána a přiložena v příloze. Časově velmi náročné, doslovné přepsání bylo zvoleno ze snahy nevynechat či neopomenout žádnou důležitou informaci nebo schovaný význam. Byly pojmenovány kategorie, které z rozhovorů spontánně vystoupily. Z kategorií jsem vytvořila pomocnou tabulku pro analýzu rozhovorů (viz příloha) a postupně jsem zpracovávala jeden rozhovor za druhým a zapisovala do ní podobnosti a rozdíly.

Místo a čas rozhovoru byl určen dle přání každé ženy. Na počátku vždy proběhla běžná každodenní konverzace za účelem navození příjemné atmosféry a každá žena byla požádána o vyplnění demografického dotazníku (viz příloha). Poté byla všem položena stejná počáteční otázka („Co prožíváte při dosažení orgasmu?“). Na odpovědi byl dán tak velký prostor, jaký každá žena individuálně potřebovala. Pořadí následujících otázek se různilo podle vývoje každého rozhovoru. Některé otázky se „nabalily“ až během rozhovorů a nebyly tudíž kladeny všem respondentkám. Každý rozhovor se vyvíjel spíše podle toho, jak ženy spontánně odpovídaly, než podle předkládání otázek v přesném pořadí. Na konci rozhovoru byla každá respondentka dotázána, jestli ji napadá něco, o čem jsme ještě nehovořily. Soubor vstupních otázek je přiložen v příloze. V každém rozhovoru jsem se snažila „vyčerpát“ celý soubor vstupních otázek.

Na konci rozhovoru byly všechny ženy požádány, aby se pokusily prožitek orgasmu nakreslit. Každá respondentka měla k dispozici bílý papír A4 a voskovky, obsahující 12 barev. Žádná respondentka kresbu neodmítla, všechny se spíše zdály být potěšené.

Jména respondentek byla změněna pro zachování soukromí. Jména používána v této práci si respondentky vybraly samy.

5.4 Zpracování dat z rozhovorů

5.4.1 Prožitek orgasmu

Ve studii jsem se zaměřila na subjektivní prožitek sexuální reakce u žen, zejména na prožitek orgasmu. 9 respondentek spontánně hovořilo o tom, že **je velmi těžké nalézt pro tento prožitek slova**. Rona říká:

„Je to těžké to celé popsat, protože je to prožitek. Musíte najít něco, čemu se to podobá, protože v jistém smyslu je to něco strašně ojedinělé a tak se to nepodobá ničemu, ten orgasmus. Je to něco strašně specifického.“

a Petra uvádí:

„...o tom prožívání vůbec nepřemýšlím, pro mě je hrozně těžké formulovat slovy. Je to tělesný prožitek, emoční, ale žádné přívlastky, konkrétní slova, myšlenky, obsahy, smysly...nic. Přijímám to jako prožitek.“

Ženy popsaly **fyzický prožitek orgasmu**. Dala se vysledovat škála prožitků. Od prožitku zahrnující celé tělo, který uvedl 11 žen až po prožitek lokalizovaný do genitálu (2 ženy). Sára popisuje prožitek v celém těle:

„...cejtím celým těle. Napadá mě to přirovnat k tomu, když vidíš úplně maličký mimino, tomu taky když má hlad nebo cítí nějaký pocit, tak to cejtí úplně celým tělem.“

Jedinými shodnými znaky u všech orgasmů, které ženy uvedly, byly stahy ve vagíně, které ovšem nemusí být podle nich přítomny vždy a napětí, které se postupně uvolní. 7 žen zmínilo, že se dostanou až do křeče, která ovšem není nepříjemná. Vyjevil se protiklad v subjektivním prožívání dechu. 2 respondentky uvedly zrychlení dechu při orgasmu, dvě respondentky naopak zatajení dechu až nedýchání. Obecně však všechny ženy pociťují orgasmus jako příjemný, až na jednu ženu, která uvádí, že prožívá někdy pocit typu „už je to za mnou“. 8 žen uvedlo, že mají během orgasmu potřebu se silně tisknout na partnera, skoro ho vcucnout. Andi uvádí:

„...celej mnou projde, jsme jedna bytost“

Za zajímavý považují prožitek Klaudie, která popisuje:

„...z klitorisu jdou soustředné kruhy slasti, rozkoše...jsou červeno-oranžový, teplý, zářivý...ty kruhy přesahují třeba 20-30 cm mimo tělo.“

Mezi další subjektivně pociťované fyzické prožitky patří: velké tepání tepen, podsazení pánve, teplo, tlak, červenání tváří, znehybnění, otevření noh do široka, prohýbání se, zaklánění hlavy, nalévání se, mlácení rukama, zvětšení prsou, motýly v žaludku. Tyto prožitky jsou prožívány v různých kombinacích a intenzitách, každou ženou individuálně.

Psychický zážitek orgasmu se také vyjevil na škále. Od prožitku podobného mystickému, který popsalo šest žen až po pocity Valerie, že orgasmus je o ničem, že je to jen dřina. Anna říká:

„je to jako vesmírný spojení s partnerem a skrz ten pohlavní styk a orgasmus jako bych se stala součástí celého vesmíru, jako by to bylo něco jako nadpozemského nebo jako kdybych se dostala někam mimo, někam mimo fyzické svět. Někam, kde je to jako všechno dobře, takhle jako to má být... asi jsem to prožívala jako spojení s nějakou vesmírnou energií, Tak jak si to já představuju, jak to asi vypadá.“

Ženy podotýkají, že i tento prožitek se však stává jen výjimečně. Pro orgasmus zazněly ve studii názvy jako nasycení, chvilkové naplnění, slast, rozkoš, člověk někam letí, výlet do galaxie, vakuum, ohňostroj, výbuch sopky, zhasnutí.

Dvě ženy spontánně uvedly, že je orgasmus může být tak intenzivní, že by mohly klidně umřít, nebo se zbláznit.

11 žen spontánně uvedlo, že jsou při orgasmu ve **stavu změněného vědomí**. Dvě ženy ten stav připodobnily hladině alfa, dvě hovoří přímo o změněném stavu vědomí. Další žena orgasmus považuje za jistý druh omdlení („jako když usínáte“), další za „skoro jako bezvědomí“ nebo vakuum, další za pocit „jako při omdlení“. Další žena uvádí, že vnímání a uvědomování jsou úplně jiné, další říká, že je to jiný stav vědomí. Další ženě přijde, jako kdyby se jí v tu chvíli rozlila v těle nějaká droga, není stoprocentně přičetná. Další to považuje za snový stav. Obecně ženy uvádí, že během orgasmu nevnímají okolí buď vůbec a nebo ho vnímají, ale je jim jedno.

Vnímání partnera můžeme zase popsat na škále od vnímání partnera a souznění s ním (7 žen), přes „jak kdy“ nebo „tak zvláště“, až po naprosté nevnímání partnera (3 ženy). 2 ženy se shodují na tom, že při orgasmu a těsně po něm cítí více, že milují partnera, ačkoli to nemusí být v reálném životě pravda. Sára uvádí:

„Ale je pravda, že po orgasmu, o 100% víc než kdykoli jindy, bych řekla chlapovi, že ho miluju. Říká se, že se to nepočítá a ono to tak fakt jako je. Fakt se to nepočítá. Teda pokud to člověk necítí jindy.“

13 žen uvádí, že mají při orgasmu **zavřené oči**, 2 si nejsou jisty, 1 uvádí, že má oči v sloup a jedné se při orgasmu protáčí panenky. Žádná z žen během orgasmu **nemluví**, produkují spíše neartikulované zvuky (kňourání, vzdychání, výkřiky, vydechnutí). 5 žen spontánně uvádí, že během orgasmu **ztratí pojem o čase**, ubíhá úplně jinak, je zkreslený. Marie říká:

„To je právě zvláštní. Já mám někdy pocit, že ten čas ubíhá úplně jinak. Že je to takový odlišný. Vím, že o sobě vím, ale že je to jiný.“

Ženy byly požádány o pojmenování **podobného zážitku** jako je orgasmus. Usuzovala jsem, že skrze popsání prožitku podobného snáze pochopím jejich subjektivní prožitek orgasmu. Dvě ženy nenašly žádný podobný prožitek, orgasmus se jim zdál být velmi specifickým prožitkem. Dvě se shodly na tom, že by to mohlo být podobné zážitku z dobrého jídla, jak uvádí Valerie:

„...když mám fakt něco, co mi chutná, v tu ránu jakoby se chuťové buňky rozprostřely po celém těle a něco mnou projede.“

Jiná žena uvádí, že je to jako souznění dvou duší při zpěvu nebo povídání. Další žena orgasmus připodobňuje ke snům o létání nebo k surfování. Další k zážitku na pervitinu, další k hezkému bezvědomí, další k výletům do galaxie. Jedna žena váhá a nakonec uvádí, že je tam určitá paralela s vypětím při sportu, ale orgasmus je pro ni mnohem hezčím zážitkem. Další to připodobňuje skoku do průzračné vody nebo pčíknutí.

Ženy také popisovaly **zážitek opačný** k orgasmu. Jmenovaly utrpení (psychickou bolest), silnou úzkost nebo strach, komunikační míjení, vynucený sex. Jana popisuje svůj opačný prožitek:

„Když někam spěchám a někdo mě zdrží. Nebo když už chci ukončit nějaký rozhovor a někdo se furt vykecává. To fakt není orgasmus...Orgasmus je jó jó jó, tohle je už sakra né.“

6 žen začalo při rozhovorech spontánně hovořit o **blízkosti orgastické rozkoše a bolesti**. Tři zmiňují, že někdy se dráždění může dostat až na hranici bolesti (u jedné k tomu dochází drážděním klitoris, u jedné drážděním bodu G a u jedné při vnitřním orgasmu). Sára popisuje blízkost rozkoše a bolesti takto:

„je to tak intenzivní rozkoš až někdy nedokážu říct, jestli je to spíš pozitivní nebo spíš negativní“

Dvě ženy uvádí, že pokud jdou při dráždění trochu přes bolest, orgasmus je intenzivnější.

Anna uvádí:

„...někdy mám sklony k malinkému masochismu, že když to půjde ještě chvilku přes bolest, tak pak to bude fakt jako super.“

Ženy byly dotázány na srovnání prožitku **orgasmu při masturbaci a s partnerem**. 15 žen uvedlo, že mají hezčí prožitek orgasmu s partnerem. Buď proto, že je tam psychická

dimenze navíc, nebo víc vzrušení, partner se umí dotýkat lépe, větší pocit naplnění díky penetraci. Z toho jedna žena prožívá fyzicky silnější orgasmus při masturbaci, přesto upřednostňuje orgasmus s partnerem. 3 ženy (49 let, 50 let, 52 let) pocítují stesk po partnerovi při masturbaci. Dvě ženy uvádí, že jim každý orgasmus přináší něco jiného, ani jeden typ orgasmus by neupřednostnily. Klaudie říká:

„...já si to užiju víc sama, že mi u toho ten chlap tak nějak vadí...masturbace je bezpečná, tam to kontrolovat sama a zároveň nekontroluju vůbec“

7 žen shrnuje, že masturbace je jen fyzické ukojení.

Jedna žena uvádí, že má pravidelně **ejakulaci** při orgasmu a Marie říká, že měla asi dvakrát v životě "mokrý orgasmus" a prožitek popisuje takto:

„To bylo fakt dobrý, to bylo super. To jsem někam odletěla...Ne, necejtila jsem, že bych stříkala, to ne. Jenom vim, že to bylo hrozně dobrý a pak si najednou říkám, že je to všude mokřý, ale třeba jsem byla jenom strašně moc vlhká. Nevím. “

9 žen se po orgasmu už někdy **rozbrečelo**, osm z toho plakalo proto, že to bylo tak intenzivní, jedna proto, že se jí vybavil smutný obraz z dětství. Petra popisuje:

„...dojetí, maximální dojetí, pocit naprostého odevzdání. Máš pocit, že se někomu položíš na oltář.“

8 žen se už někdy po orgasmu **rozesmálo**. Důvodem je buď přívál radosti a štěstí, nebo pocit, že při sexu musí s partnerem vypadat směšně, nebo se začnou s partnerem či parnerkou škádlit. Nicole říká:

„Jako kdyby ten pocit tou podporou orgasmu byl daleko silnější, i ta radost, i ten smutek. Mám pocit, že to tomu ještě jako přidá.“

Pokud ženy zažily orgasmus **po požití alkoholu**, potom 9 z nich uvádí, že je alkohol utlumuje a odděluje od těla, 3 ženy uvádí, že malá dávka bourá zábrany a stud a jedna uvádí, že je po alkoholu mnohem živočišnější. **Po marihuaně** měly 3 ženy intenzivnější orgasmus, 3 ženy jsou po marihuaně vláčné a orgasmus je hůře dosažitelný. Jedna žena uvádí, že po extázi orgasmu nedosáhne.

Roční období a měsíční cyklus nemá podle žen na samotný prožitek orgasmu vliv. Spíše ovlivňuje jejich sexuální chutě a touhy. 4 ženy uvádí, že v zimě jsou mnohem pasivnější než v létě. 4 ženy uvádí, že před menstruací jsou nejchtivější, 3 jsou nejchtivější po menstruaci a 4 ženy během menstruace. Nicole rozlišuje:

„Těsně před menstruací mě velice baví penetrace, připadá mi to naplňující a taky kolem ovulace. Těsně po menstruaci mě baví se vzrušovat na klitorisu.“

Anna popisuje vliv pozice na prožitek orgasmu:

„...může to být kvalitativně odlišný, nebo intenzitou. Při orálním sexu jsem to dřív vnímala jako hodně silnej prožitek. Nebo ze zadu se tam zase dráždí něco jiného, třeba i ten zadek...ale teď jsme dospěli do té své obvyklý polohy, že mám pocit, že už to nějak jinak ani nejde.“

Ostatní ženy vnímají vliv pozice na prožitek orgasmu spíše z toho hlediska, že v některé pozici snáze dosahují orgasmu než v jiné a v některé pozici orgasmu dosáhnout nemohou.

Fakt, jestli je **tma nebo světlo**, nemá podle žen přímý vliv na prožitek orgasmu. 4 ženy ale zdůrazňují, že mají radši světlo nebo přítmi, aby na partnera viděly. 3 ženy považují ostré světlo za inhibující.

Během rozhovorů 4 ženy spontánně uvažovaly o tom, že orgasmus může být jako **„dárek pro partnera“**. Sára naopak říká:

„Když Ti někdo dá rozkoš, tak já to tak mám, že se cítím zavázaná vůči němu. To mě napadá, že je to to, proč netoužím mít orgasmus třeba s někým na jednu noc, protože mám pocit, že mě to zavazuje v nějaký rovině.“

5 žen se vyjádřilo, že **orgasmus mít nemusí**, že je pro ně uspokojující samotný sex, blízkost s partnerem, vzájemnost. 2 ženy dokonce uvádí, že cítí **tlak na to, aby měly orgasmus**. Klaudie mluví o tom, co se píše v časopisech:

„Je to docela silnej tlak, kterej se na ženy všeobecně vyvíjí...Nemyslím si, že by většina žen zažívala běžně orgasmy v restauraci, když jim číšník přinese kotletu, nebo v autobuse na sedačce. Že to jsou jenom ojedinělé případy a v těch článkách je jako dost často psáno, že je to normální. A že je normální mít pět, šest za večer. Pak je těžký tomu tlaku obstát.“

Jaký je podle respondentek **smysl orgasmu** pro ženy? Nad'a popisuje:

„Myslím, že to není to nejdůležitější pro ženu, že by to určitě nedala na první místo. Kdybychom ale nedosahovaly orgasmu, tak by to bylo ošizení v porovnání s muži, možná jako kdyby to přidávalo na té rovnocennosti. Je to určitě hodně příjemné, je to fantastický zážitek...obohacuje to vnitřní život.“

Ostatní ženy přidávají další funkce orgasmu: vybití či nabití energie, udržení zájmu o sex, tmel v partnerském životě, odplavení špíny, pročištění, utvrzení v ženství.

Na závěr této kapitoly krátce uvedu **neobvyklosti** spojené s orgasmem. Dvě ženy uvádí, že byly schopné dosahovat orgasmu ve škole při psaní písemky, kdy byly tak

nervózní a vzrušené, že dosáhly orgasmu. Jedna bez jakékoli pomoci, jedna za pomoci několika pohybů pánví. Marie ten prožitek popisuje takto:

„Byla jsem nervózní, když jsme psali písemky...to už jsem měla tak vymakaný, že jsem se udělala tak, že to nikdo nepozná...no, jak seš nabuzená, tak se mi to přeneslo i na ty orgány a pak uděláš pár pohybů pánví a je to. Moc to skrejvat nejde a musíš se hodně ovládat. Je to legrační...skoro bez fyzický stimulace, ale musíš to tam trochu pošoupnout.

Alena uvádí, že je schopná mít permanentní orgasmus, trvající zhruba 15-20 minut:

„Jste na tom stém schůdku a jedete. To je něco, co nemusím mít furt. Je to bezva, ale je to vyčerpávající. Byla jsem z toho překvapená.“

Jiná žena uvádí, že je schopna dosáhnout orgasmu na zadní sedačce autobusu. Další žena uvádí, že začala cvičit vaginální stahy a teď je jimi schopna dosáhnout orgasmu kdykoliv.

Antony uvádí, že dosáhla orgasmu bez fyzické stimulace:

„Flirtování v baru, kde hrála kubánská muzika. Muzika a žena, která vypadal áááá a taky ten pocit, že kolem ní všechny chlapíci skákali. A ona i přesto, že tam kdosi cosi do ní hustil, další ji tahal na parket, se celou dobu dívala na mě. A já takový, držte mě někdo, mně podklouzávají nohy...stáhnutý podbříšek, slabiny někde pod kolenama...“

5.4.2 Typy orgasmů

Ženy byly dotázány, jestli zažívají druhy orgasmů a záměrně jim byl ponechán prostor pro jejich **osobní rozdělení**. 8 žen odpovědělo, že se jejich orgasmy liší v intenzitě. Jedna uvedla, že se orgasmy liší jejich délkou, u dvou žen se orgasmy liší tím, do jakých částí těla se rozšíří. Jiná žena rozlišuje orgasmus hodně fyzický a orgasmus pocitový. Jedna žena popisuje orgasmus vystřelující do výšky (po rychlém sexu) a orgasmus jdoucí do šířky (po pomalém sexu). Další žena rozlišuje povrchový (přes klitoris) a hlubší (přes vagínu), jiná žena to samé rozlišení nazývá jinými slovy - jako vnitřní a vnější. Evelyn popisuje své osobní rozdělení orgasmů:

„Všechny mají společný ten zlom do orgasmu, ten je tam důležitý vždycky. Jiné je to v rychlosti, jiné to je v intenzitě. A jiné je to i v tom, kterou část těla ten orgasmus zasáhne, protože může být orgasmus, který je čistě vaginální a může být orgasmus, který jde až do konečků prstů. Prostě projde naprosto celým tělem.“

Když byly ženy dotázány, zda rozlišují **klitoridální a vaginální orgasmus**, 6 z nich odpovědělo kladně. Z toho 4 ženy uvedly, že vaginální pociťují jako hlubší orgasmus, více naplňující a klitoridální povrchovější (tím ale neříkají, že by rády dosahovaly jen orgasmu vaginálního!). Jedna žena označila klitoridální orgasmus za něžnější. Sára svůj prožitek popisuje takto:

„Když masturbuju, tak mám orgasmus jako přesně takovej fyziologickej, je hrozně povrchovej a je vyvolanej drážděním klitorisu...při styku zažívám vaginální...to je prostě bomba, je hlubší. Že mám pocit, že kdybychom mluvily o nějaké úlevě, kterou orgasmus přináší, tak ta úleva a rozkoš a všechno dohromady je u vaginálního určitě daleko větší.“

Ostatní ženy tyto typy orgasmů nerozlišují. Některé říkají, že potřebují stimulaci všeho, některé převážně stimulaci klitorisu.

7 žen uvádí, že by daly **orgasmus dosažený společně s partnerem** na první příčku. Důvodem je pocit splynutí s partnerem a násobení prožitku. Sára upřednostňuje společný orgasmus a uvádí tento důvod:

„Když je to společný, tak oba vydechnou ve stejnou chvíli. Můžou si užít to, že už se pak nic neděje...kdežto když je to popořadě, tak úplně nedokážu toho chlapa odkopnout v tu chvíli ikdyž bych na to měla chuť. Ne, že by mi to bylo nepříjemný, ale že by mi bylo daleko příjemnější, kdybych mohla vypnout, úplně.“

Jiných 7 žen uvádí, že se jim líbí společný orgasmus i orgasmus dosažený zvlášť. Vyjadřují potěšení nad tím, že ve společném orgasmu vzniká souhra, ale když dosáhnou

orgasmu samy, mohou si ho lépe vychutnat. Jen jedna žena nepocituje společný orgasmus s partnerem příjemně. Říká, že to jsou nervy.

5 žen dosáhlo **nočního orgasmu**. Dvěma ženám ten zážitek nebyl moc příjemný, protože cítily stesk po partnerovi (jedna z nich si byla vědoma toho, že se probudila s rukou „v klíně“, že orgasmu nedosáhla bez stimulace). Boženě se noční orgasmus zdál lepší než orgasmus normální:

„To bylo úžasné. I fyzicky jsem to prožila...nějaký teplo v malý pánevi, příjemný teplo. Zdálo se mi to lepší než normální orgasmus...nemělo to nic navíc. To bylo jiné. To nemělo toho chlapa s kecama, s tím, co k tomu patří před tím a potom. Bylo to nepodmíněný ničím, jestli dobře vypadám, dobře jsem uvařila...Najednou takový čistý sen, jen o tom.“

Jedna žena měla hypotézu, že se její tělo potřebovalo uvolnit, proto dosáhla orgasmu tímto způsobem. Lesbicky orientovaná žena dosáhla nočního orgasmu po snu, ve kterém měla sex s mužem.

Vícečetého orgasmu je schopno dosáhnout 7 žen, z toho jedna žena říká, že by po prvním orgasmu už musela jít přes bolest. 3 ženy jsou schopny dosáhnout **sekvenčního orgasmu**, z toho jedna si myslí, že je to zbytečná dřina. Jedna žena uvádí, že je schopna dosáhnout třeba 10 malých orgasmů, ale v tom případě tam není přítomen ani jeden velký.

Tři ženy spontánně hovoří o **emocionálním orgasmu**. Mají psychický (nikoliv fyzický) vrchol, když jejich partner dosahuje orgasmu. Frída je schopna fyzicky vyvrcholit když partner dosáhne orgasmu. Uvádí:

„Cítím to i fyzicky, ale jen v pánevní oblasti, ale není to jako můj orgasmus, kterež probíhá celým tělem.“

Obecně se dají vysledovat dvě tendence v **prožívání partnerova orgasmu**. Buď je pocíťována velká radost nebo úleva, že sexuální aktivita skončila. Sára zmiňuje, že někdy cítí:

„...ty hajzle, ty si prostě tak užíváš.“

6 žen někdy **předstíralo orgasmus**. Důvodem bylo, že chtěly, aby skončil styk, nebo nechtěly zklamat přítele, pro kterého to bylo důležité. Klaudie popisuje, proč předstírá orgasmus:

„Protože si myslím už předem, že to vlastně fungovat nebude (že nedosáhne orgasmu s partnerem) a pak to taky nefunguje a tak je jednodušší předstírat, než možná tomu chlapíkovi dát najevo, že není schopnej mě uspokojit.“

5.4.3 Prožitek sexuální aktivity vedoucí k orgasmu

V průběhu rozhovoru byly všechny ženy dotazovány na prožitek sexuální aktivity vedoucí k orgasmu a 12 z nich si spontánně vymyslelo **metaforu**, kterou používaly pro vysvětlení a popis jednotlivých aspektů a fází sexuální aktivity. U 3 žen se objevil motiv vzrůstající lávy a potom erupce sopky. Evelyn například popisuje:

„láva jde nahoru...opravdu, orgasmus je jako výbuch sopky, který se...tam ta láva nebo co to je vyjde nahoru, teď to vybuchne takhle nahoru, teď se to zastaví, jako kdybyste to vyfotila, na ten neurčený časový okamžik, zastaví se svět, svět se přestane točit. To je úplná špička. A pak to prostě začne padat dolů.“

6 žen použilo motiv stoupaní na kopec či vršek nebo schody a potom buď odpíchnutí se někam (vzlétnutí do galaxie, ohňostroj) nebo spuštění se dolů (sjet kabinkou, spadnutí, spouštění). Anna popisuje:

„...vylezla jsem na nějaké vrcholeky hory, koukám se, co je dole a za chvíli se spustím po nějakým...třeba v kabince strašně rychle dolů...nebo to taky může být jako výbuch.“

Dvě ženy užívají metaforu vlny, vlnobítí na moři. Petra uvádí:

„Fouká vítr, vytvoří malinkatou špičku, pak se z ní postupně vytvoří vlna, zčeří se, pak se zhoupne dolů a odpluje.“

Jedna používá metaforu elektrického výboje, který narůstá, pak překočí jiskřička, která se v orgasmu vybijí.

Další 3 ženy vymyslely metaforu po té, co jsem je k tomu vybídla. Jedna uvedla klikatící se cestu, která se i mírně může zvedat. Orgasmus je podle ní ta nejširší a nejvyšší část cesty. Další uvedla, že ji to připomíná dva světy, které se oťukávají a oťukávají a nakonec splynou. Nadřa to připodobnila procesu rozkvétání růže:

„...jako poupě, zavřené a postupně se pod dotyky partnera rozevírá...otevívá se a mocní. Těsně před orgasmem je květ úplně rozevřený a tam je pestík, to je ten klitoris, který je pevný a jakoby vystupoval ven. A v orgasmu jakoby ještě víc zmocněl a po vyvrcholení se stáhne a zavrou se lístky.“

Všechny ženy ve svých metaforách poukazují na postupnost daného procesu, ať už je to stoupaní, nabíjení se, rozkvétání, klikatění a tak podobně. Orgasmus je potom v tomto procesu připodobněn konečné akci, jako je třeba erupce, zčeření se, rozevření květu, ohňostroj, vybití náboje.

12 žen označilo hmat za **dominantní smysl** během sexuální aktivity. 7 žen považuje za důležitý také čich. Obecně to zdůvodňují tím že jim partner musí vonět. 3 ženy uvedly, že je pro ně také důležitý sluch. Antony popisuje, co se během sexuální aktivity děje s jejími smysly:

„Prakticky začnu víc vnímat...cítím o mnoho intenzivněji, jednak dotyky, jednak intonaci řeči...tehdy ji (partnerku) vnímám úplně jinak, ne jako normálně. Vidím rozostřeně. Ostré okraje se ztratí, ale barvy se zintenzivní. Jak kdyby se do sebe vpjely barvy, ale intenzivní barvy.“

12 žen uvádí, že při sexuální aktivitě s **partnerem** nemají žádné **fantazie**, protože partner je dostatečný podnět. Jedna žena vizualizuje penis ve své pochvě. Jana má obrazový výstup z prožitku průniku a pak těsně před orgasmem:

„...něco abstraktního. Jako kaleidoskop, trochu rozmlženej.“

Jedna žena se vzrušuje voyerskými fantaziemi v průběhu celé aktivity (udává, že se bohužel milují s partnerem po tmě). Jiná žena si těsně před orgasmem představí penis jdoucí do pochvy.

4 ženy udávají, že nemají žádné **fantazie** nebo obrazy ani **při masturbaci**. 2 ženy uvádí, že používají fantazie jen na začátku masturbace, jako startér, pak se zaměřují na tělesné prožívání. 10 žen uvádí, že při masturbaci mají fantazie. Dvě z toho specifikují, že si představují soulož s partnerem nebo vzpomínkové výjevy ze sexuální aktivity s partnerem. Jedna si představuje, že má kolem sebe více mužů. Frídu vzrušují masochistické výjevy:

„Vlastně mě vzrušují trochu jako masochistický věci, který jako nemám potřebu zažívat s partnerem v reálu. Ale určitě se mi tam promítá takový to obecný postavení muže, jako že on je ten pán tvorstva a to jemný násilí. To mám už z dívčího věku a může to být spojený s tím, že jsem toho otce nikdy nepoznala a tak si tom hážu tímhle způsobem.“

Všechny ženy popisují, že během sexuální aktivity postupně přestávají **vnímat okolí**. Rona říká:

„Na začátku v podstatě ještě vnímám okolí. Dokonce mě ruší. Vnímám zvuky, vnímám televizi, slyším sousedy. Tyhle podněty mohou tu naladěnost zbrzdit. Vlastně před tím samotným orgasmem a při tom orgasmu už je to tak silné, že vlastně člověk odřeže ty ostatní věci a prožívám jenom ten prožitek.“

Z tohoto procesu je vyrušují buď vnější podněty, jako třeba že někdo vejde do místnosti nebo zazvoní telefon, nebo vnitřní podněty, jako třeba starosti, to jak si žena myslí, že vypadá, různé chmury a myšlenky. Anna říká:

„Když je to tak jak to má být, tak okolní svět moc nevnímám, to je mi jedno, jestli je okolo bordel, světlo nebo tma, jsem prostě v tom s tím partnerem. Ve chvíli, kdy mě právě něco začne rušit v hlavě, tak začnu vnímat, že je v pokoji zima, že je tu bordel a tak, že není zalitá kytka.“

12 žen spontánně uvedlo, že si jsou vědomy **stupňování vzrušení** a napětí v těle. Tento subjektivní prožitek popisují většinou přes fyzické symptomy, jako je třeba nalévání prsou, otevírání a vlhnutí vagíny. Také si často pomáhají slůvkem „energie“ (např. energie se nabíjí).

12 žen popisuje svou zkušenost s **oddalováním orgasmu**. Buď přestanou se stimulací, nebo začnou myslet na něco jiného, nebo změni polohu. 2 ženy popisují, že jsou schopny korigovat orgasmus vůlí, myslí. Rona říká:

„V podstatě to kontroluju mentálně, hlavou...Když stoupám, tak setrvám na tom bodě a nebo o stupínek klesnu a pak zase stoupám a zase klesnu a tak. Samozřejmě, těsně před orgasmem, možná sekundu nebo dvě, už víte, že to nezastavíte. Ale celou tu dobu před tím si můžete říct, že vás může partner vzrušovat jak chce, ale vy si řeknete, že ho nechcete dosáhnout a nedosáhnete.“

10 žen spontánně uvádí, že se jim už někdy stalo, že skoro orgasmu dosáhly, ale těsně před tím jim **utekl**. Alena popisuje:

„Bud' se člověk před tím něčím trápil, no cítím to jako takovou tenoučkou nitku, která se může z toho 99týho na ten stej schůdek (orgasmus) tak lehce přetrhout, zvláště...Rozladění, nebo i fyzicky to nejde. No fakt, třeba už jste na hraně toho stýho schůdku a normálně to máte skoro jistý a najednou nic.“

Během rozhovorů ženy spontánně jmenují faktory, které jim mohou **zabránit v dosažení orgasmu**. Mluví o únavě; nenaladěnosti; když jdou do toho už s tím, že nebudou mít orgasmus; o negativních emocích; když orgasmus moc chtějí. 3 ženy uvádí, že čím víc chtějí orgasmus, tím méně se jim to daří. Sára mluví o hlavě jako zabijáku rozkoše:

„Ještě se hrozně bojím toho, že budu považovaná za frigidní, i když mám sex ráda, tak jsem se toho vždycky strašně bála. Že prostě to jako dost dobře neumím v tý posteli a ještě jako jsem frigidní, že nejsem dost náruživá. A to je hrozně zabiják přesně toho, aby se člověk uvolnil a nakonec si to fakt užil.“

Co ženy **potřebují k dosažení orgasmu**? Všechny ženy se schodují na tom, že se potřebují zaměřit na tělo a na tělo svého partnera či partnerky. Dvě specifikují, že se potřebují zaměřit přímo na jejich genitál, jedna říká, že její pozornost je někde vevnitř, v hlavě. Sára popisuje její prožitek zaměřenosti pozornosti:

„Mám pocit, že si to nejvíc užívám, když dokážu...když jsem tak v sobě rozpuštěná a toho druhýho vnímám jenom jakože je psychologicky strašně daleko...že ho neřeším, že se úplně oddám tomu svýmu. Ale tam je nutně blízkost...abych s ním komunikovala...to asi není to správný slovo...možná spíš spolupracovala...aby to fungovalo dohromady. Sex je o nějakým souladu. V tomhle spatřuju trochu paradox, že mám pocit, že ten soulad je o tolik jednodušší o čem jsem víc sama v sobě.“

Evelyn uvádí, že když je zaměřenost přehnaná, může působit paradoxně:

„Čím víc se budete snažit na to soustředit, tím míň to půjde, protože budete přemýšlet.“

5 žen spontánně uvádí, že potřebují vypnout myšlenky. Potřebují vypudit z hlavy všední starosti, neřešit, přepnout z hlavy do prožívání, nechat to plynout.

9 žen uvádí, že potřebují být vyladěné, aby se vůbec do sexuální aktivity zapojily. Impulzem pro sex může být i hádka nebo naštvání na partnera.

Všechny ženy se samozřejmě shodují na tom, že potřebují určitý druh fyzické stimulace. Zaměření pozornosti do těla jim napomáhá v rozpoznání příjemné stimulace. Ženy uvádí, že si někdy najdou pohyb, který se jim líbí a tělem napomáhají jeho opakování.

5 žen spontánně hovoří o tom, že těsně před orgasmem pocítují fázi **nevyhnutelnosti**. Rona uvádí:

„Těsně před tím orgasmem, možná sekundu nebo dvě, už víte, že to nezastavíte.“

11 žen pocítuje, že těsně před orgasmem je určitá **hranice nebo zlom**. Evelyn prožitek popisuje takto:

„Člověk stojí na hranici propasti a má vlastně vstoupit úplně do jiného světa tím, že se tomu musí poddat anebo to nepřijde, že to neprolomí... chcete skočit bungee jumping, tak uděláte ten první krok a vlastně jdete úplně z nějakého prostředí do úplně jiného prostředí... a je to, já si myslím, že je to jako když člověk letí.“

Ostatní ženy popisují tuto hranici nebo zlom těmito slovy: lusknutí; najednou zhasnou; najednou to přijde jako když pink; někde to cvakne; najednou se to zlomí; na hraně se to zhoupne; trefa do černého; najednou to přijde; spustí se to samo; Sára popisuje, co se děje po jejím cvaknutí:

„Jako potom cvaknutí určitě šátrám do nějakéj pocitovejch hlubin. Tam jsou takový zásadní věci, nebo prastarý... To je nějakéj takovej ten moment, kdy člověk začíná bejt živočišnej, že už to pak neovládá, teda já to naspoň neovládám. Ani nemám ambice, abych to ovládala. To je nějak hrozně přirozený, je to o tom, že se úplně oddám. Ani nemám chuť, ani nemám sílu, abych to nějak korigovala.“

2 ženy naopak říkají, že tam žádnou hranici necítí. Podle nich je to velmi plynulý proces.

9 žen si spontánně uvědomuje, že je důležité **se orgasmu poddat** (oddat). Antony to popisuje následovně:

„Orgasmus začíná v hlavě, když si sama sobě dovolím prožít orgasmus, v tom, že si nebudu nic odepírat, prostě se tomu oddáte. Nemyslet teď na něco jiného.“

Prožitek oddání se jde ruku v ruce se ztrátou kontroly. 2 ženy zmínily, že je pro ně obtížné nemít kontrolu. Klaudie říká:

„Možná kdybych tu kontrolu pustila při sexu s partnerem, kterému můžu věřit, tak by to třeba fungovalo, ale já musím mít kontrolu nad vším. Jako i normálně v běžném životě.“

5.4.4 První orgasmus a vývoj orgasmického prožitku

3 ženy prožily svůj první orgasmus **při sexuální aktivitě s partnerem**. Před touto zkušeností nemasturbovaly. Nadřa popisuje svůj prožitek následovně:

„...poprvé s mým prvním sexuálním partnerem. Takže to mi bylo 21 nebo 22 let. No, rozhodně mě to překvapilo, protože jsem si myslela, že já určitě nebudu schopná dosáhnout orgasmu, protože jsem všelico o tom přečetla, že málo žen dosáhne orgasmu a podobně. Bylo to vlastně při dráždění klitorisu rukou, to byly takové začátky. Myslím, že jsem dosáhla orgasmu dřív, než jsem měla pohlavní styk. Mě to překvapilo a příjemně potěšilo...myslím, že jsem před tím vůbec nemasturbovala. Ani mě to asi nenapadlo. Mám pocit, že jsem se až při tom prvním partnerovi začala probouzet sexuálně. Ani jsem po tom nějak netoužila. Spíš mě to odrazovalo.“

9 žen prožilo svůj první orgasmus **při masturbaci**, mezi 12 až 15 rokem, jedna v 17ti letech. Ženy se shodly na tom, že buď pro ně byl první orgasmus překvapením, které přišlo náhodou, nebo hledaly a zkoušely, až našly. Jana uvádí:

„Já jsem to měla nastudovaný. Měla jsem to dost nastudovaný, tak jsem si říkala, že to asi tak nějak bude. Někde jsem viděla nějaké záznamy koncertu Madony a tam předstírala, že si to sama dělá. Tak jsem si říkala, aha, takhle nějak to bude. Tak jsem s tím teda experimentovala, až jsem na to tak nějak přišla.“

Klaudie popisuje svůj prožitek:

„Mám pocit, že jsem úplně první se přihodil, když mi moje máma myla vlasy a já jsem se seděla ve vaně a držela jsem tu sprchu. Byla jsem překvapená. Možná kecám, ale možná tam fakt jako byla matka. To nevím, jestli o tom věděla, nebo ne. Pak jsem se nějakou dobu zamykala v koupelně a vím, že kvůli tomu byla doma pruda, že se jako nesmím zamykat. Možná jako se mi to spojilo nezamykej se, nedělej...“

3 ženy říkají, že masturbují **odjakživa** a nepamatují si svůj první orgasmus. Postupem času si uvědomily, že tomu, co prožívají se říká orgasmus. Nicole říká:

„Myslím, že těžko říct, dokážu si představit, že třeba někdy ve třech letech, ale to si fakt nepamatuju. Ale tak nějak vědomě, že jsem si někde zalezla a řekla jsem si, tak teď si udělám dobře nebo teď se uvolním, to muselo být někdy kolem desíti. To si vzpomínám...Pro mě to bylo nějak úplně jasný. To bylo něco úplně přirozeného...Že bych jako se nějak dotkla a řekla bych si ježíšmarjá co to je, to teda ne. A kvůli tomu si taky myslím, že to začlo někdy dřív, že to bylo tak nějak přirozený. Myslím, že těch možností dotýkat se na klitorisu už jenom plenama, nebo sednout si na něco, to je velice brzo.“

3 ženy si myslí, že se jejich **orgasmus vyvíjí** se vztahem. 2 ženy uvádí, že první orgasmy byly jiné, možná trochu slabší než orgasmy, které prožívají teď. Frída uvádí, že orgasmy v dětství byly víc snové, teď jsou reálnější. Božena uvádí změnu, kterou připisuje přechodovému věku:

„Dřív mě partner uspokojoval i manuálně, ale mně to teď vadí, já to teď nechci. Fůru věcí teď nechci, co mi dřív nevadilo, nebo co se mi líbilo, tak teďka mně to nevyhovuje. No byla jsem z toho sama překvapená, jestli ty hormony to tak uměj ovlivnit...prostě v tom přechodu je to kvalitativně úplně něco jiného a kvantitativně samozřejmě taky.“

5.5 Rozbor kreseb

Každou ženu jsem po rozhovoru poprosila o nakreslení prožitku orgasmu. K dispozici byl bílý papír A4 a voskovky obsahující 12 barev. Ani jedna žena neodmítla. Naopak, skoro všechny vítaly možnost znázornit prožitek výtvarně, beze slov. 10 obrázků je kresleno na šířku a 7 na výšku. Obrázky zařazuji do rigorózní práce jmenovitě ve zmenšení hned za tuto kapitolu.

15 žen nakreslilo opravdu samotný prožitek orgasmu. Oproti tomu, 2 ženy (Alena a Rona) nakreslily celou sexuální aktivitu vedoucí k orgasmu, takže se zobrazení samotného prožitku orgasmu objevilo jen jako část celého obrázku.

Kromě dvou (Andi a Alena) jsou všechny obrázky **abstraktní**, nesnaží se o verbalizaci nebo kategorizaci. Andi ve své kresbě maluje sluníčko s obličejem a Alena dokonce píše na obrázek slovo „schody“. Víme však, že slovem „schody“ Alena míní proces předcházející orgasmu. Samotný orgastický prožitek je i na Alenině obrázku abstraktní.

Většinou obrázky nemají tendenci mít jednoduchý tvar. Snaží se o **komplexnost**. Když se na ně podíváme, upozorňují na **plnost**. Jen tři obrázky jsou tvarově prostší (Božena, Andi a Nad'a).

Ve všech kresbách je znát **tendence zaplnit celý papír, tendence zahltit prostor**. Pokud byl během kreslení papír nezaplňen, ženy se snažily ho doplňovat a „vymalovávat“, dokud se nezaplňnil.

Ve všech kresbách se objevují **teplé barvy**. Dvě ženy (Jana a Valerie) použily černou barvu pro značně velkou plochu obrázku. Během kreslení však vysvětlovaly, že je to jcnom pozadí, protože bílá barva do orgasmu nepasuje. Kdyby tedy dostaly hned na začátku papír černý, nakreslily by jen výjev orgasmu, který se u obou obrázků soustřeďuje do střední oblasti.

Zaznamenala jsem, že se v obrázcích skoro **nevyskytují rovné čáry**. Rovné čáry použila pro svou kresbu jedině Alena, která tím vyjádřila již výše zmiňované schody, tedy ne samotný prožitek orgasmu.

Ve všech obrázcích je znát **grafičnost, snaha upozornit na siluetu**. Většinou ženy na začátku kresby zvolily jeden tvar, jednu siluetu, kterou pak zvýrazňovaly v průběhu kresby. 14 ženy si na kresbu vzalo poměrně velký časový prostor a opravdu se snažilo

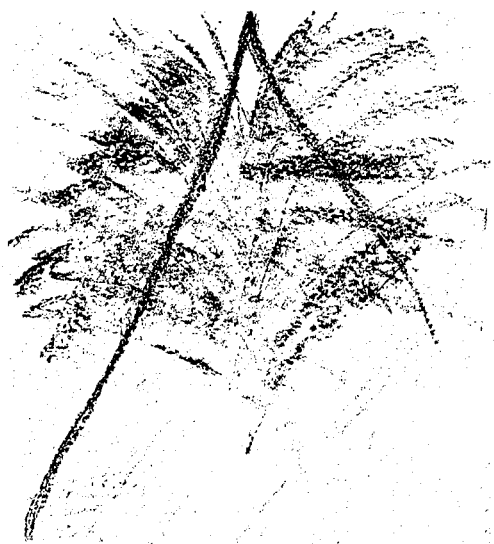
daný tvar, zvolený na počátku, prokreslit a vložit do procesu jiných čar a barev. Tři ženy (Naďa, Božena a Andi) prakticky nakreslily jen jednoduchou siluetu a více ji nepropracovávaly.

U většiny obrázků jde o rychlou kresbu, přesto poměrně **dobře propracovanou**. Na obrázcích se často objevují **rychle črtané tvary**, které vyjadřují dynamiku. Celkově se dá říct, že obrázky většinou vyjadřují **výbušnost a zároveň koncentričnost**. Zároveň vyznačují ze středu a zase se navrací do středu.

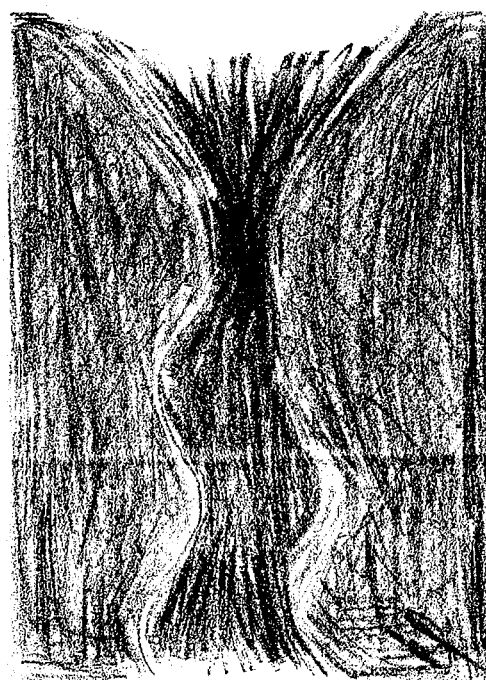
Typově se dají vysledovat dvě obsahové tendence. Jednou je **motiv kruhu**, kola nebo soustředných kruhů. Buď je tento motiv použit jako základní výrazový prostředek kresby a propracován, nebo je použit ve spojitosti s jiným motivem. Druhou tendencí je **soubor čar, dynamicky směřujících nahoru**. Tento motiv se propojuje s názvy jako ohňostroj, vrchol, výbuch, erupce.

Při bližším rozlišení se dá spekulovat o tom, že kresby mohou vyjadřovat **ženský a mužský genitál**. Mužský genitál se dá přisoudit kresbám Rony, Jany, Valerie a Frídy. Ženský genitál kresbám ostatním. Na pomezí by byla kresba Petry a Andi.

Celkově obrázky velmi dobře **zapadají ke každému popsanému prožitku** a dále ho hlouběji vyjadřují. Například obrázek Klaudie znázorňuje soustředné kruhy, které mají červenou, oranžovou, růžovou, fialovou a žlutou barvu. Jsou hodně dynamické a působí dojmem, že se pohybují. Kresba by se dala pojmenovat třeba „energetický kotouč“. Obrázek velmi dobře dokresluje, co Klaudie popisovala při rozhovoru. Říkala, že z klitorisů jdou soustředné kruhy slasti, rozkoše, jsou červeno-oranžové, teplé a zářivé. Také uvedla, že se dají cítit energeticky, že se jí mění energetické pole.



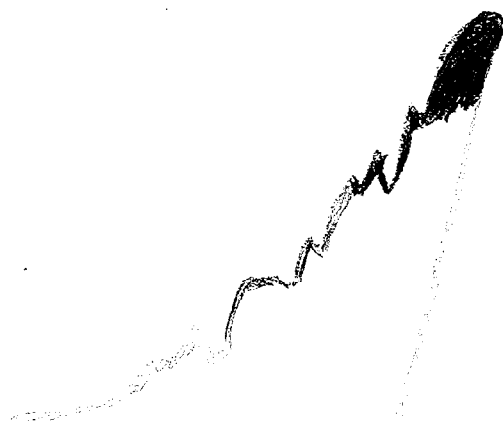
Evelyn



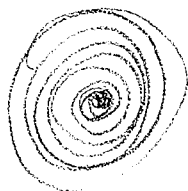
Valerie



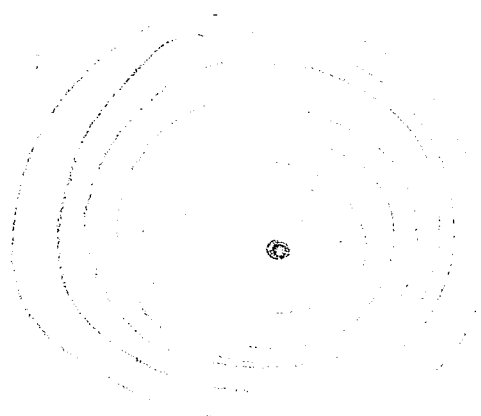
Eva



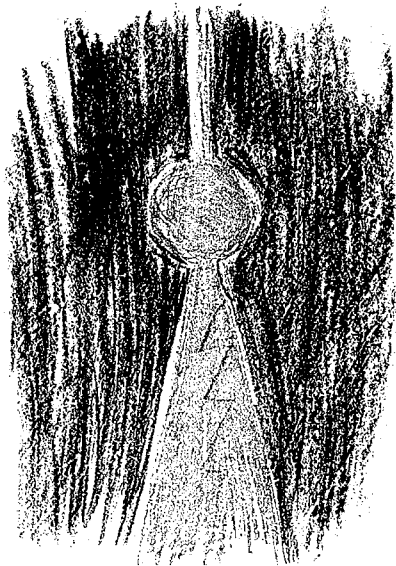
Rona



Božena



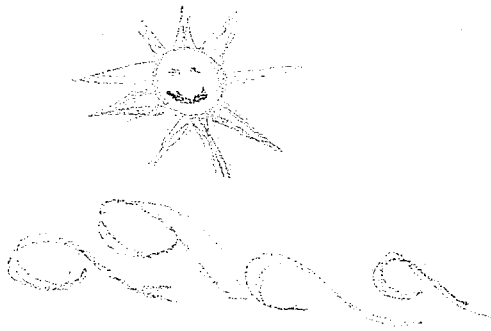
Nad'a



Jana



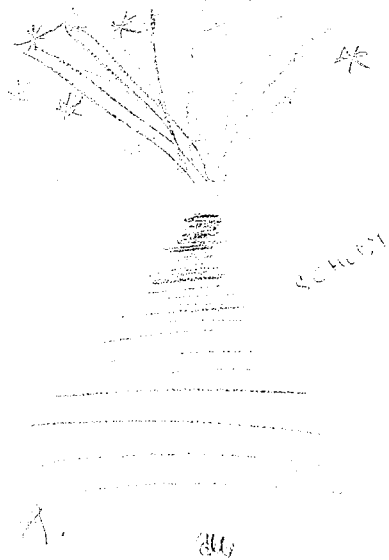
Anna



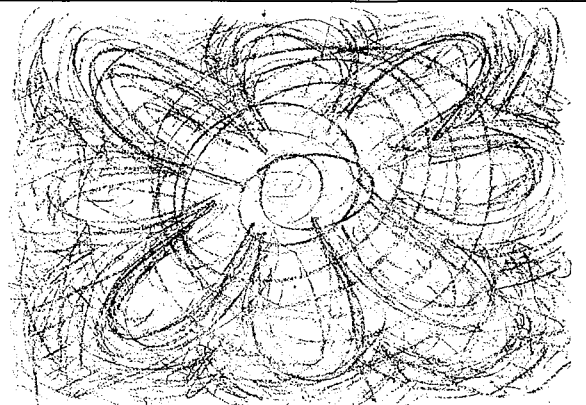
Andi



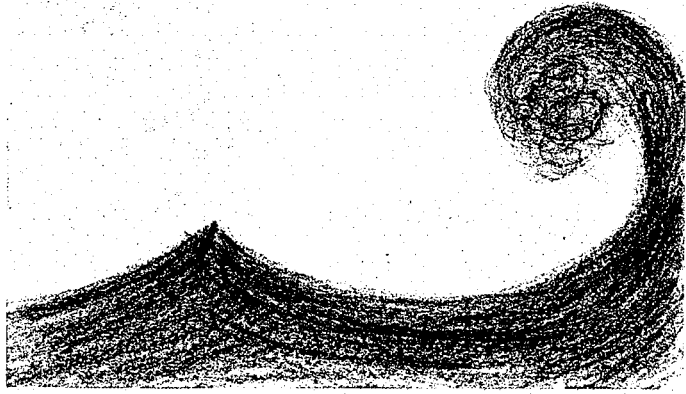
Antony



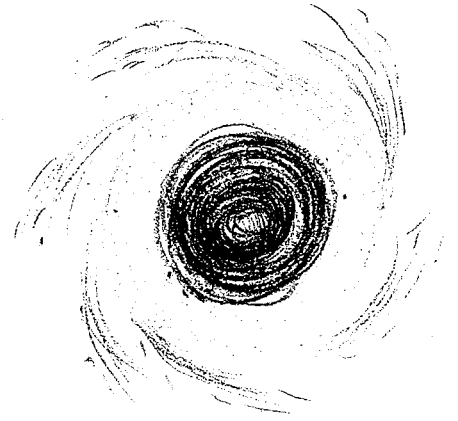
Alena



Sára



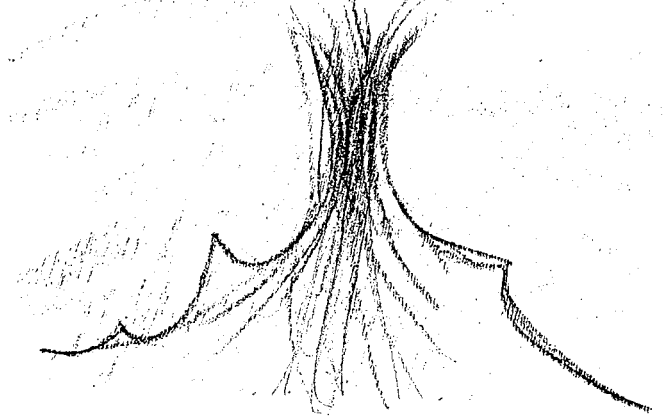
Petra



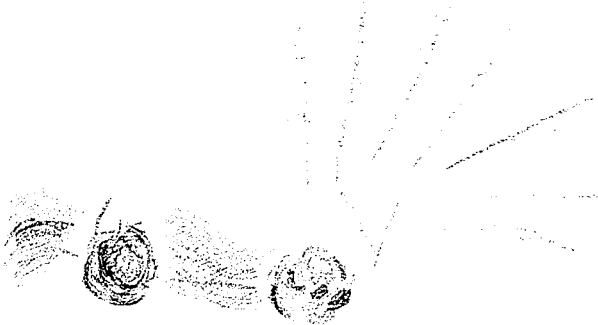
Klaudie



Marie



Frida



Nicole

5.6 Kazuistika

Jako součást kvalitativní studie jsem k 17ti rozhovorům zařadila kazuistiku ženy, která se ozvala na výzvu uveřejněnou za článkem v Psychologii dnes (duben, 2005), která zněla takto: „V rámci rozšíření kvalitativní studie hledáme anorgastické ženy, které by byly ochotné o svém problému anonymně pohovořit s psychologkou, autorkou článku.“ Tato žena, Zuzana, nebyla po značnou část jejího života schopna dosáhnout orgasmu. Nyní je jí 53let a orgasmu schopna dosáhnout je. Tedy na rozdíl od výzvy, ve kterém jsem se snažila najít anorgastické ženy, je tato žena v současné době již orgastická. Právě její příběh jsem se rozhodla do rigorózní práce přidat zejména proto, že je to příběh neobvyklý, kdy se v něm „v jednom“ vyskytuje vyznání ženy, která po dlouhou dobu orgasmus vůbec neprožívala a mohla být tak řazena do anorgastické skupiny, ale posléze přeci jen svou cestu k orgasmu našla.

5.6.1 Anamnéza

Rozhovor se Zuzanou byla nejprve orientován na sejmutí anamnestických dat. Zuzana byla velmi otevřená, odpovídala obsírně, nemusela být příliš vyzývána.

5.6.1.1 Původní rodina

Zuzana se narodila v prosinci roku 1952. Narodila se v Praze, celé dětství a mládí prožila v domě, ve kterém bydlela s rodiči, babičkou (matčinou matkou) a tetou (matčinou sestrou), jejím manželem a synem. Rodiče Zuzany jsou původem Češi.

Otcí je nyní 80 let. Pochází z hornické rodiny z Kladenska. Ve 13ti letech se stal sirotkem. Dostalo se mu středoškolského vzdělání. Celý život pracoval jako úředník. Zuzana o něm říká, že „měl vždy jemné rysy a byl sličný jako dívka. Byl a je to nepraktický idealista. Já jsem s otcem jako dítě byla víc než s matkou. Byl to takovej turista a nadšenej pro přírodu. To se mi líbilo. Bral mě s sebou na dovolenou, povídali jsme si. V okamžiku, kdy jsem začal dospívat, tak už nevěděl co se mnou a odcizili jsme se a už jsme se nikdy v životě nesblížili. Takže k dispozici jsem ho měla tak do 12ti let.“ Otec se po rozvodu, když bylo Zuzaně 20 let znovu oženil. Zuzana k nim však již nejezdila, otcova nová manželka si to nepřála. Zuzana se s nimi vídá jen čas od času, ale není mezi nimi žádné porozumění. „I teď ve svých letech je ve strašně dobré kondici, chce se učit na

počítači, čte, chodí na internet. Přála bych si, aby nebyl takovej slaboch a prosadil si, že mne chce vídat.“

Matce je nyní 73 let. Pochází z chudé pražské rodiny tramvajáka a švadleny. Dostalo se jí středoškolského vzdělání a celý život pracovala jako úřednice. Zuzana o matce říká, že byla vždy hezká, přitažlivá, temperamentní, velmi emocionální. Otec prý byl opakem. „Vztah s matkou je hrozně složitéj. Je to takový moje životní téma. Byla hodně v práci a když jsem byla malá tak tam nikdy moc fyzicky nebyla, tak jsem více vyrůstala s babičkou než s ní. Hodně vyvolávala scény, křičela, smála se, byla jako eruptivní sopka. Já jsem z toho měla hrůzu, nerozuměla jsem tomu. Zalezla jsem a dělala jsem, že tam vůbec nejsem. Potkali jsme se spolu až v pubertě. Byla dobrá matka dítěte v pubertě, protože ona mě zasvěcovala do života, pomáhala mi být dospělou. Říkala mi co muži a tak. Potom jsme se znovu odcizili. To mi bylo kolem 17ti nebo 18ti let a matka si přivedla domů milence a byl tam i můj otec. Bylo mi to strašně nepříjemný, chtěla jsem pryč ode všech. Po tom, co jsem se odstěhovala už jsme se spolu nikdy moc nebavily.“ Matka po rozvodu zůstala sama. Stále bydlí v tom samém domě, spolu s tetou, která je také sama a se Zuzaniným bratrancem.

Vztahy v rodině Zuzana dodnes vnímá jako komplikované. „Rodiče spolu vlastně nežili. Každý si šel po svém. Neměla jsem tam žádný zázemí, žádný pevný bod, jen tu babičku. Mezi rodiči bylo furt napětí a nebylo to vůbec dobrý. Furt se hádali. O peníze, o všechno. Matka se šla svěřit raději svojí matce než aby šla za manželem. Měla se svou maminkou hezkej vztah. Otec tam byla jako nějaká osoba navíc, která se vůbec neintegrovala. To bylo špatně. Babička mého otce neměla ráda, vykali si. Měla mu za zlé, že matce zkazil život. Rodiče spolu vůbec nedrželi, nic spolu nebudovali, volný čas netrávili spolu. Matka byla nadřazená, pohrdala jím, nebrala ho vážně, nebrala ho jako muže. Bylo mezi nimi napětí. Vůbec jsem kolem sebe neměla žádný fungující vztah. Teta také zůstala sama.“ Rodiče Zuzaně tvrdili, že spolu zůstali kvůli ní. Rozvedli se, až když bylo Zuzaně 20 let. Zuzana vnímala, že zhruba od jejich 15ti let spal otec jinde. Myslí si, že spolu přestali mít sex krátce po té, co se Zuzana narodila. Nepamatuje si, že by se nějak navzájem dotýkali. „Jen jednou si pamatuji příhodu, kdy otec honil matku po bytě. Asi chtěl sex, ona dělala drahoty. Jinak se nikdy třeba ani nepohladili. Matka taky často pohrdavě mluvila o manželství. Že si manželé nemají co říct, že je to nuda.“

V domě, kde žila rodina Zuzany, žila ještě její teta, strejda a o pět let mladší bratranec. „S tetou jsem si rozuměla, ona nebyla tolik emocionální jako moje matka. Strejda byl divnej. Koukal na mě, když se sprchuju. Matka kolem toho ztropila scénu a on se zase klidně díval dál. Asi dvakrát jsem přistihla tetu a strejdu při sexu a pamatuji se, že jsem byla ráda, že vidím, jak to funguje a že to mezi někým vůbec funguje.“ Bratranec byl pro Zuzanu příliš malý, nerozuměla si s ním.

Sourozence Zuzana nemá. „Byla jsem jedináček, protože se dalo předpokládat, že to manželství špatně skončí.“

Babička byla hlavní postavou Zuzanina dětství. „Ta byla dobrá, byla úžasná. Byla ztělesněním mateřské lásky, zpívala a vyprávěla“ říká Zuzana. Babička ještě vychovávala i Zuzaninyho bratrance. S babičkou vařily, chodily sbírat lipový květ a šípky, vařily čaj. Nejraději vzpomíná na to, jak babička šila na šicím stroji a přitom zpívala. Zuzana ji moc ráda poslouchala. Nejhorší vzpomínky s babičkou má Zuzana na období, kdy babička umírala na leukémii. Zuzaně bylo 13 let. „Umírala doma. Dodnes mi chybí. Nevyrovnala jsem se s tím. Vůbec jsem tenkrát nevěděla, že umírá. Nikdo mi to nevysvětlil. Ona mě k sobě hodně volala do pokoje, ale já tam nechtěla jít, protože to tam bylo stísnující, nejasný. Kdybych věděla, že umírá, že už ji nikdy neuvidím, tak bych tam s ní třeba byla.“

5.6.1.2 Neuropsychická zátěž, zdravotní stav, porod

Neuropsychickou zátěž Zuzana neguje, ale uvádí, že pro ni byli klíčové nefungující, komplikované vztahy v rodině.

Zdravotní stav Zuzany je dobrý. Nikdy neprodělala bezvědomí, byla operovaná ve 40ti letech pro nezhoubný nádor na prsu. Měla velmi bolestivou menstruaci, musela si jít lehnout pokaždé, když začala menstruuovat. Po porodech to přešlo.

Porod Zuzany proběhnul dobře. Matka Zuzany nevěděla, že porod bolí, nikdo jí to neřekl. K porodu nepřišel Zuzanin otec, nýbrž babička.

5.6.1.3 Dětství

V dětství se Zuzana cítila šťastně, vesele, ale osaměle. Stále byla sama, jako kdyby neměla vůbec rodiče. Měla materiální zabezpečení, měla hodně lásky od babičky, ale rodiče tam nebyli (Zuzana při vyprávění začne plakat). „Celý to bylo studený. Každý z nich jezdil se mnou na dovolenou zvlášť.“

První vzpomínku má Zuzana na sluncem zalitou zahradu, po které veze kočárek. Na konci zahrady je maliní, které je velmi husté. Má pocit, že by tam někdo mohl koukat. „Měla jsem bujnou fantazii a asi jsem tam i něco viděla.“

Tehdy byla mateřská dovolená jen ½ roku a tak matka asi po ½ roce nastoupila do práce. Zuzana si na starost převzala babička. Od tří let šla Zuzana do mateřské školky. „Byla jsem furt do někoho zamilovaná. Taky si pamatuji, že jsem udělala vzpouru holek proti klukům. Taky jsem zorganizovala útěk dětí ze školky, protože nás to tam nebavilo. Hledala nás policie, ale dopadlo to dobře. Kamarádů jsem měla určitě hodně. Jen jsem si přála mít staršího brášku a aby byli rodiče pohromadě.“

5.6.1.4 Školní věk, puberta a adolescence, zaměstnání

Zuzana vystudovala devět tříd základní školy. Měla samé jedničky, všechno uměla. Byla vzorné dítě. Na druhém stupni už ji to přestalo bavit a měla na vysvědčení i dvojky. Pamatuje si, že vždy byla členkou nějaké party, často si hráli na Vinetoua. „Ostatní chtěli, abych byla Nšoči, protože jsem doma měla ty umělé copy, ale já jsem chtěla být Old Shaterhand. Já jsem chtěla být chlap. V 15ti jsem začala hrát ochotnické divadlo a já jsem hrála chlapy. Cítila jsem se na výletě do té mužské role hrozně dobře. Kolem 20ti let jsem začala psát povídky a psala jsem je v mužském rodě. Dávalo mi to svobodu.“

Zuzana si vybavuje, že o ní na základní škole všichni říkali, že je hezká. Jen babička říkala, že není hezká, že je jen učesaná. „To mi tak jako zůstalo, že nejsem prostě nijak hezká, jen učesaná. Nijak mě to nepovzbudilo.“ K tomu dodává: „když si je žena nejistá a pochybuje o své lidské ceně, tak má v podvědomí, že nemá na nic nárok, ani na orgasmus.“

Po základní škole šla Zuzana studovat Střední knihovnickou školu. Školu si vybrala sama a bavila ji. Už od mala se utíkala do fantazijního světa knih. Tam nikdo jiný nezasahoval, tam nebylo napětí, tam mohla být jaká chtěla. Maturovala s vyznamenáním. Během střední školy Zuzana vnímala, že o ni chlapci jeví zájem, byla hezká, ale ona se necítila vospělá.

Zuzana šla po dokončení školy pracovat do Svazu spisovatelů, kde vyhledávala mladé básníky. Sama v té době také psala, zejména povídky. Toužila jít do novin a tak začala dělat zpravodajství. V současné době je nezaměstnaná.

5.6.1.5 Sexuální vývoj

Zuzana popisuje vzpomínku na ranou dětskou masturbaci. Odhaduje, že jí mohlo být 4-5 let. „Přišli na to rodiče, pamatuju si, jak si vyměnili pohledy a pak ještě vím, že už jsem to nikdy nedělala. Rodiče mně nikdy nechtěli nic vysvětlit. Pamatuju si, jaké jsem měla jako asi 8leté dítě fantazie. Představovala jsem si sousedy, co spolu dělají. Vždy jsem si to ale jenom představovala, nikdy jsem nic se svým tělem nedělala. Nemluvila jsem se svým tělem. Myslela jsem, že masturbujou jen kluci. Bývala jsem vždy hodně zamilovaná, ale ty lásky byly vždy odtržený od těla, byla to jen fantazie.“

Zuzana jevila o muže zájem od útlého věku, a to zejména o muže starší. Když jí bylo 7 let, zajímal ji třeba 27letý muž. Sex byl pro Zuzanu něčím posvátným, čekala na to. Pamatuje si, jak byla ve svých 17ti letech na škole v přírodě s cizinci a ona se tam setkala s Bulharem, kterému mohlo v té době být 27let. „Ve třídě jsme měli žebříček toho, kdy která přišla o panenství a já už jsem taky chtěla být zapsaná. Tak jsem myslela, že to bude s tím Bulharem. Řekla jsem mu, že jsem panna a on mě poslal domů nedotčenou.“ Stejná situace se opakovala vícekrát. „Pak jsem se zamilovala do Němce, který byl o 7 let starší. Nešlo nám to ale. Potom jsem nedostala menstruaci a protože jsem byla totálně nepoučená v sexuálních otázkách, vydala jsem se ke gynekologovi, aby zjistil, jestli nejsem těhotná. Ten gynekolog mě při vyšetření připravil o panenství. Cítila jsem se ponížená, cítila jsem smutek, nenávratnost...“ Pak Zuzana měla milence, ale nikdy nebyla schopna dosáhnout orgasmu. O tom, že nemá orgasmus, začala více přemýšlet když si s kamarádkami povídaly a ony jí o tom vyprávěly. To jí bylo přes 20 let. Když se jí muži ptali, jestli s nimi dosáhla orgasmu, lhala, že ano. Byla si nejistá.

Potom potkala svou velkou lásku. Bylo jí 22 let, jemu 32 let. Byl ženatý, štíhlý, vysoký. Často mlčel. Dojížděl za ní do Prahy 1-2x do měsíce. Zuzana nikdy nebyla schopna dosáhnout orgasmu. „Sex mě strašně bavil. Nepotřebovala jsem moc velkou předeheru, protože jsem po něm hodně toužila. Rychle jsem přestala vnímat okolní vjemy, pak začalo vzrušení kulminovat a v tu chvíli jsem přešla do jeho těla. Jako bych to pozorovala z jeho hlediska. Cítila jsem co on, ale vůbec jsem necítila co já. Moje tělo bylo mrtvé. Měla jsem prožitek z jeho orgasmu, ale ne ze svého těla.“ Byli spolu 7 let.

Zhruba od 23 let Zuzana začala velmi nelibě prožívat skutečnost, že není schopna dosáhnout orgasmu. „Měla jsem dobré milence, tak to muselo být ve mně.“ Měla vztahy se staršími muži, trápila se, bála se blízkosti, měla z toho hrůzu.

Zuzana popisuje, že fakt, že není schopna dosáhnout orgasmu, poznamenal i výběr budoucího manžela. „Cítila jsem se jako mrzák. Můj manžel možná ani nevěděl, že mají mít ženy orgasmus. Byl hodnej, byla jsem chytřejší než on a mohla jsem to všechno kontrolovat. Měli jsme dobrej, jednoduchej, spotřební sex. Styděla jsem se za to, že nemám orgasmus a schválně jsem si vybrala takovýho muže, protože jsem věděla, že on to nebude rozebírat.“ Vdávala se ve 27 letech. Říká, že v době jejího manželství všude kolem ní byla faleš. Jak ve společnosti, tak i doma. „Dělala jsem se neviditelnou, nechtěla jsem se projevit a zhoršit atmosféru doma. Nikdy jsem se nechovala podle sebe, ale podle někoho jiného. Byla jsem taková hodná holčička, která nezlobí. Můj manžel žil více se svou matkou, mou tchýní, než se mnou.“ Zuzana se ve 45ti letech rozvedla. Pak 2 roky neměla sex, což nesla velmi nelibě.

Orální sex Zuzana odmítala, měla pocit, že by muži měla dát rozkoš ona, ne on jí a také to bylo pro ni příliš intimní. Také nemasturbovala. Její tělo jí bylo cizí. Masturbovat začala po 30tém roce. Chtěla se pokusit docílit dosáhnutí orgasmu. „Docílila jsem ho pak tou svou dětskou formou, třením nohou o sebe. Vždycky jsem po tom plakala, protože to bylo strašně lopotně a nechtěla jsem to dělat sama.“

Ve 47mi letech si Zuzana našla přítele (Němce), kterého si pak vzala a odstěhovala se za ním do Německa. S ním poprvé prožila orgasmus při pohlavním styku. „Začala jsem komunikovat se svým tělem. U mě se něco uvolnilo a začala jsem to být já. On má hrozně rád své tělo, sex si hrozně užívá, je požitkář. Možná že i skrz něj jsem se naučila mít ráda své tělo.“ Přesto Zuzana není schopna být šťastná, s manželem si nejsou blízko, prý jí nerozumí. Minulý rok se od něho odstěhovala zpět do ČR, ale nyní je bez práce a musí se stěhovat zpět, což není její svobodná volba.

5.6.1.6 Zájmy, self, návyky

Mezi zájmy Zuzany patří hudba, fotografování a literatura. Ráda by k tomu do budoucna ještě přidala malování na hedvábí.

Co se týče návyků, Zuzana začala kouřit v 17ti letech, ve 30ti letech kouřila asi nejvíc a nyní toho nechala. Během těhotenství a mateřské dovolené nekouřila vůbec.

Alkohol začala pít na střední škole, když se dostala do redakce, pila docela dost. „Hodně mých kolegů skončilo jako závislí. Pak jsem měla takový citový karambol a to jsem docela pila, jakože na žal, a i proto, že ten muž taky slušně pil. A to byl konec. Když jsem se pak z toho vyhrabala, tak jsem přestala celkem bez problémů a dnes piji jen výjimečně a ještě nerada. Mám strach z opilců.“ Jiné drogy nezkoušela. „Mám z toho hrůzu. Snad že vím, že jsem ten typ, co by ho to asi chytlo.

O sobě Zuzana řekla: „Jsem člověk plný optimismu a radosti ze života a zároveň mi do toho pořád tiká nějaká žalost. Ne snad strach, že by se to hezké mohlo něčím špatným pokazit, ale vyloženě takovej smutek. Když jsem byla na střední škole, působila jsem na spolužačky vyloženě smutně a nikdo nevěděl proč, ani já ne. Taky jsem člověk, kterej se děsí konfliktů. Taky inklinuji k tomu, že každá věc má dvě strany a že nic není černé nebo bílé a tudíž se nemohu rozhodnout pro nebo proti. Taky se bojím ztratit nad sebou kontrolu. Jak je to cvičení, kdy padnete směrem dozadu a důvěřujete ostatním, že vás zachytnou, tak to já přesně neumím.“

5.6.2 Testový obraz

Po sejmutí anamnézy jsme přistoupily k psychodiagnostice za účelem možnosti lépe Zuzanu poznat. Do testové baterie byla zařazena Rorschachova metoda, Chromatický asociační experiment a test Nedokončené věty. Tyto testy byly zvoleny zejména proto, že přinášejí dostatek projektivního (nevědomého) materiálu, klientem těžko ovlivnitelného.

5.6.2.1 Rorschach

Tab	Odpověď	Inquiry	Signum	Zvl. fen.
I.	netopýr	2křídla spojený, jsou tam blány	G F+ T V	
	brouk smrtihlav, to je teda blbost...nebo můra	tělo, chapadla, smrtihlav je motýl, takže motýl. Nemá tam lebku, ale možná těma ručičkama – jakoby chtěl někoho uškrtit.	G FHD+ T	kritika subjektu
	ještě mě napadají srostlí vlci siamský	čumáky, oči, nějaký uši a jsou srostlí	G F- T	(objekt.-vztah. odpověď)
II.	2turci, kteří se perou trošku	kvůli turbanu, kopou se až teče krev.	G BFb+ M	(objekt.-vztah. odpověď)
	2masky na maškarním, které spolu tančí	to gesto nahoře je mírumilovné, tak proto masky na maškarním bále, hlava, ruce-těma se drže.	G BFb+ M-mag	(objekt.-vztah. odpověď)
	2slůňata, i když nevím, proč by měli mít ty dvě červený čepičky	choboty, malé uši a nožičky	D BTFb+ T, Kld	
	vidím tam lampu bílou mezi tím, takovou tu petrolejovou		DZw FFb+ Obj.	
III.	to je holohlavý pán a na hlavě mu sedí 2komáři	dole hlava, oči a ty velký jsou komáři. Nejvíc mi to připomnělo těma očima. Asi	DZwD F-. BTFb- Md, T	p.p.t., Ve, KONF kompenzovaný kinest.šok

		začnou sát krev ty komáři.		
	holčička se zvláštním účesem a mašlí	obličej holčičky s mašlí, ta to drží, ale jsou tu kudrlinky	DZwD FFb-Md, Kld	Ve, FK, p.p.t.
	ještě 2drbny jak si vyprávějí strašně intenzivně na nákupu	hlavy, prsa, sukně	G B+ M V	
	tohle nevím, to mi připadá jako vnitřní orgány, asi vaječníky, každý v jiném prostoru. Mají být vevnitř. Konečně něco divného (smích)	jsou evidentně utržený od něčeho	D F-Anat.	
IV.	takovej uschlej otrhanej list	má tam mezery, je uschlej tím šedivým. I se kroučí nahoru ty okraje	G F(Fb)-Nat.	
	pak ještě nějakej hroznej pták divnej	zakrnělý křídla, zobák, velký nohy. Vypadá, že je zlej, má divnej výraz. Nemá jasně vidět oči, člověk neví, co bude dělat.	G F(Fb)- T	
	i takový strašidlo, který bylo původně kocour v botách, ale pak se mu nějak ztratila hlava	má velký boty, to je dobrý, ale kocour takhle nevypadá, nemá hlavu	G F-mag M-	FK
	© ještě pak vidím hlavu ještěra, má oči, ale tělo má schovaný pod tím listovím	oči, zuby, ale tělo není vidět	G F+. HdF Td, Nat	KONT
V.	je to pořád hodně podobný...netopýr	ušatej	G F+ T V	iluze podobnosti
	nebo šnek jako když mu narostli křídla místo domečku	tykadla a jde si, ale má místo toho křídla, ale nevím proč	G BT- T	KONT
	2dračí hlavy s nějakým jazykem	spojený hlavy, oči, jazyk	G F- Td- myt	
	ještě vidím koňský hlavy s nohou, jako když utíká kůň a ještě ho není celého	podlouhlá hlava a jedna noha vykukuje	D BT- Td	

	vidět			
VI.	vydělaná kůže, kterou někdo přibyl na dveře, medvědí		G F+ T V	
	ještě něco jako kříž, ale divnej, někde stojící kříž	vidím ukřižovanou postavu, hlava, oči, nos, ruce, nohy	D F(Fb)+ M, Ohj	
	nevím, co by to ještě mohlo být...nějaký zvláštní anděl, který má místo dvou křídel čtyři a odlétá směrem vzhůru	ten vršek odlétá	D B(Fb)- M-mag	
VII.	kromě toho, že mi to připomíná ženu na gynekologickém stole	řít' a pak přímo vchod poševní	D F(Fb)+ Anat.	
	tak ještě portrét 2drbavých babiček	mají si hodně co říct	D B+ M V	
	© ještě dva sloni, jen hlavy	ted' už nevím kde, jo, tady hlavy	D F+ Td	
VIII.	tady nějakí dva tygři lezou na skálu, nahoře leží mrtvola celá ztuhlá, nosem do nebe a dole je nějaká sopka, moc nesoptí, ale je připravená vybuchnout	tygři, tady ruce mrtvoly a nos trčící nahoru a je zelená, ztuhlá, je na zádech. Ta sopka by už měla tendenci vybuchnout, má v podzemí skrytej oheň.	D BT+. BFb-. FbBO V T, Fig-M, exploze	FK
	© květ obrovskej nějaký orchideje krásný	stonek a to červeno-oranžový	D FbF Pfl.	
	(a) taky ještě rentgenový snímek mojí páteře, vidím obratle, ale i pánev, tak rentgenový snímek celého těla, to se mi líbí. Je tu krční páteř, hrudní páteř a z vnitřních orgánů jsou tu plíce	plíce jsou zelený, prokouřený	D FFb- Anat.	egocentr., poloh.odp., KONF
IX.	je to takový podobný...obličej, jako oči za nějakým sklem	kouká a má velkou hlavu vodnatou, vypadá jako marťan, zelený zamlžený, za sklem	DZw BFb- M-mag	iluze podobnosti

	atlas, severský státy, tady Afrika, pak Austrálie	kontinenty	G FFb-	Geo	
	pak raci co zápasí, nebo zvířata s klepetama, mají vybavení na zápas	ty oranžový, vrhají se na sebe trošičku	D BT-	T	
	© malé růžové zvířátko, sedí a kouká překvapeně, co se děje	očička u sebe, ušiska, nemá moc tělo, tak je z toho překvapený	D BT(Fb)-	T	
X.	2modrý krabi, taky jakoby zápasí, ale mají od sebe daleko	mají v ruce palici, ale mezi nimi je překážka a nemůžou na sebe dosáhnout	D BT+	T	
	2mořští konci růžový		D F-	T	
	různé růže	ty žlutý	D Pfl.	FFb-	
	nahoře jako Eifelovka		D Arch.	F+	
	2malí černí býci, možná myši, ale já to vidím jako býka		D F-	T	
	© žena v modrý podprsence	podprsenka a klín	DZwD M	F-	FK
	pak tady ještě vidím Pegase, ten kůň jak lítal		D T	F+	

R=39

F% = 35%

ELT₁ = 7:7,5

G=15

F+% = 47%

EA = 14,5

D=19

RF+% = 42%

ELT₂ = 9:4,5

Zw=5

Rfb% = 36%

EP = 13,5

G-(D)-Zw

G:B = 15:7

M% = 15%

RI = 7

T% = 42%

B: (BT+BO) = 7:9

Fb = 11:2:0

Hd = 1:1:0

(Fb) = 6:0:0

Asociační produkce v protokolu je nadprůměrná. Zvýšený je výklad celků a Zw, což ukazuje oralitu, citlivost, spíše teoretické myšlení. V protokolu se vyskytují poruchy myšlení a vnímání (konfabulace, fabulační kombinace a kontaminace). Realitní kontrola je zachovaná (RI=7). Percepčně-kognitivní uchopení kolísá. Protokol vykazuje slabé regulační mechanismy, slabé jáství (nízké F+% a RF+%). V protokolu je zjevný vrozený potenciál, ale Zuzana neví, jak a kde ho uchytit (G:B). Cestou pro ni může být útěk do fantazie, snad proto jsou přítomny poruchy myšlení a vnímání. Rozpor je přítomen v typu prožívání. Primární typ (ELT₁) ukazuje na smíšený extratenzivní typ, ale sekundární (ELT₂) na smíšený introverzivní. Vzhledem k hodnotě Rfb% nižší než 40% usuzuji, že se nejedná o skutečnou extratenzi. Zuzana vyvíjí hodně energie na adaptování se ve světě (což nám dokládá i RI=7), ale vlastní jí je spíše introverzivní prožívání. V protokolu se vyskytuje hodně pohybových odpovědí (16), což znovu poukazuje na introverzivní prožívání, potenciál, vnitřní puzení, neklid. Převládají nesocializované, skryté, neintegrovane, nežádoucí tendence. Přítomny jsou BFb, jejichž tvarová úroveň kolísá. Zuzana je velmi citlivá na emoční podněty, které není vždy schopna dobře niterně zpracovat.

Skrz celý protokol je cítit chronická úzkost – viz. inquiry typu: „jakoby chtěl někoho uškrtit“, „kopou se až teče krev“, „asi začnou sát krev“, „vrhají se na sebe trošičku“, „jakoby zápasí“ apod. Na tabuli III. můžeme usuzovat na kompenzovaný kinestetický šok, který nám může poukazovat na strach z agrese z venku. Agresivní tendence jsou potlačované, ale derou se na povrch – viz. „sopka, moc nesoptí, ale je připravená vybuchnout).

V protokolu se objevují objektovo-vztahové odpovědi, a to „srostlí siamský vlci“, „turci, kteří se perou“, „masky které spolu tančí“, „2drbavé babičky“. Můžeme posuzovat dosáhnutou úroveň objektových vztahů. V první odpovědi vidíme symbiotický neautonomní vztah, splynutí (velmi ranná osobnostní problematika). V druhé odpovědi jde o násilnou separaci. Třetí i čtvrtá odpověď značí autonomní odseparovaný vztah, ačkoliv mírně zdevalvovaný (masky, drbavé).

Komplexová odpověď se objevuje na tabuli III.: „holčička se zvláštním účesem a mašlí“ – Zuzana vypráví při snímání anamnézy příběh s babičkou, která tvrdila, že Zuzana není hezká, ale jen učesaná.

Z obsahového hlediska je v protokolu velmi častý výskyt slov „divnej“ a „zvláštní“, spolu s obraty „...za sklem“ nebo „jako Marťan“, z čehož můžeme usuzovat na komplex nepatřičnosti. Zuzana si často připadá velmi nejistě, tápe, raději by se stala neviditelnou. Tyto pocity ji provází již od dětství, kdy si často připadala doma nepatřičně, chtěla zmizet, nechtěla být přítomna vypjatým situacím, kterým nerozuměla. Odpovědi v protokolu ROR, týkající se odcštěho života (mrtvola, uschlý, otrhaný apod.) mohou souviset s tendencí k odosobnění, depersonalizaci, devitalizaci, derealizaci. Tato tendence se u Zuzany objevovala zejména při orgasmu partnera, kdy se Zuzana vzdala svého Já a vstoupila do těla partnera, sama neschopna svůj orgasmus prožít.

Dalším zjevným rysem protokolu je paranoidní ladění. Často se objevuje výklad očí (tab. III, IV, IX), odstínové odpovědi, něco od někudy vykukuje nebo je něčím zakryté (schované tělo, ztracená hlava, skrytý oheň). Zuzana ve své první vzpomínce popisuje strach z toho, že se na ni někdo dívá z maliní. Také byla rodiči přichycena jako malé dítě při masturbaci a strýc se na ni díval, když se sprchovala.

I přesto, že jsou v protokolu přítomny poruchy vnímání a myšlení (většinou ukazatele schizofrenního okruhu), přikláním se spíše k **ranné osobnostní problematice** Zuzany. Zuzana jinak v životě funguje dostatečně, fantazii a pozměňování si reality používá jako úlevný manévr.

5.6.2.2 Chromatický asociační experiment (CAE)

Hierarchie barev: Na prvním místě se objevuje oranžová barva – Zuzana je dobře intelektuálně vybavená, situace se snaží zvládat racionálním způsobem. Tmavě červená je na 8.pozici, což poukazuje na slabší odolnost vůči silnějším podnětům. Jinak bez nápadností, odpovídá normální populaci.

Kombinace barev: Oranžová, žlutá, sv. zelená a sv. červená svědčí pro vztah ke střednímu pásmu kontinua extroverze – introverze.

Frekvence barev: Přítomno je velmi mírné nadužívání světle červené barvy (13%), která poukazuje na histriónské rysy či impulzivitu a explozivitu. Zuzana je citlivá na emoční podněty z venku. 35% tmavých barev v protokolu je v populační normě.

Rozložení + , +- , -+ , - znaků: V protokolu je převaha + znaků navíc provázena nižším zastoupením – znaků, což svědčí pro emoční povrchnost. Přítomno 7 adekvátních mínus, což je v normě.

Hodnocení jednotlivých podmětových slov: Sebehodnocení je adekvátní, naznačena je mírná nekritičnost sama k sobě. Zuzana neakceptuje ženský ideál, přičemž na vědomé úrovni to popírá (nejlepší žena 1/-+). Objevuje se negativní vztah k otci (Otec 4/-), ambivalentní vztah k matce (matka 3/-+). Ambivalentní vztah má Zuzana i k dětství (dětství 2/+-) a k domovu (domov 1/+). K partnerovi má mírné výhrady, je jen relativně spokojená (manžel 2/+). Má velmi příznivý vztah k mužům (2/+). Hodnocení slov sex (1/+) a intimní styk (1/+) ukazuje zdravý vztah k sexualitě, eventuálně touhu po uspokojivém sexuálním životě. Hodnocení slova zábava (3/+-) může poukazovat na adaptační potíže či rozlady a únavu. Zajímavé je vysoké hodnocení snění (1/+-) a snů (1/-+). Zuzana má útěky do fantazie ráda.

Hierarchie podmětových slov: sex, minulost, život, štěstí, radost, práce, láska, děti, ideální já, lidé, muži, intimní styk, vítězství, nálada, milenec, kamarádi, já (sám)... Je zajímavé, že se na prvním místě objevuje slovo sex. Vyskytuje se na 4.příčce v hierarchii, což se vztahuje spíše k přáním a touhám, než k realitě. Pro Zuzanu je sex důležitý, zároveň se jím hodně zabývá, jakoby ji „normalita“ v sexu ujišťovala o její „normalitě“ obecně. Rozsah prožívání je 31, což značí diferencovanou emotivitu.

Asociace se slovem Já: Asociace 1.stupně chybí. Asociace 2.stupně jsou minulost, děti, život, kamarádi, štěstí, změna a ideální já. Asociační řetězec není narušen a obsahuje slova s pozitivní konotací.

Index shody: Index shody vědomého a nevědomého hodnocení dosahuje 55%, což svědčí pro dobrý náhled na své postoje.

V protokolu se neobjevuje žádná závažnější patologie.

5.6.2.3 Nedokončené věty

Nedokončené věty poukazují na konflikty, komplexy a ambivalentní prožitkové oblasti. Jsou to tyto věty:

Soudím, že můj otec zřídka myslí na svou dceru.

Když se všechno spikne proti mně, pláču.

Budoucnost se mi zdá dost nejistá.

Když jsem byla dítětem, byla jsem samotářka.

Ve srovnání s většinou ostatních moje rodina prakticky neexistuje.

Moje matka je nesmířená s realitou.

Kdyby můj otec chtěl, ráda se s ním smírím.
Mohla bych být velmi šťastná, kdybych se tomu nebránila.
Čekám na zázrak.
Většina mých přátel neví, že se bojím se vrátit do Německa.
Zdá se mi, že většina manželských soužití je na draka.
Moje rodina je rozpadlá.
Moje matka a já si vůbec nerozumíme.
Mojí největší chybou bylo, že jsem byla poslušnou dcerou.
Chtěla bych, aby můj otec nebyla tak pod pantoflem.
Mojí největší slabostí je závislost na čemkoliv.
Moji příbuzní jsou šílení.
Normální sexuální život znamená jak pro koho.
Mojí největší vzpomínkou na dětství je smrt babičky.
Když jsem byl dítětem, moji rodiče spolu nežili.

Je zjevné, že problematickou oblastí je pro Zuzanu její původní rodina, kterou se neustále zabývá, není s ní smířena. Zdá se, že rezignovala na jakoukoliv změnu, ačkoliv o ní sní. Nevěří ve funkční partnerské vztahy, sama žádné nezažila.

5.6.3 Hypotézy

Zuzana je menší, černovlasá, silnější žena. Hned na první pohled sympatická, drží oční kontakt, často se usmívá. Má smysl pro humor. Její emoční projev je živý, přiléhavý k tématu. Rychle navazuje kontakt, velmi dobře se s ní spolupracuje. Možná je zpočátku až překvapivě otevřená, mluví o intimních věcech bez obav, bez zaváhání, aniž by mě před tím kdy viděla. Je znát, že je intelektově dobře vybavená, o věcech přemýšlí, je zvyklá se obracet sama k sobě, je ve spojení se svým prožitkovým světem, ačkoliv mu často nerozumí. Klinickým odhadem se zdá neuroticky osobnostně strukturovaná.

Zuzana neprošla žádnou psychoterapií a přesto má na značnou část své problematiky velmi pěkný náhled. Na otázku, jestli ona sama má hypotézu o tom, proč nebyla schopna dlouhou dobu dosáhnout orgasmu, říká: „Nejdřív jsem si říkala, jestli to není jen otázka technická. Někde nemám nějaké spojení, které tam má být? Pak jsem ale nezávisle na tom začala pracovat na jakémsi duchovním rozvoji své osoby a došla jsem k tomu, že nejen že jsem nebyla svobodná, ale já se dokonce snažila jakoby vůbec

neexistovat, nebýt. Pak jsem z literatury a i z hovorů s někým, kdo měl takové rodiče jako já, kteří se hádali a rozváděli a podobně, poznala, že ty děti se dělají neviditelné, aby nepřidělávaly starosti rodičům, kteří to mají už takhle těžké, a pak taky, aby jaksi nezasahovaly do té situace, aby jednu neslízly, aby nebyly po ruce, když se má něco po někom svést. Tak jsem byla taková neviditelná a hlavně jsem se sebou nemluvila. Nebyla jsem v kontaktu se svým tělem, podceňovala jsem ho a myslela jsem si, že jsem něco lepšího, než je tělo, a s tím tělem jsem nekamarádila. Nevím. Byla jsem navenek taková strašně poslušná, ale uvnitř jsem byla rozkmotřena sama se sebou. Nevážila jsem si sama sebe, naopak, měla jsem komplexy méněcennosti. Ve dvaceti byly dívky mého věku už žena, ale já o to neusilovala. Snila jsem si. Svoje ženství jsem naopak tajila. Aby na to nepřišli. Nebyla jsem sama sebou. A tak jsem i po porodu obou dětí stále jen dělala, co se má a co se od vás očekává a svobodná jsem byla jen v povídkách a v práci. A orgasmus nic. Až když jsem poprvé řekla, co já chci a taky to udělala, tak přišel orgasmus. Divné. Je to jako s tou básní o Prévérta Jak chytit ptáka. Nemůžete se za ním honit. Stačí jen nechat dveře klece otevřené a pták přijde sám.“

Zuzana velmi pěkně popisuje faktory, které zřejmě přispěly k tomu, že nebyla dlouhou dobu schopna dosáhnout orgasmu. Můžeme mezi ně počítat rodinné zázemí, tělesné schéma, osobnostní strukturu. Tyto faktory se navzájem prolínají. Za podstatné považuji fakt, že Zuzana nebyla plánované dítě, její rodiče nebyli přesvědčeni o tom, že chtějí spolu zůstat. Ani po narození Zuzany se jim nikdy nepodařilo se sžít. Nikdy nefungovali jako pár. Zuzany se to i nyní velice dotýká, že její rodiče vlastně nikdy nebyli spolu. Oni tam nebyli ani pro malou Zuzanu. Zuzana jako mateřskou figuru vnímá babičku. Protokol ROR poukazuje na ranou osobnostní problematiku. Můžeme se domnívat, že Zuzana zůstala (zasekla se) zhruba v období separačně-individuační fáze vývoje. Pro Zuzanu je do teď těžké vytvářet a udržovat autonomní, zralé vztahy. Má tendenci splynout, spojit se do konfluence s druhou osobou. V testu Nedokončených vět říká, že její největší slabostí je závislost na čemkoliv. Je zajímavé, jak Zuzana popisuje tematiku autonomie a splynutí při sexuální aktivitě. Říká, že v době, kdy nebyla schopna dosáhnout orgasmu, se ve chvíli vyvrcholení partnera stala jím. Totálně s ním splynula, sama „zemřela“.

Na vývoji tělesného schématu se samozřejmě značně podílí výchova, zážitky z dětství, jací byli rodiče apod. Zuzanina matka má dle Zuzanina popisu hysterické rysy. Je

hodně emotivní, výbušná, dělá scény. Zuzana popisuje, že z ní měla vždy strach, nerozuměla jejímu chování, raději se schovávala. Dodnes se zdá, že je pro Zuzanu velmi těžké přijmout ženství. Je to něco, čeho se obává, s čím si neví rady. Vždy raději hrála mužské role, povídky psala v mužském rodě. Otec pro ni byl přístupný jen v době, kdy byla ještě dítě. Ve chvíli, kdy se mohla začít projevovat žensky a utvrzovat si ženskou roli, otec se stáhl, už tam pro ni nebyl. Dodnes si spolu nerozumí, Zuzana o vztahu k němu jen sní. Fantazie je Zuzanin velký pomocník už od dětství. Často bývala sama, hrála si sama, později se utápěla v knihách. Dodnes je pro ni fantazie často používaným nástrojem úniku ze světa, ve kterém někdy cítí úzkost, bezradnost, neporozumění, neklid.

Pro vytváření tělesného schématu je potřeba tělo zkoumat, dostávat se s ním do kontaktu. Zuzaně bylo jasně dáno najevo, že zkoumání těla je něco, co se nedělá. Je zajímavé, že si Zuzana dodnes pamatuje, jak byla ve svých 4-5 letech rodiči přistižena při masturbaci. Od té doby se Zuzana už nedotýkala, nezačala ani v pozdějším věku. Zuzana nikdy mezi svými rodiči nepozorovala žádné dotýkání, sama má pocit, že se od svého těla odpojila. Soukromí a intimita jí nebyla v domě kde žila vůbec dopřána. Byla strýcem pozorována při sprchování. V tomto ohledu je docela snadné porozumět paranoidnímu ladění protokolu ROR. Zuzana se kontroluje, je pro ni těžké být spontánní, oddat se prožitku bez strachu, co bude následovat. V domě, kde vyrůstala nezažila stabilní bezpečí. Pro dosažení orgasmu je potřeba se oddat a pustit kontrolu. To si Zuzana dovolila až s partnerem, který toho schopen je a jí v tom podporuje.

6 Diskuse

Ženský orgasmus je téma velmi intimní, rozsáhlé a těžko uchopitelné. V průběhu rozhovorů s respondentkami jsem se snažila dodržovat hranice soukromí a etičnosti. Každou ženu jsem upozorňovala na to, že samozřejmě může mluvit jen o tom, o čem sama chce. Ženy na začátku rozhovoru většinou projevovaly určité zábrany hovořit. Spekuluji, že je to z důvodu otázky, kterou jsem kladla jako první: „Co prožíváte při dosažení orgasmu?“ Je to otázka velmi intimní a směřuje přímo k jádru věci. Předpokládám, že kdybych začala klást otázky více povrchní a potom je prohlubovala, předešla bych počátečním zábránám. Domnívám se však, že bych tak ztratila první nápady, které byly ještě neovlivněné charakterem mého dotazování. Jiná situace nastala při rozhovoru se ženou za účelem zpracování kazuistiky. Snímání anamnézy jsem více strukturovala, bylo více času na vytvoření bezpečného prostředí pro případné intimnější otázky. Po sejmutí anamnézy následovalo testování. Uvědomuji si, že jsem rozhovorem mohla některá témata zjišťit a ony se pak mohly snáze objevit např. v protokolu ROR testu. Pro minimalizování zmiňovaného vlivu na testy jsem testování a snímání anamnézy časově oddělila, tedy se nedělo během jednoho setkání.

Dalším tématem k zamyšlení je postup dotazování v rozhovorech. Snažila jsem se o přirozenou návaznost otázek a přirozený vývoj rozhovoru. To z toho důvodu, že jsem chtěla ženám pomoci, aby se co nejvíce uvolnily a pociťovaly náš rozhovor jako příjemný. Někdy to ovšem vedlo k tomu, že se těžko držela linie otázek a některé ženy utíkaly od tématu. Výsledkem bylo shromáždění velkého souboru informací, které není ani možno v rámci rozsahu této práce uchopit. Domnívám se však, že kdybych rozhovor více strukturovala a ženy tlačila jedním zvoleným směrem, vytratila by se jejich spontaneita v odpovědích a také jejich uvolněnost, která byla nesporně přítomna v každém rozhovoru.

Jiným problémem může být fakt, že ze vzorku 17ti žen bylo 11 z okruhu známých a jejich známých a 6 žen zareagovalo na mou výzvu na internetu. Mohl tak vzniknout velmi specifický vzorek žen, které se o své sexualitě nebojí hovořit a které třeba prožívají určité neobvyklosti ve spojení s orgasmem. Myslím si však, že se podařilo vytvořit skupinu poměrně heterogenní a že z výsledků, které jsou velmi divergentní, mohu usuzovat, že žádná zvláštní skupina nevznikla. Diskutabilní může být výběr ženy na kazuistiku. V současné době již není anorgastická, jak jsem původně požadovala a také se přihlásila

sama. Je tedy specifická nejen samovýběrem, ale i svým životním příběhem. Zdá se, že právě fakt, že zprvu mohla být řazena mezi anorgastickou skupinu, ale pak si k orgasmu cestu našla, je právě tím zajímavým, co nám kazuistika v konečném důsledku přináší.

Další těžkostí je vlastní podstata zkoumaného jevu; jeho zcela intimní, prožitková a ne vždy vědomá povaha. Nebyla jsem si jista, zda ženy budou schopny tento prožitek verbalizovat a pojmenovat. Domnívám se však, že přes počáteční váhání si všechny ženy našly určitý metaforický způsob, jak jejich prožitek podchytit a pojmenovat.

7 Závěr

Přínosem teoretické části rigorózní práce je spojení fyziologického konceptu sexuální reakce Masterse a Johnsonové a psychologického konceptu sexuální reakce Goodwinové a Moshera. Je důležité uvažovat o sexuální reakci a orgasmu jako o souhrě fyziologických a psychologických aspektů. V průběhu sexuální aktivity dochází nejen k tělesným změnám, ale i ke změnám vnímání, vědomí a jiných kognitivních faktorů (např. významným faktorem je změna v potřebě mluvit).

Hlavní důraz této rigorózní práce byl kladen především na část empirickou, tedy rozhovory se ženami a kazuistiku. Za neopomenutelný by měl být považován fakt, že je tato práce zpracována ženou, autorkou. Lze předpokládat snazší pochopení a vyladění se na odpovědi respondentek. Velmi zajímavým zjištěním se zdá samotný fakt, že ženy jsou schopny o subjektivním prožitku velmi dobře hovořit, aniž by byly pobízeny strukturovanými otázkami. V tomto smyslu považuji za nespornou výhodu zvolení kvalitativního výzkumu. Od žen se nám dostalo mnohých metafor, znázorňujících orgasmus a sexuální reakci.

Ženy se v rozhovorech shodly na tom, že ženská sexualita je krásná právě tím, že přináší velkou různorodost projevu. Orgasmus může být vyvolán bez fyzické stimulace nebo fyzickou stimulací přes delší časový úsek; může být pocíťován lokálně např. v klitorisu, nebo se může rozšířit do celého těla; může proběhnout jen jako fyzické ukojení, nebo může být prožíván jako mystický zážitek. Orgasmus může být vnímán jako barevný, jako široký, nebo jako úplně nijaký. Partner nemusí být vůbec vnímán nebo může být vnímán jako jedno tělo a jedna duše. Celkově se nezdá být příliš vhodné svazovat prožitek orgasmu do tabulek nebo křivek.

Orgasmus by se dal přirovnat k třídimenzionálnímu obrázku. Když chcete, aby vám 3D obrázek „vystoupil“ z podložky, nemůžete být v křeči, příliš se soustředit nebo se rozezlít. Neexistuje žádný univerzální figl či trik na to, jak obrázek uvidět. Ve chvíli, když už to třeba i skoro vzdáte, uvolníte se a poddáte se tomu, obrázek najednou vystoupí. Někdy se stane, že už obrázek skoro vystupuje, už je skoro na dosah a najednou zase zmizí. Vy byste se mohli v tu chvíli snažit sebe víc, ale nevidíte ho. Jinými slovy je to jako v Prévértově básni Jak chytit ptáka. Nemůžete se za ním honit. Stačí jen nechat dveře klece otevřené a pták přijde sám.

Fenomény pojmenované výše v popisu třídimenzionálního obrázku se v kvalitativní studii objevily (ne se 100% pravidelností). Ženy hovořily o postupném **stoupání vzrušení a napětí**, až se dostaly na jemnou **pomyslnou** (subjektivně prožívanou) **hranici**, jejímž překročením vstoupily (někdy i vybuchly) do orgasmu. K tomu, aby se dostaly k té hranici potřebovaly zejména **zaměřit pozornost do vlastního těla** nebo na tělo partnera a **oddat se** tomu prožitku. Neusilovat, o ničem nepřemýšlet, jen prožívat. Ostatní faktory (např. jaký druh stimulace, světlo či tma, fantazie, vizualizace) byly interindividuálně odlišné. Orgasmus samotný byl pak většinou vnímán jako **zážitek odlišný normálnímu vnímání a prožívání**; někdy přímo popsán jako stav změněné vědomí.

Kazuistika v empirické části přinesla jiný úhel pohledu na anorgasmii a orgasmii. Od kdy můžeme ženu vlastně označit za anorgastickou? Není každá žena v podstatě anorgastická až do doby, kdy dosáhne svého prvního orgasmu? Potom tedy, je nějak omezena doba, kdy by první orgasmus měl přijít? K orgasmu vedou různé cesty, které také různě dlouhou dobu trvají. Kazuistika poukázala na to, že žena může dospět k plnohodnotnému orgasmu mnohem později než by se očekávalo, v době, kdy už by mohla být hodnocena jako žena anorgastická. Jakoby na cestě k dosažení orgasmu existovaly faktory, které ženy blokují a faktory, které je podporují. A snad právě souhra těchto faktorů udává, kdy žena k orgasmu dospěje a jestli vůbec dospěje. Mezi tyto faktory patří zejména **vývoj tělesného schématu, původní rodinné zázemí, i osobnostní struktura. To, jak jsme ve spojení sami se sebou, jak se sami se sebou cítíme, jak nám je s mužskou figurou** (a jak nám původně bylo s otcem a matkou), **jak spontánní si dovolíme být, jak dalece můžeme pustit kontrolu a oddat se, to vše dohromady podmiňuje dosahování orgasmu.**

Tato práce je optimistická v tom, že stojí za názorem, že „nic není nikdy ztraceno“, že i žena, která není dlouhou dobu schopna dosáhnout orgasmu, si k němu může najít cestu. Věřím v možnosti terapeutického ovlivnění. Vhodná je zejména terapie zaměřená na tělo, která pracuje s konceptem tělesného schématu (nemíním tím jen behaviorální nácvikové metody). Důležité je prožít si terapeutický vztah, důvěru, stabilitu, zvědomit si některé souvislosti a „skamarádit“ se sama se sebou.

Závěrem bych ráda uvedla, že jsem na rigorózní práci pracovala s velkým nadšením a zaujetím a stejně takového nadšení jsem se dočkala jak od respondentek, tak i od ženy zvolené pro kazuistiku.

8 Přílohy

8.1 Vstupní okruh otázek pro interview

1. Prožitek orgasmu

Co prožíváte při orgasmu?

Je ten prožitek podobný nějakému jinému prožitku?

Věděla byste o nějakém prožitku, který by byl naopak protikladný?

Jakého smyslu jste si nejvíce vědoma při orgasmu?

Co se s Vámi děje fyzicky při orgasmu?

Ejakulujete?

Děláte něco se svým tělem při orgasmu?

Je prožitek orgasmu jiný při masturbaci a při sexuální aktivitě s partnerem?

Zažíváte různé typy orgasmů?

Liší se nějak prožitek při nich?

Zažila jste někdy orgasmus ve spánku? Jak se ten prožitek liší?

Co prožíváte, když má váš partner orgasmus?

Jak se liší tento prožitek od prožitku vašeho orgasmu?

Zažíváte mnohočetné orgasmy?

Jak se liší prožitek každého z nich?

Jak na sebe navazují, jaký je jejich vývoj?

Zažíváte společné vyvrcholení s partnerem (simultánní orgasmus)?

Liší se nějak tento prožitek?

Zažila jste někdy orgasmus za zvláštních podmínek?

Například při jízdě na kole, při masáži, ve škole, bez fyzické stimulace?

Na kolik vnímáte okolí při prožívání orgasmu?

Co by Vás dokázalo vyrušit?

Jak vnímáte partnera při orgasmu?

Dotýkáte se ho v tu chvíli?

Máte zavřené nebo otevřené oči při vyvrcholení?

Stalo se Vám, že jste začala plakat nebo se smát při/po dosažení orgasmu?

Můžete mluvit při dosažení orgasmu?

Mění se nějak Váš prožitek v závislosti na tom, s kým/kde ho prožíváte?

Mění se nějak Váš prožitek s ročním obdobím nebo měsíčním cyklem?

Liší se Váš prožitek když je světlo nebo tma?

Máte nějakou fantazii nebo imaginaci při orgasmu?

Jaký je prožitek orgasmu po alkoholu, marihuaně, případně jiných drogách?

Jaký má podle Vás orgasmus smysl pro ženy, či pro Vás?

Jak poznáte, že orgasmus právě začal?

Co se v tu chvíli změní?

Myslíte, že jste při orgasmu v jiném stavu vědomí než jste teď, když si povídáme?

Jaký stav to je? V čem je jiný?

2. Sexuální aktivita předcházející orgasmu

Co nastartuje Vaši sexuální aktivitu?

Co se děje poté?

Máte nějaké fantazie či představy v průběhu sexuální aktivity?

Jsou to spíše jednotlivé výjevy nebo spíše film, příběh?

Mají ty představy sexuální charakter?

Máte je i při masturbaci?

Jak vnímáte okolí v průběhu sexuální aktivity?

Stoupá Vaše vzrušení plynule?

Oddalujete orgasmus?

Jak poznáte, že už se blíží?

Jakými prostředky ho oddalujete?

Napadá Vás nějaká metafora pro celý sexuální proces vedoucí k dosažení orgasmu?

Kde by v té metafoře začal orgasmus?

Uděláte vědomé rozhodnutí, že chcete dosáhnout orgasmu?

Z jakého důvodu někdy orgasmu nedosáhnete?

3. Vývoj zkušenosti s orgasmem

Kdy jste zažila orgasmus poprvé? Máte pocit, že jste na to přišla náhodou, že to bylo překvapení? Musela jste zkoušet a hledat, než jste na to přišla?

Liší se prožitek prvního či prvních orgasmů od těch které prožíváte teď?

8.2 Rozhovory

Rozhovor 1 - Evelyn

Psycholožka, 26 let, svobodná, vysokoškolsky vzdělaná, ateistka, heterosexuálně orientovaná, momentálně bez partnera. Orgasmu v přítomnosti partnera dosahuje obvykle, při masturbaci vždy. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnera je pohlavní styk s drážděním klitorisu, anální styk a dráždění klitorisu. Rozhovor se odehrál u Evelyn doma. Během rozhovoru Evelyn často zavřela oči a ponořila se do svých prožitků a myšlenek. Působila velmi vyrovnaně, o tématu hovořila velmi otevřeně a bez zábrán.

L: Co prožíváte při dosažení orgasmu?

E: Je to takový pocit ne ztráty vědomí, ale změněného stavu vědomí, trochu. Jakoby přestal existovat čas, jakoby přestalo být důležité úplně naprosto všechno co se děje kolem. Je těžké pro to najít slova. Pořád se mi vrací ten okamžik těsně před tím orgasmem. Tak já začnu tím a uvidíme, co to udělá. Člověk stojí na hranici propasti a má vlastně vstoupit úplně do jiného světa tím, že se tomu musí poddat anebo to nepřijde, že to neprolomí. Takový strašně důležitý... já nevím, jestli se tomu dá říkat ztráta kontroly, nebo něco takového, ale je to poddání se tomu...

L: Myslíte, že poddání se tomu prožitku je už ten orgasmus?

E: Já si myslím, že tím jak člověk vkročí, jako kdyby se rozhodne a vkročí do té propasti, takže tady začíná ten orgasmus. Jako kdyby opravdu stojíte na neví... chcete skočit bungee jumping, tak uděláte ten první krok a vlastně jdete úplně z nějakého prostředí do úplně jiného prostředí... a je to, já si myslím, že je to jako když člověk letí. Prostě najednou jinak vnímáte všechno. To co mě teď napadlo a asi tam je, je...mmm...já mám při tom čistější vidění, takové jasnější.

L: Jako to vnitřní, nebo...

E: Ne, potom, když se podívám ven a to je když končí orgasmus a potom to přetrvává i nějakou dobu

L: Jako že otevřete oči...

E: Jo a mám pocit, že ten svět je jasnější

L: Vyloženě vizuálně?

E: Vyloženě vizuálně.

L: Jako kdyby se Vám zostřil zrak?

E: Jo. A trvá to ještě nějakou dobu, někdy několik minut, někdy několik hodin potom orgasmu. A taky mám pocit... jsem se musela ptát několika lidí, jestli to na mně není vidět, jako že jsem pár hodin po orgasmu, protože jsem měla pocit, že ty oči musí být tak výrazné, že to moje vnímání světa je tak výrazné. Je to fakt jasnější.

L: A máte pocit, že třeba i v tom prožitku orgasmu ten vizuální smysl je taky dominující?

E: Ne. Je těžké si uvědomit, jestli mám otevřené nebo zavřené oči... Myslím, že se to nedá nějak jednotně říct, že tady záleží na tom, jestli je to s partnerem nebo ne. Že toho partnera si jako vybavuji, že tam je při tom

L: Máte pocit, že se od něho trochu odkloníte, když jste s partnerem, nebo zůstáváte hodně s ním?

E: V tom okamžiku toho samotného orgasmu jsem fyzicky hodně s ním, mám potřebu se k němu více přitáhnout. A psychicky myslím že taky, protože ten orgasmus s partnerem a orgasmus při masturbaci je trošinku jiný, takže jsem s ním. Ale po tom orgasmu mám potřebu na chvíli přerušit kontakt, ten fyzický, protože je to moc citlivý.

L: Z čeho ta potřeba může vycházet, co může být tím důvodem?

E: Z toho, že to bylo tak intenzivní, že jako kdyby to tělo... spíš je to tělesná potřeba... se potřebovalo osvobodit.

L: Aby se nedotýkal?

E: Ne úplně nedotýkal, ale aby nebyl nějaký úplně intimní kontakt. To souvisí... to je asi hodně fyziologické

L: Když se vrátíme k tomu prožitku orgasmu, napadá Vás nějaký jiný prožitek, třeba z běžného života, který myslíte, že by tomu byl podobný?

E: Spíš je o tom jako přirovnat ten rozdíl těch dvou světů, jo... ten si myslím, že je výraznej. Že musíte udělat, mít tu odvalu udělat ten krok a jste v jiném světě.

L: A naopak, napadl by Vás nějaký prožitek opačný?

E: No opačnej je, když člověk nemá odvalu udělat ten krok, protože jste v určitém nabití energie, jste v určitém napětí a pak by člověk třískal hlavou do zdi, když se to nepovede...

No ale když udělám ten krok a teď jako kdyby člověk ani ne tak padá, jako spíš letí. Někam. To je chvíle obrovské blízkosti s tím partnerem, když člověk udělá ten krok, tak i fyzické...potřeba si toho partnera přitáhnout, občas to odnesou i záda partnera...takže ta potřeba je velká...

L: Máte třeba nějakou tenzi nebo naopak úplně puštění...?

E: Ne ne ne, při tom...já to budu říkat ať víme který je to bod, od kroku do té propasti...tak jako kdyby se ještě více vystupňuje to napětí na tu nejvyšší míru a ten orgasmus je jako když vybuchne sopka, takže to napětí se musí strašně moc nahromadit a čím víc ho tam je, tím líp a potom vlastně se všechno stáhne aby mohlo se vyvalit ven a uvolnit, takže je to o tom napětí fyzickém a možná i psychickém, ale v pozitivním slova smyslu.

L: Já jsem jenom reagovala na ty záda jak jste říkala...že to je vlastně už při tom, kdy...

E: Kdy už se to stupňuje a jde to úplně k tomu...otázka je, co budeme nazývat orgasmus...

L: Co Vy byste nazývala orgasmus?

E: Já bych nazývala orgasmem ten moment, kdy mám tu volbu...takhle...když už se rozhodnete, že uděláte ten krok do propasti...

L: Je to vědomé rozhodnutí? Že si řeknete, tak teď budu mít orgasmus?

E: To by bylo hodně náročný, kdyby to bylo vědomé rozhodnutí. Myslím si, že ne, ale že člověk v tu chvíli může mít strach...Znám to ze svého sexuálního vývoje, kdy kolikrát jsem to na týhle hranici zarazila, protože člověk nevěděl, co se bude dít potom. A něco začalo být úplně jinak a máte pocit, že ztratíte kontrolu, že se zblázníte, nebo jako nevíte, co bude následovat. Ale když už si to člověk osahá, tak myslím si, že vědomě ne, ale že to tělo prostě ví, že to co následuje potom není destruktivní nebo nebezpečné...Já bych řekla, že orgasmus začíná tím, že člověk udělá ten krok do té propasti, potom se to nějakou dobu ještě stupňuje a už to nejde vrátit zpátky, jo jako že potom už víte, že musíte...že už jako letíte a nemůžete se vrátit zpátky na tu pevninu. Potom to dostoupí prostě nějakého vrcholu, tam mi to přijde jako nějaká sopka. Prostě najednou období ne vzduchoprázdna, ale takového...fyzicky je to hodně silný zážitek. Cítím stahy a jako kdyby bylo celé tělo v křeči, nebo v takové silné pulzaci a tepny tepou. A potom nastává to uvolnění.

L: Ten vrchol tedy následuje po překročení té hranice?

E: Ne okamžitě, tam je několik...těžko říct...vteřin od toho překročení té hranice...to je jiná dimenze. Jiná dimenze času a myslím, že i vnímání.

L: Před tou hranicí máte pocit, že jste při tom reálným vědomím?

E: Že to je příjemné, že to je vzrušující, ale prostě jsem pořád na zemi. Je to hezký zážitek, ale...kdybych...není to úplná blbost, kdybych se snažila třeba soustředit před tou hranicí na něco úplně jiného, tak můžu vnímat zvuky, někam se podívat, nebo jako i vnímat ten svět kolem sebe, kdežto po překročení té hranice je to jinak. Je to trošku jiné...nevím no, protože ten partner tam je, ale i jeho tak nějak zfalšuju. Asi bych mu v tu chvíli neřekla nějaké miluji Tě nebo tak po tom překročení té hranice. Je to...

L: Myslíte, že by Vám šlo třeba mluvit?

E: Ne, to chci zrovna říct. Může tam být nějaký zvuk, ale neartikulovaný. Je hodně zrychlený dech...Taky to vzrušení, které jako překročí do té hranice stoupá mnohem rychleji. Je to všechno mnohem intenzivnější.

L: Myslíte, že by se daly pojmenovat některé elementy, které Vás dovedou k té hranici?

E: Vy myslíte, co potřebuju, abych se dostala k té hranici?

L: Hmm

E: Aneb jak se naučit dosahovat orgasmu (smích)...Dobry. Když začnu od začátku, tak je to touha. Protože když je to touha jenom po blízkosti, tak tam ten orgasmus nemusí být. Touha a správná stimulace. Ale je zatím to, že umím vnímat svoje tělo, že umím přijímat fyzické doteky, že vím, co chci, protože je to třeba pokaždé něco jiného.

L: To vnímání těla, můžu to chápat jako nějaké obrácení se dovnitř? Nějaké naslouchání tělu?

E: Je to přepnutí z hlavy někam jinam. Je to přepnutí z přemýšlení do vnímání a prožívání. Jako nemám potřebu počítat, nebo kontrolovat malbu na stěně, nebo něco takového, protože to co se děje ve mně je mnohem zajímavější.

L: Myslíte, že tam hraje nějakou roli koncentrace nebo nějak zaměřená pozornost?

E: Já si myslím, že to působí paradoxně. Čím víc se budete snažit na to soustředit, tím míň to půjde, protože budete přemýšlet. Ale spíš je to o tom poddání se tomu zážitku. Dovolit si nepřemýšlet, dovolit si vnímat a dovolit si odložit takové to "tohle se nedělá" nebo "tohle bych neměla", ale následovat ten impulz, který to tělo dá a jít s ním. A ten orgasmus, to je zvláštní...já Vám řeknu o všem, co je před tou hranicí, klidně do podrobnosti, co se děje v těle a tak, ale při tom orgasmu...

L: Máte pocit, že ta změna vědomí nastává nějak při překročení té hranice, že je tam teda nějaký zlom?

E: Jo, to je jako když uděláte tak (lusknutí). Je to strašně rychlý, je to opravdu jako když uděláte ten krok a někam letíte. Je to naprostá změna, strašně velká...

L: Ten fyzický orgasmický reflex tedy nastává až po nějaké době po překročení té hranice?

E: Musím si pomoci... (začíná kreslit nákres, křivku)... tady je nějaká stimulace, je jedno jak příkře to tady stoupá, záleží jaká je nálada a všechno. Teď najednou se dostanete do nějakého bodu, to je to ono a potom najednou to jde tak... všechno je rychlý, jako kdyby čím dál tím víc stoupá stoupá stoupá vzrušení a energie a to natlakování se. Tady někde začnou stahy. Teď přemyslím, jestli je tam třeba nějaká změna po těch stazích nebo ne, ale nevím co říct. Prostě to jde takhle nahoru, někam... prostě záleží na tom, kolik je tam toho natlakování a ty stahy trvaj tak jako potom když to jde dolů pár vteřin, tři nebo čtyři... ale to bych řekla, že je ten bod. Opravdu jako když se to zlomí, ne že je to postupně.

L: Zažíváte různé druhy orgasmů? Máte při nich jiné prožitky?

E: Všechno má společné ten bod, to je tam důležité vždycky... Jiné to je v rychlosti, jiné to je v intenzitě. A jiné to je i v tom, kterou část těla ten orgasmus zasáhne, protože může být orgasmus, který je čistě jen vaginální a může být orgasmus, který jde až do konečků prstů. Prostě projde naprosto celým tělem.

L: Takže to rozlišení orgasmů je hodně fyzické...

E: Jo. Fyzické v tom smyslu když počítáme do toho tu energii, protože nějaká ta energie v tom těle je. Někaké to napětí roste. To není jen napětí fyzické, ale i psychické. To co je asi důležité v tom jiném světě je, že kdybyste se mě zeptala, jestli jsem tam byla vteřinu nebo hodinu, tak to nevím. Ještě mě napadla jedna věc. Stalo se mi párkrát, že třeba partner řekl něco v průběhu toho mého už orgasmu a já ne že o tom nevím, ale nejsou pro mě důležitá ta slova. Netroufám si říci, jestli jim rozumím nebo nerozumím, ale vnímám něco jiného. Vnímám prostě tu přítomnost, ale ne to co říká. Vůbec nevím, co třeba řekl.

L: Máte pocit, že by Vás bylo schopné něco vyrušit v tu chvíli? Že by Vás něco stoplo už za tou hranicí?

E: To by bylo na vraždu ale! (smích) Já si myslím, že ne. Doufám, že ne. Před tím jo. Zná, když to jde tady (ukazuje na nákres těsně pod hranicí, před změnou vědomí) a potom to třeba skončí tak (ukazuje na nákresu, že skončí těsně pod hranicí, tedy bez dosažení orgasmu) a to by fakt chodil kolem zdi a třiskal do ní hlavou, protože co s tím chcete dělat. A ono to nejde dál... Tam se prostě stane něco, něco Vás vyruší, prostě není to správně. Někdy to tělo nepřijme, to co se děje. Tam vzroste to napětí a nic s tím. Já teď budu chvíli přemýšlet o tom orgasmu, jo?... přemýšlení o orgasmu, to už samo o sobě zní blbě... Vybavil se obraz... opravdu orgasmus jako výbuch sopky, který se... tam ta láva nebo co to je vyjde nahoru, teď to vybuchne takhle nahoru, teď se to zastaví, jako kdybyste to vyfotila, na ten neurčený časový okamžik, zastaví se svět, svět se přestane točit. To je ta úplná špička. A pak to prostě začne padat dolů. To je tam důležitý okamžik, který mě napadl. Ten hlavní cíl je na té špičce, no prostě jako když se svět zastaví, i fyzicky jakože to jde do takového štronza a i psychicky.

L: Vidíte třeba nějaký takový obraz těsně před orgasmem nebo po orgasmu nebo něco slyšíte?

E: Když já mám pocit, že ty fantazie a všechno to, co jste řekla, je důležité před tou hranicí, ale potom platí jiná pravidla. Prostě představa, že mám v tuhle chvíli nějakou fantazii je pro mě naprosto nepřijatelná, to je prostě tak silná realita, že tam prostor pro fantazii by byla lež.

L: Myslíte, že uděláte vědomé rozhodnutí, že chcete orgasmus?

E: Spíš se to tak přelomí, že prostě po tom orgasmu začnu toužit. A když není, tak je to špatně. Taky je znát, tím jak se ta ženská sexualita vyvíjí, tak člověk už po tom ví, co s tím má dělat, jako s tím svým tělem. Jak ho vnímat, co potřebuje, že potřebuje po každé něco jiného a tak. Ale ty stavy které bývávaly, kdysi kdy jsem věděla, že chci ten orgasmus a ani boha, tak to je blbě... A při tom orgasmu je to tak intenzivní, že by se člověk zbláznil. A je mi to jedno v tu chvíli, kdy překročím tu hranici. Kdybych se už při tom orgasmu zbláznila, tak mi to asi nevádí. Tam už by se mohlo stát cokoli. Tam bych mohla umřít, tam by jako...

L: Jako kdyby tam nebylo najednou rozlišení na negativní a pozitivní...

E: Jo... tam ty věci, které jsou pro nás důležité na té důležitosti ztratí a člověk se někam řítí jako uuaau... fakt ta sopka je dobrej příměr.

L: Je tam u Vás nějaká potřeba zaměřenosti nebo pozornosti na té cestě k orgasmu?

E: No, já má spíš za potřebí vypnout ten pracovní svět a to čím je vyšší touha a vzrušení, tím je slabší ten vnější svět a práce a přemýšlení o jiných věcech. A znám to, když se začne s partnerem, že mám ještě myšlenky o práci...

L: Určité vyrušení...

E: Jo, že prostě ještě nejsem jenom v tom, té nějaké sexuální situaci, ale stalo se mi to i naopak, že jsem dělala něco nesexuálního a najednou jsem si uvědomila, že už to je úplně o něčem jiném... jako sexuálním (smích). Jakože jsou věci, o kterých si myslíte, že nejsou sexuální, že vás nemůžou dostat a najednou zjistíte, že to tak vůbec není.

L: Takže i zdánlivě nesexuální věci najednou se můžou přesmyknout na sexuální...

E: Jo jo, přesně... Je to o tom spojení s tělem... Zajímalo by mě, jestli se dá dosáhnout orgasmu bez nějaké fyzické stimulace přímé

L: Stalo se Vám to někdy?

E: Hodně velké vzrušení ano, ale orgasmus ne. Když je tam to velké vzrušení a vy chcete orgasmus a víte jak ho dosáhnout, tak to prostě uděláte...

L: Máte něco, co Vás třeba překvapilo ve spojení s orgasmem? Nějaký zážitek?

E: To je každé orgasmus, chvála bohu. Napadají mě dva extrém. Jeden sex, je ten rychlejší. Stane se to, je otázka vteřin, ale to všechno o, to je prostě jak výbuch a pak ten strašně pomalejší...vydržet to, nejtít do toho orgasmu. Při té pomalé stimulaci jako kdyby ten orgasmus šel do šířky. Jo, u té rychlé, jako kdyby orgasmus vystřelil strašně do výšky, a u té pomalé se prostě rozlil do šířky...se strašně blbě pro to hledaj slova...sakra, já umím popisovat prožitky (smích)

L: Já měla na mysli třeba jestli jste měla orgasmus třeba při jízdě na kole nebo na koni, nebo při masáži...ne úplně sexuální stimulaci

E: Úplně orgasmus ne, ale hodně hodně blízko. Když si přečtu něco erotického...Vím, že se mi to stalo někde na nějaké přednášce, že to bylo úplně ne na správném místě (smích)...Já jsem začala někdy už dávno cvičit pánevní stahy nebo vaginální stahy...kdykoliv a kdekoliv..výborná věc, jednak při sexu, že chlapi to fakt milují...říkají jak to děláš (smích)...ale jednak je to dobré i pro holky které mají bolesti při sexu, že dokáží stáhnout a uvolnit. Jsou to vlastně uměle vyvolané orgasmické stahy když to tak vezmu a tím se dá přivodit orgasmus. Když tady tak budu sedět a začnu s těma stahama, tak budu mít orgasmus a vy na mě nic nepoznáte...teda neumím říct...aha, to je docela dobrý...neumím utajit orgasmus...tu stimulaci jo, dovedu se na hranici toho orgasmu, ale potom překročení už to nejde nějak kontrolovat. Jakože když potřebuju vykřiknout, tak vykřiknu a je mi jedno jestli je to místnost plná lidí. To je asi důležité. Tam selhává ta kontrola naprosto. Že je jedno, co se děje kolem. Samozřejmě, že člověk to tam trochu má, ale že nejdou ty věci úplně potlačit.

L: Co tedy prožíváte fyzicky při orgasmu?

E: Jako po té hranici?

L: Mhmm

E: Je to intenzivní. Cítím jak se všechno stahuje, čím dál tím víc. Určitě se podsadí pánev a začnou stahy. Tam je strašně důležité to vystupňování toho napětí v těle a pak to uvolnění. To je opravdu velké. Jako kdyby při tom napětí tam byla vášeň a při tom uvolnění něha, jo takhle nějak...

L: Prožíváte jinak orgasmus s partnerem a orgasmus při masturbaci?

E: Asi při masturbaci je to více fyzické, s partnerem je to o tom vztahu. Jako kdyby ten orgasmus s tím partnerem měl o jednu dimenzi navíc. Při masturbaci je to jen o sexu, ale s tím partnerem to není jenom o sexu, tam prostě...já nejsem jen na ty jednorázovky, takže pak je o tom vztahu, blízkosti...

L: Je to nějak rozlišitelný při tom prožitku orgasmu? Třeba že by byl nějak vyšší, větší o tu dimenzi jak jste říkala...

E: Určitě, protože bych řekla, že ta masturbace je čistě fyziologická reakce, kdežto u toho s tím partnerem já vím, že jsem schopna prožít psychický orgasmus, když on má fyzický orgasmus. Je to pro mě vrchol. A že třeba ten společný orgasmus je taky úplně něco jiného. Ten psychický orgasmus mě strašně překvapil, že jsem schopna projít si nějakou tou křivkou i když já to fyziologicky nezažiju. Prostě ten psychický prožitek jde s ním.

L: Fyzicky to teda necítíte...

E: Že nemám ty stahy, ale ten psychický vrchol tam je...jako nějaké naplnění, nebo...naplnění je to správné slovo. A ten společný orgasmus...to je asi okamžik, kdy jsem schopná ten sexuální tok kontrolovat...jakoby zastavit se a na nějakou chvíli, ne na dlouhou, už v té fázi, kdy je to nad tou propastí. Tam to na chvíli kontrolovat. Je to asi pak mnohem intenzivnější...

L: Myslíte, že zastavujete těsně před tou hranicí nebo...

E: I kousek za ní, ale jen kousek. Je to asi jediný případ, kdy to můžete zastavit, ale jen na chvíli...Ale když si řeknu orgasmus, určitě vidím výbuch sopky, úplně ulpívám na tom obrazu

L: Vidíte něco takového při samotném aktu orgasmu?

E: Já mám pocit, že při orgasmu mám schopnost být tady a teď a jenom v tom, co se děje, prostě ta fantazie tam úplně nemá místo...

L: Takže žádný obraz, imaginace, fantazie...

E: Ne. Znáám to, že jsem to zkoušela, ale nefunguje to tak jako když si dovolím vnímat fyzicky i psychicky co se děje opravdu. Naopak, ruší mě to...

L: A ruší Vás to z čeho?

E: O tom už jsme nějak mluvily...jo, mně je příjemné nebo vzrušující, když partner něco vykládá nějaké své fantazie...tak je to

L: Máte otevřené oči?

E: To si nejsem úplně jistá... teď mě napadá, mám zkušenost, že takhle jsem se chtěla jednou stopnout těsně před dosažením orgasmu a přepálila jsem to a už to bylo někde dál a pak to nešlo ani dolů ani nahoru, takovej ten stav fakt na vraždu. Tak teď už vím, kam si to až můžu dovolit... pak se můžu rozkrájet a NE (smích)...

L: Ono je to asi těžko uchopitelný, kde přesně je ta změna vědomí

E: Asi jo, protože kolem je to takový zastřený... a taky je to pak velká tenze a úplná křeč v prstech

L: To je ale až úplně při tom orgasmu...

E: Jo, úplně na té špici... jako mně to ten orgasmus nezkaží, akorát někdy chudák ten partner (smích)... Já mám pocit, že tam musí být taaaak strašně velká tenze. Že jsem se naučila trochu kontrolovat ty prsty, protože když jsem ještě měla delší nehty, tak to vypadalo fakt špatně potom...

L: Že jste je zatnula do něho?

E: Jo. Protože v tu chvíli je mi to jedno... Se mi to úplně teď vybavilo (smích)

L: Myslíte, že v tom prožitku hraje určitou roli to v jaké jste s partnerem poloze, nebo jestli on třeba dělá orální sex nebo při souložích?

E: Na prožitek to nemá vliv...

L: Vy jste říkala, že když jste s partnerem, že tam je ta dimenze navíc. Když dělá orální sex, máte pocit, že tam ta dimenze stále je, nebo je to spíše masturbační?

E: Když jsme spolu, tak já ho potřebuju mít blízko, takže prostě jsme v poloze, ve které je mi fyzicky blízko, takže ta dimenze tam je. A mám pocit, že když překračuju tu hranici, tak se na toho partnera musím podívat.

L: Zažila jste někdy, že byste se při orgasmu schválně koukala na partnera? Ale schválně?

E: Jo, zkoušela jsem to a taky mně to nemůžu říct nejde, ale není to jako když sednete na vodu a jedete, ale něco musíte kontrolovat...

L: Máte pocit, že je člověk při orgasmu hodně sám?

E: Já bych to tak asi nenazvala... sám... nevím... protože i můj orgasmus je pro něj, protože vím, že on z toho taky něco má. To je ta důležitá dimenze. Nemusím být nějak upjatá, prostě přijímám, co tělo prožívá a jemu dávám ten prožitek. Ano, jsem asi nejvíc sobecká při orgasmu. Jako kdyby partner byl voyer a já jsem jak exhibicionista. Pak třeba nechci mít společný orgasmus, protože v tu chvíli já nejsem schopna vědomě vnímat jeho prožitek. Když ho máme společně, tak je to uuaauu, je to dobrý, ale vím, že když mám orgasmus já a on na mě kouká a vnímá to, tak vím, že je to pro něho úplně jiný zážitek a pro mě taky.

L: Zažila jste někdy noční orgasmus?

E: Ne, znám holky, které to tak mají, ale pokud jsem něco takového zažila, tak o tom nevím, je to možné... spíše jsem se probudila skoro na té hranici.

L: Ještě mě teď napadá, jestli máte nějaké fantazie nebo imaginace při masturbaci?

E: Zase, jenom na začátku... pak už jsem v prožívání těla...

L: Chtěla byste ještě něco doplnit nebo změnit?

E: Myslím, že ne...

L: Děkuju

Rozhovor 2 - Valerie

Vedoucí prodejny, 27 let, svobodná, středoškolsky vzdělaná, ateistka, heterosexuálně orientovaná, momentálně bez partnera. Orgasmu v přítomnosti partnera dosahuje vzácně, při masturbaci také vzácně. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnera je dráždění klitoris. Rozhovor se odehrál u Valerie doma. Valerie hovořila hlasitě, jakoby bez zábran, ale z odpovědí bylo znát, že téma jí blízké není a že sexualita je oblast, ve které se necítí jistě. Přesto se snažila kooperovat a vnášela do rozhovoru dobrou náladu.

L: Co prožíváte při dosažení orgasmu?

V: To já ani nejsem vhodný adept (smích), si to ani nepamatuju...

L: Když si to zkusíte představit, co prožíváte při orgasmu?

V: Já mám pocit, že...nevím, jestli je to obecně, ale u mě konkrétně dojít k orgasmu je docela náročněj pochod na dlouhou trať. Nejhorší je, že já třeba vím, ale pokud si to já sama nezařídím, tak k tomu prostě nedojde...takže já z toho asi nemám ten pozitivní pocit z důvodu, že je to mnou vydřený. Já nechám toho chlapa, ať si hraje, ať si dělá co chce, ale víceméně mám pocit, že on nemá šanci přijít na to, jak dosáhnout toho, abych já měla orgasmus. Většinou teda...tak v pětadvaceti procentech. Těch pět procent, to je strašně atypický případ, kdy já nevím, jak to pojmenovat, protože se toho orgasmu nemůžu zbavit. Ať ten chlap udělá cokoliv, ať se třeba jenom pohne, tak to je prostě nepřetržitá série a já se třeba hodinu směju...

L: A když už toho orgasmu dosáhnete, jaký je to pocit? Co prožíváte?

V: Po pravdě? Asi nic, mně to připadá, že je to pět vteřin o ničem. Pět vteřin, o který se každý snaží, ale přitom nějaký vnitřní uspokojení nemám. Ano, teď chvilkově je mi to příjemný, ale za chvilku je to pryč a co jako...to bylo to všechno? Mám pocit, že člověk se pachtí za něčím, co je strašně chvilkový. Pociťově nedokážu říct, že mě to naplňuje. Mě naplňuje třeba jídlo. Ale ten orgasmus...mně to nepřipadne nic tak z čeho bych měla mít radost. Zase, možná tu radost z toho nemám, protože když už si řeknu, tak jo, chci orgasmus, tak je to vydřený. Není to jako že to přijde samovolně jako vyvrcholení něčeho...Zatím mám pocit, že jen jedinej způsob jak toho dosáhnout. Ještě jsem nenašla víc způsobů jak toho dosáhnout. A chlap většinou nemá šanci přijít na to, jak na to, aby mě uspokojil, pokud já mu neřeknu, přesně dělej tady tohle...Samovolně to tam téměř nikdy nepřijde. Není to vyvrcholení něčeho jak fyzického, psychického nebo pocitového, citového...Otázkou je jestli vůbec můžu dosáhnout orgasmu...

L: A co to, jak se hodinu smějete?

V: No pozor, to je strašně nevysvětlitelný, mně se to stalo asi čtyřikrát v životě. To je o fyzičnu...to já nedokážu popsat, čím se to stane...Já se směju, protože nevím, jestli to lechtá, nebo to je příjemný, nebo jestli mě to vzrušuje, to nejde popsat jo. Mě to prostě nutí se neustále smát...

L: A myslíte, že tohle má něco podobného s tím orgasmem, který jak říkáte vydřete?

V: Někde je tam takovej ten základ možná stejnej, že to vychází z něčeho podobného...takže já jsem to tak nazvala, ale nedokážu pojmenovávat různé věci různými jmény...Tam je ta otázka, jestli vůbec vím, co je to orgasmus. Myslím, že existuje mnoho žen, které neví, co je orgasmus a jenom si to o něčem myslí.

L: Co si myslíte Vy, že je orgasmus?

V: Toť otázka, já si právě myslím, že je to fyzično než pocitovýho něco...

L: A co fyzického?

V: To je to, že já to mám prostě vydřený...určitej něco...a reakce z toho je já nevím...asi teplo, tlak a to já nazývám orgasmem. Proto si myslím, že je to fyzický.

L: To teplo a tlak vnímáte i při tom smíchovém?

V: No jasně, právě že tam je to tak extrémní, že se tomu musím smát. Prostě ten orgasmu má nějakou tu chvilku, nějakou dobu, kdy to prostě cítíte extrémně silně a pak to samozřejmě odezní. U toho mého neudržitelného smíchu je to prostě tak, že on se přestane hýbat, já se přestanu hýbat a kdykoliv se pohne, v tu ránu je to fííí (pískne) a okamžitě zas je to extrémní. Tak já se začnu smát, teď samozřejmě chlap neví co, tak nic, klid a jenom chce třeba ode mě odejít, dostat se ven, tak se pohne a já se zas začnu smát, protože je to zas extrémně silný. To jste nikdy nezažila...to je strašnej pocit (smích). Ve výsledku je to strašnej pocit, protože asi pro toho chlapa...já mu to pak vysvětlím, protože on je to strašně příjemný, ale když už to trvá jednu hodinu, tak už je to fakt nepříjemný. Jakože nemůžete ovládnout něco, co prostě ať uděláte cokoliv, tak to s váma strašně cvičí.

L: Ale je to teda příjemný pocit?

V: Jakože on to je příjemný pocit, ale to jak když se přejíte. Jako ze začátku jíte a je to strašně dobrý, ale prostě když už je toho moc a přejíte se, tak už z toho nemáte tak dobrý pocit. A po té hodině, to už je vyčerpávající. Já jsem samozřejmě vyčerpána smíchem. Asi čtyřikrát se mi to stalo. Je zvláštní, že úplně

poprvé se mi to stalo s chlapem, se kterým jsem delší dobu žila a strašně jsme si nerozuměli v posteli, ale strašně. A prostě jsme měli takovej ten dobrej den, kdy se se mnou vydržel mazlit a kdesi cosi a s člověkem, se kterým já jsem spala jen proto abych ho uspokojila a on mě uspokojil...vyloženě to bylo jen o fyzičnu, tak jednoho dne, možná v době, kdy už jsme spolu nebyli, tak přišlo tady to. To pro mě byl v tu ráno obrovskej ráj na zemi. Prostě tři roky jste s člověkem, se kterým neprožíváte po sexuální stránce vůbec nic, už jste i rozejtí, ale ještě spolu spíte a najednou přijde hodina pro mě – nevím jestli je to tak doopravdy – hodina permancntního orgasmu. Pro mě to byl obrovskej šok, o to horší v tom, že mě to řeklo, ježíšmarjá přece lidi spolu jsou nejcnom kvůli sexu, my spolu právě že nejsme kvůli sexu, a kvůli něčemu jinému jsme se rozcšili a najednou nám to v tom sexu začne klapat. Takže to byl obrovskej paradox, že poprvé se mi to stalo s chlapem, se kterým já jsem si po celý léta nerozuměla. Pak se mi to dvakrát stalo s člověkem, kterého jsem bezmezně milovala a nemohla jsem ho mít, takže tam jsem prostě předpokládala, že se to stane. A taky jsem tvrdila, že to jsou dva lidi, které k sobě po fyzické stránce absolutně patří. Ale taky se to nestalo hned. Taky to přišlo až po nějaké době. No a pak to bylo jednou náhodou...To už si nedokážu vysvětlit vůbec. Takže po pocitové stránce já to neberu jako něco normálního, ale abnormálního, takže já se snažím spíš o takový ty krátkodobý. Ani nevím, proč po nich toužím, když stejně ve výsledku... Já myslím, že po nich toužím proto, že si myslím že je to součást toho.

L: Jakože máte pocit, že byste měla mít orgasmus?

V: Hmmm, jo.

L: Že to po vás někdo chce?

V: Ne, že to po mně někdo chce, to ne. Ale já nevím, jak bych to popsala...

L: A co cítíte po orgasmu?

V: Fyzickou úlevu...ale já mám větší radost z toho, když vím, že ten chlap dosáhl nějakého vyvrcholení. Mně to strašně udělá radost, mě to vnitřně uspokojí. A mám pocit, že na chlapovi vidím, že se trápí, že neuspokojil mě. Takže proto nějakým způsobem docházím k tomu, abych vyvrcholila i já, aby i on z toho měl dobrej pocit. A právě ten hodinovej smích je samovolnej...to není dárek jemu, ale to je asi odměna těla mě., nebo nevím jak bych to řekla.

L: Takže vám to není nijak zřejmý před tím, než toho smíchového orgasmu dosáhnete...

V: Ne, ne. To prostě přijde a nejde se toho zbavit. Právě s tím normálním orgasmem mám pocit, že ho dokážu korigovat. Když chlap třeba řekne, ještě ne, tak ještě nebudu, ale tenhle smíchovej, samovolnej prostě nedokážu korigovat, to nedokážu ovládnout. Ani pocitově, ani fyzicky, prostě ať udělám cokoliv, tak to nezastavím. A prostě při každým pohybu a znova a znova...

L: Čím můžete ten jeden orgasmus korigovat?

V: Pohybama, polohou, čímkoli...zase to je fyzicky. A nebo si prostě řeknu ne. Je to hodně všechno o mé vůli. Nepřichází samovolně...takže si ho můžu zkorigovat jak chci...Zní to možná banálně, ale on třeba řekne ne a já z trucu řeknu „jak ne? Já prostě chci...“ a on se může rozkrájet a já chci a já ho mít budu. Takže si myslím, že to není jenom jakože fyzicky...samozřejmě spoustou pohybů jsme schopni to bud jakože přiblížit nebo oddálit, ale že i kdyby si on říkal stokrát ne, tak já nepočkám, protože nechci.

L: A to teplo a tlak při orgasmu cítíte kde?

V: Uvnitř, na konkrétním místě...no spíš tam venku...ježíšmarjá, jak se to řekne odborně? Určitě ne vevnitř...

L: Myslíte klitoris?

V: Jo. Já tím že to nepoužívám, tak na to nemyslím...

L: Já bych se možná ještě vrátila jednou k vůli...když se tedy v určité fázi rozhodnete, že chcete mít orgasmus, jak to pak probíhá dál?

V: Většinou je to tak, že chlap je rychlejší. Nevím, jestli mám štěstí na blbý chlapi, ale mám pocit, že mě když se chlap dotkne, tak je v tu ránu hotovej...Mám pocit, že chlap udělá dobře sobě, otočí se na záda a jde spát. To byly ty tři roky. A prostě když cítím, že to není jen o tom, že chlap chce udělat dobře jen sobě, ale že to bere, tak jak to má být po té citové stránce, jako mazlení, tulení, hraní si a dojde ke klasické věci, že se dostane do mě a neukočiruje to, ale prostě snaží se dál, tak prostě snažit se může jak chce, když já neřeknu, tak já ho odměním, tak to jeho snažení vyjde vniveč.

L: Takže vy se rozhodnete, že chcete mít orgasmus a začnete se dráždit sama, nebo tak něco?

V: Ne, já jenom zvolím úplně jinou polohu, která se mu většinou nelíbí, ale mně jo.

L: A když už zvolíte vyhovující polohu, tak co se potom děje? Co cítíte

V: Jde tam hlavně o to, aby se mě nedotýkal, všechno můžu dělat jenom já. Běda jak on se začne o něco snažit. A prostě ostatní části těla jdou bokem. Je mi jedno, že mám křeč v noze, je mi jedno, že blbě klečím na kolena, nebo jsem blbě opřená o ruce. Prostě soustředím se jen na určitou konkrétní část těla a ještě je to teda po vizuální stránce...mě strašně baví pozorovat toho člověka, jak pozoruje, co dělám já.

L: Takže máte otevřené oči?

V: Musím mít otevřené oči, neustále...

L: Takže máte otevřené oči a zároveň se soustředíte na ten bod jak jste řkala?

V: Výsledek je v jednom bodu, ale nesoustředím se na jeden bod, spíš se soustředím na jeden pohyb, ale od toho jsme ženský, že dokážeme myslet na dvě věci na ráz. Že jednak pozoruju, co on dělá obličejem a jednak samozřejmě neustále hlídám sama sebe, jestli už to přichází. V jeho tváři mě baví pozorovat to očekávání, nebo zmatek, nebo obdiv. To všechno tam je. On sleduje...a teď bude jako co? Ty výrazy se neustále mění. To je samozřejmě reakce na můj výraz, na mé pohyby...

L: Co děláte, když vidíte, že jemu se to líbí?

V: Já se začnu strašně smát...

L: Když se na něj díváte a soustředíte se na pohyby, které vám dělají dobře, co se pak děje?

V: Jako pocitově? On asi cítí to samé jako já...něco se stupňuje, ať je to napětí – byt psychický nebo fyzický – tak prostě většinou je to teda vzájemný a já si myslím, že potom teda neskutečná úleva.

L: Co se děje v té úlevě?

V: Myslím, že mi v tu ránu vypne mozek, tak na půl minuty...

L: Co to je to v tu ránu?

V: Jako když cítím, že to přišlo. Když najednou z příjemného pocitu je extrémně příjemnej pocit, kterej trvá určitou dobu, já nevím, třeba deset až dvacet vteřin a v tu chvíli absolutně na nic nemyslím, ale absolutně. Prostě to je, jako kdybych měla okno a pak se zas začnu jenom smát.

L: A těch deset až dvacet vteřin byste nazývala orgasmus?

V: Jo, jo...

L: Takže tam vidíte nějaký rozdíl mezi tím orgasmem, kdy máte okno a mezi tím, co je před tím?

V: No, to je obrovskej rozdíl, to je jak světlo a tma. Jasně, nemilujeme se pořád, nemáme pořád ty příjemný pocity. Ale беру to jakože součást života. Jím, piju, spím, tančím, tak prostě беру, že se miluju a najednou přijde prostě...paradoxně když použiju ten kontrast - tma, kdy dvacet vteřin nevnímám, nevím, necítím...no cítím, to teplo a tlak.

L: Vidíte jasné rozhraní mezi tou tmou a světlem?

V: No jasně, to je propast...prostě najednou zhasli a spadli jsme dolu a když jsme dopadli, tak rožli.

L: Napadl by vás jiný zážitek který byste mohla k orgasmu přirovnat?

V: Mám pocit, že permanentní orgasmus zažívám u jídla. Když mám fakt něco, co mi chutná, tak v tu ránu jakoby se ty chuťový buňky rozprostřely po celém těle a něco mnou projede. Je to něco úplně jiného po fyzické stránce, ale po pocitové stránce je to fakt takovej ten okamžik...teda mnohem kratší, ale kterej udělá aaaah (smyslně si povzdychne) a je pryč. Při druhém soustu už se to nezopakuje. Mně se to teda zopakuje...(smích), ale ne vždycky. Takovej ten permanentní, hodinovej je i u toho jídla jen někdy. Ale u jídla někdy i brečím, jak je to strašně dobrý. To je vlastně zvláštní, co jsem teď řekla, protože do teď jsem říkala, že se po orgasmu směju, ale nemyslím si, že je to pravda, já u toho hodně často brečím...Jako radostí nebo štěstím, nebo tím příjemným pocitem, ale teď už se mi to nestává tak jak se mi to stávalo s tím chlapem, co jsem s ním byla tři roky. Když už jsem si ho vydřela, tak jsem ho obřečela.

L: Kdy jste začala brečet?

V: Až to pominulo, až když rožli. Jak rožli, tak prostě...

L: Co to přivedilo?

V: Já myslím, že silnej emoční zážitek. Že to prostě bylo na mě tak strašně silný, že už se nemůžu smát, ale musím brečet. Bud jedno nebo druhý, ale většinou oboje dohromady. Já se směju a brečím.

L: Smích tam taky hraje takovou nějakou podobnou roli?

V: Jo, ale teď jak to říkám nahlas, tak když je to fajn a je to příjemný, tak se směju a když je to jakože silný a možná i delší, nebo nedokážu říct co, tak z toho smíchu začnu brečet. Jo a teda ještě u toho dost často přestanu dýchat.

L: Jako u orgasmu nebo těsně před tím?

V: Asi v té chvílce, kdy zhasnou, ale to trvá i když rožnou.

L: Že vůbec nedýcháte půl minuty?

V: To já umím i dýl. To jsem měla kdysi na začátku, když se mi to stalo, tak ten chlap do mě bušil jakože co se děje a já jsem nemohla ani mluvit, to bylo fakt takový období. Ted se mi to nestává. Já jsem prostě ležela, já jsem s ním nekomunikovala a nedýchala. Ale já zas nedokážu říct, jestli to bylo třeba tři minuty nebo prostě jak dlouho, ale vzhledem k tomu, jakej o mě měl strach a prostě viděla jsem ten děs v očích, tak to asi byla delší doba. Pak už si na to zvyknul. Prostě jako kdyby už bylo rožnuto, ale já jsem byla tak strašně uvolněná, tak jsem nedýchala a nemluvila, jen jsem bezvládně ležela a nebyla jsem schopná se nahodit.

L: Bylo to nějak nepříjemný?

V: Mně to nevadilo... Já jsem to brala jako nějakou regeneraci. Ted byl nějaký obrovský výdej energie, jak fyzické tak psychické. Naakumulované strašně moc pocitů dohromady. Tak jsem se z toho potřebovala vzpamatovat. A pak se teda přiznám, že jsem to někdy dělala vědomě. Že jsem jak kdyby potřebovala přestat dýchat, aby se to jak kdyby celý zregenerovalo. Nevím, jestli jsem to dělala v pocitu, aby ve mně ten pocit příjemného zůstal anebo jsem to dělala proto, že jsem potřebovala načerpat nějakou energii, stabilizovat to tělo, protože teď bylo extrémně vypjatý.

L: Myslíte, že při orgasmu mluvíte?

V: No, ukecaná jsem docela dost, spíš asi jak kdy. Schoulím se do klubička a nekomunikuju. Zahraju si na toho chlapa, že se otočím na ten bok, stulím se a odmítám komunikovat. To taky znám. Ale během orgasmu... já věřím, že komunikuju rukama, že prostě něco jima dělám. Možná tak otvírám pusku, ale nemluví, to ne.

L: Křičíte?

V: Pokud jo, tak proto, že to ten chlap chce, mám pocit, že to nevychází ze mně. Zase to vychází z toho, že to orgasmu je vydřenej, dáreček pro toho chlapa, tak prostě si bud o to řekne, abych to komentovala, ale nevychází to ze mě.

L: Promítáte si nějaký film? Nebo máte nějaké fantazie během masturbace nebo s partnerem?

V: Vůbec. Myslím si, že mám fantazii slušně rozvinutou, ale co se týče sexu a milování, tak absolutně ne, nula bodou...

L: Věděla byste proč?

V: Nevím. Byla jsem teď zamilovaná do jednoho chlapa a měla jsem potřebu být jiná, zajímavá, tak se přiznám, že jsem šla k bráchovi se dívat na porno, ale ani mě to nevzrušovalo, ani žádné takovéhle fantazie nemám. A vzrušuje mě to, co vím, že nemůžu mít. Tam se mi možná ta fantazie rozjede. Vidím nějakýho krásnýho chlapa, zkusím to na něj, on nic a v tu ránu se mi ta fantazie rozjede. Takže si dovedu představit hodně věcí i co se týče milování. Ale když mám svého partnera, tak na to ani nijak zvlášť nemyslím, natož nějaký fantazie. Mně vlastně vyhovuje v sexu ta stereotypnost a monotonie, ale jen u toho chlapa, kterého mám.

L: Rozlišujete nějaké typy orgasmů?

V: Ne, jeden konkrétní, stejnej...

L: A co ten hodinový a vydřený?

V: Ahaaa, ale v podstatě, ten začátek nebo ten pocit je stejnej, jenom ten důsledek je jinej. Bud to skončí nebo to pokračuje. Ta podstata toho je stejná.

L: A ta podstata je co?

V: No to... tam...

L: Pocit na klitorisu?

V: Jo...

L: Řekněte to (smích)...

V: Neřeknu. Se divím, že se o tom vůbec bavím. Pro mě to není typický, dokážu se bavit o chlapcích, o vztazích, o pocitech, ale o sexu strašně málokdy. Dřív vůbec, teďka trochu. Nedokážu asi orgasmus popsat. Je to nějak samozřejmý, ale nedokážu to nějak dál specifikovat. Že si to ani teď nějak nedokážu představit. No, ale je to zvláštní, protože na jednu stranu tvrdím, že to dávám chlapovi jako dárek, že si to vydobudu, ale když se to po mně nevyžaduje a jsme spolu a jenom se prostě dotýkáme, vnímáme a cítíme, tak to je potom něco na mě. Jak to, že ten chlap mě nechce uspokojit? Tam je to najednou neúplný, najednou se cítím strašně neuspokojená, to není celek. Je to fajn, je to příjemný, ale já to pak nevydržím a vezmu to do svých rukou...

L: Předstírala jste orgasmus?

V: Než bych ho předstírala, tak raději udělám něco, abych ho dosáhla doopravdy. Ale někdy se stane, že třeba ten chlap se snaží a se mnou to nic nedělá, tak třeba předstírám, že mě to baví, že je to dobrý co dělá, kvůli němu, ale orgasmus ne. Zase to vychází z fyzická. Ten chlap je super, já si s ním rozumím, ale v posteli to se mnou nic nedělá, tak mu ale přeci neřeknu...

L: Kvůli čemu?

V: Protože už bychom nebyli kamarádi. Já si s ním rozumím kvůli jiným stránkám, pro mě je to strašně fajn, příjemnej člověk a přece o něho nepřijdu jen kvůli tomu, že jsme spolu skončili v posteli a nebylo to ono. Tak to nejde mu to říct. Chlapecká ješitnost je ještě něžnější než ženská, že by to nemusel rozdejchat. Záleží komu to řeknete a komu to neřeknete.

L: Jaký je rozdíl mezi orgasmem s partnerem a při masturbaci?

V: Rozhodně nemám orgasmus při masturbaci, nikdy...

L: A přesto masturbujete...

V: No, nějak moc ne, to se mi stane jen někdy když se probudím a v televizi je nějaký erotický film, tak to je asi jediný případ. Možná že ve spánku nejsou zapojeny všechny rozumové buňky a něco tam vidím...Jen v noci u televize...

L: Čeho myslíte, že se vám nedostává, že nedosáhnete orgasmu a s partnerem ano?

V: To je v tom, že není pocitově, ale fyzické. Já se nedokážu tak uspokojit, jak mě dokáže uspokojit ten chlap při tom konkrétním pohybu. K tomu prostě potřebuju chlapa.

L: Jaký je to pocit potřebovat chlapa?

V: Já ho nepotřebuju. Ten orgasmus zas není bůh ví co, že bych musela...Někdo tady může o orgasmu mluvit, rozplývat se, málem tady vlnout a prostě teď se o tom bavíme...jo

L: Ještě bych se vrátila k tomu momentu, kdy zhasnou. Cítíte teplo v tu chvíli, nebo až potom?

V: Právě v tu chvíli toho orgasmu, v té propasti...možná je to něco jako sopka, jak tam ta láva jako jde a pak prostě je ta erupce.

L: A co tu sopku přiměje k erupci?

V: No, vlastně tam jde o vyhovenost chlapa. Nejde o velikost, ale o jednu kost, která naráží na to speciální místo. Jde prostě o dvě speciální místa, která se lřou. Ve výsledku je jedno, jestli je ve mně, nebo ne, to není to podstatné. Tam jde o ty dvě místa. O polohu mi ani tak nejde, ale musí dojít k tomu konkrétnímu tření.

L: Když je partner ve vás, cítíte třeba něco ve vagíně?

V: No to cítím, když se mu to líbí, když vyvrcholí stejně jak já, tak to pozor, to je úplně úžasnej pocit. To je v té tmě ta výborná sopka. To je asi jediný, kdy je tak pološero v té tmě v té propasti, když je to náraz, což se stává málokdy. Je to strašně příjemný pocit. Jakože naplnění, jak v pravém slova smyslu, ale i v tom pocitovém. Nejenže jsem spokojila sebe, ale uspokojila jsem i jeho a prostě zapadlo to přesně tak jak to mělo. To je zvláštní, teď mi dochází, že v tu ránu jako kdybych se přepla, když vyvrcholí i on a přestala vnímat ten svůj orgasmus a vnímám to, co se stalo jemu. To je divný, počkat...to budu muset změnit (oboustranný smích)...No jo, já nad tím nikdy nepřemýšlela, ani u toho nad tím nepřemýšlím. Beru to, tak jak to jde. Až teď když to říkám nahlas, tak si uvědomuju, že to jeho vyvrcholení je pro mě příjemnější než to vyvrcholení moje. Ale když je úplná tma, tak to teplo a tlak jsou delší, než když je tam ještě on do toho.

L: Takže by pro vás byla lepší delší tma, než kratší tma, ale naplněná?

V: Teď nad tím právě přemýšlím...nevím...to je těžký

L: Máte to tak, že se po orgasmu zastavíte a už je to nepříjemný, anebo můžete pokračovat dál?

V: No, jak kdy. Někdy klidně jedu dál, že se to bude opakovat. Někdy se stane, že mám třeba tři za sebou, ale to se stává málokdy. U mě to vychází z postoje toho chlapa, ve smyslu z postoje jako jak se tváří, jestli mu to bylo příjemný, jestli se mu to líbilo. Pokud já to vycítím, nejenom fyzicky, ale i pocitově, jako že jo, tak normálně jako dál pokračuju.

L: Tak jo, děkuji vám za poskytnutí rozhovoru.

Rozhovor 3 – Eva

Překladatelka, 49 let, vysokoškolsky vzdělaná, ateistka, heterosexuálně orientovaná, spolužije s partnerem 12 let. Orgasmu v přítomnosti partnera dosahuje obvykle, při masturbaci vždy. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnera je pohlavní styk s drážděním klitorisu. Rozhovor se odehrál u Evy doma. Eva působila během našeho rozhovoru roztržitě, do prožitku se nesnažila moc dostat, spíše, zdá se, hovořila o tématu z pohledu intelektuálního. Eva se považuje za feministku a proto se rozhodla podpořit tuto studii, ráda by napomohla zbourání klíšé, které podle ní v této oblasti panují.

L: Co prožíváte při dosažení orgasmu?

E: Slastný pocit v oblasti podbřišku, asi vagíny, ale celkově vulvy taky asi. Možná se dá říct, že to má víc vln, ale řekla bych, že moc ne, tak několik vteřin. Spíš tak jedna vlna, možná dvě. Myslím, že takových pět vteřin, dejme tomu. A je to hodně silný, teda podle okolností že jo.

L: Podle jakých okolností třeba?

E: Řekla bych, že když jsem hodně unavená, tak to vím předem, že si to moc neužiju, že bude jen takový náznak orgasmu, nebo nic. Potom, teda alkohol mi nepomáhá, spíš to tlumí bych řekla. Pak jsem to zkusila s marjánkou a to bylo úplně nejlepší (smích).

L: Jakože nejsilnější prožitek, nebo i fyzický?

E: Jasně, řekla bych, že to obecně zvýší to vzrušení, že si to vůbec víc užívám a že i ten orgasmus je silnější. Co ještě...Taky dost záleží...já se musím sama ještě vzrušovat, jak se říká, že je to věc mozku, tak různými představami...to si myslím, že asi dělá hodně žen. Když bych se nesnažila se v tom angažovat, dostat se do té nálady, tak se mi to třeba vůbec nepodaří.

L: Takže jste v tom nějak aktivně?

E: Ano, že třeba si představuju nějak ten sex...ještě si ho vizualizuju, protože většinou se to děje bohužel po tmě s mým přítelem. Tak si vizualizuju scény...já teda porno filmy moc nesleduju...teda z porno filmů a to mi pomáhá. Takový třeba voyerský výjev. Takže si myslím, že je takový jako klíšé, že u té ženy záleží na tom, aby toho člověka milovala. Samozřejmě, abych se s ním vůbec vyspala, abych s ním něco měla, tak toho člověka potřebuju mít ráda, ale ten vlastní sex aby mě vzrušoval, myslím, že to tak jako není. Tam záleží na jiných věcech.

L: Že máte pocit, kdybyste někoho potkala, že stejně by k tomu sexu mohlo...

E: Já myslím, že by se to mohlo stát. Že je to právě obrovský klíšé, že se říká, že ten muž může vždycky a ta žena, jenom když je zamilovaná. Já si myslím, že za určitých okolností, že je to prostě hodně daný kulturně, že jsme tak vychovaní. Že za určitých okolností bych to dokázala, tak jak to dokážou, jak se říká, ty chlapi. Že někdy to není ta rozhodující fakta...někdy máte toho člověka hrozně ráda a stejně prostě vás tak nevzrušuje.

L: Když vezmeme celou tu sexuální aktivitu od začátku, co se děje? Jak začne Vaše cesta k dosažení orgasmu?

E: Čili typický průběh soulože nebo tak? Nejlepší je, když je člověk už předem vyladěnej. Když si říká, tak dneska by jsme mohli ten sex (smích).

L: Jak se na to vyladíte?

E: Já už s tím přítelem žiju 12 let a často spolu někam chodíme, třeba do kina, do hospody a teď si dáme dvě deci a jak se s ním bavím, tak si říkám, on je takovej prima (smích) a tak...takže tohle taky pomáhá. Kdyby člověk celej večer vytíral podlahu, tak to nebude to ono. Nebo když muž přijde z hospody a je na vás hrubej, tak to taky asi nepřispěje. Pak mi pomáhají doteky, když se začnem vzájemně dotýkat, ale myslím, že tu předehru nepotřebuju moc dlouhou. Protože jak se říká, že ženy potřebuju hodně dlouhou předehru, tak to zase já celkem, mě už to pak nudí. Třeba dřív jsem zažila, že si muži mysleli, že potřebuju hodně dlouhou předehru, třeba 15 nebo 20 minut, tak mě fakt už potom nebaví. Takových pět minut je úplně dobrý. Taky je dobrý, že tak jak jsme navyklí se během toho změni poloha, třeba jednou je to na zádech, pak třeba nějak opačně, takže mně se obvykle podaří dosáhnout dvou orgasmů u jedné soulože a on samozřejmě dosáhne orgasmu až potom. Protože taky nevěřím, že by se ten muž dokázal tak rychle vybičovat znovu...takže tak. No a to celé trvá dejme tomu 15 minut.

L: Když už začnete tu sexuální aktivitu, co se Vám honí hlavou?

E: Asi musím hlavně z hlavy vypudit ty všední starosti, protože si myslí, že se to ženám taky děje, že začnu myslet na to, jestli mám na zaplacení činže, nebo nějaké složenek a nebo prostě co ty moje děti mi dělaj za starosti, tak to je asi to nejhorší. Já se docela i snažím se soustředit na ty vjemy. Moc jako nemyslet, to jako docela pomáhá.

L: Říkala jste snažím se soustředit...jako upřít někam pozornost?

E: Řekla bych, že asi jo...asi na ty doteky, jestli se tomu dá tak říct. Prostě si vyprázdnit mysl od myšlenek...jak se říká, že je hladina alfa a beta. Normálně jsme na hladině beta, tak se spíš dostat na tu hladinu alfa, jako když člověk medituje nebo tak.

L: Myslíte, že do té hladiny alfa se dostáváte už během těch doteků?

E: Já myslím, že postupně jo...nebo se třeba soustředím na dýchání jako při meditaci. Myslím, že je to dobrý i při sexu. Soustředím se na dýchání a ty myšlenky se odešlou někam jinam. No jo, to mě nikdy nenapadlo, ale myslím, že je to podobný.

L: Co byste řekla o té hladině alfa, co vnímáte v hladině alfa, co prožíváte v té chvíli když to třeba srovnáte se tím, co vnímáte teď, když si povídáme a jste v nesexuálním stavu?

E: Jasně...ted' vlastně nevnímám svoje tělo skoro vůbec. Vím, že tady sedím, ale nevnímám každý místo kůže a tak...sebe. A to je asi ten rozdíl...tam se soustřeďuju na prožívání toho těla...a taky těla svého partnera.

L: Jak to máte třeba s prožíváním okolí?

E: Jo, jestli v té chvíli vnímám...asi jo. Říká se, že někteří lidi úplně vypnou, to já zase asi nevypnu úplně stoprocentně. Ale asi se to otočí. Jak ted' moc nevnímám to tělo, tak potom moc nevnímám to okolí. Jakože někde ležím v posteli, většinou, ale je mi to dost jedno a je fakt, že asi člověk přestane vnímat, jestli vás tam něco tlačí, nebo jestli vám byla před tím zima, všechno se to jakoby setře, člověk se na to vlastně nesoustředí.

L: A když to takhle nějak pokračuje, jak to směřuje k orgasmu, co se tam děje dál?

E: Myslím, že v posledních chvílích před tím orgasmem už člověk cítí takovou energii, jak se soustřeďuje někde v tom podbříšku. Možná nejdřív jsou to takový nervový výboje v celém těle a pak se to soustřeďuje čím dál víc k tomu vlastnímu pohlavnímu orgánu. Myslím, že je rozdíl, že žena se vzrušuje a zůstane na té platformě, na tom plató toho vzrušení dlouho. Že když mám jako ten první orgasmus, tak to není jako že bych přestala být vzrušená hnedka a to si myslím, že ti muži mají. Jak se říká, že by vyměnili...já teda hodně uvažuji a málo mluvím o sobě, ale já to potřebuju dostat do nějaké proporcí...že by teda vyměnili tu partnerku, když skončej, ejakulují, za basu piv. Myslím si, že je to možný, že někteří muži to tak maj. U sebe pozoruju, že to vzrušení u mě trvá dlouho. Pak se teda už snáze dostanu k druhému orgasmu a pak jsem tak příjemně vzrušená, unavená, pak třeba usnu a jsem furt ještě na té hladině alfa. Kdežto věřím, že ten muž je asi schopnej se z toho nějak dřív dostat.

L: Zkusme se vrátit k tomu momentu, kdy energie začíná směřovat ke genitálu. Vy už teda v tu chvíli tušíte, že budete mít orgasmus?

E: Vlastně je to tak, ale kdybych chtěla odvrátit, oddálit nebo něco, tak můžu začít schválně myslet na něco jiného (smích), nebo se méně soustředit nebo tak. Není to tak, že by se to celé dělo nějak samovolně, vegetativně, že přece jenom tam ta vůle hraje nějakou roli.

L: Čím byste ještě mohla orgasmus pozastavit? Vy jste říkala asi nějaké ty nesexuální myšlenky...

E: Někdy se o to ani nesnažím, ale vím, že kdybych chtěla, tak bych mohla...Tak si, třeba nesexuálníma myšlenkama, nebo, že bych si začala více uvědomovat to okolí. Kdybych se z toho jako vytrhla.

L: Dovedla byste pojmenovat elementy, které vedou k tomu nabíjení energie?

E: Je to asi pravda s těma erotogenníma zónami, záleží na tom, co dělá ten partner, jestli se treťí do toho, na co mám já náladu, co chci a tak. Doteky v oblasti ňader i v oblasti toho genitálu samozřejmě. Taky hraje roli to...já mám radši, když je takovej vyhrátej ten partner. Když mu je někdy zima, tak mě to kupodivu odrazuje. Taky jsme si koupili vibrátor a zkoušeli jsme hrátky s vibrátorem (smích). To teda nevede u mě přímo k orgasmu, ale každé takové zpeřtění jako člověka ještě víc vzruší. Když si tak jako hrajete. Taky jsou důležitý ty vizuální vjemy. Ačkoli se říká, že tohle ženy ani nechtěj, tak mě vizuální vjemy stimulujou. Když je šero, tak je to lepší než tma, protože to posiluje vzrušení.

L: Ty vizuální vjemy jsou spíše výjevy nebo takový film?

E: No, vyvolávám si představy...četla jsem, že hodně žen si představuje sado-maso scény, znásilnění, pouta, bičování, tak tohle mě třeba vůbec nerajcuje. Ale voyeristický představy, že třeba pozoruju někoho, kdo má sex, tak to mě vzrušuje. Jsou to spíš výjevy. Stejně když je tam tma, tak si něco představuju.

L: A co kdyby bylo světlo?

E: Úplně světlo jako ted' by bylo inhibující, ale v příšeří by mi stačily jen ty vizuální vjemy. To jsem taky zažila...Ale fantazie mají větší moc v tom, že si představíte něco, co vás ještě víc vzrušuje, co třeba ani nechcete prožít v reálu a tak. Třeba skupinový sex bych nikdy nechtěla prožít v reálu, ale když si to představím, tak mě to vzruší. Taky mě vzrušuje partnerovo tělo. Já jsem vyhraněná heterosexuálka, takže mě vzrušuje, že má partner to odlišný tělo.

L: Všechny tyhle komponenty Vás tedy postupně vedou k orgasmu...

E: Jo, je to postupně, nejsou tam žádné náhlé skoky.

L: Když už je ta energie soustředěná do oblasti genitálu, co se potom stane?

E: No, já nemůžu říct, že by ten orgasmus spustila nějaká jedna věc a taky to už nějak nemůžu ovlivnit vůlí. Musím doufat, že se to nějak spustí samo bych řekla. Pak je to výrazný...člověk pozná, že tam jsou změny. A když to přestane, tak taky...je tam nějaký ten pokles, ačkoli ne tak velký. Plynulý, plynulý a pak se tam něco děje.

L: Můžete nějak rozlišit prožitku v orgasmu a ten před orgasmem?

E: Před orgasmem člověk cítí očekávání, těšení, prostě to není ono a že ten orgasmus sám je teprve už taková ta slast.

L: Co se s Vámi děje při orgasmu?

E: Já spíš jako znehybním. Můj bývalý muž si to vysvětloval tak, že už mě to nebaví a já zrovna v té chvíli nejvíc chtěla aby pokračoval. Takový trochu nedorozumění.

L: To bylo v té chvíli před orgasmem?

E: Vlastně při tom. Jak si to člověk užívá, ty vlny ty rozkoše, tak já nemám zrovna chuť něco moc dělat a taky jsem přišla na to, že je lepší při tom trochu sténat, kvůli tomu partnerovi...

L: Sama od sebe byste to asi nedělala?

E: Ani ne, ale takhle on pokračuje v tom, co se mi líbí.

L: Vy orgasmus nazýváte slast, jak byste to ještě popsala?

E: Třeba jako takovej elektrické výboj. Když třeba delší dobu nemám sex, tak si připadám taková plná energie, podrážděnosti a tohle je zjevně to vybití.

L: Takže jako kdyby ten elektrický náboj narůstal a v orgasmu se vybil...

E: Jo, vlastně asi jo...

L: Máte ve chvíli orgasmu nebo těsně před tím nějakou fantazii nebo imaginaci?

E: V tu chvíli už ani ne.

L: Jak vnímáte okolí při orgasmu?

E: Je možný, že to fakt nevnímám v tu chvíli...že je to velmi krátký úsek, ale nevím, co se tam děje...

L: Myslíte si, že by Vás něco mohlo v tu chvíli vyrušit?

E: Stejně už by se to celý dodělo, pravděpodobně...to je třeba 3-5 vteřin, kdyby jako začal zvonit telefon, padala střecha, tak by to asi pár vteřin doznívalo než bych se vzpamatovala.

L: Ještě bych se vrátila k tomu Vašemu přirovnání meditace. Meditujete?

E: Teď moc ne, ale byla jsem na pár víkendech, zkusila jsem to. Taky dělám břišním tanec a když se do toho dostanu, tak je to hodně podobnej stav.

L: Podobnej stav jako přesně co...

E: Člověk je najednou strašně vyrovnaněj, zklidněnej. To je pravda, jak jsem mluvila o té podrážděnosti, tak to už pak není v tomhle stavu. Člověk se zklidní. A přitom břišním tanci nebo meditaci, to je ten cíl, už nic neočekáváte, už si užíváte ten rytmický pohyb. Vyprázdnění myslí a klidnej vyrovnaněj pocit. U sexu je tam to očekávání a zvyšující se vzrušení.

L: Co se děje při meditaci se stavem vědomí? Co prožíváte?

E: Nejlip se mi soustředí na dech, mám pocit, že splývám s tím vesmírem, ale taky si to nějak konkrétně nepředstavuju. Prostě plynou oblaka a já jsem uprostřed toho světa a já a svět jsme jedno. Moc si to neformuluju pro sebe.

L: Do takovýhle stavu se dostanete hned, nebo...

E: Záleží na vyladění, ale asi tak 3-4 minuty...nebo si pustím nějakou hudbu přiměřenou...ale i to okolí vnímám. Při sexu ho vnímám míň. Možná to není to pravý, možná někdo medituje tak, že se opravdu dostane hlouběji

L: To, co jste popisovala že se Vám děje při meditaci se Vám děje i při orgasmu nebo už dřív?

E: To přitom sexu už je dřív, ten orgasmus už je čistej požitek.

L: Stalo se Vám někdy, že jste orgasmu nedosáhla, když už jste ho očekávala?

E: Jo, to se mi někdy stane...To se mi stane, když jsem unavená...někdy se tak jako vzruším, ale pak si uvědomím, že se mi to prostě nepodaří. Ale dost málo. Myslím, že v takových 90% se mi to daří. My už jsme s partnerem tak vyladěný, že už ani nezačínáme se sexem, když některej je unaveněj...Taky jsem zkusila po extázi, to nemám orgasmus vůbec. To jsem asi 2x zkusila. Člověk je takovej, že se rád omakává, je to takový hezký, ale prostě ne (smích).

L: Čím to může být?

E: Nějaká chemie v mozku, protože člověk je tak strašně na to vyladěnej. A s tou únavou, nevím co tam v tom mozku chybí.

L: Takže Vám to přestane krůček před orgasmem?

E: V podstatě jo, jakože tam nepřeskočí ta jiskřička, nabíjí se to nabíjí, ale už to nepřeskočí ten náboj.

L: Je těžký pojmenovat to, co tam způsobí tu jiskřičku...

E: Často cítím, že už na to nemá sílu a že je lepší se na to vykašlat, protože i ten sex mi přináší nějaký uspokojení, sice asi ne takový, ale pořád lepší, než kdybych se pak ještě půl hodiny pachtila...

L: Takže je to taky o nějaký snaze?

E: Jo, vlastně jo...Že se v tu chvíli rozhodnu, že už jsem utahaná z toho, jak se pachtím...asi jo, tam se člověk nějak vědomě kormidluje...

L: Rozhodnete se v nějaký fázi vědomě, že chcete dosáhnout orgasmu?

E: Tak to já chci vždycky (smích). Nebo ten druhý...někdy taky prožije jen jeden, pak ten druhý...To pak vidím, jestli se na to cejtím, jestli je ve mně ještě ta energie a ještě jsem dost vzrušená. Myslím, že je to ta hladina toho vzrušení plus nějaká ta energie, která se musí vybit. Tak tyhle věci. Jinak to je další klišé, že ženy nepotřebují orgasmus, to musím samozřejmě protestovat...Já myslím, že ho v zásadě potřebuju, ale když občas ho člověk nemá, že to zas tak strašně nevadí.

L: Jaký smysl má orgasmus pro ženy?

E: Myslím, že žena ztratí postupem času zájem o sex, když je anorgastická. Sice jí to přinese blízkost, důvěrnost, je to příjemný, ale ta energie se nevybije, ta zůstane. Ty ženy pak nemůžou mít takovej trvalej zájem o sex.

L: To vybití energie je podle Vás asi dost podstatnej moment...

E: Já myslím, že jo, že je to taková jako odměna. Proto to asi příroda vymyslela, jako odměnu za to, že se s tím sexcm člověk tak pachtí (smích). To je asi velkej rozdíl, když je člověk na začátku vztahu, tak je takovej dychtivej ale když takhle s někým žijete 10 let, tak je to jiný. Člověk je docela někdy líný na ten sex. Myslím, že třeba spíš pomáhá u těch dlouhodobých vztahů. V mládí, když jsem byla zamilovaná do nějakýho kluka, tak mi na tom tak nesešlo a taky mi to trvalo. Jak se říká, že ta ženská svou sexualitu najde až ve třiceti, tak to jsem byla ten případ. Takže to tak asi nebylo když mi bylo 20 nebo 25 let, ale teď to tak je. Teď bych se na to možná ne vykašlala, ale měla bych ho pravděpodobně daleko míň často.

L: Když srovnáte prožitek orgasmu při sexu s partnerem a při masturbaci?

E: Jo, to je jiný. Protože je pravda, že při masturbaci žena dospěje k orgasmu ve 100% případů, protože začne masturbovat proto, že cítí tu potřebu a taky ho dosáhne hrozně rychle. Opravdu, to jsou třeba vteřiny. Zase to rozhodně není tak intenzivní. Říká se, že žena nepotřebuje muže k tomu orgasmu, ale to teda musím říct, že jo, že je to s partnerem daleko lepší. Že je tam určitě ještě něco navíc. Tam prostě ten pocit jeho těla a jeho přítomnosti a důvěrnosti a že jako je to daleko větší pocit naplnění

L: Takže i ten orgasmus je jiný?

E: Samotnej orgasmus je podobnej, tam moc velkej rozdíl není, ale ten pocit potom. Když člověk masturbuje, tak pak má pocit takový prázdnoty a vlastně to ani moc nedělám, protože opravdu z toho nemám ten hezkej, dobrej pocit.

L: Máte pocit, že Vám tam tedy partner chybí?

E: Jo, to mám.

L: Máte pocit, že máte orgasmus hodně lokalizovaný, nebo spíše po celém těle?

E: Spíš v tom genitálu. Někdy mám ten orgasmus slabej a to je takové zachvění, jako když lezete do horké vany. Vím, že je to ono, ale prostě je to málo.

L: Taky je to uspokojující?

E: Taky je. To bývá, když jsem unavená, takže stejně jsem spokojená se vším (smích).

L: Máte pocit, že rozlišujete typy orgasmů?

E: Slabší, nebo silnější...jak se říká vaginální, klitoridální, tak to já neumím nějak rozlišit. Asi potřebuju stimulaci tak nějak všeho, vulvy a klitorisu...Co je divný a skoro mi je nepříjemný, je jenom stimulace klitorisu třeba při orálním sexu. Když bych dospěla k orgasmu touhle cestou, tak je to nejdřív příjemný, pak je to až tak bolestně nepříjemný, hodně těžký popsat. Prostě tam něco chybí v tý pochvě, takže tomu se spíš vyhýbám.

L: Jako bolest, protože je to tak intenzivní, nebo jako fakt bolest?

E: To není jenom intenzivní, ale takový divný. Jako kdyby tam měla proběhnout ta jiskřička a udělá se tam zkrat. Jako kdyby tam člověka něco bodlo.

L: Máte pocit, že se ty orgasmy liší podle polohy, ve který jste s partnerem?

E: No, to se liší jak rychle a snadno dosáhnu toho orgasmu, ale ten prožitek sám bych řekla, že ne.

L: Jakého smyslu jste si nejvíce vědoma během sexuální aktivity a orgasmu?

E: Hmat, takový taktilní vjemy po celém těle, sluch ne, nepotřebuju, aby se mluvilo. Zrak, to je tak, že bych potřebovala trochu víc světla, to jo. A možná čich, partner mi musí vonět. Při orgasmu je to pak už je to jedno.

L: Máte to v orgasmu tak, že Vám jsou věci jedno v tu chvíli?

E: To já úplně neví, to bych musela vyzkoušet...nebo kdyby ten partner najednou odešel, tak to by mě pravděpodobně vyrušilo...

L: Co se Vám honí hlavou při orgasmu?

E: To asi ne, protože je to tak intenzivní pocit, tak se asi soustřeďuju na to. Je to takovej nejvyšší stupeň té hladiny alfa. Tam je to neslučitelný s přemýšlením.

L: Že se postupně dostáváte hloub a hloub?

E: Jo, to je asi pravda. Míň a míň přemýšlím o normálních věcech.

L: Dosáhla jste orgasmu pro Vás nějakou překvapivou cestou?

E: To asi ne, ale když mi bylo asi 12 let, tak jsem se dívala na nějakou kresbu. Tam byly ženy s takovými špičatými nadry a najednou mi to přišlo strašně, že já budu mít takový nadra, strašně rozechvívající a měla jsem snad něco jako orgasmus...

L: Kdy jste měla poprvé orgasmus?

E: To si nějak teda nepamatuju. Já jsem byla panna skoro do 20, docela dlouho a poměrně rychle se mi sex začal líbit a kolčm 21 let jsem mohla mít orgasmus. Ale asi ne úplně hned.

L: S partnerem?

E: Já jsem ani nemasturbovala. Já jsem začala masturbovat po svatbě, protože můj manžel byl málo výkonnej (smích). Docela legrační.

L: Napadá Vás proč jste nemasturbovala v dospívání?

E: Já jsem na to vůbec neměla myšlenky, já jsem byla knihomol, stránící se kolektivitu a ležela jsem v knihách. Nějak mě to nenapadlo a ta sexualita se probudila až takhle pozdě.

L: Máte pocit, že ten prožitek orgasmu se postupem času měnil?

E: Mám pocit, že se to kupodivu zlepšuje. Teď je mi 49, což je docela hodně, ale že vlastně ten sexuální život mám furt lepší. Postupně si to kultivuju, pro sebe si to objevuju. Zatím nepozoruju nějaký úbytek. Teď si umím ten orgasmus spolehlivěji vyvolat ten orgasmus během sexu než před tím.

L: Kdy myslíte, že tak začnete vstupovat do hladiny alfa?

E: V podstatě už na začátku, během té přede hry. Pak postupuju postupně. Že tam není nějaká jako hranice...Ještě mě napadá jedna věc, kdy jsem měla podstatně větší dráždivost, to bylo v těhotenství.

L: Mohla byste při orgasmu mluvit?

E: Kdybych se snažila, tak bych si to tím asi pokazila, protože bych uváděla ten mozek do chodu.

L: Začala jste někdy brečet nebo se smát po orgasmu?

E: To ne, je to silná emoce, ale takhle ne...

L: Tak jo, děkuji

Rozhovor 4 – Rona

Sociální pracovnice, 27 let, vysokoškolsky vzdělaná, ateistka, heterosexuálně orientovaná, má přítele 1,5 roku. Orgasmu v přítomnosti partnera dosahuje obvykle, při masturbaci také obvykle. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnera je dráždění klitorisu a pohlavní styk s drážděním klitorisu. Rozhovor se odehrál u Rony v práci. Rona byla během našeho rozhovoru velmi příjemná a otevřená. Do prožitku se dostávala poměrně snadno a neměla problém s jeho vyjádřením.

L: Co prožíváte při dosažení orgasmu?

R: V podstatě je to vyvrcholení nějakého napětí. Je to velmi příjemný prožitek, velmi takový uvolňující. Nejdřív se vám napnou všechny svaly a pak se to všechno uvolní. Je to krásný prožitek.

L: Co se s Vámi děje fyzicky nebo fyziologicky?

R: Fyziologicky...v momentě orgasmu, anebo i před tím?

L: Jak chcete...

R: Vlastně před tím vzrůstá napětí, vzrušení a v tom okamžiku orgasmu, který trvá několik sekund, se to napětí a vzrušení uvolní. Jako muži mají erekci a pak se jim vyplavuje sperma, tak při ženském se vyplavuje taková tekutina. Ve stejnou chvíli se to tělo uvolní a vyplaví se tekutina.

L: Že máte ejakulaci...

R: Ano, je to podobné té mužské.

L: Přesně v tu chvíli orgasmu už cítíte uvolnění, nebo je tam ještě nějaké to napětí?

R: Po dobu toho orgasmu se to napětí zmenšuje, je to rozkoš, ale to napětí už tam není, to jde pryč. Taky se mi někdy při orgasmu, ne vždy, stahuje vagína.

L: Co se Vám honí hlavou?

R: Já už při orgasmu nemyslím. Já někdy si něco představuju před tím...to spíš při masturbaci. Když jsem s partnerem, tak si ani nic představovat nemusím. To mi stačí přítomnost partnera. To je dostatečně vzrušivý podnět. Při masturbaci si představuji nějaké vzrušivé podněty. Zajímavé je, že je to spojené s partnerem, nebývá to někdo jiný. Představuju si tu soulož s partnerem.

L: Jsou to spíše výjevy, nebo film?

R: Je takový minipříběh. Je to o tom, jak dojde k souloži a potom jak probíhá ta soulož. Jsou určité polohy, které mě vzrušují a když si ty polohy představuji, tak dojde k orgasmu. V podstatě skoro vždy. S partnerem v podstatě taky skoro vždy. Jenom v situacích, kdy jsem velmi vystresovaná, nebo příliš unavená, nebo prostě nechci, jsme se příliš pohádali, tak potom to nejde. Když je to normální stav, tak skoro vždy.

L: Jaký komponenty jsou pro Vás důležité, aby Vás podpořily a dovedly k orgasmu?

R: Dráždění určité partie mého těla, evidentně je to klitoris, potom je tam důležitá určitá míra intimity s partnerem. V těch předcházejících vztazích jsem k orgasmu nedocházela, ale zároveň jsem taky partnerovi nedokázala říct, co chci. Takže nějaký partner, ke kterému něco cítím, mám k němu vztah, ale nemusí to být láska, nemusí to být ten muž, se kterým chci být celý život a mít čtyři děti. Ale musí být i fyzicky přitažlivý a musíme si rozumět po té sexuální stránce. Nedosáhla jsem orgasmu hned, až po určité době chození s tím partnerem. Jako kdybych si na něho potřebovala zvyknout, začít mu důvěřovat, zároveň on se učil, co mám ráda. Takže nejdřív ta sexualita nebyla pro mě tak příjemná, až tak po 4-5 měsících jsem poprvé dosáhla orgasmu a potom už to bylo mnohem jednodušší. No a při masturbaci tam tu intimitu nemáte a tam je to tedy vždy spojené s těmi představami. Bez nich bych orgasmu nedosáhla. Takže si toho partnera musím představit. To znamená, že opravdu ta sexualita je hodně spojená s psyché. Protože při té masturbaci si musím navodit ten vztah.

L: Jako kdyby ty fantazie při masturbaci byly náhradou za partnera...

R: Jednoznačně.

L: Když jste teda s partnerem, tak žádné fantazie nepotřebujete...

R: Ne, to mi stačí, co on mi poskytuje. To je zajímavé...já nemám fantazii

L: A samotný prožitek orgasmu se nějak liší?

R: Je to podobné, ale myslím, že při masturbaci trochu intenzivnější.

L: Kvůli čemu myslíte, že to tak je?

R: To nevím. Možná proto, že vlastně jsem zručnější v tom, co mi dělá dobře. Tam už jde vyloženě o tu techniku. To je zajímavé, protože pocit vzrušení je několikanásobně silnější s partnerem, ale prožitek orgasmu je silnější při masturbaci. Protože vím, které přesně místa stimulují ten orgasmus silnější. Ale globálně je samozřejmě daleko krásnější ten zážitek s mužem. U masturbace jde jen o dosažení nějakého uvolnění.

L: Zúročí se pocit intimity, který cítíte s partnerem v prožitku orgasmu s ním?

R: Rozhodně, ano, ano...Když si to dělám sama, tak je ten orgasmus delší a o trochu silnější, ale ne vždy. Například, když použiji alkohol ani tak ne, ale marihuanu, tak potom je to taky strašně silné s partnerem. Zesílí to celý ten akt. Jsem hodně vzrušená a jsme s partnerem na sebe daleko více naladěni.

L: Co Vás nastartuje k celé té sexuální aktivitě?

R: Přítomnost partnera (smích)...nejsme spolu tak dlouho. Ani časově to nemám nějak ohraničené, že by ráno to bylo lepší, nebo večer. To ani nemá vliv. Možná to ovlivní celková moje vyladěnost. Že jsem poměrně odpočínutá, nemyslím na něco strašného, nebo něco co mě strašně zarmoutilo nebo našťvalo. Ale někdy ta našťvanost může být naopak stimulem. Partner mi voní, to je důležité, aby mi voněla jeho kůže, tak to je velký stimul. Nemusíte cítit napětí nebo vzrušení před tím než ho vidíte, ale když přijdete a střetnete se s ním a cítíte jeho vůni, cítíte, že se vás jen dotkne, jeho přítomnost, to jak vypadá, jak se pohybuje, zvuk jeho hlasu, to všechno na mě působí. Dokonce i v některých situacích, kdy jsem na něho hrozně našťvaná, tak na našťvanost vůbec není překážkou, naopak, někdy je to stimul k tomu, abychom se spolu vyspali. Ale myslím si, že jeho přítomnost, že mi voní. Asi hormonálně.

L: Máte pocit, že ten čich jako smysl je nejdůležitější ze smyslů?

R: Dotyk, dlaň jak se mě dotýká a čich.

L: Jak byste popsala celou sexuální aktivitu? Co se tam děje na té cestě k dosažení orgasmu?

R: S partnerem myslíte?

L: Ano.

R: Třeba nerozumím tomu, když některé ženy říkají, že celý ten akt trvá 15 minut. Když dělali takové ty statistiky. Nebo že trvá 30 minut. Tomu nerozumím. Já v podstatě potřebuju dost dlouhé přiblížování. Nedokážu si představit, že bychom hned měli takovou tu klasickou soulož. Toho bych asi schopná nebyla. Vlastně potřebuju dost dlouhý čas, abych toho partnera pustila do sebe, to znamená, že potřebuju takové to hlazení, líbání, potřebuju cítit, jak voní, jeho blízkost, což způsobuje takové to vzrušení, které postupně vzrůstá. Na začátku je taková naladěnost, že si povím „ano, chci to“. Potom dochází ke zvyšování vzrušení, jako kdyby na začátku je to příjemný pocit, fyziologicky vlhnu, tedy vagina a otevírá se...

L: To vyloženě cítíte?

R: Jo. A potom se například (smích).Po určitém okamžiku chci, aby do mě partner vstoupil. Víím, že při tom vaginálním sexu nedosáhnu rozkoše, orgasmu, ale chci to. To vzrušení je tak silné, že chci, aby do mě partner vstoupil. Takováhle předehra trvá víceméně hodinu. Potom ten samotný akt trvá v závislosti na partnerovi. Někdy trvá 20 minut, někdy 5 minut. To závisí na tom, jak dlouho to dokáže udržet. Fyziologicky je tam větší vylučování nejen toho sekretu z vagíny, ale i slin, jak z mojí tak i z jeho strany. Je to opravdu jako stoupání na kopec a z toho kopce strašně rychle spadnete dolů. To vzrůstání napětí, rozkoše je poměrně dlouhé a pozvolné když to kontrolovu, když to nekontrolovu, tak je rychlé. Že bych rychle dosáhla orgasmu. Když to chci kontrolovat, aby to bylo pomalejší, tak to můžu zpomalit. A s partnerem to zpomaluju. Potom vystoupáte na ten vrchol, ten moment toho orgasmu trvá několik sekund. Je to vysloveně uvolnění, kdy se uvolní jednak ta sekrece, svaly, stahuje se vagina. Je to stáhnutí a pak uvolnění celého těla. Rychle z toho vrcholu spadnete do situace, kdy už v podstatě necítíte nic, po té fyziologické stránce.

L: Jak kontrolujete ten orgasmus?

R: V podstatě to kontrolovu mentálně, hlavou. Že nechci, abych k tomu orgasmu došla vlastně rychle, chci aby to bylo pozvolné. Když to je delší, tak pak ten orgasmus je intenzivnější. Když to trvá kratce, tak je potom méně intenzivní. To je to, co jsem vyzorovala.

L: Co to znamená mentálně?

R: No, když stoupám, tak setrvám na tom bodě anebo o stupínek klesnu a pak zas stoupám a zase klesnu a tak. Samozřejmě, těsně před tím orgasmem, možná sekundu nebo dvě, kdy už víte, že to nezastavíte. Ale celou tu dobu před tím si můžete říct, že vás může partner vzrušovat jak chce, ale vy si řeknete, že ho nechcete dosáhnout a nedosáhnete. Jako kdybyste se mu nechtěla odevzdat. Ať už tomu partnerovi, nebo tomu orgasmu. Možná spíš tomu partnerovi. Když to nechci já, tak k tomu nedojde, ikdyž by se nevíím jak snažil. V podstatě, po dobu jeho stimulace si nepředstavuju žádné obrazy, nepředstavuju si soulož, nepředstavuju si jeho, ale já ho tam cítím. Když to chci zastavit, tak je to takový nějaký moment...něco hlubšího, ne v mysli...prostě tam není ten moment toho odevzdání, něco prostě zabrzdím...já nevíím co, hormony, nebo nevíím.

L: Nějaké to plynutí...

R: Jo, nějaké to plynutí...

L: Takže proto, abyste oddálila orgasmus nepotřebujete přestat s fyzickou stimulací?

R: Jo, nemusím. Je to hodně o prožívání těla. Že dokáže si to tělo zastavit, když to nechce.

L: Pak to plyne a plyne...najednou už víte, že to nezastavíte...co se tam děje?

R: To je těsně před vrcholem toho kopce a na vrcholu.

L: Je tam nějaký rozdíl mezi tím, než vklouznete do orgasmu a tím když už vklouznete?

R: Jo. Myslím, že v tom momentě už vůbec nehraje žádnou roli. Celou dobu před tím tam vůbec je, dokonce ovládáte i to tělové prožívání. Partner kolem mě může tancovat, tvářit se hrozně sexy, ale prostě ne. Ale skutečně moment před tím už víte, že vůbec už nehraje žádnou roli. To tělo k tomu dojde a i samotný moment toho orgasmu, to prožívání je nekontrolovatelné, že se nedá nějak zastavit, zpomalit, snížit to prožívání, že už je to nekontrolovatelné. Když by někdo vpadnul do místnosti, tak ani tak to nezastaví, si myslím.

L: Máte pocit, že jste nějak hodně v sobě?

R: Jo, od okolí jsem rozhodně odříznutá. Určitě neslyším podněty z venku, mám zavřené oči, ale vnímám partnera, toho jo. A vnímám sebe. Do jisté míry je člověk uzavřený.

L: Myslíte, že se ta uzavřenost otevřenost nějak vyvíjí během sexuální aktivity?

R: Rozhodně. Na začátku v podstatě ještě vnímám okolí. Dokonce mě i ruší. Vnímám zvuky, vnímám televizi, slyším sousedy. Tyhle podněty mohou tu naladěnost zabrzdit. Vlastně před tím samotným orgasmem a při tom orgasmu už to je tak silné, že vlastně člověk odřeže ty ostatní věci a prožívám jenom ten prožitek. Okolí už na to nemá velký vliv. Ani bouchání, ani křik.

L: Myslíte, že byste mohla při orgasmu mluvit?

R: Mohla...ale myslíte jako smysluplně, jako počasí nebo tak (smích). Já nemluví, ale já ne křičím...aha, to jsem zapomněla říct, to se mi často stává, že je to nějak propojeno i verbálně. Ale nejsou to slova, nebo věty, nebo duchaplné myšlenky, ale i hlasově se uvolním. Jako když sportovec přeskočí laťku a zařve, tak to samé je i při tom aktu. Ne vždy je to možné...

L: Vidíte nějakou paralelu v tom, že se ten skokan nějak vypne a nabudí a pak přeskočí...

R: Jo jo, určitě...

L: Máte pocit, že se Vám nějak změnil stav vědomí?

R: Povězte mi příklad změněného stavu vědomí...vím jen o spánku, ale jinou stavu změny vědomí na době nepoznám.

L: To je asi už hodně zavádějící otázka...Zkuste mi teda ještě víc popsat, co se děje, když jste v orgasmu?

R: No v podstatě jsem už přemýšlela nad tím, jestli to není jistý druh omdlení.

L: Přemýšlela jste o tom před tím, než jsme spolu hovořily?

R: Ano. Připomíná mi to jakýsi pád, který je hrozně příjemný. Možná i kraťoulinká ztráta...no ne ztráta...ale asi jo, ztráta vědomí, no ale já stále vnímám. Dokážu si představit, že kdyby mi hrozilo v momentě těsně před tím a při orgasmu nějaké nebezpečí a kdybych byla třeba v ohrožení života, tak si myslím, že bych byla schopná, sice zpomalně, ale prostě jednat, abych zachránila sebe a toho partnera. Je fakt, že ta pozornost je oslabená. Vědomí je tak trochu zamlžené. Možná jako když usínáte. Prostě ztratíte kontrolu sama nad sebou.

L: Omdlela jste někdy? Máte s tím zkušenost?

R: Jo. Ale není to takovej ten propad do černé díry. Prostě takové zamlžení toho okolí.

L: Kdy jste prožila poprvé orgasmus?

R: To bylo dávno. Nejprve jsem ho prožila sama. A dlouho jsem ho prožívala sama. To jsem si myslela, že když jsem měla partnery, se kterými jsem měla vaginální sex a nedošla jsem k orgasmu, tak jsem si myslela, že s tím má asi nějaký problém. Že asi s partnerem nikdy orgasmus neprožiju a potom jsem ho prožila. Takže sama, asi tak v 15 letech, když jsem začala masturbovat, někde na střední, třeba v prváku.

L: Byla to nějaká náhoda, nebo jak jste k tomu došla?

R: V podstatě fyziologicky, když jsem byla dítě, tak jsem si představovala takové věci, jakože mi můj spolužák donese čokoládu, že se na mě usměje...fakt nevinné. Že pro mě přijede nějaký krásný před školu, aby všichni viděli (smích). A pak tak v 9 nebo 10 letech, možná i dřív jsem měla stavy, kdy jsem se vůbec nedráždila, ale nevím, jestli jsem si něco představila, ale spíš mě něco stimulovalo, třeba že jsem měla strach...ne strach, spíš trému, že jsme třeba psali písemku a já jsem nestíhala dopsat a byla jsem taková rozrušená, že jsem v podstatě dosáhla typ orgasmu, který je trochu jiný, než prožívám teď. Taký jako, že jdete do kopce a na tom kopci dosáhnete uvolnění. Takže nakonec jsem se cítila velmi příjemně, takže jsem to nedopsala samozřejmě (smích). To se mi stalo ve třídě, jednou v životě. A prostě se mi to někdy takhle samovolně stalo, že jsem byla takhle z něčeho vystrašená anebo jsem něco nestíhala a v podstatě takový miniorgasmus jsem měla. Nevěděla jsem, co se děje. Mámě jsem to nemohla říct. Kamarádky se ještě o takových věcech nebavily. Tak jsem nevěděla, co to znamená. Potom jsem vlastně koukala na filmy a viděla jsem tam lidi se líbat, tak jsem o tom přemýšlela a začalo se mi to líbit, ty filmy a tak už jsem věděla o co jde a pak už jsem se začala dráždit sama, tak ve 13-14 letech. Nejdříve jsem zkoumala své tělo, co je to vagina a potom, ale ne hned, než jsem věděla, co přesně mám dělat, jsem dosáhla orgasmu. Trvalo to nějaký dva roky, než jsem to objevila.

L: Že to bylo o tom hledání...

- R: Ano. O tom, abych se naučila, co to tělo má rádo. A s partnerem to bylo hrozně pozdě, to se stydím přiznat. Až ve 25 letech. To jsem si myslela, že už to ani nebude. Ikdyž ten samotný vaginální sex je příjemný, ale nedosáhnou orgasmu.
- L: Máte pocit, že prožitek orgasmu se nějak vyvíjel?
- R: Vyvíjel a vyvíjí. Škutečně, já ho mám o mnoho intenzivnější a jsem zvědavá, kam to bude pokračovat dále (smích). Asi budu říčet jako slon (smích). Tam jsou ale asi určité limity...
- L: Takže se vyvíjí hlavně na intenzitě?
- R: I v intenzitě, i v té předehře.
- L: Stalo se Vám někdy, že jste začala brečet nebo se smát?
- R: Ne, to ne.
- L: Máte zavřené oči, nebo otevřené?
- R: Když jsem sama, tak mám zavřené, ale když jsem s partnerem, tak ne, protože mě baví se na něho koukat
- L: I během orgasmu?
- R: Ne, to mám zavřené.
- L: Myslíte, že se prožitek orgasmu liší s ročním obdobím nebo měsíčním cyklem?
- R: Jo, menstruací se to mění. Hlavně tou vzrušivostí se to mění. Víc jsem vzrušivá v období před menstruací a po.
- L: A samotný prožitek orgasmu?
- R: Ten je stejný, ale liší se doba stoupání na ten kopec. Jednak je kratší, někdy intenzivnější.
- L: Hraje pro Vás nějakou roli to, kde jste? Nebo jestli je světlo nebo tma?
- R: Ne asi pro ten samotný orgasmus, ale pro to období před tím. Někoho víc vzrušuje, když to dělají na zemi, někoho v posteli, někoho přes den, někoho v noci. Ale je fakt, že na intenzitu to vliv nemá. Ale asi někde venku v zimě bych asi k orgasmu nedospěla.
- L: Zažíváte nějaký druh orgasmů?
- R: Asi ani ne, spíše v intenzitě se to liší. Ten silnější trvá déle a více se stahuje vagína a je tam větší sekrece.
- L: Ten slastný pocit, ta rozkoš je hodně na jednom místě, nebo v celém těle?
- R: Je to skutečně soustředěné do té oblasti vagíny a těsně pod pupkem, ale zároveň je to v celém těle a je to spojené s tím pozitivním prožíváním po té psychické stránce.
- L: Předstírala jste někdy orgasmus?
- R: Nikdy. Já jsem partnerovi vynadala, že neví, jak mě má udělat šťastnou, že se pak tak snažil (smích).
- L: Je pro Vás důležitá koncentrace nebo pozornost během té sexuální aktivity?
- R: Určitě je koncentrace důležitá.
- L: V jakém smyslu?
- R: V tom soustředění se na prožívání těla a těla partnera. Ne to, co děláte, ale spíš na to tělové prožívání.
- L: To by taky mohlo být to, co Vás začíná oddělovat od okolí..
- R: Určitě. Stáhnu se dovnitř.
- L: Myslíte, že si v nějakou chvíli řeknete „dneska chci orgasmus“?
- R: Jo, asi si to tak můžu říct.
- L: Při té sexuální aktivitě, je tam nějaký bod, že se vědomě rozhodnete, že chcete orgasmus?
- R: No, v podstatě to je cílem, ne každé sexuální aktivity. Uvažuji o tom, jestli je to cílem mým nebo mého partnera. Jeho to cílem je. Udělá všechno proto, aby mě udělal šťastnou. Ale někdy na to nemáme čas, někdy mi o to nejde, tak se jen líbáme, anebo se hladíme anebo máme hned vaginální sex. Když to chci, tak jo.
- L: Takže je tam to vědomý, chci.
- R: Ano. Rozhodně, to je tam vždy. Když chci dosáhnout orgasmu, tak si řeknu „chci dosáhnout orgasmu“.
- L: Máte pocit, že jsme na něco ještě zapoměly?
- R: Myslím, že ne.
- L: Myslíte, že jste si přišla na něco nového, co Vás před tím úplně nenapadlo?
- R: Myslím si, že jsem se nad tím zamyslela tak jako celistvěji. Že jsem vždy spíš prožívala a o některých věcech jsem moc nepřemýšlela. Spíš jsem si jen verbalizovala pocity, které jsem už nějak měla.
- L: Bylo těžké to verbalizovat pro Vás?
- R: Bylo a je tam riziko toho, že jsem neřekla všechno, co prožívám a co neumím verbalizovat. Je to těžké to celé popsat, protože je to prožitek. Musíte najít něco, čemu se to podobá, protože v jistém smyslu je to něco strašně ojedinělé a tak se to nepodobá ničemu, ten orgasmus. Je to něco strašně specifického. Není to ani pocit štěstí když vidíte svého partnera, když dosáhl úspěch ve sportu, nebo že jste udělal zkoušku. Takže mluvíte o tom jako „je to podobné jako“, nebo „připomíná mi to“, abyste to nějak opsala.
- L: Jaký myslíte, že má orgasmus smysl pro ženy? Nebo pro Vás?

R: Je to strašně milé, že máme něco takového, jako kdyby obrovský dar. Posilnění vztahu k partnerovi, protože platí ta výběrovost. Muž, který je úspěšný, racionální, ale nerozumíte si po této stránce, tak je to obrovské mínus, pro mě. Takže určitě na podporu vztahu. Možná reprodukční smysl. To spíš v minulosti, v současné době můžete používat antikoncepci...ale určitě když je sexuální akt spojený s pozitivními pocity, tak to tam má nějaký reprodukční smysl. No, je to taková hrátka přírody. Pro tlumení napětí

L: Co zažíváte, když má partner orgasmus?

R: Já mu to přeju, ať si to užije a mě to vzrušuje. A jeho vzrušuje, když já má orgasmus. Velmi.

L: Takže jo, já děkuju.

Rozhovor 5 – Božena

Sociální pracovnice, 50 let, s přítelem 14 let, vysokoškolsky vzdělaná, ateistka, heterosexuálně orientovaná. Orgasmu v přítomnosti partnera dosahuje obvykle, při masturbaci vždy. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnera je dráždění klitorisu, pohlavní styk s drážděním klitorisu a orální styk. Rozhovor se odehrál u Boženy v práci. Božena se někdy zdála být zaskočena přímostí otázek, ale snažila se odpovídat otevřeně. Božena cítila zábrany, říkala, že není zvyklá si o tomto tématu povídat.

L: Co prožíváte při dosažení orgasmu?

B: Slast, rozkoš, je to hezký. Mám to ráda.

L: A fyzicky třeba?

B: Si musím vzpomenout...jako myslíte zrychlení tepu, dechu?

L: Třeba.

B: No, tak to. Pocit, že mi červenají tváře. Někdy mě rozbolí hlava, nebo píchalo, ale to už jsem dávno neměla. Ale jednu dobu jsem to měla...

L: Jako píchalo v hlavě?

B: Jo, jako migréna, přetlak do palice. Je to z napětí do uvolnění.

L: Co Vás třeba nastartuje na celou sexuální aktivitu vedoucí k orgasmu?

B: To bychom musely asi začít nějak ze široka. Jako po 14 letech s jedním partnerem, kterej je prostě o 12 let starší než já, to není jako roztoužení do bezvědomí. To je v podstatě racionální. Máme svoje rituály. O spontánním sexu už moc nejde mluvit. Jsou to soboty a neděle, v určitou denní dobu a partner už musí používat léky na povzbuzení. Což dřív nebylo a teď to tak je.

L: Co Vás samotnou naladí?

B: My si z toho třeba děláme i prču, už jsem stará. My se tomu někdy chechtáme. Pro srandu spolu ani nemůžeme souložit. U toho kecáme, říkáme si různé blboviny, tak se rozesměje, že to ani nejde. A když se tomu nesmějem, tak nějaká milostná předehra taky a já jsem líná. Mě už to moc tak jako nebere. Ležíme v té posteli a já říkám „začni“ a on „tak začni ty“. A jemu se nechce a mně taky ne. Tak se na to vykašlem.

L: A když přeci jenom začnete?

B: Tak je to pokaždý jiný, ikdyž teď poslední dobou je to dost stejný. Ono se to strašně mění postupem času. Je to mým věkem, jeho věkem, tou dobou soužití. Dřív to bylo o něčem jiným a teď je to diametrálně o něčem jiným.

L: Možná můžem zůstat u toho, jak to je teď...

B: Oba se máme rádi, bohužel už nás to tolik nebaví, jako že by to bylo o nějaký touze, to není. Nebo velký vášni, to ne. Tak já vám to teda řeknu. Naobědváme se, ustelem si, lehnu si do postele. Tam se nějak ošmatávám. On si vezme prášek, třeba se mu podaří erekce, tak nějak spolu souložíme.

L: Během té doby, co máte pocit, že se ve Vás děje?

B: Je to takový to fajn, že s tím partnerem jsem, jsme spolu. Spíš vzpomínka na to, že to k nám hodně patřilo, to spojení, ta sounáležitost. Že nás to baví, že jsme docela kreativní a pak ještě u toho máme tu srandu. Jako ze začátku, pak když už to vzrušení stoupá, tak si z toho srandu neděláme. Pak už se soustředíme na to, aby on vyvrcholil a já ten orgasmus taky dosáhla. S tím, že on umí počkat, nebo zase počkám já, nebo se to třeba doladí nějak jinak. Že bychom měli společně orgasmus, to už jsme teda dlouho neměli. To už o tom to teda není.

L: Máte pocit, že se tedy ten smích a soustředění nějak vylučuje?

B: No...(smích)

L: Když už se teda soustředíte, co se děje? Vnímáte okolí, partnera, sebe?

B: No, radši se na partnera nekoukám

L: Máte asi zavřené oči...

B: Mám zavřené oči. On se na mě myslím občas kouká a já na něj ne. Pak je tam ten prožitek toho jak to člověk cítí, všechny ty fyziologický pochody, který u toho jsou. Někdy se víc soustředím na sebe, někdy víc na toho partnera. Je to hodně o tom jeho průběhu. Když vidím, že...jak to říct...že se mu to podaří, tak já se spíš stáhnou a nechám ho ať on dojde vyvrcholení. On někdy říká „já chci, abys byla ty dřív“, já říkám „já chci, abys byl ty“, protože pak bych byla nervózní, že on není. Spíš se tak dohadujem kolem toho.

L: Vyrušuje Vás, když on ještě není?

B: Jo, když už je, tak se můžu víc soustředit na sebe. Pro něj to začíná být psychicky náročný. Je to mužskej, kterej byl velice potentní a měl to všechno rád a teď to odchází. Nese to sebou...někdy mi to je líto, že on už nemůže, že vím, že on chce, abych já byla uspokojená. A je kolem toho napětí. A my spolu nežijeme v jedné domácnosti. My se navštěvujeme. Je to o tom, že než si já na něho zvyknu...protože on mi leze na nervy, co

si budem vyprávět (smích). Tak než já si zase zvyknu na to, že on mi musí všechno povědět tím svým způsobem. Než se na něj naladím jako na bytost. Někdy je protivnej, někdy jsem protivná já. My jsme si věrný, on si toho hrozně považuje. Není to teda už nějaký úžasně uspokojivej sex. Teda ten sexuální život. Je to prostě stereotyp.

L: Zkuste se zaměřit na tu samotnou aktivitu. Když už jste v tom, už Vás to baví, kam zaměřujete pozornost?

B: Na jeho i na svoje tělo. Někdy jsem víc sobečtější a všímám si víc sama sebe než jeho.

L: A čeho si všímáte?

B: To jak to prožívám, jak mi je. Jestli mi je dobře, jestli jsem spokojená. Možná, že jeho tam mám někdy jako doplněk. Jak kdy. Strašně proměnlivý. Začínám být v přechodu a přestává mě to bavit. Ježíšmarjá, to je ztráta času (smích).

L: Co myslíte, že potřebujete k tomu, abyste dosáhla orgasmu?

B: Svůj nějaký rituál kolem toho, svoji praktiku.

L: Takže to je stimulace...Ještě je tam něco důležitýho pro Vás?

B: Ani ne...Když chci, tak orgasmu tímhle způsobem dosáhnou, s partnerem, bez partnera. S partnerem, kterej je hodně vzrušený, nebo ikdyž není vzrušený a jenom se mě dotýká. Někdy je to dřív, někdy je to později. Většinou jo. Hodně mně vadí, když ho nedosáhnou. To jsem docela naštvaná. Že to k něčemu směřuje a pak to nevyjde.

L: Kde se to zastaví?

B: Partner říká, nemusíme všechno dokončit, si to necháme na později, ale mě to teda vždycky docela rozhodí. Já to nemám ráda nedokončený. Když už je to na té cestě...

L: Takže se to stopne tím, že přestane stimulaci...

B: Jo.

L: Myslíte, že by se to mohlo stopnout ještě z nějakého jiného důvodu?

B: Kdyby spadla bomba, nebo někdo zazvonil a museli bychom jít otevřít. Že by to bylo přerušeno nějakýma vnějšíma vlivama. Našema vnitřníma myslím ani ne.

L: Vnímáte okolí, když už směřujete k orgasmu?

B: Myslí, že to vnímání odstupuje. Postupně. Ze začátku, někdy se koukáme na televizi, ale pak se to vypne a člověk se tomu věnuje. Taký jako...nevím no...já si zakouřím nebo tak...záleží. My jsme to žili hezky a teď to uvádá. Někdy se to povede vrátit. Ale přeci jen je to o něčem jiným.

L: Takže jdete tou cestou k orgasmu a postupně...

B: No, postupně vypínám, přestávám vnímat a vnímám sebe.

L: V těle se děje postupně co, nebo v hlavě, nebo v mysli?

B: Je to příjemný, přináší mi to úlevu z toho napětí. Vzrušení se zvedá...

L: Jste schopna kontrolovat orgasmus?

B: Když vidím, že partner může vyvrcholit a ty doby se nám samozřejmě různě, tak já třeba se soustředím na něj, aby mohl vyvrcholit. Když nechci orgasmus, tak se nestimulu, nehladím, protože i s tím partnerem se sama stimuluju. Když vidím, že on může, tak tam nebudu nějak s tím svým rytmem a tak...Pak by to nevyšlo a co pak...to už je všechno obtížný...

L: Vy se stimulujete, narůstá vzrušení, pozorností jdete k sobě, víte už v nějakou chvíli, že ten orgasmus skoro je?

B: Jo, to vím (smích).

L: Jak byste popsala to těsně před orgasmem a orgasmus?

B: To nevím...

L: Těžký najít slova?

B: Myslím, že to hodně prožívám a měla jsem, hlavně dřív pocit, že jsme dotkli někde za hlavami nebes. Ale to je párkrát, že se člověk dostane i mimo to tělo a nějak není to až tak tělesný...

L: To je v tén moment orgasmu?

B: Jo, to tělo k tomu jako šlo, ale je to spíš o té duši.

L: Dovedla byste ten stav při orgasmu k něčemu přirovnat?

B: Nějaké okouzlení...opití to není...jako povznášející, euforie, vyplavení endorfinů

L: Je ten prožitek něčemu podobnej?

B: Tak třikrát jsem tohle zažila, když jsem si s někým povídala a jednou, když jsem si zpívala s jednou slečnou dokonce. Tak to bylo takové souznění a soulad, že tak mezi náma něco přeskočilo, že mě to teda rozechvělo...to setkání.

L: A při orgasmu je to setkání se s partnerem, nebo s něčím...

B: Někdy s partnerem, ale někdy...jo, on tam musí bejt. Prožití něčeho společnýho, hezkýho?

L: Liší se nějak prožitek orgasmu s partnerem a při masturbaci?

- B: Jo. Při masturbaci jsem sama a je to někdy až smutný. Na to už kašlu. Je to tím přechodovým věkem. Mám erotické sny a to je pak škoda, že tam ten chlap není.
- L: Že se vzbudíte a jste hodně vzrušená...
- B: Jo, vás to naladí a ten chlap tu není. V tý mysli to je ta erotika...Někdy jsou ty sny lepší (smích).
- L: Měla jste někdy orgasmus v noci, ze sna?
- B: Jo, to bylo úžasný. I fyzicky jsem to prožila...nějaký teplo v malý pánvi, příjemný teplo.
- L: Prožitek byl podobný normálnímu Vašemu orgasmu?
- B: Jiný a zdálo se mi to lepší.
- L: Co to mělo navíc, že to bylo lepší?
- B: To nemělo nic navíc. To bylo jiný. To nemělo toho chlapa s těma kecama, s tím, co k tomu patří před tím a potom. Bylo to nepodmíněný ničím, jestli dobře vypadám, dobře jsem uvařila...Najednou takový čistý, jen o tom.
- L: Kdy jste zažila orgasmus poprvé?
- B: Tak ve 21 letech, já nevím. Možná dřív. Asi při masturbaci, já jsem poměrně dlouho nemasturovala. Nechtěla jsem ztratit panenství jen tak s někým, tak jsem čekala na toho pravýho. Ale určitě asi v 17 letech při masturbaci? Fakt si to nepamatuju.
- L: Pak si pamatujete, že v těch 21 letech to bylo s partnerem...
- B: Jo. Toho jsem si pak vzala. Některý zážitky z milování si pamatuju do dneška. Některý momenty. Třeba jsme byli někde venku a letělo letadlo, obloha byla modrá a bylo to nádherný.
- L: Hraje to roli v prožitku orgasmu, to kde jste, s kým jste, světlo tma...
- B: Světlo a tma je zajímavý. Tmu nemusím mít. S tímhle partnerem se v noci téměř nemilujeme.
- L: Může to být třeba proto, že Vás vzrušuje ho vidět?
- B: Asi jo, teď už jsme cynický, ale určitě.
- L: Převažuje nějaký smysl u Vás?
- B: Určitě je to dotyk...ale mě už to moc nebaví a tak moc aktivní nejsem. Ale třeba se něco stane, že mě to začne víc bavit..
- L: Co se stane?
- B: On třeba udělá něco něco překvapujícího, jinak nebo jinde. Nějaká změna.
- L: hrajou tam roli fantazie?
- B: Fantazie ne. My si povídáme tak jako abstraktně, různě se nazýváme, různě nazýváme naše pohlavní orgány, ale to je spíš přemostění, ale žádný fantazie nemám.
- L: A při masturbaci?
- B: Ani ne...ba jo, mívala jsem. Třeba nějaký přání...mít kolem sebe řadu mužskejch. Že jsem si do těch obrazů dávala přání.
- L: Tohle máte při masturbaci, jinak ne...
- B: Ke čtyřicátinám jsem si přála, aby tam bylo víc chlapů a oni se styděli no. Já bych se asi styděla taky. Chtěla jsem si to zkusit.
- L: Prožitek orgasmu, který máte teď v současnosti Vám něco přináší?
- B: Je to fajn, je to příjemný, určitě...
- L: Dovedla by ste přirovnat stav, který máte při orgasmu k tomu, kterej máte před tím? Liší se?
- B: Tak před orgasmem je tam těšeníčko, že možná jo, pak jako jó.
- L: Máte tam nějaký zlom?
- B: Spíš plynule. Rozhodně nejsem zaskočená. Já si to v podstatě reguluje všechno dost sama.
- L: Tou stimulací, nebo...
- B: Tou stimulací a taky tím partnerem.
- L: Když srovnáte běžnodenní stav myslí se stavem při orgasmu, je to jiný?
- B: To stoprocentně. Právě že to není všednodenní. Pořád je to takový malý zázrak. To se vymyká všednosti a každodennosti.
- L: Když se ještě vrátím k rpnímu orgasmu. Máte pocit, že jste to nějak musela hledat, nebo že se Vám to povedlo nějak náhodou?
- B: V tý pubertě jsem nějak začala pociťovat sexualitu, o který jsem vůbec nevěděla, co to je. Že jsem měla takovou otázku na mojí tetu, že ve filmu jsem viděla, jak se líbaj a hladěj, tak jsem říkala, že mi tam cuká. A byla jsem z toho úplně vyděšená. Teta říkala, jo, to tam cuká. Narodila jsem se s vývojovou vadou, tak jsem měla mindráky a opravdu jsem se těm klukům vyhejbal a tak to bylo spíš takový to snění o nich. Pak mi rodiče podstrčili knížku o lidské sexualitě a všechno jsem si tam přečetla a ta mě asi navedla k masturbaci. Nevím, jestli by mě to samotnou napadlo. S chlapama mě zábrany držely zpátky, ale pak už se mi chlapi

líbili, když jsem ztratila zábrany. Já jsem se strašně bála, že budu neúspěšná, že řekne, že jsem trdlo, ona to neumí a takový pitominy. Pak jsem měla prvního kluka a to proběhlo tak romanticky.

L: A s ním jste měla orgasmus hnedka nebo až po chvíli?

B: S ním jsem ani neměla. Protože před ním jsem se styděla, abych se stimulovala sama.

L: Věděla jste už v té době, že se potřebujete sama stimulovat, abyste dosáhla orgasmu?

B: Ne, myslím, že ne. Při prvním milování to bylo tak šup šup a já jsem byla vzrušená až když jsem jela autobusem domů a ten autobus drncal a mě teprve došlo, co se s mým tělem stalo. Chtělo to určitě nějakou dobu na objevení toho, co potřebuju. Mám takovej dojem, že jsem si řekla, že když se budu sama stimulovat a budu si to taky užívat s tím mužským dohromady, že jsem je jako tím dost překvapovala a že tím jsem orgasmu skoro vždycky dosáhla, takže je to těšilo. Že jsme byli oba uspokojení. Vykašlala jsem se na to, se stydět.

L: Předstírala jste někdy orgasmus?

B: Ne. Na chlapi jsem asi měla dost štěstí, že nenaléhali a já jsem většinou orgasmus stejně měla.

L: Mohla by ste mluvit při orgasmu?

B: To křičím, to nemluvím.

L: Začala jste brečet nebo se smát po orgasmu?

B: To jsem si všimla, ten pláč. Když se dlouho nemiluju, tak potom se mi chce brečet.

L: Věděla byste proč?

B: Takovej pocit hrozně hlubokýho zážitku, hodně intenzivní. Po delší době nějakýho odloučení možná takovej návrat.

L: Sama k sobě, nebo k partnerovi?

B: K partnerovi a k tomu, že to spolu prožíváme...ten malej zázrak. Pak se mě partner zeptal, proč jsem brečela a myslel si, že jsem mu byla nevěrná.

L: To bylo těžký pochopit pro něj, že to mohlo být intenzivní...

B: Jo, jo...A rozhodně ho to vykolejí.

L: Prožíváte třeba nějaký typy orgasmů?

B: Tak jako že bych zažívala více orgasmů, to už ne...

L: A dřív ano?

B: Jo, když jsem chtěla. Ne, že by nějak navazovali hned za sebou, ale po orgasmu chvíli klid a pak třeba zase znova. Zase od začátku. Potom když to bylo víckrát, tak už to začínalo být trošku negativní, už to vzrušení bylo větší než ta úleva. Bylo to o vzrušivosti a už jsem z toho neměla ten příjemnej pocit.

L: Byl prožitek společného orgasmu s partnerem jiný od prožitku když máte orgasmus sama?

B: Jsou to větší nervy (smích). Je tam víc pozornosti na toho partnera. To jsou nervy a vzbuzuje to ve mně tenzi...musí se to povést. Spíš mně to vyhovuje zvlášť. Ten společnej je trochu jak cvičení a že to není o tom prožívání, ale o tom těle.

L: Neruší Vás to taky trochu? Že přeskakujete od sebe k partnerovi?

B: Jo, to mně prostě nevyhovuje. Spíš v klidu, pozvolna, v harmonii...Ne abychom se sedřeli (smích), jako v těch filmech. To se musím smát. Ale jako holka jsem tím byla strašně ovlivněná. Abych byla taky taková dobrá. Jako kdyby to nebylo o mně, ale o někom, kdo mě za to bude známkovat, posuzovat. Byla jsem prdlá. Teď je to o mně. Uvolnit se, užít si to, jako jídlo.

L: Jaký smysl má orgasmus pro ženy?

B: Abych se těšila na další. Je to příjemný, je to hezký, má to význam, že je to vyvrcholení nějaký ty cesty. Pak přijde ta příjemná úleva. Tak se to může zopakovat.

L: Napadla by Vás nějaká metafora pro tu sexuální aktivitu vedoucí k orgasmu?

B: No, ta cesta je dobrej příklad. Klikatí se a rozšiřuje se. Neklikatí se moc, podle toho, jak se dejchá a miluje, tak se to tak přelevá. A může se i zvedat. Orgasmus je to nejširší a nejvyšší. Spíš je opravdu o té harmonii, o tom vyladění se...

L: Kdybyste se na partnera nenaladila, tak byste nedosáhla orgasmu?

B: To bychom ani do té postele nevlezli. V mládí tam byla větší tělesná potřeba, ale teď ve stáří je to přeci jenom víc o tom vyladění se. Přestávám potřebovat. Spíš je to o duších, než o tělech.

L: Cítíte, že byste mohla rozlišit klitoridální nebo vaginální orgasmus?

B: Nepoznám to u sebe. Ten vaginální jsem asi zažila, ale neumím to nějak rozlišit. Ten orgasmus je hodně komplexní. Jednou jsem zažila vaginální orgasmus přes bod G, ale je to až moc intenzivní, že to nemusím mít...až do bolesti. Tak y jsem se strašně změnila za ten poslední rok. Jako když se stimuluju na klitoris a taky je stimulovaný vchod poševní nebo vagína, tak je to takový bohatší. Záleží na tom, jak se tam partner vyskytuje. Dřív mě partner uspokojoval i manuálně, ale mně to teď vadí, já to teď nechci. Fůru věcí teď nechci, co mi dřív nevadilo, nebo co se mi líbilo, tak teďka mně to nevyhovuje.

L: Že se to celý mění?

B: No byla jsem z toho sama překvapená, jestli ty hormony to tak uměj ovlivnit...prostě v tom přechodu je to kvalitativně úplně něco jiného a kvantitativně samozřejmě taky. Někdo to i prožívá líp, jak píšou, ale já v tomhle jsem překvapená. Možná, kdyby byla změna muže, tak by to třeba bylo jiný...

L: Tak asi to je všechno...

B: No, poprvé v životě se mě na to takhle někdo ptal....těžký to popisovat. Málokdy si o tom povídáte s partnerem, natož s někým jiným.

L: S kamarádkama...

B: To ne...o chlapech jo, ale o prožitcích to ne. Jsme nějak nebyly vychované.

Rozhovor 6 – Nad'a

Socioložka, 25 let, svobodná, vysokoškolsky vzdělaná, ateistka, heterosexuálně orientovaná, s partnerem 9 měsíců. Orgasmu v přítomnosti partnera dosahuje obvykle, při masturbaci vždy. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnera je dráždění klitorisu a pohlavní styk s drážděním klitorisu. Rozhovor s Nad'ou se odehrál u mě doma, na její vlastní přání. Nad'a se zdála být ze začátku nejistá, hovořila ostýchavě a někdy se trochu červenala. Postupně se více osmělila, přesto se však nepřestala dotazovat, zda-li odpovídá na to, co chci a jestli odpovídá dobře.

L: Co prožíváte při dosažení orgasmu?

N: Já jsem nad tím právě přemýšlela, co vám povím a zdá se mi, že se to těžko popisuje. Možná bych spíš začala porovnání s partnerem. Mám pocit, že mně to spíš dodá energii, sílu anebo chuť a partner je úplně grogy, zničený. Takže spíš to prožívání je takové...strašně něco příjemného. Možná na to přijdu později, jak se to dá popsat. Možná pocit uvolnění, ale to spíš tak píše. Mí to dodá energii a dobrý pocit.

L: Takže byste pak nešla třeba spát...

N: Určitě ne. Spíš mám pocit, že jsem taková nabuzená. Asi bych netoužila hned po dalším pohlavním styku, po dalším orgasmu nebo vyvrcholení, ale spíš mám chuť ještě více objímat toho partnera a možná se jemu více věnovat. Možná ještě jednou uspokojit jeho, nebo nevím. Naplňuje mě to takovou radostí a štěstím. Ale závisí to na tom partnerovi. Napadá mě...třeba dráždění při masturbování...to se nedá porovnat to vyvrcholení. Když masturbuju, tak mám třeba i ještě takový pocit viny, že si řeknu, tak to nebylo ono. S tím partnerem je to úplně...to se nedá porovnat. Je to takové mechanické, že potřebuju odbourat napětí, tak se sama stimuluju, potom dosáhnou vyvrcholení, ale ten pocit není takový jako s tím partnerem. Takové to je o ničem.

L: V čem je ten prožitek s partnerem jiný, nebo lepší?

N: Tam je celkově strašně hodně vjemů celkově. Jak se řekne, nedělám si to sama, ale je tam souhra dvou těl anebo nejlépe ještě dvou duší, že to není jen o tom fyzicku, ale určitě mě můj partner umí mnohem lépe vzrušit než já sama. Ty dotyky...já se neumím sama sebe tak dotýkat, jako se dotýká on mě a ta jeho přítomnost. I to, že já jemu můžu způsobit potěšení...

L: Dokázala byste prožitek orgasmu přirovnat k nějakému jinému prožitku?

N: Já to asi nedokážu porovnat, asi se to nedá s ničím porovnat. Mám pocit, že to všechno odděluju. Toto je milování s mým partnerem, dosáhnutí vyvrcholení, orgasmu. Asi bych to nevyměnila za nic jiného.

L: Co nastartuje celou sexuální aktivitu s partnerem?

N: Mám pocit, že mi někdy stačí jen jeho blízkost, já potom čekám na impuls z jeho strany. Určitě to závisí na tom, jak se ke mně chová celý den. Jaký je ten vztah. Když je všechno v pohodě, nejsou tam žádné problémy a přijde večer a já cítím jeho blízkost, tak se k němu přitulím pod peřinou a potom už se stačí začít líbat a dál už to postupuje.

L: Když už tedy začne ta aktivita, jak to pak pokračuje?

N: Tak nejdřív je to líbání, potom postupně jak mě partner hladí, nejvíc mě vzrušuje hlazení po bradavkách, prsech, tak velmi jemně. To je právě to. Já právě nemůžu hladit jeho, protože on by se vzrušil...teda on je určitě vzrušený...ale by dosáhnul vyvrcholení ještě dříve než já (smích). To není dobře, protože on by byl potom strašně unavený a už by se mi nemohl věnovat. Já teda musím být pasivní, což se mi nelíbí, ale on mě o to požádal. Tak přijímám od něho podněty, hlavně to hlazení po prsách a pak dráždění klitorisu. Bez toho by to asi nešlo. To je největší stimul pro mě. Potom to závisí na tom, jestli se milujeme jen orálně, nebo jestli dojde k pohlavnímu styku.

L: Zkuste porovnat situaci nyní, když sedíme tady a vnímáme vše kolem a situaci té sexuální aktivity. Jak vnímáte okolí?

N: Mám pocit, že vnímám všechno dost dobře. Nenastal žádný moment, že bych se vůbec nekontrolovala, nebo že bych byla úplně mimo. Že nevnímám. Spíš jsou mi ty věci kolem jedno, protože teď se soustředím jen na prožívání milování a na orgasmus určitě. Píše se to asi v těch knížkách, že žena upadne úplně do bezvědomí, nebo že je někde mimo. Já nemám ten pocit. Já to takhle neprožívám.

L: Když už prožíváte orgasmus, co by Vás mohlo vyrušit?

N: Zvonení telefonu bych ignorovala, asi kdyby tam někdo vešel do té místnosti, možná kdyby partner víc přitlačil, nebo změnil tempo. Spíš nějak fyzicky...ostatní vnější věci mi jsou jedno.

L: Jedno v jakém smyslu?

N: Že bych na to nereagovala. Protože to prožívám a chci, aby to dospělo až do toho konce, nechci se dát něčím vyrušovat. Jednoduše, když se milujeme s partnerem, tak už se na nic jiného nesoustředím. Soustředím se na něho a na sebe.

L: Na co se konkrétně soustředíte?

N: Na ty své pocity. Jestli je příjemné, co dělá, jestli mě to vzrušuje, do jaké míry. Jestli chci, abychom změnil polohu, nebo aby mě hladil po jiné části těla. Rychleji, pomaleji. Ono to vlastně tak postupuje. Nejdřív je to takové jemné vzrušení, potom cítím, jak se uvolňují vnitřní sekrety. To úplně cítím, že zvlhnu. Potom se postupně uvolňuji, fyzicky, svaly v pochvě. Potom je to takové intenzivní a v určitém bodě chci, aby do mě partner vstoupil. Že mi nestačí jen aby mě stimuloval jen rukou, nebo jazykem. Jsem připravená a chci ho cítit zevnitř. Potom to už je jakoby těsně před vyvrcholením. To stoupá to vzrušení, musím se přitlačovat k partnerovi a dotýkat se ho klitorisem. No a potom hledám to správné místo, jak se dotknout partnera.

L: Soustředěnost je teda zaměřená hodně do toho jednoho místa?

N: Jo, to určitě. Asi to závisí i od polohy. Jako bych už partnera nelíbala a nedotýkala se ho, ale spíš se k němu tlačím, pevněji ho stiskávám a držím. Já většinou vnímám nejen sebe, ale i toho partnera. Že je to o dvou lidech.

L: Liší se u Vás nějak stav těsně před orgasmem a při orgasmu?

N: Těsně před tím je to taková snaha o to dosažení orgasmu. Bylo by to nepříjemné, kdyby mě někdo vyrušil těsně před tím. Je to příjemné, ale je tam i to napětí. A pak se něco rozplyne nebo uvolní a taky trochu cítím stahy, ale ne až tak intenzivní, stahy vnitřních svalů. Já si u toho i trochu zakřičím, ne moc. Ale postupně to jsou možná takové jemné vzdychy a rychlejší dýchání je a pak jakoby takový výkřik a najednou se stáhnou. Už mi to není příjemné, aby se mě partner dále dotýkal, když už dojde k uvolnění toho napětí. Po tom orgasmu je to slastný pocit a uvolnění. Potřebuju být k němu přitulená, ale nechci aby mě víc stimuloval. Už by to nevedlo k dalšímu vzrušení. Spíš by to bylo trochu nepříjemné.

L: Napadá Vás nějaká metafora pro tu celou sexuální aktivitu?

N: Možná jako rozvíjení růže, nebo nějakého květu, že je to jako poupě, zavřené a postupně se pod tyky partnera rozevírá. V minulým vztahu jsme nazývali klitoris poupě. Jako kdyby se postupně rozevíral a otvíral a mocněl a byl silnější.

L: Jak ten květ vypadá při orgasmu?

N: Těsně před orgasmem je květ úplně rozevřený a tam je pestík, to je ten klitoris, který je pevný a jakoby vystupoval ven. A v orgasmu jakoby ještě víc zmocněl a po vyvrcholení se stáhne a zavrou se lístky.

L: Máte pocit, že je to hodně plynulý proces nebo je tam nějaká hranice, nebo zlom?

N: To asi závisí na tom partnerovi. Když mě dýl natahuje, tak to trvá déle a je to možná takové postupnější a rychleji to graduje, anebo spíš pomaleji to graduje. Ze začátku je to velmi pomalé a postupné. Jde o to nalézt takové jedno místo, kdyby ho trefil a stimuloval, tak bych orgasmu dosáhla rychleji. Takže by to pak nebylo pomalé postupné. Asi by to bylo naráz.

L: Myslíte, že zažíváte různé typy orgasmů?

N: Určitě ano. Závisí to na náladě a na tom, jestli jsem vyčerpaná a jestli je ten orgasmus po delším čase s partnerem nebo jen po jednom dni. Když spolu déle nejsme, tak ten orgasmus je pak intenzivnější. Někdy spolu nejsme dýl a zdá se mi, že jsem si odvykla. A prostě nevím, jak se mám na to naladit. Protože jsem se ponořila do nějakých pracovních povinností. Pak to vyvrcholení je jakoby slabší. Stahy nejsou tak silné. Určitě vidím rozdíl mezi jednotlivými orgasmy.

L: Rozlišila byste třeba klitoridální, vaginální?

N: Asi jsem vaginální orgasmus ještě nedosáhla, vždycky tam ten klitoris musí být stimulovaný, abych dosáhla orgasmu.

L: Zažíváte orgasmus společně s partnerem?

N: Už se nám to asi 2x podařilo. Většinou ne.

L: Liší se nějak?

N: Mám pocit, že je to o hodně intenzivnější. Je to takový symfonie, souhra. Ale zase netrvám na tom, že to takhle musí být. Je to umění, aby se to podařilo. Asi jsme celkem krátce spolu na tohle. Spíš to asi ještě chce čas, abychom se sehráli.

L: V čem je to pro Vás intenzivnější?

N: Je to velká radost pro mě. Mně to připadá výjimečné, není to běžné nebo obvyklé. Je to taková třešnička na dortě. Možná takový sen, kam by to mohlo dojít.

L: Oddalujete někdy svůj orgasmus?

N: Určitě ano. Jen jednou se to nějak podařilo dohromady spontánně bez toho, abych se na to soustředila. Jinak čekáme jeden na druhého. Teď nevím, co je pravidlo, ale spíš mám pocit, že partner čeká na mě. Mně to trvá dýl než jemu. Kdyby partner dosáhl orgasmu a já ještě ne, tak potom už by to přicházelo v úvahu jenom rukou, protože on by ochabnul.

L: Čím oddálíte orgasmus?

N: Partner přerušil stimulaci, nebo já se přestanu stimulovat. Dokonce je to i příjemné, když to trochu prodloužíme.

L: Oddalujete orgasmus ještě něčím jiným než přerušením stimulace?

N: Myslí, nebo vůlí to asi neovládám. Že bych si řekla, tak ještě ne...to asi ne. Já hodně podléhám fyzickému kontaktu. I kdybych si řekla že ne a partner by mě stimuloval, tak bych to asi nedokázala zadržet. Je to asi silnější než má vůle.

L: Máte nějaké myšlenky při sexu?

N: Nevím jaké myšlenky...Občas si kontroluju...jako teď bychom už měli nasadit ten prezervativ. Takové pragmatické záležitosti, které možná u žen, které používají antikoncepci odpadají. Takže stíhám i na toto myslet. Když mě uspokojuje rukou, tak tam neřeším nic a soustředím se jen na sebe a na své pocity.

L: Na tělesné pocity?

N: Na ty tělesné a taky na pocit štěstí a pohody a spokojenosti a vyrovnanosti, které nastoupí asi až po vyvrcholení, ale před tím asi vzrušení. Nemám takové, že bych si představovala někoho jiného nebo, že jsem někde jinde. V tom jsem asi taková strohá, že jsem tam kde jsem. Nevnímá asi to okolí. Nepředstavuji si nic jiného.

L: Máte nějaké fantazie při masturbaci?

N: To je právě to, že nemám. Nějak jsem se nenačila si nabudit to vzrušení v myšlenkách. Spíš je to fyzická záležitost, jako kdyby mechanicky. Ani si nepředstavuji partnera, teď se milujeme s partnerem, nebo nějakého jiného muže, nebo něco jiného, nějaký jiný obraz, který by mě vzrušil. Mám pocit, že vůbec nepracuju se svou fantazií nebo hlavou nebo s myšlenkami.

L: Máte v hlavě vybileno?

N: Není to tak, že bych nad ničím nepřemýšlela, ale je fakt, že už jsem dávno nemasturbovala. Co si pamatuju z těch dob, kdy jsem uspokojovala sama sebe, tak jsem si vždycky říkala, jak jsem četla nějaké knížky, že bych sama sebe víc vzrušila, kdybych si něco představovala, nějaký příběh, nebo polohu, ale sklouznu do toho fyzického. Možná, že je to těžké pochopit, jak můžu dojít k vyvrcholení, když tam nefungují ty představy...

L: To není tak, že něco bylo dobře a něco by bylo špatně. Někdo to má tak a někdo to má jinak. V tu chvíli svou pozornost zaměřujete tedy na ten fyzický dotyk?

N: Myslím, že výlučně jen na ten fyzický dotyk.

L: Říkala jste, že po tý masturbaci cítíte vinu, odkud se to bere?

N: Možná to souvisí s mým předešlým vztahem, kdy můj partner byl věřící a fungovala to jako něco, co je zakázané, takže to souvisí s náboženstvím. Ne mým, ale jeho, které jsem chtěla přijmout a snažila jsem se tím řídit. Potom ten pohlavní styk byl zakázán a samozřejmě masturbaci jsem vnímala tak, že překračuji nějaké hranice. To jsem si tak vsugerovala. Teď, v současné době, ne že bych ho podváděla, ale možná že mám takový pocit, že to prostě patří těm dvěma lidem a že takhle je to sobecké. Nemá to takovou cenu pro mě, takovou hodnotu, ani to prožívání není takové. Vlastně mám pocit, že kdyby nebylo jeho, tak by to pro mě nebylo ani důležité, pro mě samotnou. Málokdy jsem se přistihla, že bych toužila po orgasmu, kvůli orgasmu samotnému. Většinou je to spojené s tím, že teda ano chci ho, protože vím, že i partnera to potěší. Že je to vzájemné, týká se to obou dvou.

L: Kdy jste zažila orgasmus poprvé?

N: No, chcete vědět věk, období? Myslím, že to bylo s mým prvním sexuálním partnerem. Takže to mi bylo 21 nebo 22 let. No, rozhodně mě to překvapilo, protože jsem si myslela, že já určitě nebudu schopná dosáhnout orgasmu, protože jsem všelico o tom přečetla, že málo žen dosáhne orgasmu a podobně. Bylo to vlastně při dráždění klitorisu rukou, to byly takové začátky. Myslím, že jsem dosáhla orgasmu dřív, než jsem měla pohlavní styk. Mě to překvapilo a příjemně potěšilo. Prostředí nevím, kde to bylo, asi někde na kolejkách.

L: Masturbovala jste před tím, než jste měla partnera?

N: Myslím, že vůbec. Ani mě to asi nenapadlo. Mám pocit, že jsem se až při tom prvním partnerovi začala probouzet sexuálně. Ani jsem po tom nějak netoužila. Spíš mě to odrazovalo.

L: Myslíte, že se prožitek těch prvních orgasmů liší od těch, co máte teď?

N: Možná, že prvních deset bylo jiných, ale potom už je to skoro na stejné úrovni. Asi jsem měla prvního partnera velmi šikovného. Od té doby se nijak neliší ty orgasmy. Fyzický stav je asi stejný, jen se liší můj psychický pocit. To vztahuju zase k tomu partnerovi. Protože teď jsem mnohem spokojenější než jsem byla se svým prvním partnerem, takže je to hezčí. Před tím to bylo více o fyzičnu.

L: Máte pocit, že hraje nějakou roli to, kde jste, jestli je tma nebo světlo?

N: Nemám ráda ostré světlo, když je rozsvíceno, tak to mi nevádí, ani milování po tmě. Možná je pro mě příjemná pomalá hudba, ale nemusím ji mít. Nejpříjemnější je to v posteli, ani nevím, jestli jsem to dělal někde ve výtahu, jak se říká, nebo ve vlaku. Možná maximálně vstanu. Hlavně abych nebyla nikým rušená...

L: Abyste se tomu mohla oddat?

N: Já si vzpomínám na své studentské časy, že mi to ani nevádí, když jsem věděl, že každou chvíli někdo přijde, spolubydlící. I tak jsem mohla dosáhnout orgasmu. A věděla jsem, že tam je to napětí. Že by to bylo o to lepší, to bych neřekla. Jak někdo řekne, že to má rád někde, kde ho může někdo odhalit, že ho to ještě víc vzruší, to bych neřekla, ale prostě jsem si řekla, že mi to nevádí.

L: Myslíte, že se Vaše vzrušení nějak během té sexuální aktivity stoupá, že se ta energie nějak nabíjí?

N: Jo, je to postupně silnější a více se nořím do toho milování, jsem taková náruživější, více vyvíjím aktivitu. Možná se víc líbám, intenzivněji a i ty dotyky jsou silnější. Stále mám pocit, že nevím, jestli používám ta správná slova a vy mi na to povíte, že neexistují správná nebo nesprávná slova...jestli dostatečně odpovídám na vaše otázky?

L: Jo, určitě. Nevím, jestli to vypadá, že nějak rýpu, jen se na to snažím podívat z jiných stran a vím, že je to těžký o tom mluvit...Myslíte, že má orgasmus smysl pro ženy nebo pro Vás?

N: Myslím, že to není to nejdůležitější pro ženu, že by to určitě nedala na první místo. Kdybychom ale nedosahovaly orgasmu, tak by to bylo ošizení v porovnání s muži, možná jako kdyby to přidávalo na té rovnocennosti. Je to určitě hodně příjemné, je to fantastický zážitek, který...je mi líto, že se o to partner nemůže podělit se mnou, že nemůže být v mé kůži a já v jeho...chtěla bych si vyzkoušet mít orgasmus muže. Ale určitě je to důležité. Je to příjemný zážitek a má to své místo. Obohacuje to vnitřní život.

L: Čím to obohacuje?

N: Nový zážitek a u mě to funguje jako doping, nová energie, pocit sebevědomí. Věřím, že mohou být ženy hodně frustrované, hlavně když jim muž dává najevo, že s ním nemohou dosáhnout orgasmu. Že se mohou cítit o něco ochuzené ty ženy. Možná i ti muži jsou z toho nešťastní, že nedokážou svou partnerku přivést k vyvrcholení.

L: Nový zážitek, myslíte jako druh zážitku, něco specifického?

N: Určitě specifického, nedokážu to k ničemu přirovnat. Neuměla bych to ničím nahradit.

L: Napadl by Vás naopak nějaký protiklad?

N: Když mě něco bolí, když cítím nějakou bolest, spíš myslím psychická, jako utrpení. Protože při tom orgasmu jsem blažená, na vrcholu a opak je, když jsem down, úplně dole, zničená, uštvaná, zdecimovaná.

L: Předstírala jste někdy orgasmus?

N: Možná jednou nebo dvakrát, ale nedělám to. Ačkoliv někdy to může být zklamání víc pro toho partnera, než pro mě. Nechci to předstírat. Je to podvod.

L: Jaký byl ten prožitek při předstíraném orgasmu?

N: To bylo dost dávno. Předstírala jsem proto, aby to milování už skončilo. Anebo že jsem chtěla udělat radost tomu partnerovi. Ale myslí, že když je to vnímavý, citlivý člověk, tak to pozná.

L: Dosáhla jste orgasmu ve spánku?

N: To určitě ne. Spíš jsem se probudila vzrušená a začala jsem masturbovat, ale orgasmus ne.

L: Myslíte, že když vyvrcholíte, že to má nějaké fáze?

N: Myslím, že to má nějaký dozvuk. Potřebuji se z toho vydýchat, jsem úplně zpcená, unavená. Potřebuji se zklidnit. Jsem rozvášněná, pak vyvrcholím a pak to tak jemně doznívá. Až jsem zase schopná se postavit a fungovat zase.

L: Myslíte, že orgasmus je krátký úsek, nebo...

N: Myslím, že je kratoučkový, aspoň u mě. Částečně co prožívám uvnitř, to fyzické a psychické, že to dávám najevo hlasovým projevem. Takové zavzdychání nebo výkřik a to je signál, že jsem dosáhla vyvrcholení. Aby věděl i partner.

L: Začala jste brečet nebo se smát někdy?

N: To se mi stalo, že jsem se začala smát. Možná, že to bylo když to bylo poprvé, že to bylo takové překvapení. Že bych plakala, to ne.

L: Co myslíte, že ten smích vyjadřoval?

N: To bylo takové uvolnění, radost.

L: Jste si během sexuální aktivity vědoma více některého ze smyslů?

N: Asi hmat, zrakem až tak nevnímám, anebo čichem taky ne...

L: Máte otevřené oči?

N: Jak kdy...asi zavřené. Možná když...asi zavřené.

L: Myslíte, že byste byla schopná během orgasmu mluvit?

N: Myslím, že ano, ale že bych navivovala partnera...

L: Při tom samotném orgasmu?

N: Tam ne, to jsou vzdechy, nebo neartikulované zvuky.

L: Co cítíte fyzicky při orgasmu?

N: Někdy stahy...snažím se to nějak představit...

L: Jak poznáte, že je to vyvrcholení?

N: To je vlastně ta hranice, že už netoužím po další stimulaci, prostě ten vrchol...fakt na to nemůžu přijít, jak bych to pojmenovala. Já to vím, ale slovy neví, jak bych to...možná nasycení, už po ničem dalším netoužím. Partner mě stimuluje na tom správném místě a najednou to přijde...

L: Vy jste říkala „najednou to přijde,“ je to opravdu jakože najednou...

N: Naráz nastane...no prostě pink a je to tam (smích)... napětí se rozlívá v té oblasti vnějších rodidel. Ale je fakt, že potom nemám studené ruce a nohy, takže se to asi dostane do celého těla.

L: Měla jste někdy orgasmu po požití alkoholu popřípadě jiné drogy?

N: Myslím, že alkohol mě utlumuje. Jsem unavená, malátná a to se těžko dosahuje orgasmu. Jiné drogy jsem nepožila.

L: Co děláte s tělem, když máte orgasmus?

N: Rozevřu nohy úplně do široka, potřebuju prostor. Potřebuju je mít do široka, jinak bych neměla orgasmus. Tlačím se na partnera.

L: Máte pocit že se prožitek orgasmus může lišit v závislosti na ročním období nebo měsíčním cyklu?

N: Myslím, že mě to neovlivňuje. Ani počasí. Spíš mě ovlivňuje to, co se událo za celý den, jestli mám takovou celkovou radost.

L: Napadá Vás ještě něco o čem jsme nemluvily?

N: Třeba kolikrát za sebou můžu dosáhnout orgasmu...

L: Hmm...

N: No jedenkrát je to tak akorát dost a po druhé je to slabší, ani si to tak neužiju. Nemám pocit, že by to nějak gradovalo, nebo že bych krátce po sobě mohla dosáhnout orgasmu...I když dosáhnu po druhé, tak už si říkám, že už to nemuselo bejt. Po prvním potřebuju pauzu, třeba půl hodina, hodina a pak bych musela začít znova. Stane se, že toužím po dalším milování, ale nedělám si z toho životní cíl.

L: Ještě Vás napadá něco?

N: A Vás?

L: No možná, jak prožíváte partnerův orgasmus?

N: Strašně z toho mám radost. On je hodně potichu, někdy jsem ani nevěděla, kdy to bylo...trapas co (smích). Teď už to poznám. Mám z toho strašnou radost. Vzrušuje mě to, ale nemám orgasmus jen z toho, že ho vidím.

L: Myslím, že je to tak asi všechno. Děkuju.

Rozhovor 7 – Jana

Studentka VŠ, 22 let, svobodná, ateistka, bisexuálně orientovaná, spolužije s partnerem půl roku. Orgasmu v přítomnosti partnera dosahuje obvykle, při masturbaci vždy. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnera je pohlavní styk s drážděním klitorisu. Rozhovor se odehrál u mě doma, na Janino přání. Hned poté, co jsme se seznámily mi Jana nabídla tykání. Během rozhovoru Jana působila vyrovnaně, o tématu hovořila bez zábran.

L: Co prožíváš při dosažení orgasmu?

J: Většinou je to vysílení, takový vyčerpání sil a velká úleva. Je to extrémně příjemnej pocit. Nevím, jak to mám popisovat, jestli to mám nakreslit. Zkrátka těsně před tím je to maximální vypětí sil a potom je to obrovská úleva. Někdy mám i hodně dlouhý orgasmus a to stojí za to. Nevím, jak se to dá popsat.

L: Říkalas dlouhý, myslíš, že se to dá nějak odhadnout, nebo je to neodhadnutelný?

J: Řekla bych tak půl minuty, minuta. Představuju si to tak, když to srovnám s partnerem, tak si myslím, že je to dost.

L: Co se při tom děje fyzicky?

J: Mám stahy svalů, mám zatnutý skoro všechny svaly na který si vzpomenu, to je to vypětí. To úplně nohy...mě chytne křeč u palce u nohy, taky někdy do kyčle. Takový blbý, někdy to trochu vadí.

L: Vadí to potom, nebo to vadí při tom orgasmu?

J: Někdy když už ten orgasmus přichází a já mám ty svaly všechny dlouho před tím zařatý, tak se některé z nich dostane do křeče.

L: Kdy myslíš, že se začnou zatínat?

J: Asi když se blíží ten orgasmus. Když už to je takový nevyhnutelný. Někdy se stane, že toho orgasmu nedosáhnu, ale když už vím, že jo, tak už mám ty svaly zařatý.

L: Co myslíš, že Tě nastartuje pro celou tu sexuální aktivitu?

J: Asi líbání. Já s přítelem sice bydlím a to si dáváme pusy co chvíli, ale to je taková jiná pusa...

L: Jakože má jinej obsah?

J: Že je taková hlubší, že cítím, že ten dotek je takovej víc žádoucí.

L: Pak jak to pokračuje.

J: Někdy je to hodně přerušovaný, že už jsem třeba hodně rozdělaná, pak zase se stane něco, že prostě mě to plně schladí a začnu znova defakto. To je nejčastěji, že je to v takových vlnách, že už třeba jako eventuálně a pak tam je něco, že se vytrhne z koncentrace a musím znova.

L: Co Tě vytrhne z koncentrace?

J: To jsou hrozný kraviny. Já má potkany, oni tam začnou něco dělat, tak se na ně podívám třeba. Nebo si třeba uvědomím, jak směšně musíme vypadat, protože přítel někdy vypadá směšně při tom sexu. Já asi taky (smích). Taky se někdy začnu smát, se mnou to maj ty chlapy těžký.

L: Tys použila slovo koncentrace. Jakou roli pro Tebe hraje v sexuální aktivitě?

J: Soustředění se? Asi dost velkou, protože si nedokážu představit, že bych prostě se nesoustředila a dosáhla orgasmu. To je opravdu hodně velký vypětí sil i duševních. Ne že bych se nad tím nějak zamýšlela, nebo tak, ale vyžaduje to prostě koncentraci. Já jsem dost nesoustředěnej člověk, takže to považuju za otázku koncentrace.

L: Na co tu pozornost zaměřuješ?

J: Tak různě. Hlavně na takový detaily, jako samotnej průnik, nebo na to, kde se mě zrovna dotýká partner, nebo na to, kde mě líbá. Prostě opravdu na ty jednotlivý způsoby kontaktu.

L: Takže spíš ty fyzický věci.

J: I ty pocity, který s tím souvisej. Já myslím, že třeba právě ten průnik není jenom fyzickej pocit, ale že to člověk cítí i nějak do hloubky. Má i symboliku nějakou, takovou která k tomu patří.

L: Jakou to má symboliku pro Tebe?

J: To jsem si naběhla. Je to nejintimnější splnutí, že už to jako víc nejde. Je to to nejbližší, co s tím člověkem jde zažít. To tak cítím.

L: Jak vnímáš okolí během sexuální aktivity?

J: Myslím, že okolí vnímám celkem pořád, furt tak jako na okraj vím, kde jsem, v jaký jsem poloze. Přehled jako neztratím, co se kolem mě děje. Dá se, když je v okolí něco, co by mohlo člověka dost znervózňovat, tak i na to se dá zapomenout.

L: Skrz co na to můžeš zapomenout?

J: Přejde na to, o co jde. My to občas děláme ve sprše na koleji a tam kdokoli může přijít a to je takový, že si člověk říká, trapas (smích). Tak si řeknu, že no co, ať si to klidně poslechne, ať jde zase pryč, vždyť je to

jedno. Tak trochu v sobě probudím exhibicionismus. Kdyby někdo přišel, tak co na tom. Doma to je nejhorší. Tam se nedá odrušit to riziko, že někdo přijde domů, sice je zamčeno, ale to jak vezme za kliku a bude to takový trapný. To se dost špatně odruší. Spíš jde o to na to nemyslet. Říct si, že to nenastane.

L: Myslíš, že čím blíže jsi orgasmu, že tím méně přemýšlíš o těchhle věcech?

J: Myslím, že je to pořád stejný. Když už se rozhodnu do toho sexu jít, tak jsem to zvážila a buď to je to tak nebo onak. Pak nějak v průběhu, kdyby někdo vzal za kliku těsně před orgasmem, tak mi to vadí víc než na začátku, taky bych to asi spíš ignorovala a pokračovala a řekla bych si, že holt počká.

L: Napadl by Tě jinej prožitek, kterej by byl orgasmu podobnej?

J: Surfování. Já mám hrozně ráda vodu a tak se mi to zdá hodně podobný. Tam taky člověk dost vydá fyzických sil, aby si nenabil a neslít. Je to dost silnej prožitek, kterej člověka stojí dost energie.

L: Co se děje v tom surfování?

J: Hlavně se vyplavují do mozku ty správný látky, nebo do krve. Prostě takovej pocit, že se člověk nějak překoná a zažije fakt něco jako odvaz. Je to prostě fajn pocit, těžko popíšu proč.

L: Napadl by Tě naopak nějaký protiklad?

J: Když někde spěchám a někdo mě zdrží. Nebo když už chci ukončit nějakej rozhovor a někdo se furt vykecává. To fakt není orgasmus.

L: V čem to není?

J: Orgasmus je jo jo jo a tohle je už sakra né (smích).

L: Máš pocit, že zažíváš různé typy orgasmů?

J: Asi jo, někdy mám pocit, že je to jen to fyzické, že v tom nejsou nějaký pocity, že je to jenom takový mechanický uspokojení. Někdy to je opravdu hodně citový. Víím, že teoreticky je vnější a vnitřní orgasmus, ale to zkrátka nějak nerozlišuju.

L: Myslíš, že by jeden z nich byl lepší a jeden horší?

J: To nejde nějak tak říct. Ten fyzickej je hodně takovej zvířecí, na to si vzpomenu a úplně se otřesu. Ten citovej zase úplně vezme u srdce, nějak tam je víc lásky. Ten fyzickej je asi víc pudovej. Ten od srdce není až tak...hlavně ze začátku je to takový rozvláčný. Takovej ten něžnej sex. Orgasmus tam přijde, ale není to tak fyzicky náročný, ale to já možná trochu od orgasmu čekám, že je to tak trošku adrenalinovej sport. Když je to spíš takový citový, tak se spíš soustředím na ty niterný pocity, než na ten čistě mechanický pohyb. Je to hezký, ale není to takový pudový, zvířecí. Možná mi to trochu chybí, ale neřekla bych, že je to horší.

L: Podle čeho máš jednou ten a jednou ten?

J: No, tak asi dost záleží na náladě. Někdy přijdu ze školy a vrhnu se na přítele. Někdy je to víc vypiplaný ten citovej. Zapálíme si svíčky, pohoda a víc mazlivý. Může to být asi v té přípravě.

L: Vstoupá vzrušení během sexuální aktivity?

J: Právě to jsou vždycky takový náběhy, pak se rozptýlím, někdy ne a to je fakt dobrý. Když se rozptýlím, tak musím od začátku. Čím intenzivnější to je, tím strměji se dostanu k orgasmu. Dost to závisí na tom, jak dlouho už to děláme. Ke konci už to je rychlý...

L: Co se děje těsně před tím, než dosáhneš orgasmu?

J: To už víím, že přichází. To je takovej ten pocit, ani nevím, v jaký části těla ten pocit začne, ale je to takovej pocit, znáte to, to tělo už se zatíná a už tomu ani nejde zabránit. I kdyby možná přítel šel pryč, tak už ten orgasmus prostě nabíhá. Asi víc sevřu svaly tam dole a celkově je to takový to napětí.

L: Máš pocit, že se to uděje potom nějakým skokem? Nebo plynule?

J: Asi jak kdy. Někdy je to hodně plynulý od té fáze nevyhnutelnosti až teda se uvolním. Někdy to ani nestoupá, někdy ten orgasmus je takovej, že prostě začne a ještě to zesiluje a to je pak teda nářez. Někdy to jde fakt hrozně plynule a ani to není moc nárazový, řekla bych, že to ani není až tak dobrý. Sice je ten orgasmus třeba hodně dlouhej, ale i třeba hodně vysilující, ale ten nárazovej víc...intenzivní...kvalitnější...těžko posuzovat, to je vždycky dobrý.

L: Co je to něco, podle čeho poznáš, že už je to nevyhnutelný?

J: To na sobě cítím, že už to přichází.

L: Je to zlom, nebo do toho vplyneš?

J: Do týchle fáze to může přijít i nečekaně. To není tak pomalý jako v té fázi před tím.

L: To nevyhnutelný bys už nazývala orgasmem, nebo až potom?

J: Řekla bych, že už je to součást orgasmu, ale kdyby na mě spadnul strop, tak ho třeba nebudu mít. Takže není to přímo orgasmus. Ten nastane bezprostředně potom.

L: Myslíš, že se během sexuální aktivity vědomě rozhodneš, že chceš orgasmus?

J: Já to spíš někdy poznám už předem, že ho asi mít nebudu. Někdy je to takový, že třeba nemám náladu, pak ale přítel je docela přesvědčivej, tak si řeknu no tak jo. Pak mě to překvapí, když ten orgasmus mám. To si někdy říkám, tak holt dneska ne. Tyhle věci se asi rozhodnou tak nějak na začátku. Taky možná kdybych

začla s tím, že toho orgasmu dosáhnou, tak bych asi sama jednala jinak, možná bych ho i měla, ale když úplně nejsem v náladě, tak si to asi sama zkažím.

L: Co je tam to, co Ti neumožní dosáhnout orgasmu?

J: Chybí takovýto z mé strany extrémní vypětí. Prostě nad tím mávnu rukou. Samozřejmě, že i nadále je to fyzicky náročný, ale prostě do toho nedám sama tolik, abych toho orgasmu dosáhla. Vzpomněla jsem si ještě ohledně té otázky, co je jako orgasmu. Mívám někdy sny, že lítám. To mi přijde hrozně podobný. Protože tam právě je to hrozně vysilující, aby ten člověk vzlítnul, pak je to takovej hodně podobnej pocit.

L: Máš teda pocit, že nějak při orgasmu lítáš taky?

J: Tak to asi ne. To ležím, nebo stojím. Myslím, že jsem pevně na zemi, ačkoli se to se mnou tak jako zatočí ten svět. Zkoušela jsem tu hladinu alfa a to jsem měla vždycky pocit, že se se mnou ta postel točí, tak něco takového podobného při orgasmu je, na chvílku.

L: Zažila jsi orgasmus ve snu?

J: Mívám někdy sexuální sny, ale nevím, když tam prožiju orgasmu, jestli jsem opravdu prožila orgasmus. Spíš to je jenom, že si něco vybavuju, ale není to ono.

L: Zažíváte s přítelem společně orgasmus?

J: Někdy jo. Většinou je to tak, že já začnu dřív, protože ho mám delší, myslím, že nápadně. Jak ho tak jako víc sevřu, tak on taky pak dosáhne. Někdy se nám to poštěstí, někdy se udělám o dost dřív já. Někdy on a pak má co dělat, aby to vyžehlil (smích).

L: Jakej je to prožitek?

J: Pro mě je to dost silnej zážitek, ikdyž má třeba jen on orgasmus. To je takový, že úplně cítím tu energii. On mě i víc sevře. Jeho orgasmus na mě působí hodně dobře. Můj na něj taky. Myslím že to je lepší, když se uděláme spolu.

L: V čem lepší?

J: Asi to, že člověka hřeje na mysl, že ten druhý taky prožívá něco obdobného. Taky je to, že při orgasmu jsou oba takový víc napjatý. Je fajn cítit tu vzájemnost v tom.

L: Liší se nějak prožitek orgasmu s partnerem a při masturbaci?

J: Při masturbaci je to takový jako...když se učím matiku, nevím proč, ale mám potřebu se asi rozptýlit, protože je to takový ubíjející. Spíš tak jako abych se mohla věnovat něčemu dalšímu. Mě to tak jako vlastně otravuje, tak jako uspokojím potřebu. Je to rychlý. Asi je to způsobený tím studiem, protože mám dost málo času. Na přítele si ten čas udělám. Pamatuju si, když jsem měla víc času, tak to bylo lepší, že jsem si to tak jako víc užila. Ale není to lepší s partnerem. Nevyrovná se tomu.

L: Co je lepší s partnerem?

J: Přeci jenom já vím, jak reaguju sama, kdežto u toho partnera mám nějakou zpětnou vazbu na to co udělám. On se prostě nechová jako moje ruka no (smích). Na moje pohyby nějak reaguje a vždycky jinak, než bych já třeba čekala. Je to lepší no.

L: Říkalas, že je to úleva orgasmus?

J: Všechno to vypětí před tím, tak se člověku uleví.

L: Jaký má orgasmus smysl pro ženy nebo pro Tebe?

J: Myslím, že bychom to jinak nedělaly. Když nám příroda nadělila docela silnýho ducha a docela i posléze se lidstvo vyvinulo v to, že ženy mají i nějaké práva, tak by nás chlapi asi dost těžko přiměli k tomu, abychom něco dělaly jenom pro to, abychom pak byly těhotný. Děti nemám ráda a nechci děti. Když bych u toho sexu neměla ten orgasmus, tak bych to asi nedělala. Já si to tak nějak představuju, že když už příroda stvoří natolik inteligentní opici, která se sama rozhoduje, tak jí musí dát nějaký bonbónek za to, když udělá něco, co chce aby udělala. Myslím, že kdyby to chlapi ze sebe něco vystříkli a bylo by to jako kdyby se vyčůrali, tak by to taky nedělali. Musíme mít nějakou motivaci.

L: Zažíváš třeba víc orgasmů za sebou?

J: Ne. A nedokážu si to představit. Protože pro mě je to tak vyčerpávající, že si pak musím dát voraz půl hod'ky. Ikdyž se udělám dřív a partner pokračuje, tak stejně jsem chvíli taková vláčná, než se chytnu do tempa. Mám takovej dlouhej, že ještě dlouho poté, co dosáhnou orgasmu jsem taková rozdrážděná, hodně vzrušená a silně to doznívá. Už bych ani neudržela koncentraci.

L: Mělas někdy orgasmus po alkoholu popřípadě jiných drogách?

J: Já jsem zkoušela jen marihuanu a to jsem myslím nikdy nesouložila, myslím jednou, ale sex jsme měli dlouho na tom. Po alkoholu dost často, po nějakých pivách. Nedokážu si představit, že bych se ožrala jako doga a pak bych ještě něco dělala. Po alkoholu asi po pěti pivech. Člověk je takovej ospalej. Neřekla bych, jestli to bylo horší nebo lepší. Tak jako když jsem hodně unavená a ještě si řeknu jo.

L: Kdy jste zažila poprvé orgasmus?

J: To nevím. Tak já to zkusím zpětně vydedukovat. Tak 12 nebo 13 let.

L: Při masturbaci?

J: Jo.

L: Jaký to pro Tebe bylo? Překvapující, jednoduchý, složitý...

J: Já jsem to měla nastudovaný. Já jsem poměrně lezla rodičům na nervy tím, že jsem od útlého věku četla a měla otázky. Takže jsem byla docela erudovaná...Ptala jsem se na spoustu věcí, tak jsem měla hodně příruček, protože rodiče to řešili příručkama. Četla jsem plyně od 4 let. A ptala jsem se mamky, co to jsou ty nevěstky v Thajsku. To jí dost lezlo na nervy. Někdy ani sami pořádně nevěděli, co mi dávají do ruky. Takže jsem to měla dost nastudovaný, tak jsem si říkala, že to asi tak nějak bude. Někde jsem viděla nějaký záznam koncertu Madony a tam předstírala, že si to sama dělá. Tak jsem si říkala, aha, takhle nějak to bude. Tak jsem s tím teda experimentovala, až jsem na to tak nějak přišla.

L: Bylo to těžký na to přijít?

J: No, já jsem věděla, že má něco přijít, tak ze začátku jsem si říkala, to je jako všechno (smích)? Pak jsem to teda zkoušela dál až jsem přišla na správnou cestu. Třeba jsem to zkusila 2x, 3x, než jsem pochopila, co a jak.

L: Liší se prožitek prvních orgasmů od těch, které prožíváš teď?

J: Nemyslím, to je pořád takový stejný. Tenkrát to bylo jenom zvenku, no a s tím přítelem v tom hraje roli i ta psychika a tak.

L: Myslíš, že prožíváš orgasmus jinak v závislosti na tom, v jaké jste poloze?

J: To dost, protože třeba ze zadu se vůbec neudělám a i mě to někdy dost bolí. Ze předu záleží...v misionářský poloze se udělám úplně spolehlivě. To jsem někdy i dost brzo. Když jsem nahoře, tak je to tak nastejno. Dost záleží na mé schopnosti nenechat se vyrušit.

L: Oddaluješ někdy orgasmus?

J: No, když si to dělám sama, tak někdy jo. S přítelem ani ne, protože co když on se udělá a já ne.

L: Jak to děláš? Co je to, co Tě stopne v tu chvíli?

J: Že se záměrně soustředím na to, abych se uvolnila, už prostě zatínám svaly, tak v tu chvíli se záměrně nadechnu, vydechnu. Ještě v té chvíli, než se to stane nevyhnutelným.

L: Máš otevřené oči nebo zavřené?

J: Jak kdy. Většinou je mám zavřené. Dost záleží na poloze. V misionářský poloze je častěji zavírám, nahoře spíš otevřené. Může být tím, že se je kam koukat. Častěji zavřené.

L: I při orgasmu?

J: Jo.

L: Začala si někdy brečet nebo se smát?

J: Smát často. Těsně před tím nebo těsně po tom se začnu smát. Když je nějaký pádný důvod.

L: Když se začneš smát těsně před orgasmem, co se stane?

J: Záleží na tom, čemu se směju. Když něčemu, co mě rozptýlilo, tak to mě vyruší, ale někdy se směju a nezkažím si tím tu příležitost k tomu orgasmu.

L: Mohla bys mluvit při orgasmu?

J: Nějaký jó nebo ještě. Když nějak začíná ten orgasmus, tak zatajím dech, ale pak ten průběh můžu tak něco...ale moc toho nenakecám.

L: Jakýho smyslu si seš nejvíc vědoma při celé sexuální aktivitě?

J: No určitě čich a hmat. Nejsem vizuální typ, to mě spíš ruší.

L: Máš nějaké fantazie nebo imaginace nebo obrazy?

J: Mám možná nějaké obrazové představy, ale takový neurčitý. Jako když se soustředím třeba na ten průnik, tak mám z toho pocitu nějaké obrazové výstup, ale nevím, nedokážu to nějak okomentovat, nebo popsat.

L: Něco abstraktního?

J: Jo.

L: A při orgasmu taky něco takového máš?

J: To asi ne. Ale těsně před ním jo, něco taky tak abstraktního. Nic určitýho. Jako kaleidoskop, trochu rozmíženěj.

L: Předstíralas někdy orgasmus?

J: Jo. Protože někdy nechci přítele zklamat. Ne tak často. Když nemám náladu a stejně do toho jdu, tak aby tak jako nebyl zklamanej nebo odvrženej. Chci mu udělat radost.

L: Jakej je ten prožitek?

J: Já se na to musím strašně soustředit, abych to vůbec předstírala, takže je to takový...já cejtím, že on prožívá orgasmus třeba, je to silnej pocit pro mě, je to příjemný, ale není to orgasmus. Je to taky takový vysilující. Asi bych v tu chvíli mohla mít opravdu orgasmus, kdybych si před tím neudělala mentální blok, že to nepůjde.

L: Takže stejně máš nějaký psychický vrchol?

J: Jó, to jo. Je to hodně příjemný.

L: Zažilas někdy orgasmus za pro Tebe zvláštních podmínek?

J: To asi ne. Nic mě nenapadá a to jezdím na koni (smích).

L: Mění se prožitek orgasmu s ročním obdobím nebo měsíčním cyklem?

J: V závislosti na měsíčním cyklu asi jo. Těsně před menstruací jsem víc na to fyzický, kdežto po menstruaci je to hodně citový.

L: Liší se orgasmus v závislosti na tom kde to je a jestli je rozsvíceno nebo tma?

J: Když mi svítí do očí, tak mi to vadí. Myslím, že jinak asi ne.

L: Napadá Tě ještě něco o čem jsme nemluvily?

J: Aní ne...Ale zajímalo by mě, jestli teda někdo dokáže dosáhnout orgasmu bez fyzické stimulace...myslím, že je to mýtus...Je to asi o tom, jak hodně se člověk kontroluje, kdyby se tomu oddal, tak to asi jde...Mně to není příjemné se poddat, nemít kontrolu...

Rozhovor 8 – Anna

Studentka VŠ, 26 let, svobodná, ateistka, heterosexuálně orientovaná, s partnerem ve spolužití 3,5 roku. Orgasmu v přítomnosti partnera dosahuje obvykle, při masturbaci také obvykle. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnera je pohlavní styk s drážděním klitoris. Rozhovor se odehrál u Anny doma. Anna na naše setkání zapoměla, ale náhodou byla doma, když jsem přišla a přijala mě. Během rozhovoru byla velmi uvolněná, hovořila bez zábrán a neměla problém s vyjádřením prožitku.

L: Co prožíváš při dosažení orgasmu?

A: Jak kdy, podle toho jak je ten orgasmus silnej, podle toho jestli ho prožívám sama nebo s přítelem. Taky podle toho, jakým způsobem ho bylo dosaženo. Tak bych to vzala po té škále od toho nejslabšího. Ten prožívám spíš jako čistě fyzické pocity vrcholného vzrušení s následným uvolněním, jakože ze mně spadne napětí. A já to asi nedokážu odstupňovat. Tak kdybych vzala teď ten nejsilnější. Tak to je většinou, to jsem teda měla párkrát. To bylo vždycky s partnerem a to při souloži s drážděním poštváčku. To jsem měla pocit, že prožívám nějaký vesmírný spojení s tím partnerem a skrz ten pohlavní styk a orgasmus jako bych se stala součástí celého vesmíru, jako by to bylo něco jako nadpozemského nebo jako kdybych se dostala někam mimo, někam mimo fyzické svět. Někam, kde je to jako všechno dobře, takhle jako to má být. Bylo to strašně zvláštní. Asi jsem to prožívala jako spojení s nějakou vesmírnou energií. Tak jak si to já jako představuju, jak to asi vypadá.

L: Napadá Tě nějaký jiný prožitek, kterej by tomu byl podobnej?

A: No, tomu fyzickému blahu je určitě podobnej prožitek na některých drogách. Konkrétně asi na pervitinu. Takovej ten první nájezd, když najíždí ta droga. To je přesně taky takovej ten pocit, jakože do toho těla vjíždí energie, je vzrušený a zároveň je to pocit obrovského uvolnění, že s Tebe něco spadne a najednou se cítíš strašně lehká. A víš, že všechno dokážeš. Že Ti je fakt strašně dobře, že Ti nemůže být líp. V tomhle je to fakt strašně podobný. Asi proto oni pak ten sex ani nepotřebujou...Orgasmu je to podobný...Ale ničemu jinýmu bych to asi nedokázala přirovnat. Možná že jsem se něčemu blížila zase z druhé strany z hlediska toho propojení nějakou energií...určitě se toho dá dosáhnout technikama změny vědomí, meditací a tak, ale s tím nemám tolik zkušeností, že bych dokázala říct, že jsem to prožila.

L: A máš pocit, že je to změněný vědomí?

A: Jo, určitě.

L: A napadl by Tě nějaký prožitek protikladnej?

A: Asi nějaká hrozně silná úzkost nebo strach, kdy je člověk jako úplně staženej v maximálním napětí. A schovanej do sebe, vidí jenom sebe, jak je mu vevnitř a není schopen se vůbec od toho odpoutat.

L: Co prožíváš fyzicky při orgasmu?

A: Pocit toho uvolnění, pulzování, hlavně teda...rozhodně to není celé tělo, jak se někde píše...spíš je to v pochvě, nebo někde v břiše. Jako kdyby se srdce v tu chvíli přesunulo a tepalo tam.

L: Děláš něco s tělem v tu chvíli?

A: Jestli se třeba nějak zvláště hejbu? Určitě se prohejbám, zakláním hlavu a tak různě se melu zadkem. Většinou se asi snažím přitisknout maximálně k tomu partnerovi, tak abychom byli na sebe nalepení, maximálně jak to jde, že se ho snažím do sebe pojmout.

L: Máš pocit, že zažíváš rozlišný typy orgasmů?

A: No, určitě se to změnilo v čase. Zpočátku jsem prožívala orgasmus jenom přes samotnej poštváček a dost mi přišlo, že to prožívám jenom v tom jednom bodě. Pak se to začalo postupně rozšiřovat na celou vulvu, zevní genitál. Když dosáhnu orgasmu jen přes ten poštváček, což už mi teď tolik nejde, že už potřebuju i to dráždění vevnitř, nevím jestli bod G, nebo že je prostě něco vevnitř v pochvě, tak tím že je něco vevnitř, se ten orgasmus jakoby posune víc dovnitř. Do pochvy. Někdy mám pocit, jakoby ten orgasmus skoro nebyl, strašně slabý a trvá to jen maličkou chvíličku a pak už třeba nejde znova navodit. V poslední době jsem neměla štěstí na žádný silný prožitek i tím, že na to nemám tolik chuť, tak to nešlo, ale dřív se stalo s partnerem, že to bylo hodně silný. Takže je tam určitě rozdíl v té intenzitě a v tom jakým místě to všude je, jak se to rozšíří. Jestli na celý pohlavní orgán, nebo jestli to zůstává jenom v tom poštváčku.

L: Co tam hraje roli v té intenzitě?

A: Určitě momentální psychické rozpoložení, když jsem roztěkaná, nejsem schopna se na to tak soustředit, tak většinou je to slabší a odezní to hrozně rychle, takový jako nic. Určitě tam hraje roli délka dráždění, i jakou plochu dráždím, jestli je to malá plocha, nebo jestli se to rozleje do celý možný plochy. Čím větší plocha je drážděná, tím silnější to pak je. Taky je důležitý, jestli to dráždění jde přes bolest, což někdy mám sklony k malinkému masochismu, že když to půjde ještě chvílku přes bolest, tak pak to bude fakt jako super. Pak to je ještě silnější.

L: Jako bolest na tom klitorisu?

A: Jo. Nikde jinde to nebolí.

L: Že ta bolest tomu teda v konečném důsledku napomůže?

A: Hmm.

L: Jaký elementy Tě přivedou k orgasmu?

A: Myslím, že musím mít čistou hlavu, že v tu chvíli nesmím myslet na nějaký problémy, nějaký starosti, co musím dělat za 5 minut, za hodinu nebo zítra. Musím se cítit v pohodě, že na to mám čas. Musím na to mít čas, to je asi to nejdůležitější. Musí se mi chtít, vůbec mít orgasmus...

L: Že si řekneš někdy na začátku, že dneska teda jo?

A: Ne, to ne...to si akorát řeknu, že jdu do té sexuální aktivity, ale potom podle jak se to vyvíjí, podle toho, jakýho stupně vzrušení jsem schopna dosáhnout, tak buď si řeknu, že by bylo hezký, kdybych měla orgasmus a když to nejde, tak si řeknu, no tak dneska to nepůjde, tak nic.

L: Proč myslíš, že to někdy nejde?

A: Někdy to může bejt únavou, někdy se mi tam začnou honit myšlenky, který tam v tu chvíli nepatřej. Začnu prostě přemýšlet o broukách, někdy mě to jenom prostě přestane bavit, že je to třeba dlouho stejný a já jsem v tu chvíli líná s tím něco udělat. Ancho se mě začne něco nelíbit na tom, jak se přítel při tom chová. Třeba že funí nebo tak.

L: Díváš se při tom na něho? Máš otevřené oči?

A: Jo...

L: I při orgasmu?

A: Tak to nevím, to asi nemám. To mám zavřený.

L: Jak vnímáš okolní svět při celé té sexuální aktivitě a při orgasmu?

A: Když je to tak, jak to má bejt, tak okolní svět moc nevnímám, to je mi jedno, jestli je okolo bordel, nebo světlo nebo tma, jsem prostě v tom s tím partnerem. Ve chvíli, kdy mě právě něco začne rušit v hlavě, tak začnu vnímat, že je v pokoji zima, že je tu bordel a tak, že není zalitá kytka.

L: Co to vyrušení způsobí?

A: Třeba když někdo zatelefonuje, to se nám stává docela často.

L: Co se v tu chvíli s Tebou stane?

A: Když je všechno v pořádku a já z toho mám radost, tak se tomu zasměju, že volá nějaký kazišuk (smích). Počkám až to přítel vyřídí a pak se zase pokračuje dál. Pak jsou taky situace, kdy mě ten sex nebaví a pak jsem docela ráda, že ten sex někdo přeruší. Já mezi tím vychladnu a pak se nějak vymluvím, že už se nebude pokračovat. Nebo že se naštvu, prostě ty situace využiju. Někdy jsem taky reálně naštvaná, když už je to ve chvíli, kdy se schyluje k vyvrcholení, tak je to blbý.

L: Co myslíš, že by Tě mohlo vyrušit při samotným orgasmu?

A: Nic by mě nevyrušilo. Možná, kdyby začalo hořet...něco takovýho hroznýho.

L: Liší se nějak orgasmus dosažený s partnerem a orgasmus při masturbaci?

A: To jo. Myslím, že při masturbaci je to čistě fyzický a je to chvíle kdy jsem sama se sebou, kdy si něco dopřávám, kdy si dělám dobře. Většinou ani při tom na nikoho nemyslím, prostě jsem sama se sebou. Když jsem s partnerem, tak se snažím to prožívám ve dvou. Zároveň si z toho brát a zároveň dávat, tak abychom to oba prožívali hezky, abychom při tom opravdu byli spolu, ikdyž to taky někdy sklouzne do toho, že nejsme spolu, že si to každéj prožívá sám pro sebe.

L: To Ti přijde blbý?

A: To je asi normální, jenom sex.

L: Fyzicky Ti přijde, že je ten orgasmus jinej prožitek?

A: Myslím si, že tam se hodně přidává to, když se povede třeba společnej orgasmus, o to je to ještě pocitově bohatší, že zároveň jsem ještě vzrušená z toho, že ten partner má zároveň orgasmus a cítím to i v sobě fyzicky. To mi dělá dobře.

L: To bys dala na první příčku?

A: Nedala bych to na první příčku, nemyslím si, že by to bylo lepší než jsem nejdřív já pak on, nebo obráceně. Je to akorát jiný, zvláštní druh. Přítel to tak má, že je to vrchol, to je nejlepší.

L: Co prožíváš, když on má orgasmus?

A: Jak kdy. Někdy trošičku, to je teda docela hnusný, ale myslím, že nejsem sama...někdy, když už mě to nebaví, tak prožívám úlevu, že už konečně teda. Ale když je to v pořádku, když mě to baví, záleží taky na tom, jestli já jsem orgasmus měla, nebo jestli mi to uteče. Tak pak to je, že zároveň z toho mám radost, ale jsem i zklamaná, že jsme to ještě chvílku nevydrželi. Ale většinou je pocit radosti a vzrušuje mě to hodně. Strašně ráda ho při tom pozoruju, protože mě přijde, že při tom orgasmu nemůže člověk nic hrát, že je to prostě on, že se dívám na toho pravýho..že mu vidím do nitra.

L: Proč myslíš, že člověk nemůže při orgasmu nic hrát?

A: Protože nic neovládá vůlí v tu chvíli, protože se totálně něčemu odevzdal, nějakému plynutí prožitku...

L: Prožíváš mnohočetný orgasmus?

A: Jsem toho schopná, ale nějak to nevyhledávám, protože dosažení druhého orgasmu to právě musí jít přes bolest, že už ten orgán je tak unavený, tak moc citlivější, že je hrozně těžký najít nějakou bezbolestnou cestu, která by vedla k tomu dalšímu. Myslím, že mi i stačí ten jeden. Párkrát se mi to povedlo 3x, každý orgasmus byl i nějak jiný, ani nevím v čem...

L: Mělas tam pauzu mezi nimi, šla jsi zase od začátku, nebo byly hodně po sobě?

A: Hodně po sobě.

L: Co prožíváš těsně před tím, než dosáhneš orgasmu?

A: Takovej pocit, že jsem vylezla na nějaký vrcholek hory, koukám se, co je dole a za chvíli se spustím po nějakým... třeba v kabince (smích). Strašně rychle dolů. Jsem nahoře a říkám si, schválně, jak dlouho tu vydržím než se spustím dolů. Nebo to taky může být jako výbuch.

L: Jako že třeba oddaluješ?

A: Já to spíš pozoruju, já se nesnažím to pozastavovat... ikdyž někdy taky se snažím to oddálit, ale když už jsem tam nahoře, tak už to nejde. To jde ještě než udělám ten poslední krůček na ten vrcholek. Je to zvláštní pocit, že se těším, co bude teď dál, je to hrozně hezký. Možná bych řekla, že je to i hezčí než ten samotnej orgasmus. Že jako kdyby byl člověk schopnej se udržovat tady v tom bodě, že by si to užíval mnohem víc.

L: Takže ještě před tím vrcholkem bys to mohla zastavit...

A: Asi jo, kdybych na to přestala myslet a začala bych myslet na nějaký blbosti, který k tomu vůbec nepatřej, tak bych to asi zastavila. Nebo nějak fyzicky, že bych třeba zatla sval někde a prostě bych to tam nepustila.

L: Co myslíš, že způsobí to, že uděláš ten poslední krok na ten vrcholek?

A: Tam už začíná orgasmus, je tam vrchol vzrušení, tam už dál nic není.

L: Co Tě nastartuje k sexuální aktivitě?

A: Když mám dobrou náladu, když mám chuť si s přítelem pohrávat, škádlit ho, provokovat ho. Spíš takovou hravou náladu. Dřív to bylo tím, že mě fyzicky přitahoval, že jsem z něj byla hotová. To mě startovalo to, že se slíknul, to že mi dal pusu. Teď už to tak není. Teď se může svlíknout a nic, může dělat spoustu jinejch věcí a nic. Musím já se nějak naladit. Když mám klid a čas a chuť si hrát...

L: Máš nějaký fantazie, imaginace, obrazy?

A: Je to divný, ale nemám. Mám to od toho nějak oddělený. Spíš se soustředím na tělo. Představuju si, co se děje uvnitř v těle. Ne nějak anatomicky, ale spíš nějak energeticky. Že tam vnímám ty pocity fyzický. Že bych si představovala, že jsem někde jinde, nebo s někým jiným, tak to ne. To mám oddělený od sexu. To si třeba představuju před spaním, ale nemám to spojený se sexem.

L: A při masturbaci?

A: No, někdy jako třeba jo, že myslím na nějakýho chlapa, ale přijde mi, že sama od sebe bych na to nemyslela. Spíš to mám jak všude čtu, že sexuální fantazie jsou a lidi je mají, tak zkouším, co to udělá, když si něco budu představovat. Ono to ale většinou nic neudělá. Že by to nějak zvýšilo mé vzrušení nebo prožitek. Nějak to na mě nepůsobí...

L: Co Tě nastartuje pro masturbaci?

A: Třeba chuť být právě sama se sebou a se svým tělem, něco uvolňujícího prožít. Udělat si dobře. Taková dovolená z toho dne.

L: Jaký smysl má orgasmus pro ženy, nebo pro Tebe?

A: Určitě má fyziologický smysl, uvolňuje napětí, odplavuje se spousta špíny z člověka to hlavně teda myslím. Je to určitě zdravá věc. Určitě to má smysl pro ženy z hlediska vztahu k partnerovi či k partnerce, protože to hodně sblízuje. Pro spoustu žen to má význam v tom, že si mohou připadat rovnocenný s partnerem v tom sexu. Že mohou prožívat to samý, ne-li víc než on.

L: Mělas orgasmus ve spánku?

A: Jo, zrovna nedávno. Jsem se z toho probudila a než jsem si uvědomila, že to byl orgasmus, tak to bylo pryč, ale bylo to strašně zvláštní.

L: Cítilas to fyzicky?

A: Jo i fyzicky.

L: V čem to bylo zvláštní?

A: Vlastně to bylo úplně obyčejný, jenom jsem měla srdce mezi nohama, párkrát to zaznělo, během toho jsem se probudila, že jsem prožila třeba poslední tři tepy a pak... fakt mě to dost uvolnilo. Poslední dobou se mi to stalo dvakrát.

L: S čím to spojuješ? Máš nějakou hypotézu?

- A: Může být tím, že jsem vystresovaná, tak si to tělo udělá co potřebuje. Že mu nestačí se jen uvolnit ve spánku, ale potřebuju ještě víc, tak...
- L: Zažilas někdy orgasmus někde zvláštně? Třeba bez fyzické stimulace?
- A: Ne.
- L: Liší se prožitek orgasmu s ročním obdobím nebo měsíčním cyklem?
- A: To jsem nepozorovala, nevnímala.
- L: Je nějaký rozdíl v prožitku orgasmu v závislosti na tom, v jaké poloze jste s partnerem?
- A: Asi jo, může to být kvalitativně odlišný, nebo intenzitou. Při orálním sexu jsem to dřív vnímala jako hodně silnej prožitek. Nebo ze zadu se tam zase dráždí něco jiného, třeba i ten zadek...Ale teď jsme dospěli do té své obvyklý polohy, že mám pocit, že už to nějak jinak ani nejde. Už si přítel docela stěžuje, že je to naprd. Mně to nevadí teda...
- L: Předstíralas někdy orgasmus?
- A: Ne.
- L: Kdy jsi zažila orgasmus poprvé?
- A: To mi mohlo být třeba 13 let. Ve vaně.
- L: Bylo to tak, že si to zkoušela, nebo to bylo nějak náhodně?
- A: Že jsem to zkoušela. Objevila jsem sprchu a napadlo mě, že by to mohlo fungovat, nebo jsem to slyšela...
- L: Jakou roli hraje soustředění pro Tebe při dosahování orgasmu?
- A: Je to asi bohužel potřebný.
- L: Proč bohužel?
- A: Protože je to někdy...byla bych ráda, kdybych se na to taky někdy nemusela soustředit a představovat si cokoli a myslet na cokoli a třeba i něco jiného dělat a mít orgasmus...třeba když něco pěkného čtu nebo tak...
- L: Že je to nějak dřina, snaha?
- A: No, někdy jo, teda ne to samotný soustředění, ale někdy to nejde a já chci dosáhnout orgasmu, tak pak mě to někdy štve, že to trvá tak dlouho. Nebo mám pocit, že to štve přítele. On by taky rád si lehnul vedle, ale ono ho to asi většinou neštve...to spíš mám nějak zablokovaný.
- L: Máš pocit, že když Tě to štve, tak je těžší dosáhnout orgasmu?
- A: Hmm, to určitě. Čím víc je tam negativních emocí, tím víc se to zhoršuje.
- L: Vnímáš nějakým smyslem víc během sexuální aktivity?
- A: To je zajímavá otázka...ne, nemám pocit, že bych nějakou používala nejvíc...
- L: Byla bys schopná mluvit při orgasmu?
- A: No, asi ne. Schopná asi jo, ale nedělala bych to. Spíš křičím...Mohla bych říkat, spíš vykřikovat slova jako jó, né...Nemohla bych normálně mluvit...
- L: Stalo se Ti, že ses rozbřečela nebo rozesmála při nebo po orgasmu?
- A: No, to se nám stalo zrovna nedávno, že po orgasmu jsme dostali oba strašnej záchvat smíchu, jako bychom byli zhulený prostě. Vůbec to nešlo zastavit. Já jsem se smála tomu, že je to vlastně hrozně směšný ten sex. Jsem si připadala jako králíček v tu chvíli. Hrozně se tam o něco snažíme, pak toho teda dosáhneme, oddechneme si a přišlo nám to strašně směšný. Tím jsme se totálně vyčerpali. Bylo to hezký. Ale že bych se rozbřečela...možná jsem k tomu neměla daleko, že jsem byla taková na měkko, že to bylo tak krásný, že se mi až chtělo brečet, jako štěstím, ale neuvědomuju si, že bych se vyloženě rozbřečela...
- L: Myslíš, že první orgasmy se lišily od těch, které máš teď?
- A: Ne. Kromě toho, že jinak prožívám klitoridální orgasmus a orgasmus při kombinaci se souložením, tak je to furt to samý...
- L: Zažilas někdy orgasmus po požití alkoholu nebo popřípadě po jiných drogách?
- A: Jo, když jsem byla opilá. Přišlo mi, že ten sex byl mnohem živočišnější, že jsme se opili a byli jsme někde na chatě, spali jsme na úzký posteli, pak jsme se najednou oba probudili a začali jsme se ošahávat. Já vůbec nevěděla, kdo tam vedle mě v té posteli leží...já byla ještě tak opilá a tak mimo. Jenom jsem věděla, že se s někým chci milovat, bylo by mi jedno kdo tam je. Přítel mi říkal to samý. Zdálo se mi to intenzivnější, ale úplně si to nepamatuju. Ale to bylo tak 2x nebo 3x, jinak se moc neopíjím a když jo, tak jdu spát, že na sex ani nemám sílu. Po požití marihuany jsem to asi nezažila. Jsem spíš vláčná...
- L: Napadá Tě ještě něco, na co jsem se neptala?
- A: Nic mě nenapadá...
- L: Tak jo, děkuju

Rozhovor 9 - Andi

Zlatnice, 52 let, ateistka, středoškolsky vzdělaná, heterosexuálně orientovaná, s partnerem 3 roky, žije sama. Orgasmu v přítomnosti partnera dosahuje vždy, při masturbaci někdy. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnera je pohlavní styk s drážděním klitorisu. Rozhovor se odehrál u Andi v práci. Andi byla v průběhu rozhovoru veselá, zdálo se, že ji baví o tom hovořit, byla uvolněná a velmi vstřícná. Někdy trochu uhýbala od tématu.

L: Co prožíváte při dosažení orgasmu?

A: Já se dostanu někdy až by se dalo říct do stavu bezvědomí, tomu říkám. Že najednou je vakuum, strašný prázdno, je fakt, že u toho vnímám partnera, jako hodně, ale okolo mě nic není. Prostě úplně takový vakuum si vytvořím. Je to hrozně příjemný.

L: Máte pocit, že by Vás z toho dokázalo něco vyrušit v tu chvíli?

A: To určitě jo. Já jsem vnímavá na vnější vlivy dost. Potřebuju pro to klid. Když není stoprocentní klid a pohoda a jsou vnější rušivé elementy nějaký, tak nejsem až tak úplně klidná v tom. Ale když je takový klid a pohoda, tak se dostanu až do toho bezvědomí.

L: Napadá Vás nějaký prožitek, ke kterému byste to přirovnala?

A: No, nevím, je to takový hezký bezvědomí. Mám představu zeleného, kytek, hezkého prostředí.

L: Vidíte před sebou jako obraz?

A: Určitě mám pocit, že jsem někde jinde, než na té posteli. Začnu se někde vznášet. Je to hrozně hezký. Všechno je to takový rozmazaný, ne prostě originál. Že by jako louka pampelišek, tak to ne. Protože já mám hrozně ráda přírodu a ono se mi to tam takhle proliná. Tak se mi jako promítají všechny možné hezké věci, který mám ráda. Při tom toho partnera hrozně vnímám. Možná, že to vyprovokovává ty pocity z reálného života.

L: Máte pocit, že se to pak liší od toho, když máte orgasmus při masturbaci?

A: Určitě. Jsem myšlenkama u toho partnera...

L: Řekla byste, že jeden je lepší nebo horší?

A: Tam je prostě stesk, chybí mi tam partner. S ním je to rozhodně lepší.

L: Zažíváte mnohočetný orgasmy?

A: Hmm...

L: Jsou intenzivnější a intenzivnější nebo naopak slabší a slabší?

A: Řekla bych, že stejně intenzivní. Prostě to jde nahoru, pak chvílku klídek, pak zase nahoru a zase klídek.

L: Co způsobí, že skončej?

A: Šikovností partnera..Protože jsem měla třeba partnera, u kterého došlo k vyvrcholení a pak už nic. Takže to záleží na tom partnerovi hodně.

L: Myslíte na druhu stimulace nebo i přítomnosti...

A: No, na tý stimulaci určitě...to záleží taky na tom, jak ten partner to chce prožívat. Pokud je mazlivej, protože já jsem hrozně mazlivej člověk. Jako dítě jsem nebyla, ale až v určitým věku, částečně z nevydařeného manželství, protože můj muž mi to nedokázal dát, až se náš vztah úplně vytratil, on hodně chodil do hospody. Měla jsem partnera, kterej byl příjemnej, došlo k vrcholu a konec. Pokud byla ještě nějaká schopnost v tom sexu pokračovat, tak už to nebylo o ničem. Teď s tím partnerem je to teda...protože on je stejně tak mazlivej jako já. Takže tam ta souhra i ta předehra i během toho, aby těch orgasmů bylo víc...když nám to sedne, taky někdy na to není chuť, nevyjde to, na to má spoustu jinejch věcí vliv...tak ten to dokáže, ten fakt se mnou umí dělat divy.

L: Že Vás to samotnou překvapuje...

A: Hmm, až jo...na starý kolena (smích). Cítím z něho, že ho to samotného těší. Potkala jsem se i s partnerem, kterej byl prostě jenom chlap. Nebo s partnerem, kterého to těšilo, že mě udělal radost tím, ale tenhle je teda fakt z nich nejlepší (smích)...teď vypadám, že jsem jich měla co (smích)...Je to i zajímavý...začínám to brát i jinak, začínám si to víc prožívat. Když to umí tý ženě dát, dostat ji k vrcholu, pak polevit, pak zase k vrcholu a přitom sám sebe dokáže ovládat, aby u něj nevyšlo k vyvrcholení.

L: To sdílení s tím partnerem je pro Vás nějak hodně důležitý...

A: Na tom hodně záleží. Pokud mám takový třeba sny, že mě to probudí, že to se mnou začne mydlit na posteli, jak já říkám, to se mi to stalo už několikrát, tak mi myšlenky padnou na něj a chybí mi v tu chvíli.

L: Že se vzbudíte ve fázi velkého vzrušení, nebo ve fázi orgasmu?

A: Vzrušení a buď to utlumím, nebo se do toho dostanu, to už záleží na tom, jak na tom jsem já. To se mi stalo, že došlo až k vyvrcholení.

L: Pamatujete si ten sen?

A: Vyloženě erotické sen...Já si ty sny pamatuju, protože já mám takovou vlastnost, že pokud mi ten partner vyloženě sedne, nejen co se týče sexu, ale i svým chováním mimo. Nedokážu mít víc partnerů na jednou. Kromě manželství, kdy já jsem s manželem nežila, ale měla jsem léta letoucí partnera. Ale víc najednou to ne....To si dám radši pauzu a to pak mám právě ty erotický sny. Protože mi to chybí.

L: Co se děje fyzicky při dosažení orgasmu?

A: Asi se dostanu do nějaký křeče, nebo ztuhlosti.

L: Celého těla?

A: Téměř celého. Vnitřně to dokážu trošku ovládat.

L: Máte pocit, že v tu chvíli něco děláte s tělem?

A: Jsem hrozně napjatá...to pak poleví.

L: Cítíte stahy nebo teplo...

A: Hrozně příjemný teploučko...většinou celkově...protože si toho partnera strašně k sobě přitáhnu. Mám pocit, že úplně do sebe vcucnu. Prostě celej mnou projde, že jsme jedna bytost.

L: Rozlišujete typy orgasmů?

A: Možná, že jo. Nepřemejšlela jsem nad tím, ale možná jo. Intenzivní a méně intenzivní. Aby byl nějaké bolestivej, to vůbec ne...Bylo mi od partnera řečeno, že ho rozmačkám, to jsem si ani sama neuvědomila (smích). To bylo asi tak intenzivní...

L: Přijde Vám, že byste rozlišila klitoridální nebo vaginální orgasmus?

A: Určitě jo, to asi jo. Někdy to stačí jen vnitřně, vagínou a někdy...to záleží na poloze...se k tomu použije i klitoris. Někdy ho cítím ve vnitřku. To asi záleží na tom, v jakým je člověk rozpoložení psychickým.

L: Stalo se Vám, že byste začala brečet, nebo se smát?

A: Jednou nebo dvakrát jsem brečela, ale to už je hodně dávno. Myslím, že se tam promítlo to nezdařené manželství. Asi, že člověk dělá něco, co by neměl, jako mimomanželskej vztah, já nevím...ale k smíchu teda ani náhodou. Ani nevím, co by mě na tom rozesmálo, přestože jsem tvor velice chechtavej...

L: Promítlo se to nějak v sexu, to že jste cítila, že byste neměla?

A: Ne, to ne...

L: Jste si vědoma času během sexu nebo orgasmu?

A: No to se mi jednou stalo, že jsem se pak letmo podívala na hodinky a zjistila jsem, že jsem se dokázala milovat 2,5 hodiny. To jsem vůbec neměla tušení...Překvapilo mě to.

L: Kdy jste zažila poprvé orgasmus?

A: Myslím, že nějak s mým mužem, ale ze začátku toho vztahu to nebylo, že jsem si na něj musela zvyknout....

L: Měla jste pocit, že jste musela nějak hledat, nebo to přišlo náhodou...

A: Asi jsem hledala...mý zkušenosti byly chabý...první sex byl nějaký unik z domova...

L: Vy jste před tím, než jste měla soulož nemasturovala?

A: Ne...jo vlastně takhle...to jo...Orgasmus jsem teda vlastně zažila...je to hrozný, se za to možná i stydím..ale bylo to ještě ve škole, na základce. Nikdy bych to nikomu neřekla, bylo to někdy sedmá, osmá třída, ale asi jsem to v sobě cítila a asi jsem tam na něco někde přišla...

L: Náhodou?

A: Asi náhodou a zjistila jsem, že je to příjemný...Je teda fakt, že i v tý osmý, devátý jsme měli v rodině příbuzného, kterému zatrhli k nám chodit...je fakt, že i dnes se mužským líbím. Takže já jsem měla takový pocity už kolem 13ti, 14ti let, což je dnes už normální. Já o tom nic nevěděla, žádná televize, časopisy...Tak to doháníme kolem té čtyřicítky, padesátky...Ani jsem neměla s kým bych si o tom popovídala...Až teď jsem začala být otevřená.

L: Máte nějaký fantazie nebo obrazový představy během sexuální aktivity nebo orgasmu?

A: Něco z tý přírody, nebo takový vakuum, jako kdybych byla v kosmu úplně (smích) Se někde vznáším...Jinak při tý sexuální aktivitě vnímám hodně toho partnera, vlastně si spolu hrajem by se dalo říct. I někdy říká, že jsem na něho moc rychlá...nějak si to neuvědomuju, ale asi působím tak, že je rychle vyprovokuju k jejich orgasmu.

L: Co Vás nastartuje k sexuální aktivitě?

A: Rozhodně atmosféra, někdy ta chuť přijde, aniž by to člověk čekal, třeba jsem o tom ani nepřemýšlela a najednou to přišlo...vyprovokovaný partnerem, že třeba říká, že jsem udělala hezkej pohyb a už to nemohl vydržet.

L: Že se to nesexuální najednou může přesmyknout na sexuální...

A: Tak...byly podmínky, tak k tomu došlo...

L: Jak vnímáte okolí během sexuální aktivity a orgasmu?

A: No to se mění...To jsou takový vlny...mám pocit, že mě vždycky hučí v hlavě (smích). Takový příjemný hučení.

L: Jakou roli hraje soustředění, zaměření pozornosti?

A: Asi dokážu při tom sexu vypnout a když jsem na to byla upozorněná, tak si na to dávám bacha...nevím, čím to bylo daný, ale on mi najednou říká, ty relaxuješ (smích) a jak mi to řekl, tak jsem se úplně vzpamatovala...asi jsem byla úplně mimo. Ale poznal to na mě, že ta aktivita tam není...já jsem prostě jen ležela a užívala si to..ale jinak se soustředím na něj..

L: Soustředíte se taky na vlastní tělo?

A: Taky, taky...někdy to pomáhá mému partnerovi...

L: Co je pro Vás důležité, abyste dosáhla orgasmu?

A: Něha od partnera, mazlení, dotyky, strašně příjemný ruce, teplý. To teplo strašně vnímám. Podle rukou dokážu odhadnout, jaké bude v posteli. Když mě partner přejeje po zádech, pohladí mě, tak to se mnou dělá divy. Ikdyž je to mimo sex, tak mnou projede mražení, ikdyž mě pohladí. Přijde, vezme mě kolem ramen, přitulí se, a se mnou už to prostě hraje...Na tom záleží...Jeho přítomnost mě vzrušuje. Je milej, příjemnej, pozornej. Vychutnávám si to...Tam je překážka ta, že on je ženatej...tak říká, neblázni, nezamiluj se...Musím k tomu partnerovi něco cítit, jinak to nepovažuji za hezký vztah...

L: Dosáhla byste orgasmu i takhle kdyby to bylo bez vztahu?

A: Asi jo, ale nebylo by to tak intenzivní. Ale taky se mi stalo, že jsem nedosáhla i s tímhle partnerem a přesto to bylo hezký a příjemný.

L: Jaký může být důvod toho, že jste nedosáhla?

A: Moc jsme to chtěli a oba jsme se necítili dobře. Až moc zaměřenosti na to. Tělesný chtění bylo, ale nějaký problém přes den, nebo chřipka. Takže k tomu nedošlo ani u něj...

L: Liší se prožitek orgasmu na poloze ve který jste?

A: Taky...záleží na tom, jak se člověk vnitřně cítí. Když chci, aby k tomu vyvrcholení došlo, což je u mě asi po každý, tak si tu polohu i sama najdu...

L: Takže jste v tom nějak aktivně?

A: Kamarád mi říká, že je mi to vidět na očích, že mám ráda sex. A říká, Ty budeš v posteli dominantní. Tak jsem se na to teď schválně ptala, protože partner je taky dost takovej aktivní a on říkal, vůbec ne. Naopak, mně to dělá dobře...

L: Myslíte, že uděláte v průběhu sexuální aktivity vědomé rozhodnutí, že chcete mít orgasmus?

A: Taky, ale většinou se mi to stalo, abych to mohla ukončit. Necítila jsem se zrovna dobře a nechtěla jsem, aby to trvalo příliš dlouho.

L: Pak to uspíšíte?

A: Jo...

L: Napadá Vás nějaká metafora, kterou byste mohla pojmenovat celou tu sexuální aktivitu vedoucí k orgasmu?

A: Nevím, možná se k tomu ještě dopracuju...No, možná když najdu vše, co mi dělá dobře, tak se vzruším až do bezvědomí, do toho kosmu, ale pak si uvědomím, že ještě nechci, aby byl konec, tak polevím a ono je to jak houpání na moři, jak vlnobítí...Prostě nahoru, orgasmus, vlna se přejeje, pak zase něco najdu a zase nahoru...

L: Oddalujete někdy orgasmus?

A: Jo, taky...tak jako si ho chci uspíšit, tak i oddálit. Taky se mi i stalo, že k němu pak nedošlo.

L: Co se stalo?

A: Spíš se urychlil partner. Na mě už tam nezbylo...že jsem si to zavinila sama...

L: Jaký to byl pocit?

A: Chvilkový zklamání, ale rychle jsem to vypustila, protože já sama když partner má pocit, že mě nenaplnil, že třeba nemá erekci nebo tak, já se nedokážu zlobit. Některý ženský se prej nafrněj, já spíš toho partnera pohladím a řeknu mu něco hezkýho.

L: Když si oddalujete orgasmus, je tam pak nějaký skok do toho orgasmu?

A: Jo, docela jo, pak to jde rychle...někdy se to oddálení taky nedá vydržet.

L: Máte pocit, že je tam fáze nějakýho nevyhnutelnýho před orgasmem?

A: Taky, jo...prostě to přijde a já už s tím nic neudělám...

L: Předstírala jste někdy orgasmus?

A: Ne a taky jsme na to narazili s partnerem...on říká, že tím ta ženská o chlapa přijde, protože ti mužský to prej poznaj. Málokterá to dokáže sehrát. Nemám potřebu to předstírat. Spíš se snažím, aby si teda užil on, když cítím, že u mě k tomu nedojde, když na to nemám vnitřní podmínky, nebo třeba jsem chtěla partnerovi vyhovět a já na to neměla zrovna chuť. To se nevyprovokuju...

L: Co prožíváte, když on má orgasmus?

A: Teploučko. Takový podobný, co mám já při orgasmu. Je pravda, že málokdy nám došlo ke společnému orgasmu. Myslím, že je důležitý, aby si to prožil sám, ale aby si to prožila i ta partnerka a že on z toho taky čerpá, taky to vnímá a dává mu to víc, jak kdyby k tomu došlo současně. Já to taky tak vnímám, ale někdy toužím po tom, aby to bylo současně. Není to lepší ani horší...

L: Jaký má orgasmus smysl pro ženu nebo pro Vás?

A: Uklidňující a najdu rovnováhu určitou...nabije mě to energií do další práce. Líp se mi začne všechno řešit.

L: Nějak Vás to pročistí...

A: Jo, jo...

L: Myslíte, že při masturbaci máte nějaké fantazie nebo obrazy?

A: Ne, to jsem neměla...

L: Co se Vám honí hlavou při masturbaci?

A: To že mi tam chybí...

L: Zažila jste někdy orgasmus po požití alkoholu nebo popřípadě jiné drogy?

A: Po alkoholu ano, to mi nedělá problémy...dokonce jsem se jednou vzrušila na kole. To jsem byla úplně nepřičetná, prokrista pána, to ne. Ale asi prostě možná to bylo období před menstruací, to jsem daleko chtivější. To by bylo nepříjemný, utlumila jsem to, ale pocity jsem cítila. Nic hezkýho to nebylo...

L: A nějaké jiné zvláštní orgasmy?

A: Jo, určitě mě něco v okolí vzrušilo, ale orgasmu jsem nedosáhla, protože to vypouštím z hlavy...

L: Myslíte, že nějaký to oddání se je důležité pro dosažení orgasmu?

A: Myslím, že jo...

L: Vy jste říkala, že před menstruací...

A: Jsem aktivnější, i při menstruaci myslím.

L: Liší se to nějak i ročním obdobím?

A: Asi jo, ale až teď na starý kolena. Zima asi tlumí člověka a pak na jaře a v létě víc...

L: Liší se prožitek orgasmu v závislosti na místě kde se to děje, nebo jestli je rozsvíceno nebo zhasnuto...

A: Určitě...Prostředí musí být příjemný, aby se člověk uvolnil a našel klid. Ne moc rušivých elementů, pak se může stát, že orgasmu nedosáhnete...Světlo a tma na mě nepůsobí...

L: Máte otevřené oči nebo zavřené?

A: Většinou zavřené. Někdy si pozoruju partnera taky, ale většinou zavřené.

L: Vnímáte nějakým smyslem nejvíc?

A: Vnímám hodně teplo a dotyk...

L: Napadá Vás ještě něco, co jsme neprobraly?

A: Aní ne, asi jsme to probrali všechno.

L: Tak jo, děkuju.

Rozhovor 10 – Antony

Nezaměstnaná, 26 let, středoškolsky vzdělaná, ateistka, lesbicky orientovaná, s partnerkou 10 měsíců. Orgasmu v přítomnosti partnerky dosahuje vždy, při masturbaci obvykle. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnerky je dráždění klitoris, pohlavní styk s drážděním klitoris (míněno dráždění rukou ve vagíně) a orální sex. Rozhovor se odehrál v restauraci. Antony s hlučnějším a neintimním prostředím neměla žádný problém. Působila velmi otevřeně, neměla žádné zábrany. Sama má zkušenosti s diskusemi o ženské sexualitě. Někdy se zdálo, že o prožitku hovoří trochu odosobněně.

L: Co prožíváte při dosažení orgasmu?

A: Po psychické stránce je to velký pocit uvolnění celkového napětí, které při sexu postupně narůstá v těle, jak psychické, tak fyzické. No a při orgasmu se to napětí uvolní velmi expanzivním způsobem. Dalo by se to popsat jako ohňostroj, který funguje nejenom co se týká vizuálního, ale i sluchového a nevím proč, ale i čichového. Přejde mi, jakoby v tu chvíli se vůně mé partnerky zintenzívnila. Když já prožívám orgasmus, tak si ji více uvědomím.

L: I teda něco slyšíte a vidíte?

A: Prakticky začnu víc vnímat. V tu chvíli, kdy cítím, že jsem na té vlně, tak cítím o mnoho intenzivněji, jednak dotyky, jednak intonaci řeči, když něco říká. Tehdy ji vnímám úplně jinak, ne jako normálně. Je to něco o mnoho víc.

L: Vy jste říkala, že teda něco vidíte?

A: Ano, vidím barevně, tak rozostřeně. Ostré okraje se ztratí, ale barvy se zintenzívní. Jak kdyby se do sebe vpíjely barvy, ale intenzivní barvy.

L: Máte zavřené oči a vidíte to vnitřním zrakem?

A: Někdy, ale i když se zrovna někam dívám, tak vidím ostřeji...prostě nervy jsou podrážděné...

L: Fyzicky se teda děje co?

A: Dojde k opakovaným kontrakcím svalstva, hlavně, mně stačí...tomu se směly všechny mé partnerky...polechtat na zádech. Mám záda jako silnou erotogenní zónu, celá záda, jedna velká erotogenní zóna, dotkni se a jedeš. A moje oblíbené je škrábání na břicho. Se natáhnu, ona mě začne škrábat a do pěti minut je to jisté.

L: Že Vám stačí škrábání na břicho, že nepotřebujete žádnou stimulaci genitálu?

A: Jo...nepotřebuju...Prostě když jsem uvolněná, v pohodě, nepřemýšlím, ona mě začne hladit, sjede na břicho a hladí mě, kůže na kůži, tak většinou dospěju k tomu, že se začnu dívat tak trochu nepřítomně. Ona říká, miláčku, pošli svoji mozkovou buňku zpátky do hlavy.

L: Máte pocit, že tím jak se blížíte k orgasmu se stáváte nepřítomnější a nepřítomnější?

A: Jo, někdy se mi to stane. Moje momentální partnerka mi řekla, že si necháme nainstalovat zvukovou izolaci a já říkám proč. Doufejme, že sousedé byli na noční...

L: Vy jste si toho nebyla nijak vědoma, že byste byla hlučná?

A: Já? Ne, vůbec ne...To se nestává vždy, dokážu si uvědomit, co je kolem mě, ale tentokrát jsem ten řev ze sebe nějak pustila.

L: V ten moment orgasmu?

A: Jo...

L: Myslíte, že byste mohla mluvit při orgasmu?

A: Přímou při něm ne. Možná před ním ještě jo, po něm taky...ikdyž by to asi postrádalo souvislost, ale ještě by se dalo...

L: Liší se nějak orgasmus s partnerkou od orgasmu při masturbaci?

A: S partnerkou je to mnohem intenzivnější. Řekla bych, že masturbace je fyzické ukojení nějaké tělesné tužby, kdežto orgasmus s partnerkou je naplňující i po té psychické stránce, jinak se to prožívá, když se vás dotýká někdo jiný, než když se dotýkáte sama sebe. Je to o mnoho jiný pocit. Když jsem chodila do nemocnice na injekce, byl to hrozný problém, když mi sestřička měla píchnout do stehna, ale nebyl pro mě problém si vzít tu injekci a vrazit si ji do stehna sama. Potom jsem tu bolest necítila tak. Prostě, pokud se dotýká někdo jiný, je to úplně jiné napětí, jiný stimul jak pro pokožku, tak pro nervy, prostě pro celkové vnímání. Někdo je v těsné blízkosti mě a to těsně, není to tak že 15-20 cm, ale dá se to měřit na milimetry. Je to jiné.

L: Máte pocit, že děláte něco s tělem při orgasmu?

A: Jsem asi v takové křeči, stažení a potom postupně se uvolním. Prostě jak se dělá těsto na palačinky, tak podobně tvarovatelná jsem potom, jak z medu. Partnerka se směje, ty jsi taková jak tě položím, tak si lehneš.

Dělejte si se mnou co chcete. Následujících pár minut jsem volně manipulovatelná. A v rámci toho, jaký jsem typ mi jednou nestačí.

L: Potřebujete na chvíli přestat anebo máte ty orgasmy hned následující za sebou...

A: Mám mnohočetný...hned za sebou

L: Jsou nějak odlišný?

A: Většinou podle toho, jak nervózní jsem když vlezu do postele. Když jsem v pohodě, tak není problém zůstat v posteli několik hodin a výsledek potom je, doneste mě někdo do koupelny. Když jsem velmi nervózní, tak po deseti minutách...co tu děláme?

L: Nervózní z čeho?

A: Různě, buď práce, nebo z domu. Někdy se vrátím ze srazu s holkama a je to ježíšmarjá, probíraly jsme tam takové kraviny...

L: Když teda máte nějaké starosti a nejste úplně uvolněná...

A: Tak potom to neklape. S plnou hlavou negativních myšlenek se v posteli nedá nic vytvářet. Ikdyž by člověk chtěl, nedá se. Vždycky tam něco přeletí a ještě toto a v té chvíli jdou všechny snahy někam. Čím větší je snaha, že se chci uvolnit, tím míň to jde.

L: Co Vás nastartuje pro celou tu sexuální aktivitu?

A: Hudba, dobrá hudba, dobrý rytmus, tak jedu. Když jdeme s holkama na diskotéku a je dobrá muzika, tak vytáhnu cizí holku a než se chuděra vzpamatuje, tak už je na parketě. Skončí hudba, zase ji odložím tam, kde jsem ji sebrala, řeknu děkuju za tanec, otočím se a když bych se hned otočila na druhou stranu, tak prostě nevím se kterou jsem tancovala, prostě nevím.

L: Něco jako trans?

A: Ano. Muzika je jako trans, něco jako hypnóza.

L: Patří to nějak do sexuální sféry...

A: Ani ne tak do sexuální sféry, prostě to pomůže uvolnit, odreagovat se. Při poslouchání hudby není třeba přemýšlet. V té chvíli to jde. A když se k tomu přidá, že se na vás nějaká ženská pěkně usměje, přitochí se, tak už to potom jde správným směrem...

L: Pro sexuální aktivitu je potřeba nepřemýšlet?

A: Ne, že nepřemýšlet...nedělat si starosti. Přemýšlet je žádoucí, ale ne tím způsobem – nesmíme být v posteli víc než hodinu, protože pak přijde na návštěvu matka. Nebo – za půl hodiny musím utíkat do práce, takže rychlovku ani ne...ona by se i stihla, ale jakmile začnete přemýšlet o práci, tak už se nestihne nic.

L: Jak vnímáte okolí během sexuální aktivity?

A: Na dveře vyvěším tabuli nerušit, protože kdyby někdo vešel dovnitř, tak bych si ho ani možná nevšimla.

L: Že jste nějak ponořená...

A: Soustředěná na jednu osobu. No, když zhasne světlo, že vypnuli elektriku, tak to si všimnu, ale když se setmí jakože přirozeně, tak to vůbec neregistruju.

L: Registrujete čas?

A: Ne, možná podle světelné intenzity se dokážu zorientovat, ale že bych věděla, že jsme v posteli 2 hodiny, to ani ne.

L: Zažila jste orgasmus ve spánku?

A: Jo...zdálo se mi pro mě něco absolutně netypické, sex s mužem...

L: A to jste se probudila při orgasmu nebo po tom...

A: Hned nějak těsně potom...jsem si říkala, ale je mi nějak divně...

L: Jakej myslíte, že to má smysl?

A: Od kdy má sex smysl...Já myslela, že je to rozkoš...

L: Myslíte, že má orgasmus nějaký smysl pro ženy?

A: Ano. Může si skrz to uvědomit, že je...ano, já jsem. Nejen skrz to „myslím, tedy jsem“, takže to je možnost že „cítím, tak jsem“. Umím něco dát, umím něco přijmout. Jsem, existuju.

L: Zažila jste někdy něco zvláštního s orgasmem?

A: Jo (smích). Znáte ty klasické harmoniky autobusy, že jo?

L: No jasně.

A: Klasické cesty, drc drc drc, sedněte si někdy na zadní sedadlo a dejte se od první zastávky na konečnou, hlavně po takových okrajových čtvrtích, tam je to nejvíc drc drc drc...Když si sednete tak vhodně, trochu kolena od sebe, uvolnit se, podsadit pánev, najednou zjistíte, že to drc drc se nějak příjemně přenáší těma nohavicema na jistá místa, třeba na klitoris...(smích).

L: Vy jste říkala, že podsadíte pánev, podsazujete ji i normálně?

A: Podle toho v jaké poloze.

L: Liší se prožitek orgasmu v závislosti na poloze?

A: Spíš se jedná o tu dobu. V některých polohách se dosáhne rychleji, protože ten klitoris je přístupnější, tělo je více uvolněné.

L: Kdy jste zažila orgasmus poprvé?

A: Orgasmus, nevím jestli se tomu tak dá říkat, ale v asi 17 na dovolené, kde mě sbalila starší žena. Když se na to dívám z pohledu dnešních zkušeností, tak to bylo spíš jako „ano, je to příjemné“. Ale nemyslím, že jsem měla orgasmus jako takový. Myslím, že ženy si to musí víceméně vypěstovat, uvědomit si, co tomu předchází, jak to postupuje. Znáám ženy, které milují milování, ale přesto nemají orgasmus...

L: Co myslíte, že jsou ty elementy, které potřebujete, abyste dosáhla orgasmu?

A: Především pohodu, když vím, že já jsem OK a partnerka taky, potom mi to už je jedno. Soulad. Nedá se něco dělat, když třeba ona je z toho nervózní, nebo naopak. Dá se i sex na jednu noc, ale jak kdy.

L: Oddalujete někdy orgasmus?

A: Jo, jasně.

L: Čím to děláte?

A: Střídáme polohu, nebo se vydráždít do jisté míry a pak nechat aktivitu partnerce. Nějak se prostřídat. Já třeba nemám problém být rychle, ale polovička potřebuje delší předeheru. Ona se směje, že její předehra je, že mě dovede do prvního orgasmu a potom už to jde...

L: Co cítíte těsně před orgasmem?

A: Skákala jste někdy z výšky do vody?

L: Zkoušela jsem bungee jumping...

A: No, víte jaký to je, když se nahnete a cítíte, jak už vám povolují nohy...už to jde...ještě nejste ve vzduchu, ještě se dotýkáte, ale už padáte. Orgasmus je potom to zhrounutí se dolů.

L: Zažila jste orgasmus třeba bez fyzického dotyku?

A: Jo...Flirtováním v baru, kde hrála kubánská muzika. Muzika, žena která vypadala ááááá a taky ten pocit, že kolem ní všechny chlapci skákali. A ona i přesto, že tam kdosi cosi do ní hustil, další ji tahal na parket, se celou dobu dívala na mě. A já takový, držte mě někdo, mně podklouzávají nohy...

L: Fyzicky jsi to cítila?

A: Jo, stáhnutý podbříšek, slabiny někde pod kolenama, uf uf uf...vydýchávej vydýchávej. Ano, oční kontakt je velmi dobrá záležitost na to, jak někoho vzrušit. Když máte dobrý kukuč a dokážete člověka upoutat, potom už ten zbytek je smetana.

L: Stalo se Vám, že jste se rozbrečela nebo rozesmála při nebo po orgasmu?

A: Rozesměju se, šíleně, nekontrolovatelně, nahlas. Hned potom orgasmu, když to nějak dokončíme. Jak je tam předehra, tak je tam dohra...tady se mě nedotýkej, začnu se smát...

L: Máte nějaký fantazie nebo obrazové představy při sexuální aktivitě nebo orgasmu?

A: Někdy jo...Možná to bude znít hodně hustě, ale tehdy, když jsem hodně nadržaná. Když cítím už někdo zavře ty dveře a jdeme na to...v tu chvíli mi hlava šrotuje. To vidím sexuální věci...lehké porno. Mám ale jen na začátku jako takový startér. Když už se to rozběhne, tak už je to ta realita, ale na začátku jo.

L: A při masturbaci?

A: To ano. To skoro po celou dobu. Zase sexuální.

L: Zažila jste orgasmus někdy po požití alkoholu nebo popřípadě jiných drog?

A: Drogy neberu, opilá ne. Když jsem opitá, tak jsem opitá a to se nedá sexovat. Snižuje to vnímání.

L: Uděláte vědomé rozhodnutí během sexuální aktivity, že chcete mít orgasmus?

A: V tu chvíli ho nedosáhnu, čím více se o to snažím, tím míň to jde. Vědomá snaha je doslova likvidátor. To platí nejen u mně, ale i u více děvčat. Víc, že je to takové spontánní.

L: Máte pocit, že nějak zaměřujete pozornost, anebo se nějak koncentrujete?

A: Snažím se dělat partnerce dobře, ale občas přijde takové, že už se nezvládám soustředit, tak to nechám být. Jen když se chci zpomalit, tak vědomě nahodím myšlenky a začnu se věnovat partnerce..

L: Liší se prožitek orgasmu s ročním obdobím nebo měsíčním cyklem?

A: S měsíčním cyklem určitě. Před úplňkem a při úplňku jsem daleko více aktivní, možná ještě den dva po něm. Jak začne výrazně ubývat, tak to začíná být nemastné neslané. Také je zajímavý menstruační cyklus. Před nástupem menstruace je žena příšerně nervózní, nadržaná a jinak je dobrý tak třetí nebo čtvrtý den menstruace...i vagína je citlivější.

L: Rozlišujete typy orgasmů...klitoridální vaginální...

A: To strašně záleží žena od ženy...některým můžete dráždit klitoris jak chcete, dotknete se prsů a v tu chvíli se vám zmítá v rukách, nebo vejdete do vagíny a je to. Pro mě je asi největší stimul klitoris. Jinak jsou orgasmy podobný, jen jiný v intervalech.

L: A liší se nějak ten bez fyzické stimulace od toho s fyzickou stimulací?

A: Ten s fyzickou je silnější, intenzivněji prožitý. Při sexu strašně hodně dělá hlava. Když mám právě to, že áááá, ztrácím řeč a tak dále a ta představa je v hlavě, tak už pak stačí třeba pohlazení, pohled...Někdy je třeba více.Orgasmus začíná v hlavě, když si sama sobě dovolím prožít orgasmus, v tom, že si nebudu nic odepírat, prostě se tomu oddáte. Nemyslet teď na něco jiného.

L: Máte nějaký smysl nejcitlivější během sexu?

A: Čich, hmat, oči, uši...nejvíc čich a hmat..

L: Máte otevřené nebo zavřené oči při orgasmu?

A: To nevím...to by řekla spíš partnerka...

L: Napadá Vás ještě něco, na co jsem se nezeptala, co by s tím mohlo souviset?

A: Jste bisexuálka?

L: To ne, nejsem...(smích)

A: Škoda...

Rozhovor 11 – Alena

Sekretářka, 49 let, rozvedená, vysokoškolsky vzdělaná, ateistka, heterosexuálně orientovaná, s partnerem 5 měsíců. Orgasmu v přítomnosti partnera dosahuje obvykle, při masturbaci vždy. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnera je pohlavní styk s drážděním klitorisu a orální styk. Rozhovor se odehrál u Aleny v práci. Alena byla hodně upovídaná, někdy odpovědi opakovala a snažila se nacházet další a další věci. K tématu se stavěla bez ostychu, byla aktivní a otevřená.

L: Co prožíváte při dosažení orgasmu?

A: určitě bych to nazvala nějakou slastí, určitě něčím, co je pro mě strašně pocitový, to pocitový asi víc než fyzický, nebo je to směs. Přičí se mi tomu říkat jenom chemie. A v tomhle zralejším věku si to člověk užívá daleko víc, po tý čtyřicítce. Si pamatuju, jak jsem tomu říkala vesmír, teď už tomu říkám galaxie. Ještě větší no. Prožívám takovej senzační pocit. Právě nevím, jaký výrazy by se daly na to použít. Určitě si nemyslím, že je to něco mechanicky vymožitelného. Čím víc jsem starší, tak je to víc o mě než o tom druhým. Dřív jsem si myslela, že to jako způsobují muži, že jsou toho jakoby vykonavatelem, nějakých mých slastných pocitů. Ono tak úplně není, že jo...protože když si nepřeju, abych měla s někým orgasmus, tak ho prostě mít nebudu...si myslím. Někdy se taky může stát, že moc chci a nejde to, ale pak si myslím, že to souvisí s psychikou...jsem hodně emocionální člověk. No říkám tomu galaxie, je to takový vznášení, člověk je úplně jinde. Je to něco strašně pěkného, bez čehož se asi dá být, ale když to je, tak je to prima.

L: Napadl by Vás prožitek, ke kterému by jste to mohla přirovnat?

A: No stejnej bych nenašla, ale podobnej...taky asi ne...nějaký výlety do galaxie, ale to jsem neletěla. Nevím, čemu to mám přirovnat.

L: Je to asi hodně specifický...

A: Je to takový specifický, prožívá to celé tělo a ještě k tomu hlava i to srdce ještě nějak. No já tam asi musím...no nemusím tam mít děsně citovej vztah...no já myslím, že musím trochu. No je to taková strašná radost, já si to v poslední době užívám jako strašnou radost.

L: Napadl by Vás naopak prožitek opačnej?

A: Vynuceněj sex mě teď napadl. To je nepřijemnej prožitek a orgasmus je děsně příjemnej. To mě jako první napadlo. Protože je tam to fyzično, tak to popisuju trochu přes to fyzično. No já to popisuju trochu jako schůdky, tak třeba máte sto schůdků, tak samozřejmě můžu mít sex hodinu a jsem na devadesátým devátým schůdku, což je senzační a vůbec se z toho už dneska nevěším, jestli nejsem na stým. Ale na stým je to teda bezva.

L: Ten stej schůdek je teda orgasmus...

A: Jo...no ono to pod tím je taky něco takovýho, takový latentní veliký vzrušení, ale ten poslední, to už je slast, to už je ta galaxie, to už se lítá no...

L: Jak byste rozlišila ten devadesátýdevátý od stého?

A: No u toho devadesátýhodesátýho víte, že byste mohla ještě na ten stej. Takový jako očekávání, protože už tu slast znáte a poznáte, která je ta ona. A po tom stým schůdku to jde tak jako dolu, že jo...Z té galaxie se to snáší dolů, což mají ženy asi delší než muži. V tom 99 schůdku je o tak, že jste prostě nebyla na tom stým, ale mě to jako netrápí jo...někdy jo, někdy se moc chce, tak si to taky vynutím ten schůdek...někdy taky ne...

L: Myslíte, že ty schůdky jdou nějak postupně, nebo to jsou spíše skoky?

A: Záleží na všem...na té předešlé...Teď mám takovýho mladýho kluka...je mu 30 let. Nedávno jsem viděla v televizi nějaký film jako o výuce milování...tantra...tak tohle ten můj kluk umí. To je něco jako, že Vás maže mlíčkem od špiček nohou až po hlavu...to k tomu všechno patří. To už je to jemné kráčení po schůdcích, to pak člověk nutně dojde toho posledního schůdku. Že bych ho jako milovala, to zase ne...miluju to, co s ním mám, že je to hezký. Ten sex si fakt užívám. Připadám si docela šťastná a přičítám to k tomu, co je pak zase v tom životě složitý, což jsou emoce. Kterejch já mám zase až moc. Takže tomu přičítám to, že můžu mít takovej hezký prožitek. A myslím si, že se to změní po 40ce. Čím to je, já nevím. Asi psychikou...hodnoty jsou nějak srovnanější, co je důležitý a co ne...Určitě jsem si v mládí myslela, že strůjcem mého štěstí jsou muži, to už dneska tak nemám. Nikdo není strůjcem vašeho štěstí, ani toho tělesnýho...No s těma schůdkama, asi když se projdou jeden za druhým bez přeskakování, tak je to asi nejlepší.

L: Co prožíváte fyzicky při orgasmu?

A: Jemný stahy, hlavně takovou slast, která fyzicky prostupuje celým tím tělem, asi někam do hlavy spíš.

L: Co děláte s tělem?

A: Tělo mám zařatý a mám pocit s tímhle člověkem, se kterým tvrdím, že nevím, jestli ho miluju, tak v tu chvíli ten pocit lásky mám...a cítím takovýto, že je to jedno tělo...hodně se k němu tisknu, skoro až je to jedno tělo. Taky si u toho ráda vzdychám, to se to líp prožije...

L: Máte otevřený nebo zavřený oči?

A: Zavřený, to já je otevírám až když spadnu z galaxie. Partner říká, že vypadám, jak kdybych se probudila ze sna.

L: Máte pocit, že je to kvalitativně jiný, než stav, ve kterém jste teď?

A: To určitě. Asi vůbec nevnímám okolí a mám někdy pocit, že jako omdlím, ale nikdy jsem ještě neomdlela. Je to jako na omdlení, ale to ne, protože mně se nechce omdlít, když si tak hezky užiju...Ne že bych byla beze smyslů, ale je trochu takovej pocit. Mám zavřený oči, to je pravda. Mě by to rozptylovalo.

L: Že jste nějak uvnitř jo?

A: Jo, jo, to určitě...Mám to někde v tý hlavě...pocit, jako že lítám. Protože pak vím, že se snáším...možná jako do reality...že by to nereálný? Možná jo, jako nereálný...A fyzicky...strašně těžko se to popisuje. Nemá takovou slast ani z čokolády, ani z jídla, ale možná někdy z dobrého alkoholu, ale takovouhle ne...No prostě takový schůdky...to mě vždycky zajímalo, proč to někdy z toho 99týho nejde do toho stýho schůdku...

L: Máte nějakou hypotézu?

A: Někdy mi to nevádí, navíc vím, že když se tím budu trápit, tak ono to nejde a nejde...

L: Když to strašně chcete...

A: No jasně, že někdy strašně chcete a pak se naštve a ono to prostě nejde...ale pro? To je záhada...já to přisuzuju psychice. Buď se člověk před tím něčím trápil, cítím to jako takovou tenoučkou nitku, která se může z toho 99týho na ten stej schůdek tak lehce přetřhnout, zvláštně...Rozladění, nebo i fyzicky to nejde. No, fakt třeba jste už na hraně toho stýho schůdku a normálně to máte skoro jako jistý a najednou nic...Tak se na to třeba vykašlu a najednou se tam třeba vyhoupnete, ani nevíte jak...To jsou záhady...ve slově, v chycení za ruku, v čemkoli...no psychika...No právě si nějak nedokážu představit, že by mi někdo jenom mechanicky způsobil orgasmus...to můžu já sobě že jo...já teda moc často nemasturbuju, ne že bych byla proti tomu, ale asi nedošlo na to, že bych to nějak potřebovala. A nedělá mi to dobře. Když jsem se po letech rozešla s tím přítelem, tak jsem to zkusila a já jsem u toho plakala a to jsem prostě nemohla...Bylo mi to všechno líto.

L: Liší se teda ten prožitek orgasmu při masturbaci a s partnerem?

A: Liší. Mám to radši s partnerem. Potřebuju k tomu něčí dotyk...je mi milejší, když se mě někdo dotýká, než já sama sebe.

L: I ten orgasmus se liší?

A: Fyzicky asi ne, ale pocitově určitě. Fyzicky je to taková vlna, která vás vyhodí nahoru, ale potom já cítím jinak. Prostě s tím partnerem se cítím dobře že jo. Tam to má odezvu nebo vzájemnost, ale když je na to člověk sám...to je jen fyzická radost na chvíličku, ale pak právě když k tomu ještě přidáte objetí od partnera, tak je o i fyzicky prostě trochu jiný.

L: Rozlišujete typy orgasmů?

A: Asi jo, třeba až teď jsem zjistila, že orgasmus může trvat 15minut nebo 20minut, to jsem před tím nevěděla. Jste na tom stým schodu a jedete...To je něco, co nemusím mít furt...je to bezva, ale je to vyčerpávající. Byla jsem z toho překvapená. Já potřebuju něhu, ani náznak násilí...to nemám ráda. Já jsem měla rodiče, který se se mnou hodně mazlili, takže já jsem hodně mazlivej typ a když k sobě najdu taky mazlivej typ...to mně strašně vyhovuje. Chlapi, co se po milování otočej na posteli a spěj, to teda fakt ne. Tenhle mě objímá celou noc. Ale ty typy...jo jo...Takže tou délkou jsou jiný. Potom jako orgasmy za sebou, třeba 3.

L: Jak se vyvíjejí, liší se?

A: Asi jsou taky každéj jinej. Jako nejdřív jsem si myslela, že musím nejdřív spadnout na zem z tý galaxie a třeba si půl hodiny odpočinout a pak jako znovu, ale teď jsem zjistila, že na sebe můžou navazovat. Ale je to zase v psychice. Když si řeknu, že si musím odpočinout, tak se mi ta děloha stáhne. Není to jen fyzický. Co mě ještě pořád překvapuje, že si člověk řekne, že dneska to bylo nejnádhernější na světě a příště si znovu řekne, že to bylo ještě lepší a pak zase (smích)...to je neuvěřitelný...

L: Jste schopna rozlišit klitoridální a vaginální orgasmus?

A: Jsem. Ten vaginální jsem mockrát nezažila, to je prostě jiný. Při stimulaci klitorisu je ten orgasmus jak na klitorisu, tak ve vagíně. A ikdyž jsem uspokojená přes klitoris, já potřebuju toho muže okamžitě vevnitř. Tam bude nějaká spojitost...protože je tam něco o tom naplnění vagíny. Já můžu mít skoro orgasmus i přes prsa. Tenhle kluk dokáže, že vám hladí loket a z toho lokte se stane erotogenní zóna. Je mi to celý nějak příjemný, že se tomu tak nějak odevzdáte. No a v tý vagíně je to prostě o bodu G. Já bych ho asi nenašla, to můj chlap, ale vím, že je to prostě jinej pocit. Fyzicky bych řekla, že je ten vaginální možná silnější. Nějak o to neusiluju...Stahy byly bouřlivější. Klitoridální je něžnější. Prostě je to stej schod a je to.

L: Máte pocit, že v nějakou chvíli je ten orgasmus už nevyhnutelný?

A: Jo, vím, co myslíte. Mám, ale je to chvíle, kde ještě můžete spadnout z toho schodu. Máte to nějak jistý, ale záhadně to může spadnout zpátky. Ale nejkrásnější moment je, když už na tom stým schůdku jste a víte, že po něm budete chvilku klouzat. Někdy se od něj ještě odpichnete a letíte do té galaxie.

L: Co Vás odpichnete do toho stého schodu?

A: To je asi něco fyzického...dráždivost klitoris...nějak to v jednu chvíli zafunguje...nemusí to být v jednom bodě, ale třeba tam leží ruka...Jako oni si chlapi myslí, že je to pak už jednoduchý, jak to dobře jde, ale on kdyby mi někdo jinej šáhl na prso, tak se z toho zblázním, ale já jsem pak vůči tomu partnerovi tak citlivá...Jako nejsem žádná hračka na orgasmus. To neznámá, že když mám citlivý orgasmus, že když na mě šáhne cizí chlap, že budu mít orgasmus...Musí to souviset s tím, že to tomu člověku musíte dovolit. S bývalým manželem jsem pak ke konci už orgasmus mít nechtěla, tak jsem ho neměla...

L: Mohla byste mluvit při orgasmu?

A: Asi si kňourám, nebo vzdychám...no, mohla bych mluvit, ale nedělám to, asi by mě to rušilo...

L: Rozbrečela jste se, nebo rozesmála?

A: Když jsem byla v tom vztahu už nešťastná, tak jsem pak plakala. Pláču i radostí, někdy přemírou toho, co tam je. Je to ještě dovybití toho, co tam je. Mívala jsem to hodně často.

L: Jaké myslíte, že má orgasmus smysl pro ženy nebo pro Vás?

A: První, co mě napadlo je potvrzení vzájemnosti...že k tomu člověku něco cítím a jeho citlivost vůči mně. Radost.

L: Co prožíváte, když má Váš partner orgasmus?

A: Poslední dobou je to, jako kdyby druhotný orgasmus, radost, že on ho má. Nemám ho společně s partnerem a nemyslím si, že je to nutný. Je to prima, když se to stane. Asi je to nejhezčí, když je to společně, ale teď to nějak nevychází a mně to neva. Protože je to vlastně na dvakrát, on pociťuje radost když já mám radost a já mám radost, když on má. Takže mi nepřijde, že se to míjí. Obojí je hezký. Když má partner orgasmus, tak pociťuju radost, někdy teda úlevu, když to někdy na můj gustu dlouho trvá. Protože když se snesu dolů, tak bych teda chvíli odpočívala, to je něco, co musej oba sladit, i o tom mluvit. To pociťuju jako problém. Nevím, jak to řešej jiní lidi, já ani moc nechci, aby pak na mě hned šahal. Ale nikdy jsem neudělala, že bych s ním nebyla dokud on nevyvrcholí. Možná to je výchovou...v mládí jsem neuměla říct ne...

L: Zažila jste někdy orgasmus ve spánku?

A: Jo, probudila jsem se a ruku jsem měla v klíně a už byl orgasmus.

L: Takže tam byla fyzická stimulace...

A: Jo, ale aniž bych o tom věděla...Ten orgasmus strašně pěkný, ale plačtivý, protože jsem tam byla sama...

L: Co nastartuje celou sexuální aktivitu?

A: Spousta věcí...jdete na procházku, povídáte si...pak když ti lidé spolu žijou, tak je to těžší to udržovat, protože těch věcí v tom dennodenním životě je víc...starosti, řeší se...Určitě nějaké oběti, pusa...

L: Je nějaké ze smyslů dominantní během sexuální aktivity?

A: Čich...líbí se mi, když chlapi vonějí. Člověk mi musí vonět a pak hmat.

L: Máte nějaký představy nebo fantazie během sexu nebo orgasmu?

A: To jo no...s partnerem no. Až po ty čtyřicítce...mám představy takovej lehký pornofilmů...spíš takovej záběr. Pornofilmy nevládním a nepotřebuju je, jen mám v hlavě ty obrázky z nich a ty mě někdy vzrušuju. Mám je tam někdy, ať už to je ruka, nebo i penis, kterej jde do pochvy.

L: Je to během celý té aktivity?

A: Až, když chci na ten stej schůdek. Mě to někdy zlobí, nevím jestli je to úchylka...snad ne...Jsou to teda cizí lidi, ne partner. Jako kdyby to byla závislost, protože když někdy chci na ten stej schůdek, tak si takovej nějaký obraz urputně vybavím, protože už tam chci. To když mi to nejde...někdy to přijde samo, a nepotřebuju to, ale někdy to potřebuju. Jinak během té sexuální aktivity vůbec.

L: A při masturbaci?

A: Já fakt teda moc nemasturbuju...tam to nepotřebuju, tam se znám. Ale když jsem byla ve velkém nepohodě, tak mě samotný to ani nešlo.

L: Co potřebujete, aby narůstalo Vaše vzrušení?

A: Ono narůstá právě při tom objímání a líbání, to mám ráda.

L: Jak vnímáte okolí během sexuální aktivity?

A: Vzrušení narůstá, okolí teda moc nevnímám...čím dál míň a míň...bud' si dám hudbu nebo i ticho. Sebe i partnera vnímám.

L: Jakou roli hraje soustředění nebo zaměřená pozornost?

A: To je s tím mým 99tým schůdkem. Někdy mám pocit, že se na to musím strašně soustředit. Někdy se stane, že mě to zaskočí.

L: Máte pocit, že se teda někdy vědomě rozhodnete, že chcete orgasmus?

A: Ne, vždycky jsem na tom 99tým schodě a pak se vidí...jako když toho v tý hlavě mám moc a nemůžu to vytěsnit, tak nemůžu vyhltnout do vesmíru...mám v to hlavě, v psychice. Někdy si teda říkám, že není nic lepšího než orgasmus...to psychický tam mám hodně. Ale že bych si mohla poručit, tak to asi úplně teda ne. Jednu dobu jsem si myslela, že to tak je, ale není.

L: Liší se nějak prožitek orgasmu s ročním obdobím nebo měsíčním cyklem?

A: Ne...jo, vlastně jo. Já už teď beru nějakou hormonální antikoncepci, při které nemenstruuju, ale není to umělej přechod...což je bezva (smích). Jelikož jsem vždycky měla partnery, kterým nevadilo se se mnou milovat při menstruaci, takže to jsem byla vzrušivější.

L: Předstírala jste někdy orgasmus?

A: Ne...počkejte, abych nelhala...Vždycky jsem si zakládala na tom, že ne, ale v posledních 10 letech jsem to možná 3x nebo 4x udělala. Nevím ani proč...to už jsem byla na tom 99tým schodu...já netvrdila, že ho mám, ale jsem přesvědčená, že ten chlap si to myslel. Ale že bych předstírala úplně, to ne. Mně to přijde za takový zpronevěření...navíc ho většinou mám.

L: Kdy jste zažila poprvé orgasmus?

A: Asi s první vážnou známostí. Měsíc jsem s ním nevezla do postele, ale prostě na lavičce, u něj doma v posteli, na koberci...furt a myslím, že on mě dráždil tak, že jsem měla orgasmus...že jsem se úplně vznášela v nebi, ale já jsem nevěděla, co to je. Myslím, že jsem dokonce jako malá holčička masturbovala sprchou. Tak 12, 13 let. To jsem si evidentně navozovala orgasmus a přemejšlela jsem, jestli jsem si to nenatrénovala...To bylo vlastně bolestivý, ale strašně příjemný...to jsem asi dělala docela často. Já ani nevěděla, že masturbuju...

L: Jak jste na to přišla? Byla to náhoda, nebo...

A: Aha, to nevím. Jenom si pamatuju, že to byla taková procedura, že jsem jako u doktora...no musela jsem na to přijít, když jsem se myla. Určitě náhodou...Ale v tu chvíli jsem nevěděla, že to byl orgasmus...kdo vám řekne, že to byl orgasmus?

L: Kdy jste si uvědomila, že je to orgasmus?

A: No, asi až s tím přítelem, v těch 17 letech.že jsem najednou cítila puuuuuuch...to jsem asi už něco o tom četla...

L: Liší se prožitek orgasmu po požití alkoholu nebo jiných drog?

A: Drogy neberu, jako skleničku si ráda dám, určitě je člověk uvolněnější a prožitek možná intenzivnější, bez zábran víc asi...ale s mírou, tak 1 až 2 skleničky...nemáte starosti. Je tam lepší půda pro to.

L: Liší se prožitek orgasmu v závislosti na tom kde to je, jestli je rozsvíceno nebo zhasnuto?

A: Tma spíš něco nepřírozeného, světlo mám docela ráda, protože chci na toho člověka vidět, ale problém mám teda jednak s věkem a jednak jsem trošku stydlivá...například když se mi partner dívá přímo na pohlaví, to já jsem stydlivá. Oni mě moc nechápou...no třeba v tomhle mi pomáhá alkohol. To jsem víc bez zábran. Vždycky jsem si myslela, že to ženský pohlaví je ošklivý. Kde jsem to pobrala, to nevím. Rodiče myslím, že ne, spíš společnost je tím nasáklá...

L: Liší se prožitek orgasmu v závislosti na poloze s partnerem?

A: Prožitek je vlastně pokaždý jinej...ten fyzickéj prožitek tam je, ten stej schod tam je, ten se pozná, ale může bejt rozladěnej, někdy to nesedne...polohy...je to jiný...taky to závisí na tom klitorisu...mám ráda polohu nahoře.

L: Napadá Vás ještě něco o čem jsme nemluvily?

A: Pomůcky...Nemám s tím velikou zkušenost. Vibrátor...tak s ním to může mít jinou, větší intenzitu, to je pravda. Ale není to něco, co bych vyhledávala, nebo bych si sama koupila. Nějakej byl hodně fyzický vynucenej. Ale vždycky je tam ještě ta psychika a pak to může bejt růžový a může to bejt žlutý a oranžový. Barvy může mít určitě jiný. Může mít různý hloubky. Může mít šířky různý. Jinak už mě asi nic nenapadá.

L: Dosáhla jste orgasmu nějakým zvláštním způsobem?

A: No slyšela jsem o tom, že za chůze...to ne. Možná přes prsa a líbání, ale musím se hodně soustředit na ty tělesný prožitky. Ale celkově orgasmus nechci nějak přeceňovat...Myslím, že sex může být hezký bez orgasmu, že i ten 80tej schod může mít růžovej kobereček a můžete se po něm takhle klouzat a zapomenout na ty schody další...Je to strašně krásný, to jo...možná jako když se Vám chce čurat a nakonec se vyčůráte (smích). V tý úlevě...jinak tomu asi není nic podobný...no, možná že je tomu podobný jako že ten pocit, kdy toho partnera objímám a vím, že ho strašně miluju...což může být nebezpečný, pro mě hodně zraňující asi. Já mám takovej ten bezmeznej způsob milování...no jestli bych o orgasmu mohla něco říct, tak že je strašně důvěrnej...komu ho taky dám jako dárek, kdo si ho zaslouží se mnou mít. Ne, že mi ho někdo milostivě dává,

to je skoro až naopak...Ještě mě teda napadá, že během orgasmu se mi párkrát stalo, že jsem si říkala, že bych teď jako klidně mohla umřít. Že to bylo tak silný nějak. Něco jako ten tunel, nebo klinická smrt...přemíra emocí taky...štěstí...kdy si řeknete „teď jsem fakt šťastná“?

Rozhovor 12 – Sára

Studentka VŠ, 25 let, ateistka, heterosexuálně orientovaná, momentálně bez partnera, žije sama. Orgasmu v přítomnosti partnera dosahuje obvykle, při masturbaci vždy. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnera je pohlavní styk. Rozhovor se odehrál u Sárky doma. Sára byla na začátku rozhovoru trochu ostýchavá, nicméně se postupně uvolnila a hovořila bez zábran.

L: Co prožíváš při dosažení orgasmu?

S: Asi to fyziologický, stahy a příjemnej pocit, asi tak nějak.

L: Věděla bys o nějakým prožitku, kterej by byl tomu podobnej?

S: To asi jako úplně nevím, prostě rozkoš. Nevím, jestli něco jinýho by tomu bylo podobný.

L: Napadl by Tě třeba prožitek, kterej by byl opakem?

S: Napadá mě, že opakem toho by byla bolest, ale při tom myjí ty dvě věci k sobě hrozně blízko. Někdy jsem to zažívala, že ten prožitek rozkoše a blízkosti byl strašně vedle sebe. Ne že jako velký bolesti, ale prostě trochu bolesti a rozkoš. I třeba jako při masturbaci jsem si to uvědomila, že to má hrozně blízko k sobě. Že sama jako úplně nedokážu rozlišit, jestli je mi to příjemný nebo ne.

L: Máš na mysli bolest jako fyzickou?

S: Jo, jako fyzickou. Nepříjemnej pocit. Možná, že je to tím, že je ten prožitek tak intenzivní. Že prostě orgasmu, teď myslím při masturbaci, ne s partnerem, že jako je to tak intenzivní rozkoš až někdy nedokážu říct, jestli je to spíš pozitivní nebo spíš negativní. Když je to s partnerem, tak já jako na orgasmus nečekám, ale když přijde, tak je to příjemný.

L: Máš teda pocit, že se orgasmus s partnerem liší od orgasmu při masturbaci?

S: Jo, řekla bych, že se dost lišej. Nelišej se tolik tělesně, ale lišej se hodně prožitkově. Protože orgasmus při masturbaci je takovej jako...jako kdyby možná má blíž k tomu nepříjemnému, je takovej kratší a je takovej hrozně fyzickej. Kdežto při sexu s partnerem je to hrozně o tom psychickým. Většinou když dosáhnu orgasmu při sexu, což jako bejvá častý, když mám toho chlapa dýl, takový ty na jednu noc, to fakt ne...tak většinou je to fakt hodně příjemný. Při tom je to takový zvláštní, já jsem o tom taky teďka přemejšlela, že to když je to tak příjemný, že to není něco co bych musela nutně vyhledávat. Že prostě mám pocit, že při sexu jsou některý věci pro mě důležitější. Blízkost a tak...a přitom nevím, jestli to nemám tak, že když dosáhnu s tím chlapem orgasmu jednou, tak jakoby u mě polevila fakt nějaká ta touha. Myslím si, že je to společný s tím psychologickým, maskulinním přístupem. Jakože je to zajímavý jenom než to člověk má. Nověj člověk je taky zajímavěj, než ho člověk pozná. To není pravda, že jo, ale s tím chlapem mě to nějak napadá.

L: Že Tě ta touha přejde celkově nebo pro tu chvíli?

S: Tak pro tu chvíli určitě. Když dosáhnu orgasmu, tak mi je to spíš nepříjemný cokoliv dalšího, když to trvá dlouho. Když to trvá chvíli, tak mi to nevádí, to není zas tak intenzivní pocit. Ale právě mám pocit, že i jakoby pak do dalšího sexu se mi tolik nechce...jako kdybych dosáhla bingo a pak jako kdyby to dál byla už rutina. Což mě jako úplně prostě nebaví...jsem asi přelétává asi nebo něco...

L: Jaký pocity máš spojený s orgasmem?

S: Asi...jako tělesný pocity? Jako třeba teplo...

L: Kde?

S: Těžko říct, to je taková celo tělesná věc, to je něco, co prostě cítím fakt vším. Nedá se to nějak lokalizovat. Jo, to bych taky řekla, že je ten rozdíl mezi orgasmem když masturbuju, ten orgasmus je prostě krátkej a je takovej lokální. Kdežto když jsem s chlapem a dosáhnu orgasmu, tak většinou je to fakt tak, že to cejtím celým tělem...Úplně se v tom jako...napadá mě to přirovnat k tomu, když vidíš úplně maličký mimino, tomu taky když má hlad nebo cítí nějaký pocit, tak to cejtí úplně celým tělem. To je něco co nemůžeš úplně oddělit vůbec od toho...takže tak to asi mám. Popsat ho...to je strašně těžký...to je asi jako něco před slovy. Když to chci popsat, tak osekávám tu hloubku nebo šířku nebo něco...nevím.

L: Co myslíš, že je pro Tebe důležitý, aby si dosáhla orgasmu?

S: Uvolnit se s tím člověkem...na nějaký rovině neřešit...nechat to plynout. Trochu znát toho partnera...

L: Proč myslíš, že ho musíš znát?

S: Musím mu asi na nějaký rovině aspoň trochu důvěřovat, jakoby ne na takový povrchní, ale na nějaký hlubší rovině, kterou neovlivním vůlí. Asi to neumím ovlivnit vůlí. Respektive já bych asi mohla, ale já asi jako nemám potřebu...asi to tak je...asi nemám úplně potřebu dosahovat orgasmu s každým. Protože mám pocit, že přeci jenom se v tom nějak hodně oddám, takže na to potřebuju aspoň nějaký pocit, že mi v tom bude dobře s tím druhým.

L: Je to nějak hodně velká blízkost v tu chvíli nebo...

S: No...to jako úplně...jakože jo...asi se taky trochu stydím nebo něco...to je taková věc, kdy já si jako hrábnu do takovej sfér, kdy jako je to hodně niterný a intimní. Je něco jinýho se s někým vyspat jen tak a užít si to, ale neoddat se tomu tolik, že si ten orgasmus dáš. Asi je to o nějaký bezpečnosti, nebo o nějakým stupni důvěry...že mám třeba pocit, že mě ten člověk nebude soudit. Pro mě je to hrozně citlivý tohle.

L: Jako jaká jsi v sexu, nebo jak vypadáš když máš orgasmus?

S: Jako jo, takovýhle věci...myslím, že všichni nějak tak soudí...vědomky nevědomky...Hlavně takový, který si sami tolik nevěří. Proto třeba jako...já mám ráda, když chlap v posteli...teda neměla jsem tolik takovej chlapů...že si je natolik jistý, že jako nemusí věci hodnotit na špatný nebo dobrý a tak se to má, tak se to nemá. Myslím si, že to nějak vycejtím, ale možná že je to o mě. Nevím, jestli Ti říkám věci, který ti k něčemu budou...

L: Určitě...Myslíš, že máš během sexu nebo orgasmu nějaký fantazie nebo imaginace?

S: Ne ne...ani jako obrazy ani nic. Dokonce ani jako...to nevím, jestli není jako škoda, ale já si nic nepředstavuju, když masturbuju. Tuhle mě to napadlo, že bych si to třeba víc užila, ale mně to nějak nejde dohromady. Mám pocit, že se nemůžu úplně zaměstnávat v hlavě, když jako...

L: Čím se teda zaměstnáváš?

S: Asi úplně jako vypnu..

L: Upíráš někam pozornost, soustředíš se na něco?

S: Ne. Nebo teda nevím...mám pocit, že si sex nejvíc užívám, když jako na nic nemyslím. Když mám takovou tu...když to úplně pustím. Tohle je něco, co mě strašně vyrušuje, když jsem s chlapem...ale to se mi stává když jsem s někým dýl, většinou...že pak jako jak mě to moc nebaví nebo něco, tak se do toho nějak nedokážu dostat. Nedokážu se tomu oddat a pustit to a oddat se svému tělu, tělu toho druhýho. A pak o to začnu strašně přemýšlet...co tohle a co tohle znamená. Podle mě tohle je zabiják rozkoše...hlava. To je o prožitku a ten člověk nemůže ani si nic navodit ani nic zpracovávat. Takže když si užívám sex, tak nemyslím na nic. Tak si užívám to, jak je příjemný se dotýkat, příjemný pocity.

L: Že jsi nějak zaměřená do těla?

S: Jo, jo, do sebe. Jako kdyby prostě se najednou moje vědomí změnilo jen do toho tělesnýho...

L: Jak v tu chvíli vnímáš partnera?

S: To je těžký. Když si to nejvíc užívám, tak je psychologicky daleko, ale zase s partnerem, se kterým jsem byla dlouho to bylo hodně o blízkosti...tak nevím...fakt těžko říct. Mám pocit, že si to nejvíc užívám, když dokážu...když jsem tak v sobě rozpuštěná a toho druhýho vnímám jenom jakože je psychologicky strašně daleko...že ho neřeším, že se úplně oddám tomu svému. Ale tam je nutně blízkost...abych s ním komunikovala...to asi není to správný slovo...možná spíš spolupracovala...aby to fungovalo dohromady. Sex je o nějakým souladu. V tomhle spatřuju trochu paradox, že mám pocit, že ten soulad je o tolik jednodušší o čem jsem víc sama v sobě. Když jsem s někým jen na jednu noc, tak se tomu fakt tak neoddám.

L: Když jsi s někým jen na jednu noc, máš pocit, že si jako řekneš, že nechceš orgasmus, nebo jak to funguje?

S: Ne, takhle to úplně není. Spíš když jsem s někým na jednu noc, tak rozhodně nečekám, že bych měla orgasmus...Možná pak ani jakoby se tomu tolik nepoddám...já to mám s těma chlapama takový zapeklitý, nevím. Mám pocit, že to tak jako úplně neumím...že se to zlepšuje, ale nikdy jsem to jako moc neuměla užít si jenom jako sama sebe. Užít si to jenom po svém. Že jsem vždycky měla pocit, že jsem tam pro toho chlapa, že on je ten důležitý a já jsem ta nedůležitá. S takovýmhle nátlakem je to těžký si to nějak užít. Že hlavně tomu druhýmu se musí udělat dobře, a na mě zas tolik nezáleží. No, léčím se no.

L: Myslíš, že je tam nějak důležitá snaha pro dosažení orgasmu?

S: To asi záleží. Já si myslím, že kdybych jako chtěla, tak bych dokázala mít orgasmus úplně s každým, protože bych si to tak zařídila, ale úplně jako nemám chuť. Spíš musím říct, že spíš mě to asi baví, že je to takový jako překvápko..jako tadaááá (smích).

L: Myslíš, že je to pro Tebe fakt překvápko, že pro to nemusíš nějak tvrdě pracovat...

S: Většinou pro to tvrdě nepracuju, protože pro mě sex pak dostává takovej rozměr, kde ho nechci mít. Nechci, aby pro mě byla soulož masturbace s živým člověkem. O to nestojím. Nebo to mám tak hosený, nebo nejsem dost sebevědomá...nevím. Ale je pravda, že někdy na to mám fakt chuť a pak jsem si to tak zařídila, že jako prostě jo. Ale musím říct, že to u mě vypovídá spíš o tom, že už mě to tolik nebaví.

L: Když si to zařídíš, když do toho jdeš aktivně...

S: No ne aktivně v tom smyslu, že mám jako jeden cíl, za kterým jdu. Ale spíš protože jako orgasmus je dobrý, ale já mám pocit, že to není žádná meta. Třeba v tom orálním sexu. Já prostě nedosáhnu orgasmu, ale je mi to prostě strašně příjemný, akorát že to nemá ten závěr. Jednou jsem někde četla, v nějakým ženským časopisu, vím že mi to přišlo docela trefný, že do té doby než ženská poprvé zažije orgasmus, tak je pohoda, sex ji baví a všechno a jak ho dosáhne, tak se to posere v tom smyslu, že ho začne honit, že jde najednou

jenom o tom. Může se to stát. Sexualita je hrozně široká krajina, obzvláště pro ženskou. Já nevím, jak to mají chlapi hozený. Mám pocit, že fakt cítíme přes celý tělo. Že prostě jenom pohlazení je prostě uaaaauuu... To jsou jako jiný pocity, to není něco fyziologického, ale je to hrozně příjemný... Pro mě je sex hrozně příjemnej i bez orgasmu.

L: Jakej smysl, že orgasmus má pro ženy, nebo pro Tebe?

S: Vybití energie, ale jinak jakej má smysl? Jako psychologickéj...nevím, jestli má fyziologickéj, možná jo, to nevím. Psychologickéj...asi abychom uspěli v tom maskulinním světě (smích), abychom taky měly něco, co můžem měřit...nevím, fakt nevím. Jako nevím, jestli před 150 lety ženský řešily orgasmus, moc si to nedokážu představit.

L: Máš pocit, že rozlišuješ typy orgasmů?

S: To, určitě. Když masturbuju, tak mám orgasmus jako přesně takovej fyziologickéj, je hrozně povrchovej a je vyvolanej drážděním klitorisu.

L: Když je to ta stimulace klitoridální, máš i stahy ve vagíně?

S: To cejtím i vevnitř, ale není to tak všeobjímající jako při sexu. Já prostě při sexu orgasmus zažívám jako vyloženě při styku, vaginální. Jinak mě žádněj chlap nedokázal udělat...

L: Nevěděj jak...

S: Spíš je to tak, že já svoje tělo ovládám, ale nedokážu to říct, hele teď dělej tohle a teď dělej tohle... No nikdo se netrefil, tak čekám. Třeba se někdo trefí. Když mám pak ten vaginální orgasmus, tak je to prostě bomba...

L: Je to lepší?

S: Určitě je to hlubší...že mám i pocit, že kdybychom mluvily o nějaké úlevě, kterou orgasmus přináší, tak ta úleva a rozkoš a všechno dohromady je u vaginálního určitě daleko větší. Kdežto u toho klitoridálního je to takový jako „tak jo“...

L: Říkalas, že někdy je to pro Tebe překvapení, že si to nezařídíš, ale necháš to bejt...jak je ten průběh...cítíš, že už to přichází?

S: Jo, to cejtím, že už to přichází, rozhodně. Nevím, asi jako...to je asi nějak lokalizovaný...cítím to nějak v lůně...jako vzrůstající napětí nebo vzrušení. Když si vzpomenu na to, když jsem poprvé zažila orgasmus, to jsem byla s partnerem asi tak jako 2 roky. To fakt jako trvalo. Já jsem do té doby nevěděla, že můžu zažívat něco jako při masturbaci při styku...sex se mi ale líbil. A když to přišlo, přesně to bylo takový, že najednou jsem začala cítit takový pocity, který znám právě z masturbace...aaaa...to je ono...a pak to přišlo a bylo to velký. Takže to poznám. Překvapení není to, že dosáhnou orgasmu, ale to že začnu cítit ten druh pocitů, který k tomu spějou. Ne že by vždycky museli. To jsou pak takový...no, když tyhle pocity začnu cejtít, tak už pak je to pro mě cíl. Když už vím, že jsem na té cestě tam, tak už chci. Někdy je blbý, když to jako nejde...párkrát se mi to stalo...To je pak nepříjemný...člověk se tak nevybil. Se to nahromadilo a co najednou...Kdežto když tyhle pocity nezačnu cítit, tak nejsem z toho ve stresu.

L: Co myslíš, že Ti navodí tyhle pocity?

S: To kdybych věděla...Asi fakt nevím...asi druh stimulace...

L: Když už jsi teda na té cestě a prostě to nejde, co se tam stane?

S: No, prostě pak skončím a jsem nadržena. Normálně...ikdyž taky se mi to stává...to strašně záleží...Když jsem třeba jako s chlapem a užívám si sex a pak jsem sama, pak jsem třeba měsíc nebo dva hrozně nadržena a pak mi na to nefunguje jenom se udělat sama, neuspokojí mě to tak, jak bych si to představovala. Ono to pak přejde...měsíc, dva...asi to tělo vydechne a dobrý.

L: Čím myslíš, že se to může stát?

S: Že se to prostě stane...někdy...spíš situačně... Jako nikdy jsem nezkoušela vibrátor. Už o tom přemýšlím nějakou dobu, hrozně mě to zajímá. Mám pocit, že vlastně moc svoje tělo neznám a že je to škoda, i moje, i prostě...mě nikdy nenapadlo, že bych se měla o své tělo takhle zajímat...

L: A přišlo Ti, že bys jako ani neměla?

S: Jako že to je špatný? Asi v určitým ohledu jo...ne že by to byla zakázaná zóna, ale spíš jako že bych neměla trávit čas, že si užívám sama sebe. Sex je přeci od toho, aby si jako lidi dávali rozkoš navzájem.

L: Co myslíš, že děláš s tělem, když máš orgasmus?

S: Asi se nějak hejbu...nebo se spíš zastavím v pohybu...no, asi se zastavím, ale ne vždycky to jako jde, že jako...možná že jsem málo sobec...že když je to při sexu, tak že si úplně nedopřeju ten čas, kterej bych si normálně mohla dopřát. Že bych třeba úplně zastavila. Většinou to nemám společně s tím člověkem. Jako s dlouholetým partnerem, nevím jak je to možný, jsme měli společně. Ale jinak ne.

L: Máš pocit, že je to nějak odlišnej prožitek?

S: Určitě no, když je to společný, tak oba vydechnou ve stejnou chvíli. Můžou si užít to, že už se pak nic neděje. Mám pocit. Kdežto, když je to popořadě, tak je to jako super, ale není to úplně tak zachovaný ty fáze, jak by mohly být.

L: Upřednostnila bys ten společnej?

S: To určitě...úplně nedokážu toho chlapa odkopnout v tu chvíli ikdyž bych na to měla chuť. Ne, že by mi to bylo nepříjemný, ale že by mi bylo daleko příjemnější, kdybych mohla vypnout, úplně. Zas to je těžký. Když Ti někdo dá rozkoš, tak já to tak mám, že se cítím zavázaná vůči němu. To mě napadá, že je to to, proč netoužím mít orgasmus třeba s někým na jednu noc, protože mám pocit, že mě to zavazuje v nějaký rovině.

L: Nemáš pocit, že spíš Ty to dáváš jemu, ne on Tobě?

S: (smích)...ne...myslíš, že jako orgasmus je jako dárek pro něj?

L: Hmmmm...

S: Fakt (smích)...tak to mě tedy nikdy nenapadlo...Uuuuuuu...to je zajímavý, to bych měla promyslet (smích)... Mám pocit, že to mám divně hozený od mých rodičů...že matka to měla jako zbraň, že byla nedávací a já to mám přesně naopak. I když nechci, tak neřeknu ne. Akorát u mě je to dobrý v tom, že mám sex ráda, takže to není tak hrozný, ale trochu ten mus tam je. Když řekneš ne, tak budeš špatná holka, to budeš toho chlapa manipulovat. Ještě se hrozně bojím toho, že budu považovaná za frigidní, ikdyž mám sex ráda, tak jsem se toho vždycky strašně bála. Že prostě to jako dost dobře neumím v tý posteli a ještě jako jsem frigidní, že nejsem dost náruživá. A to je hrozný zabiják přesně toho, aby se člověk uvolnil a nakonec si to fakt užil.

L: Liší se prožitek orgasmu v závislosti na poloze s partnerem?

S: No, já teda musím říct, že si nejsem jistá, třeba když jsem zažila první orgasmus, tak to bylo v misionářský poloze, fungovalo mi to, ale vím, že dosáhnu orgasmu skoro jistě v poloze nahoře. To je jasná poloha. A prostě proto, když to fakt chci, tak jsem prostě nahoře. Si to zařídím, to není zase tak těžký. Oni to maj chlapi taky docela rádi. Na poloze to záleží velmi. Ale je pravda, nevím čím to je, možná zase fyziologicky, že se v tý poloze dráždí určitá oblast, která v jiný poloze ne, nebo jestli tam mám taky nějakou klapku psychologickou v tom smyslu, že to znám. Nějak to tam mám, že zezadu to jako není na ten orgasmus, při tom je to možná jenom psychologická klapka. Že se ani nesnažím hledat. A stejně tak s orálním sexem. Přijde mi to nelogický. Když se dokážu udělat sama přes klitoris, proč by to nemělo být možný pusou?

L: Je nějaký smysl dominantní během sexuální aktivity?

S: Určitě hmat, hrozně. Čich asi vypínám, teda člověk mi musí vonět, jinak to nefunguje. Jinak zrak mě naopak rozptyluje, je lepší, když zavřu oči při sexu. Dokážu pak vnímat jenom ty pocity tělesný. Sluch je asi taky důležitěj, ne tak jako hmat. Jako nemusím mluvení, ale zvukové projevy jako jo, to mě rajcuje, když ten druhý si to užívá a dává to najevo.

L: Myslíš, že bys třeba mohla mluvit při orgasmu?

S: Jako nevím, myslím, že jako ne. Asi by mě to rozptylovalo, ani nevím, co bych měla říkat. Že to není úplně tak o slovech. Ale je pravda, že po orgasmu, o 100% víc než kdykoli jindy, bych řekla chlapovi, že ho miluju. Říká se, že se to nepočítá a ono to tak fakt jako je. Fakt se to nepočítá. Teda pokud to člověk necítí jindy.

L: Rozbrečela ses někdy nebo rozesmála?

S: Rozbrečela jsem se, to bylo jednou, když jsem se hrozně opila s partnerem. Partner šel spát dřív a já jsem byla strašně nadržaná, ne že bych s partnerem před tím dýl nespala, ale prostě to nějak přišlo. No a jak jsem byla taková nadržaná, tak jsem šla za partnerem a normálně jsem ho vojela (smích)...to jsem teda nikdy před tím neudělala. On teda spal, pak se probudil...jemu se to teda líbilo. No a tehdy jsem měla takovej orgasmus, že jsem se z toho fakt rozbrečela. Tak silný to bylo...úplně jsem se z toho rozbrečela...

L: Myslíš, že v tom zahrál roli ten alkohol?

S: Čéče, to nevím. Dneska si říkám, že jsem nemohla být zase tak opilá, protože jinak mám pocit, že alkohol mě dost otupuje. I hulení...jako nikdy jsem neměla ráda sex na trávě. Mí přijde, že jsem úplně mimo a že si to vůbec nedokážu užít. Že jako kdybych se od něj odsekla, je to hrozně z dálky. Asi tam ten alkohol sehrál roli v tom, že normálně bych si to asi nelajskla, i kdybych byla 100x nadržaná, tak bych to chlapovi neudělala...nevím. Asi jako ne. Přijde mi, že je to nějaký překročení hranic, kdy člověk by to asi neměl úplně překračovat. Prostě nějak to tak celkově mám, že když člověk má toho druhýho rád, že by se měl překonat i v situacích, kdy se mu tak úplně nechce nebo se na to úplně necítí. Když se mu vyloženě nechce, tak ne...ale jinak...nevím.

L: Co myslíš, že Tě nastartuje pro celou tu sexuální aktivitu?

S: No, musí mě ten chlap přitahovat. Aby se mi líbil. Není to jenom o tom líbení se, ale je to o tom živočišným...že to vycítím, že mě přitahuje. Že mě vzrušuje jenom to, jak se mě dotkne...Když si představím,

že by to měl být výběr partnera na sex, tak mě musí něčím vzrušovat. Nevím, čím to je. Není to o tom, že by mě přitahoval víc, než že bych s ním chtěla chodit nebo tak...prostě na sex jenom.

L: Jak vnímáš okolí?

S: Vůbec nevnímám okolí...Pro mě vůbec není těžký nevnímat co je okolo. Jestli by mě něco vyrušovalo, tak spíš věci v mé hlavě než v okolí. To je úplně nejhorší...začít přemejšlet při sexu. Buď o tom člověku, nebo že mě to nebaví, nebo že to trvá dlouho...že tohle a tohle. Pak mám pocit, že se začnu soustředit na toho člověka a zjistím, že on se tomu oddává a na mě vůbec nemyslí a najednou mě to začne hrozně srát a přijde mi, že jsem najednou jenom loutka. Takhle jsem to měla s jedním partnerem, že jsem začala řešit jeho, protože on si to užíval a já prostě nějak ne...a v té době jsem si myslela, že sex je duchovní...o spojení dvou duší...ono, asi může být, ale to si musej být ty dva lidi hodně blízci v normálním životě taky. My jsme si blízko nebyli...Když ten sex není o spojení duší, tak je to o tom, že jsou dva lidi dohromady, fungují spolu, ale každé si jede svoje.

L: Kdy si zažila poprvé orgasmus?

S: S partnerem, to jsem už říkala...

L: A před tím jsi nemasturovala?

S: No tak to jo...jinak to jo. Dokonce musím říct, že jsem jako asi masturbovala od vždycky. Teď jsem to někde četla, že děti to dělají jako úplně už od malička. Asi jsem to tak měla.

L: Nepamatuješ si, že by to bylo pro Tebe nějaký překvapení, nebo že bys musela nějak hledat nebo něco takového...

S: Ne, to fakt ne. Takže si nepamatuju, kdy jsem měla první orgasmus...Rodiče mě asi neplácali přes ruce. Když jsem tak v 10 nebo ve 12ti pochopila co to je, tak jsem si to tak nějak zařadila...

L: Předstírala jsi někdy orgasmus?

S: Ne. Já při sexu prostě nepředstírám. To teda nevím, proč bych to měla dělat. Sice jsem to řešila, jestli jsem dobrá milenka, ale přijde mi to padlý na hlavu něco předstírat. To fakt ne.

L: Zažilas orgasmus nějak zvláštně? Jako v noci, bez stimulace, nebo na koni...

S: To asi ne...třeba v autobuse se vzruším ale orgasmus úplně to ne...

L: Oddaluješ orgasmus?

S: To já neumím...to jsem jako úplně nikdy nedokázala...

L: Je tam nějaká fáze před orgasmem, kdy víš, že už to nemůžeš vzít zpátky, nebo je tam nějaký zlom nebo je to plynulý?

S: To, ne to bych řekla, že první zlom je v tu chvíli, kdy vím, že už tam jako směřuju. To je jako zlom velké. To je jako z příjemnej pocitů najednou do vzrušení. Ale tahle fáze je pak taková krátká. Takže taky proto se o to nějak nesnažím, protože bych se jinak udělala hrozně rychle. Úplně to nemám tak, že jak se říká, že ženským to trvá dlouho, než se udělají, ale já nemám pocit, že by to bylo tak nějak postupně. Mám pocit, že je mi sex příjemnej a najednou to někde cvakne a najednou vím, že to přijde za chvíli.

L: A v téhle fázi už víš, že se s tím nic nedá dělat?

S: Asi by to ještě šlo přerušit, ale pak právě...tady je ta chvíle, kdy je to příjemný a to nepříjemný strašně blízko sebe. Najednou bych nedokázala říct, jestli je to spíš příjemný nebo spíš nepříjemný. Příjemný je to proto, že to vede k něčemu hodně příjemnému a je to nějak o mě a jsou to pocity jiný než normálně. Nejsou jako primárně ošklivý. Současně...úplně to oddalovat to není jako příjemný. Nevím, je to hodně blízko sebe. Jako ten pocit mě nějak stahuje nebo svazuje...

L: Máš pocit, že v tom cvaknutí vklouzneš do změněného stavu vědomí?

S: Je to jiný v tom, že úplně vypnu všechno a pak už vyloženě jenom cítím sama sebe. To si myslím, že ve 100% případů...to už nemůžu myslet na něco jiného..

L: Liší se tenhle stav od toho orgasmického?

S: Liší se v pocitech, protože ten orgasmus jsou jenom pozitivní pocity, kdežto ta cesta je příjemná, ale současně je tam strašnej psychický tlak..Vůbec nevím, jak to mám říct. Prostě cesta tam není jenom příjemná. Mám pocit, že ikdyž jako se sama dráždím ikdyž mě někdo dráždí, tak prostě mě jsou příjemný a nepříjemný pocity hned vedle sebe. Dokonce mám pocit, že přes ten nepříjemnej pocit mi to nakonec může být daleko příjemnější.

L: Jak krátká je ta doba po tom cvaknutí než se to uvolní do orgasmu...nebo vybuchne..

S: Spíš vybuchne do orgasmu...vybuchne to a pak přijde strašná úleva a může to být třeba tak ½ minuty nebo minutu a to ještě to mám asi zkrácený.

L: Tam se ještě může stát, že prostě nedosáhneš orgasmu?

S: No, když je to s chlapem, tak skoro vždycky dosáhnou, ale někdy se mi stane, že při masturbaci se dostanu na tuhle rovinu, ale pak prostě se to zvrhne do toho negativního a je mi to nepříjemný a nedosáhnou orgasmu...A ono je to taky si daný tím, že je to jiný typ orgasmu, že s tím chlapem je to vždycky vaginální.

Kterej je daleko hlubší a stabilnější. Klitoridální je takovej jako...ani tak stabilní ani tak hlubokej. Jako potom cvaknutí určitě šátrám do nějakej pocitovejch hlubin. Tam jsou takový zásadní věci, nebo prastarý... To je nějakej takovej ten moment, kdy člověk začíná bejt živočišnej, že už to pak neovládá, teda já to aspoň neovládám. Ani nemám ambice, abych to ovládala. To je nějak hrozně přirozený, je to o tom, že se úplně oddám. Ani nemám chuť, ani nemám sílu, abych to nějak korigovala.

L: Liší se prožitek orgasmu s ročním obdobím nebo měsíčním cyklem?

S: To teda fakt ne. Nevím. Spíš třeba že mám svoje vlastní fáze.

L: Tiskneš se na partnera během orgasmu?

S: To asi jo, ale jako...nevím...jako fyzicko jo, ale pocitově ne. Možná bych měla fakt chuť ho v tuhle chvíli odkopnout (smích). Na druhou stranu to mám ráda, tu chvíli po tom, kdy jsou si ty dva lidi blíž. Spolu prošli něčím. Třeba se to rozplyne tenhle pocit, ale je to tam.

L: Zažíváš mnohočetný orgasmy?

S: Vlastně jo, ale ono to má pak jinou kvalitu... To se mi stalo jednou, že jsem měla třeba 10 orgasmů, ale takovejch maličkých. Vůbec jsem ten velkej neměla, ale jenom ty maličký. Ta fáze toho cvaknutí tam nebyla. Nevím, jestli by se to mělo nazývat orgasmus. Takový malý stahy. Hrozně příjemný, ale malý.

L: Co cítíš, když partner prožívá orgasmus? Nevím, hrozně příjemný, ale ve svý podstatě, jak to má tak jako zamotaný, tak to asi nemám moc ráda. Že mi tam něco vadí. Že je tam něco jako výčitka z mé strany. Je to překrytý. Na jednu stranu mě to hrozně uspokojilo, že jsem splnila povinnost, ale teď jsem si uvědomila, že je tam ještě něco jinýho, co říká, že vlastně je tam nějaká nenávisť...jako „ty hajzle, ty si prostě tak užíváš“. Ale přesně to mám takhle v tu chvíli, kdy nejsem sama v sobě a neužívám si to. Vlastně si to pokaždý asi neumím užívat.

L: Ještě Tě něco napadá?

S: Už nic asi...

Rozhovor 13 - Petra

Psycholožka, 31 let, katolické vyznání, heterosexuálně orientovaná, vdaná 6 let. Orgasmu v přítomnosti partnera dosahuje obvykle, při masturbaci také obvykle. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnera je pohlavní styk s drážděním klitorisu. Rozhovor se odehrál u Petry doma. Petra byla během rozhovoru sem tam vyrušena přítomností jejího malého syna, ale i přesto se snažila do prožitku dostat a otevřeně o něm mluvit. Nad otázkami se velmi dlouho zamýšlela a celkově rozhovor trval delší dobu než obvykle.

L: Co prožíváš při dosažení orgasmu?

P: Určitě je to na jedné straně nějaká fyzická reakce těla a to mně přijde jako nějaký nával do hlavy, jako zvýšený tlak. Zvyšování tlaku, nalévání se a pak je taková obrovská úleva. I tu úlevu mám spojenou s orgasmem. Není to jen ten moment té tělesné reakce. Prožívání...no je to...nikdy jsem se nepokoušela to formulovat. Tak možná mě k tomu nenapadají slova...je to chvíle takového odevzdání se něčemu možná i někomu.

L: Co děláš s tělem?

P: Asi nic moc, jenom mám pocit pozornosti na to tělo. Jako bych byla zvýšeně citlivá, úplně jako vím, jak mi koluje krev...to je samozřejmě jenom představa, ale při běžné činnosti se člověk nesoustředí tolik na své tělo. Hodně vnímám svoje tělo, je cítit, co se děje s palcem u nohy. Až nezvykle zvýšená pozornost. Nejsem si vědoma jiné činnosti nebo situace v tu chvíli. A s tělem? No asi je to pohyb nějakého napětí...poslední nejkrajnější meze něčeho...

L: Při orgasmu máš nějaké napětí v těle, křeč?

P: No, křeč asi ne, ale opravdu velké napětí...no to je fakt těžké o tom mluvit (smích)...

L: Od jaké chvíle to Ty nazýváš orgasmem?

P: No, to je taky zajímavé...Pro mě orgasmus...no nikdy mě nenapadlo to stopovat, ale pro mě asi je to řádově vteřin a je to to maximální zvyšování napětí v těle a následného výrazného uvolnění. Jak když...ted' mě napadá symbol...jak když vlna jde, zčeří se a pak se zhoupne dolů a odpluje to. Tak takový nějaký moment.

L: Když si představíš celou sexuální aktivitu, jak poznáš začátek té vlny?

P: Je to i tělesná reakce, nalijou se mi prsa, i se mi zvětší...to mi vždycky říká můj muž...a vlastně se opravdu začíná pomalu stupňovat napětí. Vlastně mi přijde, že ten pohlavní akt je o tom sportu, o úlevě. Je to ten opakovaný pohyb, to dráždění a potom najednou začne procházet to napětí asi z genitálií a pak se to rozlévá do stehen a pak to jde to horní poloviny těla. Tlak a napětí začíná stoupat. To jsou konkrétní věci s tím spojené. A pocitově jsem měla u toho nějakou myšlenku, ale to už si vůbec nějak nepamatuju...vlastně u toho moc nepřemýšlím. Možná se jen střídají nějaké obrazy...hrozně chaoticky...spíš si uvědomuju partnera, ale tak nějak zvláštně, protože mívám zavřené oči.

L: Při celé sexuální aktivitě?

P: Při celé ne, ale při orgasmu velmi často. Tím mi přijde, že ještě tím zvětším pozornost na vlastní tělo, nebo na ty dvě těla, ale víc na to vlastní.

L: Máš pocit, že to zčeření je to nejintenzivnější?

P: Mně to nepřijde to nejdůležitější, nebo hlavní vyvrcholení. Mně přijde, že orgasmus je celá ta vlna. I to očekávání...protože už tuším, co bude následovat, když dojde k uspokojení celé té vlny a že to není jenom dostat se nahoru na tu vlnu, ale prožít si to celé...i ty momenty toho zvyšování napětí, zvyšování vnímání těla a i té úlevy. To nejsou žádné dlouhé chvíle...

L: Když už to najede na tu vlnu, bylo by ještě možné nedosáhnout vrcholu?

P: Je možné toho nedosáhnout...

L: Takže je to nějaká ta přípravná fáze na to...

P: Jo jo..

L: Co by to mohlo přerušit?

P: Praktické věci, jako děti například...někdo zabrečí, naruší to tvou pozornost a jakmile je pozornost rozptýlena, tak to může jakoby v té první fázi přerušit. Taky je to o partnerovi, buď může mít orgasmus přede mnou, po mně nebo stejně. Když přede mnou, tak to musí být dlouho přede mnou, ale když je to těsně před mnou, tak opravdu dojde ke zněnění té pozornosti a celé fyziologie obou těch těl, tak to pak dojde k přerušení toho orgasmu...

L: Máš tam nějaký moment v té vlně, kdy už víš, že je to nevyhnutelné?

P: To asi než dojde k tomu zčeření. Jo jo, asi...víš co, když bych to vzala od toho jak se zvedá ta vlna, to vrcholné vzrušení, jakmile tam se ta pozornost naruší, ať čímkoliv, tak je možné tu vlnu nevytvořit. Takže

nedojde k tomu orgasmu, nebo k dokončení. Potom jak už... fakt nejsem schopna to nějak časově odhadnout, ale jakmile to jde už hodně nahoru, tak tam už většinou dojde k tomu orgasmu... teda k tomu vyvrcholení, vystoupání.

L: V čem vidíš rozdíl mezi tou vlnou, kterou ty nazýváš orgasmem a tím, co je před tím?

P: Když to vezmu od začátku, tak nejdřív je tam nějaká nekoitální předehra, potom dojde k pohlavnímu styku, je tam nějaké období dráždění, stimulace a po nějaké chvíli dochází k tomu orgasmu... k té závěrečné vlně.

L: Jo, jenom, že by se třeba dala ta vlna dobře napasovat na celou sexuální aktivitu...

P: Jo, to úplně jo... to by se dala, ale já ji použila jen pro ten orgasmus...

L: Co myslíš, že Tě nastartuje pro sexuální aktivitu?

P: Co mě hodně moc ovlivňuje je hodně psychicky a je to o tom partnerském. Když je tam nesoulad, rozmrzelost. Tak i kdybych sex neměla kdoví jak dlouhou dobu a tělo by to už potřebovalo, tak stejně je ten vztah pro mě strašně důležitý v tom jestli buď budu iniciovat sex nebo na něj přistoupím anebo ne. V tu chvíli je to jak zavřená vrata, blok. Pokud necítím pohodu partnerskou, tak se mnou není ani řeč, natož sex. Když tohle je v pohodě, tak při tom samotném sexu k tomu dosažení orgasmu... nějak to samovolně plyne, ani nemám pocit, že bych o tom přemýšlela, nebo že by to mělo být ještě něčím ovlivňováno. To je nějak strašně různé, erekce neerekce partnera, jak to zrovna vyjde, polohy a tak různě...

L: Liší se nějak orgasmus dosažený s partnerem od orgasmu při masturbaci?

P: Nad tím jsem nepřemýšlela... mě napadá stupidní odpověď. Trochu ano, trochu ne. Při masturbaci je to hodně spojené s představami. S partnerem je nepotřebuju, nebo nemám. Myslím, že v tomhle je rozdíl, ale jako v tom fyzickém je to hodně podobné, hodně stejné. Při tom mi to přijde jiné, protože to má jiný rámec, jiný kontext, protože nepřítomnost toho partnera... prostě to pozadí je jiné... ale fyzický pocit je hodně podobný, ale to je tak všechno...

L: Řekla bys, že by jeden z nich byl lepší?

P: To ne, jednou jsem nad tím přemýšlela a určitě bych to nerozlišila. Jsou každý jiný. Každý z toho potřebuju v jiných situacích a každý mi dává trochu něco jiného, ale při tom fyzickém teda stejně...

L: Co Ti dává ten s partnerem, co nedostaneš od masturbace?

P: To vím asi dost přesně. To je takový pocit být chtěná, být žádoucí... to při masturbaci to nikdy nemáš. To chtění ze strany toho muže... takové mužsko-ženské aspekty a partnerské. Je to o přijetí od partnera, o projevech citu. Mám to hodně s tím spojené. Protože hodně vnímám rozdíl mezi tím jaké to je s partnerem, se kterým žiju, jsem za něj vdaná a s partnery jen tak na jednu noc. To jsem nikdy orgasmus neměla.

L: Proč myslíš, že jsi ten orgasmus neměla?

P: Myslím, že to mělo pár důvodů. Jednak o způsobu dráždění a toho fyziologického. Oni prostě nevěděli kam šáhnout, jak šáhnout a jednak do toho člověk ani moc nejde... nevěnuješ tomu takovou pozornost, jde jen o ten styk. To spíš jde o to si nějak rychle utvrdit ženství a to chtění a ještě chtít orgasmus? Od partnera, kterého znáš támhle na jednu noc? Tak to prostě nejde...

L: A třeba i chceš orgasmus a nejde to, nebo prostě ani nechceš?

P: O tom jsem nepřemýšlela... Ale párkrát se mi stalo, že jsem šla do sexu s tím, že chci mít orgasmus, že jsem měla i tělesnou potřebu... po menstruaci, to jsou ty hormony takové rozlítané... a když k tomu nějak nedojde, tak je to hodně nepříjemné. Tak jsem se nějak naučila, že nejdu do sexu s představou, že musím mít orgasmus, nebo že chci mít orgasmus... Je tam určitě nějaké přirozené přání a vím, že s manželem ho většinou dosáhnu. Ta kvantita tam je už mnohem nižší, ale kvalita je jako mnohem jiná... hezčí, známe ty těla a když dojde k sexu, tak je to pro to, že chci a určitě nějaké přání mít orgasmus tam je, ale nic se neděje, když to není. Mám štěstí, že mám ohleduplného partnera. Je to taky hodně o přístupu muže... o trpělivosti, třeba, nebo přerušované souloži, aby on ještě neměl orgasmus a děla se něco pro mě a tak...

L: Máš pocit, že je tam teda nějak zahrnutá snaha?

P: No určitě... A víc jako snaha uspokojit toho druhého. Teď jsem si vzpomněla, že se mi párkrát stalo, že jsem si řekla, že se ani nebudu snažit ten orgasmus mít, s tím že jako klidně může dojít k pohlavnímu styku, ale nebudu se snažit... někdy by mně stačilo se jenom mazlit.

L: Jaký smysl myslíš, že má orgasmus pro ženy? Nebo pro Tebe?

P: Nad tím jsem nikdy nepřemýšlela... No, to je strašně těžké. Hraje roli v tom partnerském životě, je to takový jako tmel... neskutečně stmeluje ten partnerský život. Je to určitý druh komunikace, toho tělesného. Má obrovskou hodnotu ve vyjádření něčeho... nemusíš mluvit, použiješ to tělo. To hodně funguje.

L: Mohla bys při orgasmu mluvit?

P: To si nedokážu teda představit. při sexu jo, ale ne v orgasmu... možná jen nějaké slovo...

L: Myslíš, že bys mohla prožitek orgasmu přirovnat k nějakému jinému prožitku?

P: Ne, myslím že bych nenašla nic jiného... asi ne. Takový ten pocit tělesný, který je potom celém, je hodně podobný jako po nějakém sportu třeba. Ale jinak při sportu neprožívám něco takového... to teda ani náhodou...

L: Napadl by Tě třeba naopak prožitek úplně opačný?

P: To mě teda taky nenapadá... fakt nevím

L: Máš teda představy při masturbaci?

P: Určitě je potřebuju, jenom drážděním bych asi orgasmus neměla...

L: Jsou sexuálního charakteru?

P: To jo...(smích)

L: Jsou to spíš obrazy, výjevy, nebo spíš nějaký film?

P: Spíš nějaké scény, možná kratičky příběh. Asi jsou inspirované nějakým filmem nebo čtením, kde si vytvoříš svou fantazii a přidáš tomu nějaký sexuální podtext...

L: Máš to stálé nebo to měníš?

P: Ne, mění se to... dokonce jsem si jednou uvědomila... jo, to už tady bylo, to už mě nevzruší...(smích). Jo, teď mě tak napadá s tou vlnou, jak jsem popisovala, že je to úplně jako v moři, jak fouká vítr do té hladiny a nejdřív se vytvoří taková malinkatá špička a potom jak běží dál, tak víš, že z toho bude ta velká vlna, která se vzedme a stočí a vlastně je to celý ten pohyb, kdy jako tušíš, že se to nějak vytvoří.

L: Co společný orgasmus? Je to nějak odlišný od toho když máš jenom Ty?

P: To spíš je takový pocit, že člověk cítí i to napětí toho druhého. To je hezká souhra. Už jsme si našli nějakou tu cestu, že už to není urputná snaha ke společnému orgasmu, ale že to tak jako je... nějak se snažíme, abychom se v tom oba dva našli a když se to stane ve stejný moment, tak je to hezké a je to takový náš společný moment. Ale jako nic pro to nedělám, spíš jako mám pocit nějaké stejné naladěnosti v tu chvíli.

L: Řekla bys, že jeden z nich je lepší?

P: Není to ani horší, ani lepší, jen se prostě potkáme, pousmějem...

L: Co cítíš, když on má orgasmu?

P: Psychický pocit uspokojení, že ten člověk se mnou prožívá pocit uspokojení...

L: Rozbrečela ses někdy nebo rozesmála?

P: Jo, určitě si to pamatuju. Obojí dvojí, ne teda v jednu chvíli, ale párkrát se mi to stalo. Bylo to hodně emoční, což pláč je, že jo (smích). Někaké asi dojetí, maximální dojetí, pocit naprostého odevzdání, máš pocit, že se někomu položíš na oltář. A smích... se prostě stane něco a začnem se smát. Mám ráda humor v průběhu celého sexu. Nemám to ráda úplně navážno jako.

L: Máš pocit, že je při orgasmu změněný stav vědomí?

P: Pro mě je těžké to takhle jednoznačně říct, moc jsem to nezažila. Rozhodně vím, že vnímání je úplně jiné a uvědomování. Práh citlivosti se změní a taky hodně selektuju podněty. Jsem strašně citlivá, úplně nezvykle. Strašně percipuju vlastní tělo a partnera v tu chvíli.

L: Kdy si zažila orgasmus poprvé?

P: V 19 letech s partnerem.

L: A při masturbaci?

P: Jé, počkej, tak to dřív... asi někdy v pubertě.

L: Máš pocit, že jsi na to přišla nějak náhodou, nebo jsi hledala?

P: Myslím si, že jsem to možná měla jako prožitek... nedokážu si to časově poskládat... možná jsem ani nevěděla, že je to orgasmus. Slovo orgasmus jsem neměla spojený s tímhle tělesným pocitem.

L: Jak jsi na to přišla?

P: To asi tak nějak vyplynulo... pokud si vzpomenu, tak nějak asi člověk dojde k masturbaci, ale pak asi nějak prostě došlo k delší masturbaci a nějak náhodně k orgasmu. Člověk vnímal, že je to příjemný pocit a postupem nějak našel, co je nejpříjemnější.

L: Zkoušení?

P: Jo, přesně tak...

L: Máš pocit, že ten první nebo první orgasmy se nějak lišily od těch, které máš teď? Někakej vývoj?

P: Myslím, že je jiný, má to určitý vývoj. Má to vývoj s celou tou... třeba se vztahem i různými vztahy... že přece jenom ta frekvence těch styků je nižší teď, tak i ten prožitek je vzácnější a má to takovou jako hodnotu jinou i kontaktu s tím partnerem. Myslím, že je lepší, ale nevím, proč mě to napadá. Hodně to cítím i ve vztahu k tomu partnerovi. To není jako to bývalo kdysi, je to jinak.

L: Že to spěje ke zralejšímu, lepšímu?

P: (dlouho mlčí)... no asi to mám úplně spojený s celým tím aktem, nejenom ten orgasmus samotný. Je to o kvalitě toho sexu, který je. Teď je to takové citlivější. Já si umím říct, kdy ten sex opravdu chci a je to o respektu toho druhého. To má zcela jinou kvalitu než ve 20 letech.

L: Zažíváš mnohočetné orgasmy?

P: Tak to myslím, že ne. To spíš chci jít spát.

L: Předstíralas někdy orgasmus?

P: Tak to ne.

L: Jakého smyslu jsi si nejvíc vědoma během sexuální aktivity?

P: Hodně čich a hmat. tyhle dva asi nejvíc. Ten čich nemusí být jenom o vůních, ale i o pachu.

L: Působí na prožitek orgasmu i to, kde to je, nebo jestli je rozsvíceno nebo zhasnuto?

P: Jo, nevím jestli orgasmu, ale celého jako sexu. Raději mám přitmě. Nemusím mít rozsvícené světlo, ve dne tlumím světlo.

L: Pomáhá Ti to odrušit...

P: Jo, od těch vnějších vlivů. Zrak asi tlumím, zavírám oči...nepotřebuju to dráždění těch očí.

L: Mělas orgasmus po alkoholu nebo jiných drogách?

P: Drogy neberu a alkohol, to jenom jako 1 nebo dvě skleničky a to pak působí na ten přirozený stud, který v sobě mám. Pak jsem jako odvážnější. Potlačí tu hranici kontroly.

L: Jak by si vztáhla tu kontrolu k dosažení orgasmu?

P: Nevím jestli k dosažení orgasmu, ale vůbec jako k celému sexu. Sebekontrola, sebehodnocení, sebevnímání své tělesné schránky, fyzické přitažlivosti. Mám jako žena nějakou představu o sobě a to ovlivní ten průběh sexu. Alkohol to může modelovat. Za denního světla bych si asi nestrhla po dvou dětech šaty z těla a myslela si, že to bude manžela vzrušovat, ale může to být mylná představa. V mém vlastním vnímání mě to vede k zatažení závěsů, zavření očí. S tím alkoholem u toho tolik člověk nemyslí.

L: Napadá Tě něco, o čem jsme nemluvily?

P: Asi jsem měla jiné očekávání toho, na co se budeš ptát. Že jsi se hodně ptala na prožívání a že bych třeba očekávala otázky frekvence a tak podobně... Taky mě napadlo, že o tom prožívání vůbec nepřemýšlím, pro mě je hrozně těžké formulovat slovy. Je to tělesný prožitek, emoční, ale žádné přívlastky, konkrétní slova, myšlenky, obsahy, smysly...nic, přijímám to jako prožitek. Takže to bylo zajímavé, ale těžké...

L: Tak jo, děkuju.

(Když Petra kreslila obrázek, ještě dodala, že to zčeření vlny, ten vrchol orgasmu by mohl být jako výbuch sopky)

Rozhovor 14 - Klaudie

Sociální pracovnice, 31 let, bez vyznání, heterosexuálně orientovaná, vdaná 14 let. Orgasmu v přítomnosti partnera dosahuje vzácně, při masturbaci vždy. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnera je orální sex. Rozhovor se odehrál u Klaudie v práci. Klaudie o prožitku hovořila velmi upřímně a otevřeně a to i přesto, že sama má pocit, že s orgasmem či sexem obecně má trochu problém. Klaudie svým projevem během rozhovoru působila odvážně, někdy až odbojně.

L: Co prožíváš při dosažení orgasmu?

K: Asi pocit uvolnění, uspokojení, chvilkového štěstí, ale někdy taky to není úplně tak v pohodě. Někdy je to taky jako "už je to za mnou", anebo taky někdy orgasmus vůbec nepřijde a je to takový jako jestli už nebo vůbec..

L: A když už ten orgasmus máš, tak co se Ti honí hlavou?

K: To je fakt dobrá otázka..tak, jako uvolnění a zážitek, představa chvilkového naplnění. Rozhodně příjemnej pocit.

L: Myslíš, že bys to mohla přirovnat k nějakému jinému prožitku?

K: Asi bych to uměla namalovat. Možná jako epicentrum rozkoše. Jakože z klitorisu jdou takové soustředné kruhy slasti, rozkoše.

L: Kam až ty kruhy jsou?

K: Až třeba úplně mimo tělo a docela dobře vím, že jsou červeno-oranžový, teplý zářivý..

L: Jak mimo tělo?

K: No, tělo není do kruhu, takže ty kruhy přesahují třeba 20-30 cm mimo tělo.

L: Mohla bys je vidět, nebo je to spíš takovej pocit?

K: Jsou cítit, vidět se nedaj, ale daj se namalovat a daj se určitě cítit energeticky, změní se energetické pole. Nevím na jak dlouho, ale myslím, že na delší dobu, než trvá ten samotnej orgasmus.

L: Co to je za energetickou změnu? Jak cítíš energii před tím a jak během toho orgasmu a jak potom?

K: Někdy příjemná únava, někdy načerpání nové energie, nová síla, někdy jako odhození něčeho starýho. Některá nová etapa, kratoukání.

L: Co se děje fyzicky, nebo co děláš s tělem při orgasmu?

K: Je pravda, že mám polohy těla, při kterých snáz dosáhnou orgasmu než při jiných polohách. Někdy je to spojený s nějakýma vůněma i jinýma podnětama, který jsou důležitý pro mě v tu chvíli. Můžu to sama urychlit, když se hodně soustředím a můžu to oddálit, když se soustředím a myslím na to, že ještě nechci mít orgasmus.

L: Zkus mluvit přesně o tom prožitku orgasmu, co děláš s tělem v tu chvíli?

K: Je to jako na horský dráze, že se vyšplháš na ten vršek a teď tě to pouští dolů. Ten orgasmus je vlastně to vyhoupnutí, to vyjetí přesně pod vrcholek, ten vrcholek a to, že vím, jaké to bude sjíždět dolů, ale už to není ten sjezd dolů. V momentě orgasmu jsem příjemně napjatá a jsem v očekávání toho uvolnění.

L: Tys říkala, že to umíš oddálit. Jak víš, kdy už je potřeba to stopnout?

K: Je tam takové místo, takový to před tím vrcholkem té horské dráhy, třeba jako metr před tím vrcholkem. Když to přesáhneš už jenom o malý centimetry, tak pak už to nejde stopnout a dost často to nepřijde, když to přeženu. Pak to nejde.

L: Máš pocit, že liší stav ve kterým jsi při orgasmu a stav, kterej je před tím?

K: Úplně určitě jo. Ono je asi docela zásadní, že já málokdy dosáhnou orgasmu s nějakým partnerem. Většinou je to při masturbaci. Tím pádem je to jako, když sama experimentuju se svým tělem a sama si to řídím. S partnerem už to tak není. To ale neznamená, že mě pohlavní styk jako takový neuspokojuje. Akorát se tam nevyskytuje orgasmus.

L: Myslíš, že je nějaký rozdíl mezi orgasmem s partnerem a při masturbaci?

K: Určitě jo. Spíš mám takový zkušenosti, že si to víc užiju sama, že mi u toho ten chlap tak nějak vadí. (smích). Ale s některýma partnerama mám sehraný takový hry, kdy u toho nevadí a spolupracuje. Ale určitě to není jako běžnej pohlavní styk. Spíš jakože já se dráždím sama a on u toho nějak asistuje. Ale hlavně to řídím já. Je pro mě těžký takovouhle důležitou věc pustit z rukou.

L: Myslíš, že kdyby mu řekla, jak by to měl udělat, že by to třeba udělal, ale Ty mu jako úplně nechceš předat?

K: Kdybych mu to řekla, tak by to asi udělal, ale teď je tam to riziko, že se to nepodaří a on to bude dělat blbě a já budu naštvaná, tak to vůbec nejsem ochotná podstoupit, protože vím, že to funguje jinak. Takže jsem to vlastně ani nezkoušela, což je takový zvláštní. Protože v ženskéjch časopisech se píše, že ty orgasmy s partnerama jsou normální a 2, 3, 5, 10 a tak a v podstatě mně je 31 let a měla jsem orgasmus s partnerem asi

dvakrát a ještě ke všemu se svým zákonitým partnerem, kterého jako nijak nemiluju a spíme spolu jako velmi málo. S partnerama, který miluju, tak s těma orgasmus předstírám. A taky to funguje?

L: Jakej je ten prožitek orgasmu předstíraného ve srovnání s opravdovým orgasmem?

K: To je nesrovnatelný. Předstírání je taková ta hra na to, že ten chlap je fakt jako dobrej a že se mu to jako podařilo a když si to dělám sama, tak vím, že je to pro mě a že já to řídím. A vím, kdy, kde, jak, proč a vůbec...

L: Co Tě vede k tomu, že předstíráš orgasmus a upřednostníš ho před tím, že bys ho opravdu měla?

K: Protože si myslí už předem, že to vlastně fungovat nebude a pak to taky nefunguje a tak je jednodušší předstírat, než možná tomu chlapíkovi dát najevo, že není schopnej mě uspokojit. Protože o ty chlapy třeba nechci přijít, protože k nim mám třeba nějaký vztah a protože třeba je docela miluju a přijde mi blbý říct, že to sice dělaj dobře, ale já jsem nějaká divná.

L: Myslíš si, že seš divná?

K: Já myslím, že jo. Když se všude píše, že teda od 16 let dosahuje pěti orgasmů za večer s kýmkoli na koho se podívá a mně to takhle nefunguje, tak si myslím, že jsem divná. Nikdy jsem to neřešila, ale už o tom skoro dva roky přemýšlím, že to řešit začnu. Což znamená, že někam budu muset jít s partnerem, ale to je blbý s ním někam jít, když s ním nespím a vyprávět, že nedosahuju orgasmu s milencema. To je trochu neřešitelná situace. Protože jsem vdaná 14 let, s manželem nespím a mám několik paralelních mimomanželských vztahů, někdy jeden, někdy 2, 3, 5 a jsem asi docela promiskuitní.

L: Když jsi sama, tak víš jak na to a dosahuješ orgasmu vždy...

K: Jo, u mě není fyzická chyba, tam je nějaká jiná chyba.

L: Máš na to nějakou hypotézu?

K: Já bych chtěla mít orgasmus s partnerem a hypotézu mám. No, není v pořádku mít mimomanželskej vztah a v okamžiku kdy ho mám, tak si ho nemůžu užít. Čím víc si to budu říkat, tím víc to budu prožívat.

L: Máš psychickej blok už na začátku sexuální aktivity, že bys jako neměla?

K: To já zase vím, že jako můžu a že s tím nemá jako problém mít mimomanželskej vztah. Že se i cítím docela oprávněná, protože to moje manželství není nijak uspokojivý a že mám plný nárok na to mít mimomanželský vztahy, akorát že to nějak nefunguje... jako baví mě to, ale nedosáhnou orgasmu.

L: No, povedlo se Ti to s manželem. Bylo tam něco navíc, že se Ti to podařilo?

K: To nebylo při styku, ale při orálním sexu a tak jako to dělal tak dlouho a mechanicky, že to bylo skoro stejný jako když masturbuju, že to muselo fungovat.

L: A Ty by sis přála mít orgasmus při styku, z vaginálního dráždění?

K: Jo, když je zavedenej penis, tak mít orgasmus, to bych chtěla.

L: Zkoušela ses stimulovat sama na klitorisu při tom, když je partner v Tobě?

K: Zkoušela, mně tam ten chlap fakt vadí, překáží...

L: V čem?

K: Možná v rozvinutí nějakých fantazií, který pokaždý nejsou úplně s tím chlapem, se kterým se aktivně oddávám pohlavnímu styku. Při masturbaci můžu mít fantazie s kým chci a jaký chci.

L: A máš...

K: Mám. Nejrůznější fantazie. To nejenom s chlapama, ale i s ženskejma a tak... teda zvířata a děti ne (smích)

L: Je to film, nebo spíš výjev, obraz?

K: Jednoznačně příběh.

L: Obměňuješ to, nebo je to hodně stejný?

K: Mám oblíbený příběhy, ale různě je obměňuju.

L: Takže tu pozornost zaměřuješ v tu chvíli k těm příběhům.

K: Buď ty příběhy pozoruju, nebo v nich aktivně hraju a je to tak jako půl na půl.

L: Zaměřuješ pozornost taky na své tělo?

K: V okamžiku, kdy to potřebuju oddálit nebo urychlit, tak se potřebuju víc než na ten příběh soustředit na tělo. Jinak je to paralelně... žiju příběh a manipuluju s tím tělem.

L: V momentě, kdy tam přistoupí partner, tak v čem Tě ruší?

K: No, to je složitý. Když je tam ten partner, tak musím být krásná, dokonalá, nikde mi nesmí přebývat ten špek. Když zjistím, že mám špatně oholený kus nohy, tak jsem z toho úplně celá mimo. A tak...

L: Máš tam nějaký nároky na sebe...

K: No jasně, Se svým tělem nejsem nějak zvlášť spokojená a myslím si, že jako mám co zdokonalovat a některý věci nezdokonalím vůbec, tak se soustředím na to, aby to bylo v poloze, ve které jsem třeba nejkrásnější. Tak ono je pak těžký dosáhnout orgasmu, když se u toho soustředím na 50 jinejch věcí.

L: Kdežto u masturbace tohle všechno...

- K: fííí (pískne a mávne rukou)...jo, to tam nikdo není
L: Potřebuješ mít čistou hlavu abys dosáhla orgasmu...
K: To určitě.
L: Kdy jsi zažila orgasmus poprvé?
K: To mi bylo třeba tak 13 nebo 14 let a nějakou jako úplnou náhodou nebo nevím, jestli už to v tu dobu byla cílená masturbace, ale asi jako byla a nějak se to podařilo. Pak jsem to opakovala až jsem zjistila, že je to masturbace a to je orgasmus. Pak jsem měla nějakou dobu pocit, že bych to neměla dělat, že není zdraví prospěšný a že se to nedělá.
L: Bylo to překvapení?
K: To jsem teda netušila, že se to může přihodit.
L: Myslí, že ten první nebo ty první orgasmy byly jiný než jsou ty, které prožíváš teď?
K: Mám pocit, že jsem úplně první se přihodil, když mi moje máma myla vlasy a já jsem se seděla ve vaně a držela jsem tu sprchu. Možná kecám, ale možná tam fakt jako byla matka. (smích). To nevím, jestli o tom věděla, nebo ne. Pak jsem se nějakou dobu zamykala v koupelně a vím, že kvůli tomu byla doma pruda, že se jako nesmím zamykat. Možná jako se mi to spojilo nezamykej se, nedělej...
L: Jsi si vědoma nějakého smyslu během sexuální aktivity více než ostatních?
K: Určitě ne zrak, mám zavřené oči, asi ne sluch, čich taky ne, ale hmat...určitě hmat.
L: Jdeš do toho s partnerama už s tím, že orgasmus mít nebudeš?
K: S některejma partnerama do toho jdu tak, že vím, že je to dobrý, že orgasmus nepřijde a že si to užiju, ale s novějma partnerama, se kterejma jsem ještě před tím nespala a nevím jak to bude probíhat, tak si říkám, že to třeba bude on a v okamžiku, kdy si řeknu, že je to on, tak tam vznikne očekávání, který nemůže být naplněný.
L: Kvůli čemu?
K: Nevím. Někdy si tak zakazuju myslet na to, že on bude ten pravý a pak jako kdyby se to skoro povedlo, ale v okamžiku, kdy k tomu dojde a já třeba jako ve 3/4 pomyslím na to, že ano, on bude ten pravý, tak šup, hotovo, konec a nic.
L: Moc velký očekávání tomu zabrání...
K: Jo, možná se to přihodí až nebudu mít vůbec žádné očekávání. Jenže když nemám vůbec žádné očekávání, tak jsem obvykle opilá. Tak to se nepodaří vůbec nic.
L: Ten chlap Ti tam teda vadí, to vzrušení tam je a stoupá...
K: No jasně, vzrušení je normální, jsem vlhká, ale dostanu se tou horskou dráhou jen za zatáčku, ale ne k tomu vrcholu.
L: Cítíš, že bys chtěla mít ten orgasmus?
K: No, fakt bych si to jako přála. Kdybych asi narazila na chlapa, kterému se to podaří, tak s ním zůstanu. Teď je tam jako otázka jestli můžu zůstat s chlapem, kterej není můj manžel. Takže tam bude spousta těch bloků, proč se to nemá podařit. Když narazím na chlapa, kterému se to podaří, tak to asi bude on. A začnu se chovat normálně a ne promiskuitně a ne riskovat a tak.
L: kdybys měla s partnerem orální sex, to Tě neuspokojuje?
K: To mě nebaví, protože jako čekat než se vyslintaj jako...
L: A nenecháváš je ani...
K: Ale jo, mně je to příjemný, ale jenom nějakou omezenou dobu. Ono taky, já těma partnerama taky někdy pohrdám a mám je někdy jako stroje na sex a na momentální uvolnění. Možná je to taky tady tím přístupem.
L: Že tam postrádáš blízkost nebo tak?
K: Já jim nevěřím...možná.
L: Tak ono je to hodně intimní.
K: Tak co má člověk co věřit chlapovi, kterej si začal s vdanou ženskou?
L: Zažila jsi orgasmus někde jako nezvykle nebo za zvláštních podmínek?
K: Ne. Taky jsem o tom přemejšlela, jestli to náhodou nepřijde v nějaký takový absurdní situaci a nezjistím, že jsem třeba jenom nějak jinak orientovaná, ale zatím nic.
L: Co Tě nastartuje pro sexuální aktivitu?
K: Poslední dobou cokoliv (smích), ale docela často příležitost a někdy taky jako že chci a někdy že chci sbalit toho chlapíka se vším všudy... Taky někdy když jsem opilá, tak nemám moc zábrany.
L: Máš pocit, že prožitek orgasmu je důvěřejší?
K: Není to nějak tak, že by to bylo jenom moje a že by se o tom nemohlo mluvit, ale zase to není něco, co by se mělo vykládat někam ven. Je to pro úzký okruh lidí, v lepším případě dva.
L: Hraje nějakou roli kontrola v orgasmu a na cestě k orgasmu?

K: Velkou. Vědomě to můžu zastavit. Možná kdybych tu kontrolu pustila při sexu s partnerem, kterému můžu věřit, tak by to třeba fungovalo, ale já musím mít kontrolu nad vším. Jako i normálně v běžném životě.

L: Že to třeba může být nějak nebezpečný to pustit a oddat se orgasmu?

K: Já jsem... možná je to pro mě natolik nebezpečný, že jsem ani nepřemejšlela nad tím, že bych to udělala. Kdežto masturbace je bezpečná. Tam to kontroloju úplně sama a zároveň nekontroluju vůbec.

L: Jak vnímáš okolí během sexuální aktivity?

K: Zároveň víc a zároveň míň. Asi jako 50 cm od těla, nebo od těl je to takový ostřejší a všechno jako víc cejtím, jako pachy a hmat, zvuky a pak jako kdyby nebylo nic jinýho. Jenom to blízký okolí vnímám nějak hodně, zbytek ne.

L: Myslíš, že by Tě mohlo něco vyrušit z okolí přímo při orgasmu?

K: Možná matka jo... to jsou fantazie jo... Asi myslím, že jo. Že třeba někdo začne hlasitě mluvit, nebo někdo otevře dveře nebo tak.

L: Co se pak stane?

K: Přestane to a jsem strašně nasraná, protože to nemohlo doběhnout. Ten vozík vyjede nahoru, kejve se tam a zpátky a pak zmizí. Takže to není ani před kopcem, ani pod kopcem, ale na kopci a pak nic.

L: Čím si umíš ten orgasmus oddálit?

K: Začít myslet na něco jinýho, nebo myslet na to, že ještě orgasmu dosáhnout nechci, protože je příjemný ho oddalovat. Baví mě si s tím si hrát. A možná pak může být i intenzivnější, když si vychytám tu správnou chvíli. Když ne, tak to může hejt ten kopec a pak nic.

L: Prožíváš typy orgasmů?

K: Myslím si, že jo. Taky podle způsobu, jakým masturbuju.

L: Měla bys to třeba rozlišený na klitoridální a vaginální?

K: Vaginální jsem nikdy neměla...

L: V čem ty druhy odděluješ.

K: Buď když je to pomocí sprchy vodou, nebo když je to rukou. Ten s tou vodou je intenzivnější, protože ho úplně neřídím. Občas ho říděj pražský vodárny, když snižujou tlak vody. A to je pak k nasraní. Tady nemám takovou kontrolu a přitom je to intenzivnější. A je to nepohodlný prostředí, protože v koupelně nemáme zavírací dveře.

L: Mohla bys mluvit při orgasmu?

K: Slova jako ne, ale zvuky jo. Slova..no možná by to šlo, ale nedělám to.

L: Rozbrečela ses někdy po nebo při orgasmu nebo rozesmála?

K: Ne. Někdy cítím hmatatelný pocit úlevy, ale nikdy to není tak, že by to vzbudilo další emoce.

L: Liší se prožitek orgasmu v závislosti na ročním období nebo měsíčním cyklu?

K: V létě mám větší chuť na sex než v zimě, takže třeba masturbuju častěji nebo s někým spím častěji. Dlouhou dobu jsem měla pocit, že když menstruuju, že bych neměla mít pohlavní styk. Pak jsem zjistila, že je to v pohodě.

L: Od koho myslíš, že máš takovýhle myšlenky jakože, když menstruuju, tak se to nedělá, masturbace je škodlivá a tak?

K: To nevím, protože u nás se o sexu nemluvílo a myslím si, že nikdo z mejch rodičů ani sex nevyslovil. Nějaká jako osvěta, k tomu nikdy nedošlo... takže možná to jsou věci, který se předávaj úplně jako neverbálně. Možná, že tak jsem to tak nějak dostala do hlavy.

L: Jakou roli hraje upření pozornosti nebo koncentrace?

K: To je důležitý. Když budu přemýšlet o tom, jestli vymalujeme tak nebo tak, tak si ani nevšimnu, že ten chlap skončil, natož jako abych dosáhla orgasmu. Musím se soustředit na sebe, na partnera a na to, co se mezi náma děje.

L: Co alkohol... Tys říkala, že Tě to utlumuje...

K: Mě to zároveň uvolňuje, že nepřemýšlím o tom, jestli se to podaří nebo ne, ale když jsem opilá, tak se mi někdy nepodaří dosáhnout orgasmu ani při masturbaci. Že to nějak nefunguje.

L: Co myslíš, že tam chybí?

K: V tu chvíli já mám radši sex s partnerem, třeba jako tvrdší, než jako nějaký něžný hrátky.

L: Proč myslíš, že nemáš orgasmus při masturbaci když jsi opilá?

K: Asi ty nervy periferní jsou utlumený, nebo nejsem schopná se soustředit.

L: Napadá Tě něco, o čem jsme se ještě nemluvily?

K: No o tom, co se píše v časopisech. Je to docela sinej tlak, kterej se na ženy všeobecně vyvíjí. Nemyslím si, že bych byla jediná, která má takovýhle problémy. Nemyslím si, že by většina žen zažívala běžně orgasmy v restauraci, když jim číšník přinese kotletu, nebo v autobuse na sedačce. Že to jsou jenom ojedinělé případy a

v těch článkách je jako dost často psáno, že je to normální. A že je normální mít pět šest za večer. Pak je těžký tomu tlaku obstát. A proto pak je to předstírání a tak..

L: Jakej smysl myslíš, že má orgasmus pro ženu nebo pro Tebe?

K: Udělat si dobře, utvrdit se...ne utvrdit, ale když mám orgasmus, tak jsem žena, opravdu. Je to takový jako že se utvrdit, že je se mnou všechno v pořádku. Přinese to uvolnění, když jsem napjatá, nemůžu spát, tak vím, že po masturbaci usnu. Možná něco jako dar partnerovi.

L: Cítíš stahy při orgasmu?

K: Jo, cítím ve vagíně. Jo, ještě mě napadlo, že mě jako uspokojuje blízkost toho chlapa a to že jsme spolu, že úplně ten orgasmus nepotřebuju. Že jsem i některým těm chlapům řekla, že se nemusej snažit, protože mi to tak úplně nefunguje, ale že mě uspokojuje to, že jsem s nima a že mě to baví. Dokonce jednomu jsem řekla, že jsem nikdy nedosáhla orgasmu s chlapem...teda skoro nikdy... a s ním jsem rozvíjela tu hypotézu o mimomanželských vztazích.

L: Děkuju za rozhovor.

Rozhovor 15 - Marie

Studentka VŠ, 26 let, bez vyznání, heterosexuálně orientovaná, spolužití s partnerem 9 měsíců. Orgasmu v přítomnosti partnera dosahuje obvykle, při masturbaci vždy. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnera je pohlavní styk. Rozhovor se odehrál u Marie doma. Marie byla v průběhu rozhovoru velmi spontánní, někdy měla tendence i názorně ukazovat, např. co dělá s tělem. Zdálo se, že ji nedělá těžkosti se do prožitku dostat. Působila velmi vyrovnaně.

L: Co prožíváš při dosažení orgasmu?

M: Něco hodně pěkného, ani nevím s čím bych to srovnala, že je to takovej hodně speciální pocit takový hrozně velkého vybuzení a potom velký uvolnění. Nejlepší je to takový to před tím, taková extáze, že to bude, ale ještě to není. To by člověku mohli dělat cokoli a stejně mu to nebude vadit. Je v nějakým jiným stavu vědomí nebo něčeho.

L: Už těsně před tím než...

M: Jo, když už..jak dochází k tomu dráždění, tak já to mám tak, že se to najednou zlomí a vím, že tam bude. A od té doby je to všechno jako kvalitativně odlišný.

L: V čem třeba?

M: Najednou všechno...já nevím...mám nějakou představu, že takhle nějak vypadá nějaká mystická zkušenost nebo něco takového. Kdy to funguje všechno jinak Někdy přestávám slyšet, brněj mě uši, nebo celé tělo. Že se třeba ta energie rozlejí z centra...právě ten orgasmus je dobrej nebo ta intenzita v tom, když se to z toho středu, nejen jako lokální dráždění, ale čím dál to jde z toho středu do těla, tím je to lepší, nebo intenzivnější. Někdy třeba když mě to nebaví, když je to jenom jako fyzický dráždění, tak to hodně zůstává jenom u toho pohlavního orgánu. Že mám pocit, že je takový jako strojový. Ale když je opravdu člověk v tom a hrozně ho to baví, všechno je tak jak má být, tak je to taková exploze. Že to jde daleko od tebe, že máš takovej pocit, že splýváš se vším.

L: Víš třeba jak dlouho trvá?

M: No to je právě zvláštní. Já mám někdy pocit, že ten čas ubíhá úplně jinak. Že to je takový odlišný. Víím, že o sobě víím, ale že je to jiný. (smích) strašně divný o tom takhle mluvit...nikdy jsem o tom takhle nemluvila, že je to hodně takový prožitkový, že to tak jako tahám a nevím jak to mám pojmenovat, ale je to zajímavý.

L: Myslíš, že bys byla schopna při orgasmu mluvit?

M: No blbě no...když někdy potřebuješ něco říct, tak něco řekneš, ale je to takový blbý (slovo blbý Marie vyslovuje tak, jakoby měla trochu křeč v puse a pak se tomu směje)...pak třeba dostanu křeč...to se stane nebo on potřebuje jít mimo mě, tak si musíme něco říct, ale je to fakt divný ta komunikace verbální...Jsem schopná komunikovat, zas tak mimo nejsem, ale vyloženě mě to nebaví komunikovat, jsem radši v tom. Vlastně je nejlepší, když se člověk uvolní a ono to pak samo jde. To jsou ty nejhezčí chvíle, když to necháš úplně být a jsi s tím druhým hodně spojenej, úplně to cejtíš. Taková radost z toho, že oběma to dělá dobře. Tak se to tak násobí.

L: Co cítíš fyzicky při orgasmu?

M: Někdy to cítíš na povrchu, někdy víc zevnitř..to je třeba taky lepší pro mě. Protože při masturbaci, to je jako většinou vnější dráždění, kdežto tohle to při pohlavním styku je to takový zaplněný. Všechny možný body, který tam jsou, jak to je zapojený tím penisem, tak to tam jako může tak propojit. Fyzicky to cítím někdy víc zvrchu, někdy víc zevnitř...

L: Co je to za pocit?

M: No fyziologicky se ti prokrvují orgány, všechno začne být citlivý a plný.

L: Cítíš teplo?

M: Jako při orgasmu? Ne, myslím že ne. Teplo tam je jako furt většinou. Po souloží je to úplně teplý, že to z toho úplně sálá, ale že bych to subjektivně pociťovala, to ne.

L: Co děláš s tělem?

M: (smích) jak si to představuju, tak se do toho strašně dostávám, to je strašně nepříjemný (smích)...jsem úplně vzrušená. Moje tělo mi přijde jako medvěd...jako grizli (smích). Já totiž někdy tak jako mlátím rukama (smích). Já bych to teda jako ukázala, ale jak to tam přepíšeš? (smích). No, já jsem jako většinou nahoře, dostanu takovou křeč do těla a ruce jdou tak jako do vzduchu občas nebo jako na něj spadnu. Celý tělo se prostě napne a pak se to celý uvolní a odejde. Je mi strašně příjemný, když si můžu dovolit to ventilovat i zvukama. Strašně k tomu patří. Tělo, řeč a stav. Když uvolníš tělo a mysl máš taky relaxovanou a pak může svobodně vydechnout...

L: Jak vnímáš partnera v průběhu orgasmu?

M: Hele někdy ho vnímám, ale někdy mám pocit, že ho moc nevnímám, to je zvláštní...

L: Záleží na nějakých okolnostech?

M: Jako prožíváš to, jste spolu celou dobu, nějak tě to fyzicky vzrušuje ta přítomnost jeho a potom že víš, že tam je a že z toho má radost, nebo je to zároveň nebo něco takového. Tak asi vždycky tam je. Vždycky ho vnímám... Ale někdy víc někdy míň... nevíم

L: Jak ho vnímáš během celé té sexuální aktivity?

M: Jsem si vědoma toho, že mě spíš to vnější dráždění vzrušuje takový to v hlavě, psychika. Když si jako představuju, jak je ve mně. Prostě to nějak vizualizuju a úplně si vychutnávám, jak ho objímám, on je svalnatý chlap... fakt neřeší a bouchá (smích). Tak to fakt nějak jsi ženská v tu chvíli, možná to měkký klidný, pasivita. Tak si užívám to spojení toho, že se nějaký dvě věci daj dohromady a vzniká něco víc, něco kvalitativně odlišného. Prostě se to fakt spojí. V tomhle případě ho vnímám hrozně moc a to je ten nejlepší, opravdovej sex.

I.: Takže někdy tam s ním taky nejsi?

M: Jo, taky si někdy ulítávám. Když jako nejsem třeba úplně v pohodě a přesto něco je, tak se přistihnu někdy, že si vzpomeneš na něco jinýho a pak se musíš vrátit... že mě něco vyruší, nějaká myšlenka.

L: Jak vnímáš okolí během sexuální aktivity?

M: Je to asi přímo úměrný tomu, jak jsem hodně v tom a s ním a v té činnosti, jak moc vnímám rušivý vlivy, jak moc se tomu oddám.

L: Máš nějaký fantazie, obrazy nebo představy?

M: Jako vizualizuju si ten jeho nástroj ve mně a je to dobře. Někdy si to vyloženě představuju ten pohled na to jak to jde tam a zpátky. Že se snažím tu skutečnost ještě zvýraznit. Občas se mi líbí...no teda, když je to fakt dobrý, tak si nemusím nic představovat, protože ten prožitek je tak super, ale když to není úplně super a chci třeba kvůli tomu partnerovi, tak si pomáhám něčím...nějakýma představama sexuálního charakteru, který mě vzrušuju. Třeba víc chlapů kolem mě, nebo že se na mě někdo kouká...

L: A při masturbaci?

M: To je vlastně něco jako ne moc dobrej sex. Něco si musíš představovat, chceš uvolnění, dělá ti to dobře, ale není taková ta bomba, co by to mohlo být.

L: Myslíš, že ten prožitek orgasmu při masturbaci se liší od toho s partnerem?

M: To určitě...

L: Vnímáš to tak, že bys řekla, to je lepší, to je horší?

M: Jo, jo...s partnerem je to 100x lepší.

L: V čem?

M: No, většinou ta masturbace je povrchový dráždění jenom a v tom psychologickým si prostě někdy připadáš divně, co tam jako to..Taky to může být pohoda, hezký, já proti tomu nic nemám, ale když máš partnera, tak je to zbytečný nebo možná jako sebestředný...

L: Rozlišuješ třeba nějaký typy orgasmů?

M: Jo, jakože někdy mi přijde, že o vychází někde z hloubky, jako z prostředka břicha, že tam je umístěný centrum a někdy to je hodně fyzický, když třeba nejsem moc vzrušená a prostě to tak jako dráždíš, dráždíš, třeba to trvá dlouho a prostě to tak nějak proběhne, nějak bez mého vědomí. Že se ten orgán tak jako fyziologicky podráždí, naplní a uvolní. To by mohl být jeden typ, takovej hodně živočišnej.

L: A tenhle máš i s partnerem i při masturbaci?

M: Já právě vím, že kdyby to mělo být jako o tomhle, tak do toho jako nejdu. Pro mě je to nejubožejší nebo nejslabší orgasmus...Pak jsou orgasmy při různé polohách, že je to taky jiný asi podle toho jak se to dráždí.

L: Že pak fyziologicky cítíš, že je to na jiným místě těla

M: Jo, je to jiný. Třeba v nějaký poloze to jde nejsnáze a v jiný poloze je to jiný, třeba ne tak snadný a třeba lepší. Jako když jsem nahoře, tak to jde snadno, ale když jsem hodně vzrušená a mám chuť...tělo si řekne na co má chuť...tak on je nahoře, já dole, tak je to potom jiný. Není to tak často, protože to není úplně tak jednoduchý. Je to jiný.

L: Rozlišila bys klitoridální, vaginální?

M: Slyšela jsem, že je to blbost, ale mně přijde, že to blbost není.

L: A při klitoridálním máš stahy ve vagině?

M: Jo, to jo. Ono to spolu všechno nějak souvisí. Prostě někdy dráždíš jenom klitoris a někdy jenom nebo především vagínu a ty orgasmy jsou jiný. Někdy to cítím víc na povrchu a to pak souvisí s tím povrchovým drážděním a někdy cítím partnera hodně uvnitř a to pak je takový hluboký. Někdy jako toho partnera cítíš víc někdy míň.Když ho cítím míň, tak potřebuju víc dráždit venku. Taky jednou nebo dvakrát se mi podařil takovej ten mokrej orgasmus...

L: Ejakulace...

M: Jo, asi jednou se mi to stalo. To bylo fakt dobrý, to bylo super. To jsem někam odletěla.

L: Jako žes měla orgasmus a cítila, že jsi mokrá?

M: Ne, to jsem necejtila, že bych stříkala, to ne. Jenom vím, že to bylo hrozně dobrý a pak si najednou říkám, že je to všude mokry, ale třeba jsem byla jenom strašně moc vlhká. Nevím.

L: Jak prožíváš společnej orgasmus?

K: Já strašně ráda pozoruju i když má ten druhej člověk orgasmus. Že se třeba zrovna skoro udělám znova. Jinak se nám často stává, že je to dohromady, ale na druhou stranu, že když to není dohromady, tak si to vychutnáš dvakrát. Většinou první já a to se můžu na to hodně soustředit, protože když je to dohromady, tak se to musí trochu zkoordinovat. Takže to trochu kontroluješ.

L: Takže bys neřekla, že společnej je nejlepší?

M: Ne, jako je to dobrý, ale mám to ráda skoro společnej, ale není to spolu, ale bezprostředně po sobě, tam se to násobí. Obojí je dobrý...

L: Takže ten partnerův orgasmus je pro Tebe...

M: Hodně vzrušující...uuuuaa (smích). Jak je hodně mimo vid'...

L: Máš otevřený oči, koukáš se na něho...

M: Asi jo..

L: A během Tvýho orgasmu?

M: Jo, to právě moc nevím... Vlastně chlapi říkaj, že mám oči v sloup, že vypadám hrozně (smích). Takže nevím, jestli jsem moc sexy (smích). No asi moc nevidím, nebo vidím jinak.

L: Rozbrečela ses někdy nebo rozesmála?

M: Jo, stalo, obojí. Takový uvolnění strašný... uvolňující... ať ten pláč, nebo smích. Jo a taky jsem si vzpomněla, že mi dělá orgasmus strašně psychicky dobře. Že mám jako třeba nějaký divný stavy a pak mám třeba několik orgasmů... to mi přítel dělá naschvál (smích)... abych se jako vybila a fakt to jako funguje, že se tam jako něco uvolní a pak to vidíš všechno jinak. Fakt se pročistíš. Myslím, že lidem není na světě dobře, protože mají někde nějaký blok, nebo něco skřípe, třeba v těle a emocích a tohle je právě možnost, jak se uvolnit, povolit ty nastavený vzorce, oprostít se od toho.

L: Jakej smysl má orgasmus pro ženy, nebo pro Tebe?

M: Opravdu je krásný prožitek toho spojení, uklidní to celý tělo, člověk je hodně otevřenej vůči tomu druhýmu nebo vůči všemu. Takže smysl to má pro mě, že si můžou bejt hodně blízko. Myslím, že je to zdravý. Když máš ten pravidelnej kvalitní sex, tak víc funguješ v normálním světě. Jsi uvolněná i v jinejch stránkách.

L: Předstíralas někdy orgasmus?

M: To fakt ne. Já jsem s tím taky neměla nikdy problém. Já spíš někdy mám jako že moc rychle a tak.

L: Oddaluješ si někdy orgasmus?

M: Jo, kdybych chtěla, tak ho mám za chvíličku, ale to mě pak přestane bavit. Samozřejmě je nejlepší ta fáze velkýho vzrušení, který je těsně před tím, potom to tak jako odezní, někdy ne, že máš chuť se dál milovat, ale někdy ne...

L: Co uděláš proto, abys to oddálila?

M: Přestaneš dráždit, změníš polohu, nebo jinou formu sexu. Jako taky se mi někdy stane, že to přeženu a pak je to blbý. To pak jako balancuješ na hraně...

L: Máš mnohočetný orgasmus?

M: No asi jo, nejčastější je to tak, že mám dva orgasmy. Jeden a u toho druhýho se uděláme spolu... Ten první je asi nejlepší, pak to trochu odezní, nejde to úplně dolu a pak zase. Jako když ten sex je super, tak ten druhej není míň intenzivní a neklesne to tolik po tom prvním. Ale klesne to vždycky, není to takovej ten hodinovej orgasmus.

L: Zkoušela si jich mít víc?

M: Jo taky... třeba tři jo, ale když čtyři, tak to už je hodně, asi pět je úplně maximum. Pak už tam žádná jiná energie není, která by se mohla vzednout a rozpustit. Že už jsi taková vyšukaná.

L: Mělas třeba noční orgasmus?

M: Ne. Jenom jsem se probudila třeba hodně vzrušená a mokrá.

L: Zažilas orgasmus nějak za zvláštních podmínek?

M: Jo, ve škole (smích). Ale to jako na střední škole. Byla jsem nervózní, když jsme psali písemky... o už jsem měla tak vymakaný, že jsem se udělala tak, že to nikdo nepoznal (smích)...

L: Z trémy?

M: No, jak seš nabuzenej, tak se mi to přeneslo i na ty orgány a pak uděláš pár pohybů pánví a je to. Moc to skrejvat nejde a musíš se hodně vládat. Je to legrační... skoro bez fyzický stimulace, ale musíš to tam trochu pošoupnout.

L: Liší se prožitek orgasmu v závislosti na ročním období nebo měsíčním cyklu?

M: Tak to ne, to jsem nepozorovala. Mění se to, ale nevím.

L: Liší se prožitek orgasmu podle místa, jestli je rozsvíceno, zhasnuto a tak?

M: To asi ne, spíš jde o tu atmosféru, jak seš naladěnej...

L: Co teda je pro Tebe důležitý pro dosažení orgasmu?

M: No ta uvolněnost, zaměřenost na partnera

L: Na svoje tělo?

M: No, to tak samo je zaměřený.. V nejlepším případě nepotřebuju vůbec nic, to jde samo. Na co se teda asi soustředím na to, že když se udělá nějaký blběj pohyb, tak že to odejde a pak to bude blbý, tak jenom tak.

L: Napadá Tě taky nějaká metafora pro celou sexuální aktivitu a orgasmus?

M: Jakože se dva světy oťukávaj oťukávaj a oťukávaj a pak splývaj a pak pffuuuf (ukazuje výbuch)...nějaký spojení..

L: Kdy si zažila orgasmus poprvé?

M: Pamatuju si, kdy jsem ho zažila poprvý při pohlavním styku...po půl roce s prvním partnerem. Jinak při masturbaci asi v 7. třídě.

L: Bylo náhodou, nebo jsi hledala?

M: To bylo náhodou. To jsem jako seděla někde doma a psala jsem úkoly nebo něco a zjistila jsem, že to jde a pak jsem si to furt zakazovala, protože jsem si myslela, že je to špatný. No a pak s partnerem nejdřív rukou a pak při styku.

L: Máš nějaký smysl dominantní během sexuální aktivity?

M: Občas mi bzučí v uších, je tam nějaký napětí, asi bych neslyšela, očima taky jako nevidím. Nic dominantního asi není. Cítím jako celé tělo bych řekla.

L: Liší se prožitek orgasmu po požití alkoholu nebo jiných drog?

M: Po alkoholu mi teď poslední dobou přijde, že je to slabší. Víc jsm taková oddělená od toho těla. Spíš mě to rozptyluje, odděluje od těla.

L: Napadá Tě něco, co jsme ještě neprobraly?

M: Asi ne...

L: Tak jo, já moc děkuju.

Rozhovor 16 - Frída

Sociální pracovnice, 26 let, svobodná, vysokoškolsky vzdělaná, ateistka, heterosexuálně orientovaná, s partnerem 6 měsíců. Orgasmu v přítomnosti partnera dosahuje obvykle, při masturbaci vždy. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnera je pohlavní styk s drážděním klitorisu. Rozhovor se odehrál u Frídy v práci. Frída byla otevřená a vstřícná. S intimitou tématu neměla žádný problém. Hovořila klidně a zdálo se, že i s potěšením.

L: Co prožíváte když dosáhnete orgasmu?

F: Tak je to taková určitá vibrace. Nejdřív je to napětí a povolení svalů, což je příjemný, což je provázený vibrací, která probíhá celým tělem. To jsou spíš takové tělesné prožitky, ale s tím jsou spojené i ty pocity. Je to příjemný, uvolňující, hlavně taky ten kontakt s mužem a taky jak on na to reaguje je pro mě důležitý.

L: Co děláte s tělem v tu chvíli?

F: Tělo si právě dělá to, co potřebuje, úplně to nějak neovládám. Tělesný prožitky jsou hodně podobný, ale záleží na situaci, co to provází a tak a taky si myslím, že se to vyvíjí se vztahem. Že na začátku měl partner potřebu uspokojit mě, já jeho, ale teď je to trochu jinak... začínáme experimentovat, objevovat různé věci a tak. Že nemusí být orgasmus zakončením toho sexuálního styku.

L: Liší se prožitek orgasmu při masturbaci a ten s partnerem?

F: No, jo určitě. Při masturbaci využívám představy, se kterými bych se třeba tomu partnerovi nesvěřila. Kdežto při styku s partnerem využívám toho jeho potenciálu. Toho, co on do toho přináší. Někdy si i při masturbaci představuji toho partnera, ale to záleží.

L: Ty představy jsou sexuálního charakteru?

F: To jsou a jsou to docela zajímavé věci, nad kterými jsem začala přemýšlet před pár lety. Různě se mi tak jako propojují. Jako méně se od dětského věku, ale víceméně jsou furt stejné... Už jsem třeba nějaký poznatky o tom učinila sama..

L: Myslíte, že byste o tom mohla mluvit?

F: No, ještě to nemám úplně srovnaný...no, vlastně mě vzrušují trochu jako masochistický věci, který jako nemám potřebu zažívat s partnerem v reálu. Ale určitě se mi tam promítá takový to obecný postavení muže, jakože on je ten pán tvorstva a to jemný násilí. To mám jako už dívčího věku a může to být spojený s tím, že jsem toho otce nikdy nepoznala, a tak si to tam hážu tímhle způsobem.

L: Máte pocit, že ten samotnej prožitek orgasmu je nějaký jiný?

F: Nevím, těžko říct. Snažím se fakt teď spíš orientovat na partnera, protože už mě nebaví se rejpat v té minulosti. Chci žít v přítomnosti. Zjistila jsem, že mě ty představy tak úplně už nebaví a bez nich ta masturbace jako není úplně to vono. To je pak taková mechanická záležitost, že si o ta žena dělá, aby měla nějaký tělesný zážitek. Myslím, že na ty masturbaci jsou právě nejzajímavější právě ty možný asociace.

L: S partnerem teda ty fantazie nemáte vůbec?

F: Zatím ne. Zatím mě vzrušuje ten samotnej fakt, že toho partnera miluju a že je to opěťovaný, ale dovedu si představit, že je jednou budu potřebovat a to jako nevím, co si budu představovat, protože o ty dívčí přicházím, protože jakmile to jednou projede tím mozkiem, tak se z toho stane třeba něco jiného a už to není tak vzrušující. Dovedu si představit, že třeba začneme pomůcky nebo videokazety a tak, ale nevím.

L: Co potřebujete k dosažení orgasmu?

F: Určitě ta atmosféra před stykem, na ty asi záleží délka toho před tím orgasmem a vůbec celková atmosféra a částečně i ty te představy, ale taková ta nálada, kterou do toho vnášíme. Milostná předehra je teda určitě důležitá. Tak to asi je. Nepotřebuju hudbu, spíš mě to ruší. Chci se koncentrovat jenom na to. Uvědomuji si, že je to nějak hodně důležitý. Když se něco šprajene v hlavě, projede vám tam nějak starost, myšlenka, chmura, tak se to může celý zvrtnout, což se taky stalo. Začnete a nejde to, třeba jsem ještě někde jinde.

L: O nějakým uvolnění...

F: Jo, uvolnění, pohoda, nebo pak teda nasrání, to zase má jinej drive. Že se hádáme ale jsme naladěni stejně. Když jsme naladěni každej jinak, tak je u mě trochu zdlouhavější a vlastně nudný.

L: Jak vnímáte okolí během sexuální aktivity a během orgasmu?

F: Nevnímám, jako během milostné přede hry je třeba ještě nějaký prostor na to, že se někam podívám, nebo zavnímám něco kolem, ale pak už ne. Třeba i když je ta hudba puštěná, tak si ani nepamatuju, co zrovna hrálo.

L: Kam je teda zaměřená ta Vaše pozornost?

F: To nevím (smích), na partnera a na sebe...

L: Ve smyslu...

- F: Ve smyslu toho, jak si to užívám a ovlivňování toho orgasmu. Když cítím, že partner bude, tak to nějak přizpůsobit, nebo naopak prodloužit.
- L: Co používáte pro přiblížení nebo oddálení orgasmu?
- F: Určitá přestávka, ne že bychom si teda mezi tím vypili skleničku, to jako ne, ale že prostě na chvíli přestaneme, že se jenom hladíme a líbáme
- L: Máte pocit, že tam máme před orgasmem nějaký moment nevyhnutelnosti?
- F: Tomu nerozumím...
- L: Vy jste říkala, že oddalujete orgasmus, jak poznáte, že je ta chvíle, kdy je potřeba ho oddálit?
- F: To jako že se mi chce ho oddálit...že prostě cítím, že ten orgasmus přichází...
- L: Co jsou znamení toho, že víte že už přichází?
- F: To se strašně špatně z toho vytahuje...Mně se to slejvá v jeden celek
- L: Čemu vy říkáte orgasmus, čím začíná orgasmus pro Vás?
- F: No právě tou chvílí, kdy už vím, že to za chvíli bude. Takový to těšení se na to vyvrcholení, to je třeba 5 vteřin...Počítám do toho i ten náběh. Tam je takovej kopeček, jde to trochu do kopečku a pak je tam dejme tomu ohňostroj a pak zase jemně z kopce do normálna.
- L: V tom náběhu byste to byla schopna stopnout?
- F: Jo, šlo by to...ani nevím, jestli jsem to zkoušela...no asi při masturbaci. To bych se asi musela s přítelem dohodnout, ale myslím si, že by to šlo udělat, že by tam těch nájezdů bylo víc. Že by se to jako vždycky zastavilo a znova a znova a mohlo by to být slušnej zážitek. Jakože u chlapů je to možný, takže to chce vychytat ten okamžik, kdy to jde.
- L: Když Vy sama oddalujete orgasmus, tak...
- F: Tak je to o tom, že přestaneme ještě před tím nájezdem
- L: Liší se ten náběh v něčem od toho samotného ohňostroje?
- F: No, ten samotnej ohňostroj, to bych jako přirovnala jako k takový ztrátě vědomí a ty nástupy to je prostě před tím, že ztratíte vědomí no...takovej jako snovej stav...
- L: Zažila jste někdy něco, co by tomu bylo podobnýho?
- F: Možná jako prožitky..protože jsem hodně orální...prožitky chuti, ale je to tak o kategorii nebo dvě níž. Dá se to k tomu přirovnat, Když mi něco sedne, ať už pítí nebo jídlo, tak je to srovnatelný. Kouknete se na to, vidíte, že by to mohlo být ono, vezmete to do pusy a ten první "jó, je to ono" (zatají dech a smích). A možná jako trochu při kouření marjány. Že nějaká myšlenka, která mě nadchla a nějak se tvořila a pak jsem na to přišla...
- L: Takovej aha-zážitek?
- F: Jo, jo...
- L: Napadl by Vás třeba nějaký protiklad k prožitku orgasmu?
- F: no asi něco jako v komunikaci, protože kolem orgasmu je taky o komunikaci, jako třeba v nepochopení nebo komunikační mýjení, kdy se snažíte s člověkem domluvit, ale nejde to a spadnete do černé díry...
- L: Máte zavřený nebo otevřený oči?
- F: Středově...
- L: A při samotném ohňostroji?
- F: Asi zavřený, ani nevím nebo se mi protáčí panenky. Rozhodně si tam prožívám...je to sobecký ten orgasmus...to svoje.
- L: V tu chvíli partner ustoupí?
- F: No, asi jo. Jako dokážu si hezky užít i orgasmus partnera.
- L: Co prožíváte?
- F: Vlastně s ním prožívám taky takovej orgasmus, není to tak silný jako když já mám orgasmus, ale strašně mě to vzrušuje.
- L: Cítíte to i nějak fyzicky?
- F: I fyzicky, ale jen v pánevní oblasti, ale není to jako můj orgasmus, kterej probíhá celým tělem, taková jako chemická reakce jako když se napnou a povolej svaly. O co víc se napnou, o to víc se povolej. Nevím ani jak bych to mohla víc popsat. Docela by mě fakt zajímal ten prožitek dalších žen, jestli se to do určitý míry shoduje, nebo jestli je to hodně individuální. Teď jsme se o tom bavily shodou okolností s mou přítelkyní, že neprobíráme jako naše sexuální zážitky. Je to hodně osobní a tabuizovaný téma. Tohle je zajímavý, jak to mají jiný ženy, ale jinak si myslím, že je to hodně osobní. Jako se nestydím, ale nepovažuju to za důležitý se o tom s někým jiným bavit.
- L: Zažíváte společnej orgasmus?
- F: Někdy jo. Ale vlastně jako že bychom měli potřebu pokaždý to ne.
- L: Jak se liší ten prožitek, když je společnej a když ho máte sama?

F: Mně se líbí ten společnej, mně se líbí to, že do sebe zapadáme, že prostě splyneme jako muž a žena. Prostě úplně jako vcucnout toho celého člověka, takový to vcucnutí...

L: Děláte to i tělesně?

F: Jo, i tělesně. I je to spojený s tím plozením. Možná jako ta představa, že jste teď nacucla ten potřebnej materiál.

L: Máte pocit, že byste třeba ten společnej upřednostnila před ten kdy ho máte sama?

F: Já klidně jo, ale bylo by to asi nudný.

L: Líbí se Vám víc?

F: Je to jiný, protože je to o nás dvou. Když jsme oba stejně, tak si nás uvědomuju oba. Kdežto když jsem jenom já, tak si převážně uvědomuju jenom sebe. V tom je to jiný. Mně se líbí oboje. Asi bych to dala na první místo, ale nechtěla bych to mít pořád. Pocitově je to asi nejpříjemnější.

L: Zažíváte víc orgasmů za sebou?

F: Tady s tím partnerem ani ne, ale stávalo se mi to. Vlastně se mi staly už takový ty náběhy jak jsem říkala, ale to bylo asi jen s jedním mužem. Tak nevím, jak to udělal. Samotnejch vyvrcholení bylo taky víc za sebou, ale byly menší. Ty velký dokážu mít asi jako dva, ale je to dřina

L: Jak to probíhá?

F: Partner je třeba dřív a já si s ním prožiju jako ten první zážitek toho orgasmu a pak teda se snažíme o uspokojení mě, takže to mám svůj vlastní a pak to tak jako dobrnkává a pak to odezní a občas se stává, že se třeba po krátký době vzruším znova, že třeba usneme. Jako když naskočí partner tak jsem ochotná do toho jít znova hned, ale ten klitoridální dotyk mi už příjemnej není, ten vnitřní dotyk jo.

L: Prožíváte nějaký typy orgasmů?

F: Vnitřní a vnější. Já hlavně vnímám ten klitoridální.

L: A ten vnitřní je že jste tam stimulovaná a vnímáte to tam.

F: Jo... A ten vnitřní vlastně závisí na velikosti penisu. Vím o určitých místech a pozicích, který mi dělaj dobře, ale je potřeba patřičný nástroj.

L: A ten prožitek je pak jinačí?

F: Jo, je hlubší. Ten klitoridální je povrchovej a chvilkovéj. Tenhle může bejt takovej... ikdyž je to teda na hranici bolesti, jakože ne, že bych měla slast z bolesti, ale taková ta hraniční. Tak ten je jinej, no. Hlubší a delší.

L: Myslíte, že je jeden lepší a jeden horší?

F: To je jiná kvalita. A hlavně když jako partner není vybavenej tak jako by měl, tak já na to klidně zapomenu, nebo si koupím vibrátor...

L: Zažila jste noční orgasmus?

F: Je to možný. Jako že jsem měla nějaký erotický sny, ale orgasmus úplně ne, spíš vzrušení.

L: Předstírala jste někdy orgasmus?

F: Jo... tady s tím partnerem ne.

L: Jakej to byl prožitek?

F: No žádněj, to bylo o tom, že ten vztah nebyl upřímněj.

L: Proč jste do toho šla?

F: Protože to bylo pro partnera důležitý. Ne teda vždycky, ale někdy jsem si teda říkala, no tak jo. Myslím si, že když ten vztah není v pořádku, tak se to odráží v tom sexuálním životě. Když jsem nechtěla, aby poznal, že nejsem úplně naladěná, tak jsem... Když to беру zpětně, tak mi přijde, že byla hloupost taky z jeho strany, že si myslím, že citlivej muž to musí poznat.

L: Kdy jste zažila první orgasmus?

F: Jako masturbační? Tak to hodně brzo... rozhodně někdy na prvním stupni... třeba v 7 letech...

L: Myslíte, že jste na to přišla nějak náhodou nebo...

F: To právě vůbec nevím. Vůbec si to nepamatuju. Už vím, ve školce nám už říkali, abychom měli ruce na dekách, takže už vlastně... nevím jestli to byl teda prožitek orgasmu, ale vím že jsem ve školce přišla na to, že když si šahám na buchtičku, tak je to příjemný. Asi to tak jako plynule přešlo... jo. Oni si ty malý děti v určitým věku šahaj na přirození, jak si kluci to tahaj... takže jsem nějak přirozeně asi od tý školky pokračovala a v těch sedmi jsem teda asi přišla na ten orgasmus.

L: Že jste si v těch sedmi nějak uvědomila něco?

F: Ne, to byl jako že příjemnej pocit, uvolnění. Že jsem asi nebyla úplně uvolněná v tomhle věku, tak jsem si tím nějak pomáhala asi. Protože vím, že jsem si to dělala docela často. Že jako... to byly orgie... jsme to dělaly s holčičkama ze třídy někde ve sklepě, ale to jsme si neuvědomovaly, co to je. Pak jsem měla starší kamarádku a hrozně mě fascinovaly ty její prsa, tak jsme taky rozjížděly takový jako, že jsme si hrály na kluka na holku a že jsem měla docela bohatý zážitky (smích)

L: Mělas někdy takový pocit jako že bys to neměla a tak?

F: Bylo to vždycky tajný, ale nikdo nikdy neříkal, že se to nedělá...kromě školky...ani se o tom se mnou nikdo nebavil. Bylo to mé tajemství (smích). Určitě bych se styděla, kdyby na to někdo přišel, a možná mě i párkrát načapali, ale dělali, že nic, takže jsem se nikdy nemusela stydět.

L: Myslíte, že prožitky prvních orgasmů se liší od těch které máte teď?

F: Teď je to reálnější, před tím to bylo hodně snový, hodně to bylo opředený představama. Asi je to spojený i s pohádkama. Já jsem byla pohádkovej maniak a tam to všude bylo plný vztahů...

L: Liší se Váš prožitek orgasmu v závislosti na ročním období nebo měsíčním cyklu?

F: Určitě roční období jo, protože v zimě ikdyž to svádí k tomu se válet doma, ale ty sexuální náruživosti tam teda moc není. Spíš to jaro léto je aktivní. A cykly...určitě jo. Myslím si, že po menstruaci je to nejlepší. Je citlivější a vlhčí ta vagína, pročištěná. I během ty menstruace je to hodně příjemný, ale jsem taková praktická a v tý vaně mě to nějak nebere a furt si pod sebe dávat ty ručníky jsem asi líná no. Zkoušeli jsme to a bylo příjemný...celý vlhký a teplý a fajn, ale moc to neprovozujem. I si má odpočinout ta vagína.

L: Rozbrečela jste se nebo rozesmála před nebo po orgasmu?

F: Jo. To se mi stává...takovej ten blaženej úsměv je tam skoro pokaždý. I ty slzy tam byly, že mi jako vystříkly slzy. Ale není to pravidelný.

L: Liší se prožitek orgasmu po požití alkoholu nebo případně jiných drogách?

F: Když jsem opilá, tak mě to nebaví, protože je to strašně dlouhý a respektive nekonečný pro mě a já nejsem na nějaký dlouhý třeba hodinový nebo dvouhodinový...Mám pár dobrej sexuálních zážitků s marihuanou. Prožitek byl takovej intenzivnější i vzrušení je fakt jako průtrž. Víc se člověk uvolní a odváže. Zkoušeli jsme i takový ty šátky na oči a tak. Jako pro mě je asi nejdůležitější to vzrušení, ani ne tak orgasmus, ten je sice příjemnej, ale nejvíc v tom figuruje ta cesta k tomu orgasmu, ten příběh.

L: Jaký smysl myslíte, že má orgasmus pro ženy nebo pro Vás?

F: Rozhodně je zdravěj (smích), příjemnej zážitek, kterejch jako nikdy není dost a je to souznění s někým, čehož taky nikdy není dost, ať už je to verbálně nebo neverbálně, tak je to příjemný.

L: Mohla byste mluvit při orgasmu?

F: Asi ne, já moc ani nemluvim normálně. Jako pár sloviček...ale při orgasmu ne.

L: Uděláte vědomý rozhodnutí, že chcete dosáhnout orgasmu?

F: Někdy jo, ale většinou ne. Občas cítím, že i to tělo to potřebuje..to uvolnění.

L: Myslíte, že je důležitá snaha, abyste dosáhla orgasmu?

F: No, je...v tom smyslu, že si někdy musím pomoci. Partnerovi to nevadí, naopak si myslím, že ho to vzrušuje a mně to taky nevadí, tak jako (smích)

L: Je důležitý pro Vás kde se to odehrává a jestli je světlo nebo tma?

F: Teď už ani tolik ne. Dřív jsem musela mít tmu, že jsem trpěla mindrákama, že jsem si nevěřila. Teď je mi i spíš příjemnější, když je světlo, že na toho člověka vidím. Nejradši to dělám na posteli. Nebo v nějakým intimním prostoru. Ale když jsme jako v cizím prostředí, tak nám to jde nějak líp. Kde sice máme svůj koutek, ale ta myšlenka, že tam v tom baráku třeba ještě někdo jinej je, že jako nahrává tomu vzrušení.

L: Máte nějaký smysl dominantní během sexuální aktivity?

F: No, hmat na prvním a pak sluch.

L: Liší se prožitek orgasmu třeba v závislosti na polohách nebo jestli je to orální sex?

F: Ten prožitek je dost stejnej, ale nejlíp si ho užiju, když můžu ležet. Ne v každý poloze...když jsem nahoře na partnerovi, tam se ta vagína dráždí sama, takže tam je to nejpohodlnější a nejjednodušší. Zase když jsem dole, tak si můžu toho partnera nejlépe uvědomovat, ikdyž si tam musím trochu pomoci.

L: Napadá Vás ještě něco, o čem jsme třeba ještě nemluvíly?

F: Asi ne. Myslím, že to máte docela dost rozplánovaný...

L: Tak jo, děkuju.

Rozhovor 17 - Nicole

Koordinátorka pro ženské projekty, 35 let, vysokoškolsky vzdělaná, ateistka, lesbicky orientovaná, má přítelkyni 3 měsíce. Orgasmu v přítomnosti partnerky dosahuje obvykle, při masturbaci také obvykle. Hlavním prostředkem dosažení orgasmu v přítomnosti partnerky je dráždění klitorisu, pohlavní styk s drážděním klitorisu, orální sex a anální sex. Rozhovor se odehrál u Nicole doma. Nicole působila velmi uvolněně a vyrovnaně během našeho rozhovoru. Neměla naprosto žádné zábrany, často si brala čas na rozmyšlenou a snažila se představit si ten prožitek. Rozhovor s ní byl velmi příjemný.

L: Co prožíváte při dosažení orgasmu?

N: Vlastně je to takový jako kdybych dorazila... strašně moc a ráda jezdím na kole, tak je to jako když vyjedu nějaké průsmky a dorazím nahoru. Rozhodně se tam mísej takový pocity jako radost, úleva a zároveň takový napětí. Ta cesta k tomu orgasmu je taková vlnitá a i stoupá nějakým způsobem, že je to takový intenzivnější a intenzivnější a pak když ten orgasmus probíhá a v tu chvíli už nechci mít žádný doteky, tak jsou to kraťounky vlny, který jsou na jednu stranu ohromně radostný a pak je tam takový napětí. A to se tak jako pomaleji nebo rychleji střídá.

L: To napětí se pak jako rozvolní?

N: No oni, ty intervaly těch vln jsou čím dál tím delší a většinou je to tak, že při tom napětí strašně ráda zmáčknu partnerku, nebo ji podržím nebo udělám nějaký zvuk. Doopravdy se napnu jako i svalově a pak to pustí a ty intervaly mezi tím se prodlužují a pak vyšuměj.

L: Co cítíte během těch vlnek?

N: (váhá)... kdybych to řekla nějak jako... to zní ale strašně mechanicky... tak to jsou takový jako kontrakce, vlastně takový příjemný křeče. Jsou lechtivý a příjemný. Takže křeč a uvolnění a křeč a uvolnění...

L: Ještě pociťujete něco?

N: Pak ještě přesně v tom momentu, kdy k tomu orgasmu dojde... já si myslím, že ten orgasmus trvá nějakou dobu, někdy je delší, někdy ke kratší, někdy je silnější, někdy kratší, ale na tý hraně kdy se to zhoupne a ten orgasmus nastane, tak v žaludku cítím takový, taky ne pokaždý... ale často, já tomu říkám motýli. Žaludek je celej takovej nervózní a je to takový lechtivý bych řekla nejspíš. A pak rozhodně to projíždí celým tělem, asi jako všema svalama v těle.

L: Zase to napětí?

N: Na tý hraně toho orgasmu je to právě jedna taková velká vlna, která projede celým tělem. Začnu se taky někdy potit, že vyrazí ten pot.

L: Co děláte během orgasmu s tělem?

N: No jsou tam ty stahy a když jsem v tý křeči, tak chci hodně podržet tu partnerku. Taky je zajímavý, že hned po orgasmu, nebo při orgasmu mám ráda, když je to tělo úplně volný, že třeba nejsem ničím přikrytá, ani ona na mě neleží, nijak se nedotýkáme, to přijde až po tom. Jak ležím, jak kdyby v tu chvíli to tělo potřebovalo ohromnou svobodu, jako i prostorně, nechci, aby mě něco přikrejšovalo nebo drželo.

L: A přitom máte potřebu si ji přidržet...

N: Jo, to jo. Nějak těma rukama, to jo. To bych řekla, že přijde až pak. Když je ta hrana, tak pak je moment, kdy nechci mít vůbec žádný dotek a pak najednou až přijdou ty vlny tak jo. Pamatuju si, že když jsem měla partnera, tak on mě velice často chtěl držet, zabalit do sebe a to mně bylo vlastně strašně nepříjemný. V tu chvíli potřebuju hodně prostoru.

L: Co se Vám honí hlavou při orgasmu?

N: (přemýšlí)... zkusím si nějak vzpomenout. Mám pocit, že jsem mentálně jako úplně v tom pocitu. Něco jiného je při masturbaci, tam hodně pracuju s představama, že si jako něco představuju nebo o něčem přemýšlím, ale když se miluju s partnerkou, tak jako vůbec na nic nemyslím. Jsem myšlenkově v tom pocitu. Hrozný je, když ona ztratí klitoris, nebo se mě nedotýká správně, tak to je úplně tragédie. Člověk je v tom pocitu a najednou to tam není a najednou je to takový násilný probuzení.

L: Napadá Vás nějaké jiné prožitky, ke kterým byste mohla orgasmus přirovnat?

N: No, trochu to vyjetí průsmky na kole, kdy jako dorazím nahoru. Rozhodně bych to přirovnala k něčemu kladnému. Třeba skok do nějaký úžasné osvěžující vody, nějaká úplně čistá voda.

L: Myslíte, že v tu chvíli toho orgasmu máte nějakou vizi, nebo představu?

N: Nic konkrétního ne.

L: Jak při orgasmu vnímáte okolí?

N: Já ho asi vůbec moc nevnímám. Spíš asi kdyby tam bylo něco, dejme tomu, že bych se milovala někde, kde by nás někdo mohl překvapit, tak by to asi bylo hodně nepříjemný. Ale přímo v tom momentu orgasmu, to vůbec nevím. To se mi ani nikdy nestalo, že by někdo vrazil do dveří. Teď mě jako napadlo, že by třeba

spadla nějaká váza nebo něco, co by to mohlo vyrušit, ale asi bych se začla smát, ale určitě by to přerušilo slastný prožití toho všeho. Asi je to pocit, kterej klidně můžu prožít když se cítím v bezpečí.

L: Liší se stav při orgasmu od stavu ve kterém jste teď? V čem?

N: Myslím, že jsem jakoby...jako kdyby se v těle rozlila nějaká droga, protože si myslím, že nejsem 100% přičetná v tu chvíli. Že vlastně jsem i hrozně zranitelná, protože kdyby někdo přišel a chtěl by mi ublížit, tak si myslím, že ty myšlenky jsou opravdu tak někde jinde...že vůbec nejsem pozorná. Jako ve chvíli nějakého nebezpečí bych asi vůbec...no jako že vlaju někde mimo. Kvůli tomu bych taky určitě chtěla, aby se to dělo na nějakým bezpečným prostoru.

L: Jak se liší prožitek orgasmu s partnerkou a při masturbaci?

N: Asi jak kdy. Ikdyž celkově bych řekla, že s tou partnerkou je to takový ještě víc naplňující, protože doopravdy jsem úplně v tom, že se tomu můžu poddat daleko víc, než jsem sama, protože tam mám jako spoustu práce a vlastně mi připadá, že jako se můžu víc poddat. Může to prožít hlouběji. Ale při tý masturbaci jsou většinou ty orgasmy taky dobrý, ale s tou partnerkou je to o něco bohatší. Nevím, jestli to je díky tomu, že se pak jako o to dělím. Nevím.

L: Vy jste říkala, že při masturbaci používáte představy, fantazie. Jsou sexuálního charakteru?

N: Jo, to jsou většinou. Jedny jsou takový jako vzpomínky na nějaký momenty kdy jsme se milovali s partnerkou, že si vzpomenu jaký to bylo buď když ona milovala mě nebo já ji. Anebo jsou to i fantazie s mužema, kdy je vlastně důležitěj ani ne ten muž, ale vlastně penis. A to je nějaký naplnění. Já vlastně když masturbuju, tak dráždím jenom klitoris a kvůli tomu možná to naplnění když to je s přítelkyní je větší, protože tam dojde i k penetraci.

L: Rukou?

N: No, jo.

L: Máte pocit, že to jsou spíš výjevy, scény, nebo jako film?

N: Hmm, spíš jako kratoučké scény, filmky...

L: Když jste s partnerkou, máte taky nějaký fantazie?

N: Právě že ne. My jsme spolu teprve tři měsíce.

L: Co je pro Vás důležitý pro nastartování celé sexuální aktivity?

N: Momentálně je to těžký, protože když jsme spolu s partnerkou teď, tak mám pocit, že mám chuť na sex celou dobu. Jak jsme tak čerstvě spolu a jsme strašně zamilovaný, tak to myslím, že to není moc směrodatný. Ale asi mě vzrušuje vzájemný takový laškování, taková ne hádka, ale laškování a pak je tam takový dráždění, ale slovní, takže to. K masturbaci mě nastartuje...mám ráda když mám čas, tak přes den si dát na 10 min nebo 15min chrupku a to je právě hrozně příjemný masturbovat a pak usnout a pak se probudit. Pak mám pocit, že mi ten den začíná úplně znova a je úplně celej. Asi tomu předchází taková lehká únava a člověk si zívne, tak potom jako masturbovat a usnout. To se mi líbí.

L: Že Vám to navodí ještě takový větší uvolnění...

N: Jo, jo, určitě.

L: Máte pocit, že se liší prožitek orgasmu s partnerem a s partnerkou?

N: Určitě jo, až na jeden zážitek. My jsme spolu spali asi 4 roky a došlo jenom jednou k tomu, že jsme měli společnej orgasmus a to si myslím, že to bylo opravdu nesmírně naplňující. Ale vlastně jinak to bylo vždycky tak, že on měl dřív orgasmus nebo já a tam nikdy nebylo takový to opravdický uvolnění. Nebo jsme byli nezkušení. Bylo to pak většinou tak, že právě když já jsem dosáhla orgasmu dřív než on, tak on byl ale ještě furt v tom napětí a já jsem si nemohla zažít vlastně ještě ten průběh mého orgasmu, protože jsem jemu pomáhala, aby on dosáhl orgasmu. Nebo když on ho dosáhl dřív, tak zavadnul a pak ale já jsem byla v tom napětí. Proto bylo krásný to dohromady. Právě s těma partnerkama mám pocit, že mám plnej prostor pro sebe. Stejně tak ona ho má. Jo, jako ze začátku je to tak, že se dráždíme vzájemně, ale většinou je to stejně pak tak že buď já pomiluju ji a pak ona mě. Takže pak ten veškerej prostor má jedna nebo ta druhá. Takže tenhle rozdíl jako pociťuju.

L: Když jste měli ten společnej orgasmus s tím partnerem, měla jste pocit, že by ten prožitek šel půl Vám a půl partnerovi?

N: To bylo úplně naplněný, to bylo veliký. To se nedělilo, to se násobilo bych řekla (smích)

L: Jakou myslíte že hraje roli pozornost a jak vnímáte okolí v průběhu celé té aktivity?

N: Myslím, že na začátku to okolí jako tak nějak vnímám a právě třeba když se milujeme u partnerky, tam bydlí ještě hrozně moc jinejch lidí a tam jako najednou přijde pes a začne škrábat na dveře, nebo přijde maminka, že je polívka na stole nebo tak. Tam to vnímám, tam jsem to nezažila nikdy v momentu orgasmu, ale v tom předvoji a to je hrozně nepříjemný.

L: Z čeho Vás to vyruší?

N: Úplně z toho naladění. Jakože je to velice nepříjemný...jako kdyby, jako dítě když jsem masturbovala, tak jsem měla hrozný strach, že mě u toho někdo uvidí a jakože u něčeho zakázaného. To už tam nemám teď, ale teď je to o tom, že i v tom předvoji a sexu a orgasmu potřebuju být v nějakým prostředí, který je tomu nakloněný, který ví, co se děje, který se na nic neptá, který to podporuje a ve chvíli, kdy tam přijde někdo, kdo má úplně jiný myšlenky, tak mě z toho vyhodí. To je velice rušivý.

L: Co teda v tu chvíli vnímáte, na co jste upřená?

N: Jsem v těch orgánech a taky se hodně hejbu a hodně hledám a když najdu pohyb, kterej je příjemnej, tak ho furt opakuju, takže už jsem vlastně v tom prostoru, kolem těch beder nebo tam někde. Někdy se stane, že se mě přítelkyně třeba dotkne na ramenu nebo na prse a to je taky příjemný. Je to vlastně překvapení, protože ta koncentrace je doopravdy celá tam kolem těch orgánů.

L: Oddalujete někdy orgasmus?

N: To mi moc nejde, teda jednou se to stalo, ale jinak to nechávám tak jako přirozeně. Jako znám lidi, který to dělaj, ale myslím si, že je to hrozná dřina. Aspoň, co jsem slyšela.

L: Co se děje těsně před tím zlomem jak jste říkala? Víte, že se ten zlom už nějak blíží?

N: To určitě vím a najednou je to ta trefa do černýho. Najednou to tam je. Někdy se taky stává, když jsem třeba unavená, nebo po kouření trávy, že ten orgasmus je jako nějak hůř dosažitelný. Právě pak je to takový jakože už to tam je, ale pak se to zase ztratí a pak zase...to je hrozně nepříjemný. Když se to blíží, takový to teď už to bude, tak tam vnitřně roste takový napětí. Jakože jo jo jo, už už už. Pak když to není, tak je to hrozný. Ale i to se stane.

L: Co myslíte, že může být tím důvodem, že prostě nic?

N: Asi různý, třeba partnerka ztratí klitoris, nebo udělá nějaký pohyb, kterej není tak dráždivý jako ten před tím anebo určitě ikdyž by tam hyl rušivej vjem zvenčí, tak by to taky nešlo. Taky to může záležet na nějakým vnitřním rozpoložení. Třeba nejsem úplně dobře naladěná, ale na ten sex bych chuť měla, ale nějaký něco zevnitř nebo zvenčí co nedovolí, abych se úplně uvolnila a dopustila, že ten orgasmus přijde. V tu chvíli je to zároveň napětí, ale i uvolnění, který musí být jako základ. Protože když nejsem uvolněná, tak se nemůžu vůbec vzrušit. Takže tam musí být vysoká míra uvolnění, aby tam mohlo nastat to napětí.

L: Říkala jste dopustit...myslíte to jako poddat se?

N: Jo, to se říká často jako poddat se. Orgasmus je takový poddání se. Já mám pocit, že v tu chvíli jsem právě úplně bezbranná a nepřičetná.

L: Rozbrečela jste se nebo rozesmála při nebo po orgasmu?

N: Teď se často rozesměju, ale s tou dřívější partnerkou se několikrát stalo, že jsem se rozbřečela. Že jednou tam byl takovej obraz, kterej byl strašně smutnej, něco z dětství...

L: Že Vám to ten orgasmus nějak vyhrábnul?

N: Jo a to bylo hrozně nepříjemný. Jako kdyby ten pocit tou podporou toho orgasmu byl daleko silnější, i ta radost, i ten smutek. Mám pocit, že to tomu ještě jako přidá.

L: Liší se prožitek orgasmu třeba v závislosti na ročním období nebo měsíčním cyklu?

N: To nevím ty prožitky samotný. Tam vím jenom že ty chutě jsou různý. Těsně před menstruací mě velice baví penetrace, připadá mi to naplňující a taky kolem ovulace a těsně po menstruaci mě baví se vzrušovat nebo nechat se vzrušovat na klitoris. Tyhle dva rozdíly, ale že by orgasmus byl jinej, to ne, to nevím.

L: Rozlišujete nějaký typy orgasmů?

N: Ještě se pardon vrátím k tomu ročnímu období. Napadlo mě jenom, že mi vadí, když je na tom místě, kde je sex, je zima. Takže mám radši sex nebo orgasmus když je teplo, takže třeba v létě. No a typy orgasmů...Já si myslím, že jsou takový orgasmy, který jsou víc do žaludku a pak jsou silnější, bouřlivější a pak ty, který jsou slabší. Ale...

L: Souvisí to se stimulací?

N: No, má to co dělat se mnou a s mým naladěním. Podle toho jak já jsem naladěná i jinak prožívám ty doteky. Já si dokážu představit, že ty doteky můžou bejt úplně stejný a jednou mi můžou bejt víc příjemný a víc naplňující a jednou méně. Takže si myslím, že je to hodně o mně.

L: Rozlišujete klitoridální a vaginální orgasmus?

N: Určitě. Když je tam to dráždění ve vagíně taky, tak je to většinou, ne po každý, daleko víc naplňující. Vzpomínám si teď, jestli jsou momenty, kdy jsem vůbec neměla podrážděnej klitoris a měla jsem orgasmus a to asi ne, tak silný to není. Ale rozhodně to vnímání ve vagíně je taky hodně silný.

L: Zažila jste někdy orgasmus za zvláštních podmínek, třeba bez stimulace, nebo stimulací něčeho jiného než genitálu?

N: Jednou jsem byla v takovém obchodě sportovním a kupovala jsem si tam boty na běžky a ten pán, kterej mě tam obsluhoval, tak rukou přešel takhle můj nárt a já jsem úplně cejtla, jak se mi prolomily kolena. Nebyl to orgasmus přímo, ale bylo to strašně vzrušující. To jsem do té doby a potom nikdy nezažila a vlastně asi to

muselo být nějaký souznění momentů, to že on mi jenom takhle nevinně...já myslela, že omdlím. Pak hrozně silný je, když pčíknu. To je takový podráždění, kdy se genitálií vůbec nedotýkám a je to takový hrozně dráždivý. Ale taky to není přímo orgasmus.

L: Vidíte v tom paralelu v tom pčíknutí a orgasmu?

N: Jo jo, to mi jsme si s jednou kamarádkou dělaly legraci, protože jsme nějak měly neuspokojivý partnerství a říkaly jsme "hele, ono je to úplně jedno, důležitý je si pčíknout" (smích).

L: Předstírala jste někdy orgasmus?

N: Jo, s tím mužem hodně no.

L: Co Vás k tomu vedlo?

N: Hlavně...asi dva momenty. Třeba když už jsem chtěla, aby to konečně skončilo, protože se mi to třeba nelíbilo, tak jsem předstírala orgasmus, protože vím, že kdybych třeba řekla mě to nebaví nebo nech toho, tak on by byl strašně zklamanej a to jsem nechtěla. No, asi takhle. Já myslela, že jsou to dvě různé cesty, ale ono se to spojuje v jedný. Myslela jsem, že jednou je to, když jsem ho nechtěla zklamat, ale ten původ toho bylo, že mě to třeba nebavilo, že jsem cítila, že to vzrušení vůbec nepokračuje dál, že se to vůbec neblíží tomu orgasmu, takže jsem ho předstírala a tím jsem věděla, že jako bezpečně ukončím ten sex aniž by on měl z toho špatný pocity.

L: Zažila jste tohle se ženou, nebo ženami?

N: Taky.

L: Kdy jste zažila orgasmus poprvé?

N: To jsem čekala (smích). Myslím, že těžko říct, dokážu si představit, že třeba někdy ve třech letech, ale to si fakt nepamatuju. Ale tak nějak vědomě, že jsem si někam zalezla a řekla jsem si, tak teď si udělám dobře nebo teď se uvolním, to muselo být někdy kolem desíti. To si vzpomínám.

L: Myslíte, že před tím jste taky masturbovala?

N: Určitě, já si myslím, že jo. Když jako si vzpomínám na moji nctcf nebo na mýho synovce jak se dotýkaj, nebo jak se vzrušujou a to bylo kolm 3 nebo 4, kdy se nctcf houpala na nějakým polštáři a měla u toho úplně blaženej obličej (smích). Tak si myslím, že asi jo, ale já si na to nepamatuju.

L: Máte pocit, že v těch 10 letech jak jste si to uvědomila, že to bylo nějakou náhodou nebo jste musela nějak hledat?

N: To bylo nějak úplně jasný. To bylo něco úplně přirozenýho. Třeba některý holky vyprávěj, jak začaly menstruovat a teď říkaj ježíšmarjá, co se to děje, ale tohle nebyl můj zážitek, když jsem šla poprvé masturbovat. Že bych jako se nějak dotkla a řekla bych si ježíšmarjá co to je...to teda ne. A kvůli tomu si taky myslím, že to začlo někdy dřív, že to bylo tak nějak přirozený. Myslím, že těch možností dotýkat se na klitorisu už jenom plenama, nebo sednout si na něco, to je velice brzo.

L: Jste si vědoma nějakého ze smyslů víc během sexuální aktivity nebo orgasmu?

N: Čich tam skoro nehraje roli, zrak asi taky, protože většinou zavírám oči...

L: I při orgasmu?

N: Jo, právě s těma zavřenejma očima pak jsem doopravdy v tom. Ještě při tom vzrušování se velice ráda koukám na přítelkyni nebo se kontaktujeme očima, ale při orgasmu asi ne. Nehmatám, ničeho se moc nedotýkám. A sluch je právě při tom zbystřenej právě pro případ, že by někdo přišel. Spíš jako že to hlídá, ne že bych jako... Vzpomínám si, že jsme poslouchaly nějakou hudbu a to bylo nesmírně příjemný. Takže asi ten sluch...

L: Liší se prožitek orgasmu v závislosti na poloze v jaký jsi s partnerkou?

N: To vychází ale z nálady a ty polohy se měněj. Určitě se to liší. Jde to v tom souznění s tou náladou. Orgasmus pak odpovídá té náladě.

L: Uděláš v průběhu sexuální aktivity vědomě rozhodnutí, že chceš dosáhnout orgasmu?

N: To spíš asi se rozhodnu "chci mít orgasmus a proto sex".

L: Jaký má orgasmus smysl pro ženy, pro Tebe?

N: Krásnej (smích). Myslím, že to je úplně strašně mocný. Strašně velkej instrument pro moc a sice proto, že jsem prožila jedno partnerství, kde vlastně ta žena jako měla velikej problém se mnou prožít orgasmus a když došlo k tomu, že jsme měly sex, tak většinou milovala ona mě, ale já jsem ji nesměla milovat a to bylo nesmírně ponižující. Takže je to opravdu takovej instrument holý moci. V tu chvíli orgasmu si připadám taková oddaná a bezmocná, tak logicky ta druhá strana má ohromnou moc v ruce. A tak já se i cítím, když moje partnerka má orgasmus, tak mám pocit, že ona je úplně bezbranná a já ji musím i do jistý míry bránit. Že by se jí něco mohlo stát. Když to nefunguje v tom partnerství, že třeba nedocházej nějak vyrovnaně k orgasmu, tak to dělá velkou neplechu v tom partnerství, doopravdy velkou.

L: Myslíš, že to může teda přibližovat partnery, když tohle funguje?

N: Já myslím, že do jistý míry ano. Jsou i takový ty věci jako že postel to všechno spraví, tak to určitě ne, ale hodně věcí může dojít k uvolnění přes to, když oba ty lidi prožijou uspokojivej orgasmus a pomilujou se spolu. Ne jen ten orgasmus, ale celý to milování. Má to co dělat s důvěrou, uvolněním a to když nastane, tak se ty lidi zase sbližej třeba po nějaký hádce nebo obdobím nesouladu. A myslím si, že k sexu a k orgasmu dojde ne pouze ale hodně ve chvíli, kdy ty partneri uvolnění jsou a ta důvěra tam je. Říká se sice, že to tak u mužů není, že mohou dojít k orgasmu ikdyž tak uvolnění nejsou, ale to nevím.

L: Co prožíváš, když má Tvá partnerka orgasmus?

N: Vlastně ohromnou radost a pocit uspokojení. A taky to uvolnění. Někdy je to taky práce, takže uvolnění. Pak někdy když ona je pak úplně pryč a dechá, tak si uvědomuju, jak velice ji miluju. Jak je krásná, jak ji miluju.

L: Máš pocit, že bys třeba mohla mluvit při orgasmu?

N: To nevím, ale určitě před tím. Já jsem hrozně užvaněná, jakože vyprávím třeba něco co se týče vagíny nebo těch pocitů a tak. Ale vím, že tím uvádím trochu do rozpaků svou přítelkyni, ona je taková spíš klidná a introvertnější oproti mně, takže se tam trochu brzdím, protože já bych kecala celou dobu.

L: Napadá Tě ještě něco o čem jsme nemluvily? N: Určitě ne, už mě nic nenapadá...

SEZNAM LITERATURY

1. Abraham, G. (2002). The Psychodynamics of Orgasm. Int. J. Psychoanal., 83, 325-38
2. Alizade, A.M. (1999). Feminine Sensuality. London: Karnac Books
3. Baker, R. (1996). Válka spermií. Brno: Jota
4. Bancroft, J. (1989). Human sexuality and its problems. Edimburgh: Churchill Livingstone
5. Bentler, P.M. (1979). Model of female orgasm. Abstract of International Academy of Sex Research, 5th annual meeting
6. Capponi, V., Hajnová, R., Novák, T. (1994). Sexuologický slovník. Praha: Grada Publishing
7. Clarkson, P. (1999). Gestalt Counseling in Action. (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage
8. Čihák, R. (2002). Anatomie 2 (2.vyd). Praha: Grada Publishing
9. Feldman, T. (2002). Letters to the editor. Int. J. Psychoanal., 83, 1435-1437
10. Fisher, S. (1973). The Female Orgasm. London: Allen Lane
11. Fisher, S. (1989). Sexual images of the self: the psychology of erotic sensations and illusions. New Jersey: Lawrence Erlbaum Ass.
12. Frankl, V.E. (1952). The Pleasure Principle and Sexual Neurosis. The International Journal of Sexology, 5, (3), 128-130
13. Freud, S. (1997). Nová řada přednášek k úvodu do psychoanalýzy. Praha: Psychoanalytické nakladatelství
14. Freud, S. (2000). Spisy z let 1904 – 1905. Praha: Jiří Kocourek
15. Friedman, R.C. & Downey, J.I. (2000). Psychoanalysis and Sexual Fantasies. Archives of Sexual Behavior, 29, (6), 567-86
16. Geer, J.H. & Fuhr, R. (1975). Cognitive factors in sexual arousal: The role of distraction. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 44, 238-243
17. Glenn, J. & Kaplan, H. (1968). Types of orgasm in women: A critical review and redefinition. Journal of The American Psychoanalytic Ass., 16, (3), 549-564
18. Goodwin, A.J. (1989). Subjective Sexual Awareness: An investigation of these phenomena in women's sexual arousal. (Doctoral dissertation, Boston University). Disertation Abstract International, No 8905702

19. Grigg, R., Hecq, D., Smith, C. (1999). Female Sexuality. UK: Rebus Press
20. Hawton, K., Gath, D., Day, A. (1994). Sexual function in a komunity Hample of modele-aged women with patente. Arch. Sex. Beh., 23, 375-395
21. Heart, M. (2001). A země se pohnula. Praha: Euromedia Group
22. Heath, R. (1972). Pleasure and brain activity in man. The Journal of Nervous and Mental Disease, 154, (1), 3-18
23. Hite, S. (1976). The Hite Report. New York: Dell Publishing
24. Janus, S.S., Janus, C.L. (1993). The Janus Report on Sexual Behavior. New York: Willey and sons
25. Jensen, S. B. (1993). Diabetic sexual dysfunction. Arch. Sex. Behav. New York: Willey and sons
26. Kimes, L.A. (2001). „Was it good for you too?“ An exploration of sexual satisfaction. (Doctoral dissertation, Kansas University). Disertation Abstract International, No 3029144
27. Klassen, A. D., Wisnack, S. C. (1986). Sexual experiences and dribling aminy women in a U.S.: national survey. Arch. Sex. Behav., 15, 363-392
28. Kolodny, R.C., Masters, W.H., Johnon, V.E. (1979). Textbook of Sexual Medicine. Boston: Little Brown and company
29. Levitt, E.E., Freese, M.P. (1984). Relationship amongintravaginal pressure, orgasmus dunction, parity factors and urinary leakage. Arch. Sex. Beh. 13, 261-268
30. Lowen, A. (2002). Bioenergetika. Terapie duše pomocí práce s tělem. Praha: Portál
31. Kratochvíl, S. (1997). Základy psychoterapie. Praha: Portál
32. Kratochvíl, S. (1999). Léčení sexuálních dysfunkcí. Praha: Grada Publishing
33. Kratochvíl, S. (2002). Sexuální starosti a radosti. Praha: Portál
34. Marek, J. (1990). O meditaci. Bratislava: CAD Press
35. Marriott, M. (1994). Not Frenzied, but Fulfilled. Newsweek, 17, 58-59
36. Maslow, A. (1973). Náboženství, hodnoty a vrcholné prožitky. NY: Viking Press (překlad do Čj: T. Vocelka, 1992)
37. Maslow, A. (1999). Toward a Psychology of Being. (3rd ed.) New York: Van Nostrand Reinhold
38. Masters, W.H., Johnson, V.E. (1970). Lidská sexuální aktivita. Praha: Horizont
39. Mead, M. (1950). Male and Female. London: Gollantz
40. Meinhold, W.J. (1992). Velká příručka hypnózy. Sk: Fontana Kiadó

41. Michael, R.T., Gagnon, J.M., Lauman, E.O., Kolota, G. (1994). Sex in America. Boston: Little Brown
42. Mitchell, S., Black, M. (1999). Freud a po Freudovi. Praha: Triton
43. Morfia a kol. (1987). Marital sex frequency and midcycle female testosterone. Arch. Sex. Behav., 16, 262-268
44. Mosher, D. (1980). Three dimensions of depth of involvement in human sexual response. Journal of Sex Research, 16, (1), 1-42
45. Nakonečný, M. (1997). Encyklopedie obecné psychologie. Praha: Academia
46. Poněšický, J. (2003). Fenomén ženství a mužství. Praha: Triton
47. Prochaska, J.O., Norcross, J.C. (1999). Psychoterapeutické systémy. Praha: Grada Publishing
48. Raboch, J., Boudník, J., Raboch, J.jun. (1988). Rozvoj orgastické schopnosti u mladých žen. Čs. Gynekologie. 53, 196-198
49. Reich, W. (1993). Funkce orgasmu. Praha: Concordia
50. Ridley, M. (1999). Červená královna. Praha: Nakl. Mladá Fronta
51. Sayers, J. (1999). Matky psychoanalýzy. Praha: Triton
52. Schell, D. (2003). Přednáška bez názvu, prezentovaná na hodině: Humanistic Psychology. Washington, DC: Foggy Bottom Campus
53. Seeber, M., Gorrell, C., Ross, M. (2001). The Science of Orgasm. Psychology Today, 34, (6), 48-54
54. Sholty, M.J. a kol. (1984). Female Orgasmic Experience: A subjective study. Archives of Sexual Behavior, 13, (2), 155-164
55. Strauss, A., Corbin, J. (1999). Základy kvalitativního výzkumu. Boskovice: Nakladatelství Albert
56. Terman, L.M. (1951). Correlates of orgasm adequacy in a group of 556 wives. Journal of Psychology. 32, 115-172
57. Weiss, P. (1998). Sex. Praha: Alberta Plus
58. Weiss, P. (2000a). Orgasmus u žen. Čes. a slov. Psychiatrie, 96, (7), 381-384
59. Weiss, P. (2000b). Sexuální vzrušivost a orgastická schopnost u žen. Praktická gynekologie, 4, 5-9
60. Weiss, P., Zvěřina, J. (2001). Sexuální chování v ČR – situace a trendy. Praha: Portál

61. Zvěřina, J. (2003). Sexuologie (Nejen) pro lékaře. Brno: Akademické nakladatelství CERM

Pomocná tabulka pro analýzu rozhovorů

Prožitek orgasmu

těžké nalézt slova	
fyzický prožitek	
psychický prožitek	
stav vědomí	
vnímání partnera	
zavřené x otevřené oči	
mluvení	
vnímání času	
podobný prožitek	
opačný prožitek	
rozkoš x bolest	
masturbace x s partnerem	
ejakulace	
smích x pláč	
po alkoholu, drogách	
roční období, měsíční cyklus	
vliv pozice na prožitek	
tma x světlo	
dárek pro partnera	
nemusí mít orgasmus	
tlak, aby měla orgasmus	
smysl orgasmu	
neobvyklosti	

Typy orgasmů

osobní rozdělení	
klitoridální x vaginální	
společný	
noční	
vícečetný	
sekvenční	
emocionální	
empatický	
prožitek partnerova orgasmu	
předstíraný	

Prožitek sexuální aktivity vedoucí k orgasmu

metafora	
dominantní smysl	
fantazie s partnerem	
fantazie při masturbaci	
vnímání okolí	
stupňování vzrušení	
oddalování orgasmu	
zábrany v dosažení orgasmu	
potřeby k dosažení orgasmu	
nevyhnutelnost	
hranice, zlom	
poddání se	

První orgasmus a vývoj orgastického prožitku

při sexu s partnerem	
při masturbaci	
odjakživa	
vývoj orgasmu	