

Vaš kolačič

Recepti
za ženske
spolne užitke

Melinda Gallagher M.A.
i Emily Scarlet Cramer

S engleskoga prevela
mr. Mirjana Gračan



Škorpion

Sadržaj

CAKE-ova FILOZOFIJA: SVIJET PREMA CAKE-u	13
DIO I. <i>Sama sa sobom</i>	17
1. OD ROĐENJA DO NEVINAŠĆA	19
2. NJIŠI TIJELO I UBIRI NAGRADE	35
3. IGRAJTE PASIJANS	49
4. PITANJE JE VIBRACIJE	75
5. VRIŠTITE, AKO VAM SE PROHTIJE	87
DIO II. <i>Krenimo na posao</i>	103
6. NADIĆI MISIONARSKI POLOŽAJ	105
7. UZ MALU POMOĆ NAŠIH PRIJATELJA	139
8. SLATKE PROSTE RIJEČI	149
9. IZRAZITE SE	159
10. USPUTNI SUSRETI	171
DIO III. <i>Na putu</i>	195
11. MIT O PORNU	197
12. PRAVI MUŠKARCI I PRAVE ŽENE	223
13. IGRA MOĆI	247
14. ROĐENJE CAKE-ovog SENDVIČA	267
ZAHVALE	295
LITERATURA / IZVORI	297

POGLAVLJE 1

Od rođenja do nevinašca

U ljeto između šestog i sedmog razreda pročitala sam knjigu “Jesi li tamo Gospode? To sam ja, Margaret” od Judy Blume. Margaret je uvijek pričala o pronalaženju svoje “posebne točke”, a ja sam knjigu čitala dvaput ne bih li shvatila gdje se dovraga ta točka nalazi. I konačno, čim sam počela istraživati svoje tijelo, smjesta sam našla svoju dražicu (klitoris). Otada smo najbolje prijateljice!

Elizabeth, 22

Naše putovanje počinjemo na izvorima ženskog spolnog života – u najranijem djetinjstvu. Te su godine posvećene otkrićima: sebe kao djeteta, naših snova, osjećaja, dodira i istraživanja. Maštali ste davno prije vašega “prvog puta”. A vjerojatno je i vaš prvi poljubac uslijedio *nakon* vašeg prvog orgazma. Sigurno ste gledali filmove koji bi vas uspalili (sjetite se “Greas”), a da još tada niste imali pojma o stvarnom materijalu za uspaljivanje s kojim raspolazete. Bili su to trenuci u kojima smo prvi puta srele spolne užitke. A onda se upalilo svjetlo...

Ali nije baš sve bilo tako dobro. S jedne nas je strane radoznalost tjerala na istraživanje, a s druge smo učile kako je naša uloga biti spolno nedjelatna i podložna, uvijek monogamna i radije osjećajna nego seksualna. Ha, to baš i nije neki užitak! Usprkos tim poukama, nastavile smo istraživati u tajnosti kad nitko nije gledao. Znanje smo neumorno tražile, krale pa čak i prosile ne bismo li shvatile što nam se to događa s tijelom. Nepokolebljivo i s nešto

sreće, otkrile bismo svoj vlastiti put prema užitku i tako je započinjala naša spolna evolucija.

Gledajući unazad na ta primitivna vremena, jasno nam je da se naša spolnost ne pojavljuje odjednom u odraslom dobu ni iz čega. Spolnost je s nama od početka. Stoga se uputimo iza kulisa i kratko razgledajmo kakvog su traga ostavila na nas danas naša prva iskustva sa spolnošću. Pridružite nam se na ovom putovanju pri-sjećanja – od rođenja do nevinašca.

DJEVOJČICE SU DJEVOJČICE

Tek ste navršili jedanaestu i ležite u krevetu s vašim najmilijim mekim i svilenkastim jastukom. Obgrlili ste ga nogama i odjednom se počinjete o njega ritmički trljati. Osjećaj je kao kad vas nešto svrbi, a što više trljate to vam je bolje – stiskate jače i zibate se tvrđe o meku puninu jastuka, pa sve brže i sve snažnije, sve dok ne eksplodirate. Zbunjena ste i začuđena ali nikom ne odajete kako se zabavljate u krevetu. Nedugo zatim odlučite da ćete se opipati kako biste otkrile kakav je to osjećaj i tako otkrijete svoju osjetljivu dražicu. Svoj noćni ritual usavršavate i uskoro shvatite kako vam se dopada vaš miris, da vaše bradavice uživaju kad ih stišćete, a golo tijelo uživa pod ritmičnim valovima zraka što dopiru sa stropnog ventilatora. Sve stvari koje i danas volite.

Oh, ta mjesta koja posjećujem! Renee (27) žali što joj nitko nije objasnio da su njeni prvi spolni osjeti (a imala ih je napretak) posve prirodni. Sa sedam godina pojma nije imala da nije jedina djevojčica koja se voli penjati po užetu u gimnastičkoj dvorani! Nitko, pa ni njezine prijateljice, nisu s njom razgovarale o seksu, a kamoli da bi spomenule masturbaciju, pa si je stoga počela zau-stavljati ruke svaki put kad bi se uputile ispod pojasa. U višim razredima osnovne škole čula je o “ružnom” običaju trljanja što rade samo dječaci, ali je zaključila da to mora biti nešto drugo od onoga što ona radi pa je nastavila s ugodnom praksom.

Žensko tijelo očito nije tako komplicirano kad njime može ovladati šestgodišnjakinja i to bez instrukcija. Roberta (23) otkrila je

svoj dražicu kad se brisala nakon piškanja. Dok se jednom brisala primjetila je da se nešto događa. Ponovila je pokret i otkrila dražicu da bi svega nekoliko trenutaka kasnije doživjela svoj prvi orgazam. Sve se to dogodilo prije no što je postala svjesna što joj se događa – jedino joj je bilo važno da u tome uživa! Nakon što prvi put otkrijemo spolni podražaj, sljedeći prirodni koraci su masturbacija i, nadamo se, orgazam – a to je točno put koji slijede mnoge djevojčice poput pačića u vodu.

Naravno da ne ide uvijek sve tako glatko. Maggie (35) rano se počela dodirivati. Bilo joj je ugodno ali se čarolija nije nikad dogodila. S četrnaest ju je njezin momak nagovorio da ponovno proba. I tako se jednog dana dala na trljanje odlučna otkriti u čemu je to takav užitak. Cijeli popodnevni odmor nakon škole provela je u svom krevetu naizmjenice trljajući dražicu. Počela je s lijevim kažiprstom, pa lijevim srednjakom, pa ponovno lijevim kažiprstom i tako naizmjenice jer bi se prsti umorili. Prstima je trebalo oko sat vremena da konačno desni srednjak pogodi u sridu i obavi posao. Sjeća se što je u tom trenutku mislila: “Glava će mi puknuti. Umrijet ću ovdje i tako će me naći mrtvu s rukama u gaćicama!”

Kad žene rano nauče masturbirati i kad to često rade, pravi je povod za slavlje. Nakon našeg prvog orgazma, više nema povratka na staro. U tom jednom trenutku istinski shvatimo vezu između spolnih misli, onog osjećaja “tamo dolje”, sposobnosti našeg tijela da iskusi užitak i pozitivne moći svega toga. Možda nam još nije jasno što to sve znači, ali smo sigurne da to želimo ponoviti i još češće ponavljati...

Naputak za užitak: Prisjetite se jednog postupka koji ste sama otkrila kao dijete, a koji vam je godio (možda skakanje na velikoj lopti, vožnja na ski-liftu s tanjurićima...) i probajte to ponoviti.

OBITELJSKO DOBA

Upravo se zabavljate u kadi kad ulazi vaša majka i viče: “Prestani se dirati! Izlazi iz te kade i prekini s tim zlim mislima!” Znala ste da će tako postupiti! Završit ćete u paklu zbog tih nedjela. Ali umjesto da se obuzdate, samo se bolje pazite da vas mama ne otkrije.

Kad se masturbacija nasilno skriva u domu, lako je posramiti se zbog spolnog napredovanja. Čak i onda kad nas otvoreno ne grde i ne obeshrabruju, ipak znamo da našu navadu smatraju “pogubnom”. I tako se zatvaramo u sebe te potajice nastojimo otkriti kako same postići željeno zadovoljenje. I nije nam potrebno mnogo prakse u pravom pravcu pa da se uključimo u utrku. Daaa!

Kad je Melissa navršila trinaestu, njezina joj je majka nekim čudom kupila vibrator za rođendan! Mama ju je uputila kako s njim raditi s riječima neka “se prvo s tim zabavlja i nauči što joj godi prije nego se upusti u istraživanje s nekim drugim”. Ovaj majčinski pothvat pomogao je Melissi (danas 31 godišnjakinji) da prihvati svoje tijelo i svoje užitke kao svoje vlastite te da je samo na njoj da odluči kada i kako će ih podijeliti s nekim drugim. Mnogo godina i tisuće orgazama kasnije, savjet Melissine majke odlično je djelovao.

Melissa se smatra rijetko sretnom djevojkom. Mnoge među nama ne dobiju takav pozitivan poticaj od svojih obitelji pa se stoga, umjesto toga, uputimo same bez ikakvog iskustva u potragu za užicima. Do tog nas doba redovito upute u to kako to rade kukci i ptice ali ni riječi o tome kako se pare i razmnažaju sisavci! A tako smo žarko htjele da nas netko uputi u to kako to rade ljudi i da nam objasni zašto ne možemo obuzdati svoje ruke od spuštanja u gaćice.

Lula (35) sjeća se da joj je jednom njezina mama hrabro pokušala objasniti nešto o seksu, ali se začas spetljala i posramila. Ona je majka nabavila knjigu iz koje je njoj i sestri htjela čitati o seksu, ali čim je otvorila prvu stranicu, stale su se hihotati i tako je taj pokušaj propao. Lulina je majka demonstrativno zalupila koricama

knjige i ljutito poviknula: “Oдите k vragu i naučito to same kako god znate!” I Lula je upravo tako i postupila.

I djevojčice i dječaci dožive spolno uzbuđenje rano u djetinjstvu – njima je to čista tjelesna zabava. Takva rana istraživanja ne bi trebalo obojiti sramom ni strahom da bi takvo ponašanje smjesto moglo voditi u vezu i spolni odnos. U najranijoj dobi, spolni užitak nije ničim ograničen ni obilježen niti je tabu – on jednostavno jeste.

Naputak za užitak: Ispričajte svom partneru ili prijateljici neko spolno uživanje iz djetinjstva za koje smatrate da oni ni ne sanjaju da ste ga imali – kao na primjer, da, da ste svako poslijepodne kad ste se vratili iz škole redovito masturbirali.

NAPOMENA RODITELJIMA

Djeca su spolno radoznala i to je prirodno i zdravo. I vi ste takvi bili pa će takva biti i vaša djeca. Ničim ih u tome ne možete zaustaviti – a i zašto biste? Da biste više doznali o zasebnim stepenicama djetinjeg spolnog razvoja, provjerite u knjizi: *Od pelena do prvog spoja: Roditeljski vodič za podizanje spolno zdrave djece* Debre W. Haffner.

DOSADNI SPOLNI ODGOJ

Sjećate li se onih zabavnih sati spolnog odgoja koje smo svi trebali pohađati ali odvojeno – djevojčice u jednom, a dječaci u drugom razredu? Iako nismo točno znale što poučavaju muške u njihovom razredu, spolni odgoj za nas djevojke sastojao se uglavnom u upoznavanju s kompletom za mjesečnicu. Znači hoćete nam reći da ćemo uskoro početi krvariti i da stoga tamo dolje trebamo zalijepiti smiješni komad vate i onda moliti da ne umremo od otrovanja? Pubertet je stvarno mora!

Dvodimenzijske slike maternice prije su nalik na kravlju glavu s ušima i rogovima od jajovoda nego sastavni dio naših tijela. U najboljem slučaju dosadno, a u najgorem zastrašujuće. Ljupki ružičasti ulošci u toaletnim torbicama s automatskim zatvaračem koje nosimo u WC i tamo isprobavamo. Kasnije smo naučile da te stvarčice ne treba pokazivati našim dečkima u razredu i drugima.

Naša nastavnica tjelesnog odgoja u srednjoj školi poučava spolni odgoj što je pomalo čudno. U svojoj trenerici boje lavande, priča nam o svim užasima mladenačke trudnoće i pokazuje nam strašne slike svih spolno prenosivih bolesti pod suncem. To se dogodi svakoj curi koja prerano daje onu stvar. Ti, zločesta, zločesta curo! Naravno, ni riječi o masturbaciji, o tome kako seks može biti užitak, ni o orgazmu. U stvari, ni spomena uživanja.

ULOŽENO – OSTVARENO

Opet ste u svojoj sobi, lijepite postere s privlačnim mladićima i pop-zvijezdama pa zatim usnicama dodirujete hladni sjajni papir na zidu. Mmm...hmm. Zatim sklopite oči, zabacite glavu i obgrlite svoje tijelo kao da grlite Simona LeBona ovdje u vašoj sobi. Što... to...u biti radite? Bez obzira koliko smo kreativne, ti nam pokreti ipak najvećim dijelom dolaze posve spontano. U mladosti smo poput malih usisivača koji usisavaju svaku informaciju na koju naiđu a zatim je isprobavamo kako bismo iskusile što nam donosi. Reagiramo na otvoreno seksualne slike ili ideje, a da još pojma nismo što to gledamo ili čitamo.

Značajan broj žena doživi prve susrete sa spolnošću nakon što naiđu na očev primjerak časopisa *Playboy* ili *Penthouse* skriven negdje na dnu ladice pod rubljem, na dnu hrpe časopisa u WC-u ili u podrumu. Jednako je to često i kriomice odgledan neki vrući ponoćni program na kabelskoj televiziji ili neki bratov porno video. Kad nabašemo na tu zabavu za "odrasle", obuzmu nas slatki osjećaji čuđenja, zbunjenosti, titranja i neslućene radoznalosti. Smjesti shvatimo da je seks, između ostalog, i vizualno uzbudljivo iskustvo.

Rose (34) oslobađala je tenisku lopticu koja se zaglavila uz za-
batnu gredu u spremištu roditeljske kuće kad joj se cijela kolekcija
očevog Penthousa sručila pred noge. Bila je usred gomile porno-
grafije. To je popodne provela sjedeći na hladnom betonskom
podu listajući šest brojeva potpuno opčinjena slikama golih žena.
Činile su joj se moćne i samopouzdanе, poput superheroja ili bo-
žica, djelujući sretno i zadovoljno pa čak i dominirajuće. Sa sočnih
je stranica naučila da se može seksati i u kupaćem kostimu, a kako
je bila dvanaestgodišnjakinja, uživala je u presvlačenju i maskira-
nju! Mogućnosti su se činile beskrajne – seksati se moglo i na zu-
barskoj stolici dok zubar iz pozadine promatra, na poklopcu auto-
mobilskog motora kad ga odvezeš automehaničaru, ili na kupu si-
jena tijekom satova jahanja...što joj se sve činilo strašno privlačno.

Djevojčice su premlade da bi mogle prosuđivati politiku porno-
grafije. Te su im slike jednostavno otvoreni prozor u skriveni dio
spolnosti koji im je dotad bio nedostupan. Slike su nabijene spol-
nošću, moćne su i zabranjene, ali – potpuno razgolićene! Moguće
je pretpostaviti da će nas ozlojediti vragolaste poze i retuširane
“ljepotice”. Ali nije tako jer je prva reakcija obično znatiželja, a ne
ogorčenost.

Sjajnih boja i dramatičnih poza gotovo potpuno razgolićenih
žena na naslovnici i u sredini časopisa, te izazovne stranice otvara-
ju nove svjetove. Prvi pogled na stranicu na kojoj su gole žene ili
parovi u seksualnoj igri, zasigurno u nama izaziva prirodnu tjeles-
nu reakciju. Judi (39) prvo je osjetila ugodno sitno žarenje među
nogama kad je bila u posjeti starijoj udanoj sestri. Bila je u sute-
renskoj prostoriji uređenoj za igre – bio je tu bar i dva zahoda, je-
dan za “gospodu” a drugi za “dame”. Otvorila je vrata muškog za-
hoda i ugledala zidove obljepljene “prljavim” posterima i slikama
iz časopisa od čega joj se na čas zavrtjelo u glavi. Ruka joj se prirod-
no spustila u gaćice i brzo je doživjela orgazam. Možete se kladiti
da se tih ranih dana često spuštala u te podrumске prostorije.

Nakon što je otkrila idealizirane obline grudi i bokova u *Pentho-
useu*, Violet (26) je počela flomasterima crtati vlastite slike golemih
penisa i grudi u svim bojama duge. Ne sjećam se zašto sam to

počela crtati, ali se dobro sjećam neugodnosti kad je prijateljčina sestra zgrabila moj crtež sa stola. “Sad ću te tužiti mami!” i odjurila niz hodnik. Njihova me mama smjesta odvezla kući i prisilila me da obećam da ću sve priznati svojoj mami. Naravno da joj nikad nisam rekla. Sjećam se samo koliko sam bila sretna što nisam bila kažnjena za moje “nedjelo”. U mom sam adolescentskom umu donijela odluku da više nikad neću nacrtati sliku gole osobe! Lekciju sam dobro naučila! Otad sam strahovala precrtavati čak i slike u kojima je moj otac potajno toliko uživao.”

A onda je u osamdesetim godinama 20. stoljeća “video ubio radijsku zvijezdu” i naš se seksualni odgoj zauvijek promijenio. Svi smo htjeli svoj MTV. Tehničar kableske televizije pojavio bi se u stanu i instalirao nam čarobnu kutiju. Više nam nisu trebali ni dugouhi plišani zeko ni žičane antene. Gospode, na raspolaganju nam je gotovo šezdeset kanala!

Čekaj, čekaj, što je na ovomu? Ne vidi se ništa osim valovitih linija, i boja, i bljeskova...združenih i isprepletenih golih tijela. Glazba je poput one u dizalu, ali ugodnija, i povremeno se čuju uzdasi i krici ugone - “Oh, Bože. Oh, da, daa, dragi. Daj mi još malo.” Što se to događa? Čekaj, je li to stvarno? Što to oni rade? I zašto mi je od toga vruće među nogama?

Bianca (21) uvijek je voljela gledati televizijske scene seksa kasno u noći kad bi njezini roditelji spavali snom pravednika. Tako je i doživjela svoj prvi orgazam kad joj je bilo petnaest godina dok je na Playboyevu kanalu gledala djevojku kako masturbira. Očarano je promatrala žensku zvijezdu dok se ova uzdišući i stenjajući izvijala na ekranu pa je i Bianca automatski posegnula u svoje gaćice i oponašala pokrete.

Koliko god vaše otkriće bilo prijatno, dobro znate da ga ne smijete odati. Razvijete tehniku da brzo promijenite kanal ili kako da stišate zvuk u slučaju da vaši roditelji nešto načuju. A to samo pojačava užitak! Suzie (32) uvijek je pomalo bila uzbuđena od same pomisli da bi je netko mogao iznenaditi u masturbaciji nad zabranjenim slikama – maštanje koje je još i danas uzbuđuje.

Počinja potraga za dodatnim materijalima. U ruke vam stižu jeftini ljubavni romani u kojima junakinju otimaju ludi i opasni muškarci da bi je spasio junak na konju u kojeg se ludo zaljubljuje. Nadahnuta filmom *Indiana Jones*, Rebeccu (20) su opsjedale seksualne fantazije o tome kako je vezana i bespomoćna na kotaču koji se okreće. Viviannu (32) opsjedali su svi mogući scenariji akcijskih filmova u kojima se zamišljala kao zarobljena junakinja na brodu ili hrabra djevojka koja se skriva i spava pod vedrim nebom kako bi iz šume spasila odabranika svoga srca. Alexandra (28) puno je čitala o Anne Rice i sanjarila o tome kako je, dok spava, zavodi vampir.

Kad je Jennifer (32) bilo osam ili devet godina, bila je opsjednuta crticom *Chip 'n' Dale, Rescue Rangers* i sanjarila je o Chipu, koji je, da objasnimo, američka prugasta vjeverica, glavni lik tog crtica. Zamišljala je da je ranjen i da se o njemu mora brinuti, da mu mora skinuti pilotsku jaknicu i staviti ga u svoj krevet. Rachel (24) i prijateljicu očarala je sekvenca japanskog filma o plesačicama s lepezom pa su odjurile u svoju kućicu na drvetu kako bi tu erotsku scenu mogle same ponoviti. Drugim riječima, čak i kad vam dopuštaju da gledate samo umjetničke TV programe, ipak ćete i tamo naći nešto što će vas uzбудiti!

Slike koje je vireći u roditeljsku video zbirku zapazila, navele su Betsy (28) na zabranjene misli: prizori udaraca dlanom po stražnjici i veličanstveno podavanje, redovito su je uzbuđivali i dovodili do klimaksa već u ranoj dobi. Otkako je odrasla, redovito traži partnere koji uživaju u sličnim postupcima koji ih uzbuđuju i potiču njihove fantazije.

Naputak za užitak: Nađite ponovno taj film, knjigu ili časopis od kojeg ste prvi put doživjeli užitak i iskusite ponovno taj osjećaj spolne ljubavi. Za nadahnuće pogledajte naš popis Dječjih igara u kojem su navedene omiljene dječje igre.

SUVREMENA DJECA

“Ne želim odrasti, ja sam zaigrano dijete ... Još više bicikla, više vlakova, više video igara!” A i zašto bi itko želio odrasti? Djetinjstvo je vrijeme kad cijeli svijet nalikuje na avanturu koju treba doživjeti. Neprestano vas prožima osjećaj radosnog uzbuđenja. Istraživati se može gotovo sve, a naročito igračke. Gotovo da nema žene koja u djetinjstvu nije probala skinuti odjeću s Barbie i Kena i staviti ih zajedno u krevetić. Većina nas je prošla niz društvenih igara u kojima smo mogli ciljano istraživati svoju spolnost: Okreni bocu, Pet minuta zajedno u ormaru, Usudi se, ili već uobičajeni tulum na kojima je sve dopušteno. Niste li se već u ranom djetinjstvu posve prirodno igrali tate i mame, doktora i bolesnika? I koristili svaku priliku da se razodjenete, jer tko se želi igrati u odjeći?

Neke “životne činjenice” saznajemo putem mladenačkih viceva i šala koji puno otkrivaju. Na satu matematike u sedmom razredu, Terri (34) naučila je iz vica što to dječaci imaju među nogama – znate, onoga o tati koji stavlja svoj “auto” u maminu “garažu”. Odjednom je shvatila da svi dječaci u njezinom razredu imaju penis... što svakog pretvara u potencijalnog spolnog partnera. U tom času se jednostavno nije mogla otarasiti slike svih tih penisa koji se skrivaju iza patentnih zaponki na hlačama!

Naravno da u mladenaštvu takav doživljaj potiče maštu do ludih razmjera. Terri se počela pitati što bi sve mogla raditi s tim dječacima, masturbirala na ta maštanja dok bi oblom kutijicom za zubnu četkicu istraživala prostor među nogama. U srednjoj se školi zaljubila u Andrea koji se bavio sportom i imao krasno tijelo i penis. Na njemu je prvi put vježbala oralni seks, a kasnije s njim izgubila svoju nevinost na kauču u kući njegovog oca. I danas, nakon godina i godina, on je još uvijek njezin najdraži penis! Ono što je počelo kao šala pretvorilo se u kasna noćna istraživanja, a muški je ud postao neophodan rekvizit otad dalje.

Nevine igre idu s nevinim šalama pa nas i sam pokušaj da izgovorimo neku odraslu riječ navodi na neobuzdani smijeh. Kome treba zemlja slatkiša kad imaš zemlju seksa, igra koju je izumila

Dječje igre

- Poslijepodneвно uživanje sa sapunom
- Potajno zirkanje u Toma iz *Porky's*
- Međunožje Sharon Stone u filmu *Sirove strasti*
- Vudu rituali iz *Jedanaest dana, jedanaest noći*
- Radijski razgovori koji vas ostavljaju bez daha u programu *Ljubavni telefon* s Dr. Judy
- Zabranjena požuda iz *Priče sa zapadne strane*
- Mladi Richard Gere u *Američkom žigolu*
- Jane Fonda kad doživljava orgazam u orgazmičkom stroju u *Barbarelli*
- Moderna verzija bajke *Zgodna žena*
- Nepristojne kretnje iz filma *Nepristojni ples*
- Karate udarci Ralpa Macchioa
- Zlatni momak Shaun Cassidy
- John Taylor dok svira bas u Duran Duranima
- Jabba the Hutt dominirajući nad princezom Leiom
- Ronald McDonalldovo neodoljivo cerekanje
- Davy Jones dok mumlja melodije Monkeesa
- Donny Osmond dok pjeva sa sestrom
- Policajci Starsky i Hutch u lovu na zločince u seriji iz 1970-ih
- Batmanovo usko tamno odijelo
- James Bond s Pussy Galore
- Pjevač Prince dok masturbira s časopisom
- Žabac Kermit...gol pod francuskim ogrtačem
- Velike usnice Stevena Tylera
- "Ja Jane, ti Tarzan"
- Momak koji masturbira na tratinu u filmu Judy Blume *Wifey*
- Zavirivanje u poglavlje "spol" u velikoj enciklopediji
- Krvoločni i seksepilni vampiri Anne Rice
- Tabu tema ljubavi između brata i sestre u *Cvijeće s tavana* i *Plava laguna*
- Iskreni opisi masturbacije u *Mi i naša tijela*
- Ilustracije iz hokeja 1970-tih u *Radosti seksa*
- Neandertalsko udvaranje u filmu *Pleme spiljskog medvjeda*
- Patka Ping dok je udaraju po stražnjici u *Priči o Pingu*
- Rubrika o seksu Happy Hooker u *Penthouseu* u kojoj se živopisno opisuju postupci uzbuđivanja
- Priručnik *Liječnik govori djeci od 5 do 8 godina*
- Madonna dok gola stopira u svojoj knjizi *Seks*
- Produženi zagrljaj u *Ponos i predrasude*
- Emanuellini seksualni doživljaji u tajlandskom selu
- Lady Chatterley opsjednuta svojim ljubavnikom
- Katalog s grudnjacima JCPenny

Jesse (22) i njezine prijateljice iz dječjeg vrtića, a u toj se igri trebalo izvući u zahod i tamo se ljubiti i smijati? Maglovito su nazirale da u seksu ima nečega ali ga nisu povezivale sa svojim tjelesnim osjetima.

Igralište je plodno tlo na kojem se dječake može istodobno i mrziti i voljeti. Trčite igralištem a vaše simpatija za vama pa dok bježite od njega uzbuđeni ste od pomisli da bi vas mogao stići i zgrabiti. Prve spolne misli došle su Julie (33) dok se igrala kaubojka i Indijanaca, ili policajaca i lopova s drugom djecom iz susjedstva. Sad kad je odrasla razumije da je uvijek bila ta koja je voljela da je uhvate i zavežu za drvo, da joj stave lisice i odvuku u zatvor! O da, i danas voli da je se vezuje, ali ne o drvo.

Čak i da dok odrastate znate da vas zanima isključivo suprotni spol, može se dogoditi da istraživanje počnete s djevojčicama. Iako je Pam (21) oduvijek bila s muškarcima, prva je spolna iskustva u petom razredu imala sa svojim vršnjakinjama. Dječaci tog uzrasta bili su nespretni, ružni, neotesani i grubi, pa joj se činilo prirodno da se dodiruje s lijepim i dragim djevojčicama s kojima je ionako provodila većinu vremena.

Novootkrivena znanja o spolnosti razmjenjujete s prijateljima onako kako razmjenjujete sličice nogometaša ili žvakače. Ono što imate izložite na stol kako biste vidjeli tko ima nešto novo za razmjenu. U dobi od devet godina, Margaret (28) često je razgovarala o seksu s prijateljicama, a ponekad su jedna s drugom oponašale vođenje ljubavi. Naizmjenice bi igrale uloge muškarca i žene i grlile se i milovale jedna drugu i pritom uživale. Margaretine prve spolne misli potekle su od njezine grupe prijateljica jednako neiskusnih poput nje.

Zakopana duboko u vašoj ljubavnoj prošlosti mogu se kriti sjećanja o vašoj namjeri da se upustite u nešto prije nego što ste znali što je to što namjeravate. Karen (19) imala je prijateljicu Jodi, koja je uz dva starija brata poprimila muškobonjasto ponašanje. Vonjala je poput mladića i činilo se da zna puno o seksu. Jedne večeri kad su se njih dvije igrale, Jodi je nježno položila Karen na

pod uz njezin krevet i legla na nju dodirujući je po cijelom tijelu kako Karena nikad ranije nije ni sanjala. I danas su prijateljice iako nikad kasnije nisu progovorile o tome kako su se igrale kad su bile male.

Za djevojke koje vole momke, suprotni se spol brzo uključuje u igru. Iako su ponekad muški i ženski sportovi u školi odijeljeni, ništa vas ne sprečava da virite u susjedno igralište gdje se momci natječu i znoje. Svake subote, Missi (24) je iz svoje sobe promatrala mladog susjeda dok kosi travnjak pred kućom i osjećala kako je preplavljaju valovi vrućine i hladnoće. Susjed bi se sav oznojio dok bi gurajući kosilicu prolazio ispod njezinog prozora. Prije toga nije nikad ni pokušala masturbirati, ali je tog dana, nakon što si je on ostatak vode iz čaše prolio po oznojenom licu i grudima, osjetila želju i počela se dirati.

Vaše adolescentske simpatije jasno su povezane s osjećajem žarenja među nogama. Počinjete izlaziti s momcima i produbljujete spolne veze – od razmišljanja i razgovora o ljubavi prelazite na izlaske, poljupce i spolna milovanja. Ono što je počelo kao čisto žarenje među nogama sada je natopljeno društvenim značenjem i očekivanjima. Sve vas to izaziva i zbunjuje: to je vrijeme ispunjeno zdravim tinejdžerskim očekivanjima. Nitko vas ne razumije. Na čuđenje vaših roditelja, telefon vam je sada najbolji prijatelj. Provodite sate i sate namatajući telefonsku žicu na prst pričajući vašoj najboljoj prijateljici sve o najnovijoj simpatiji koju imate. Navršili ste šesnaest godina i javno počeli mazati usnice ružem. Buntovnica je rođena.

Kako nema nikoga tko bi vas poučio, posežete za jedinim pouzdanim izvorom koji mora imati sve odgovore – komercijalnom vrućom telefonskom linijom 1-900-HOT-SEXX. Julie (25) i njezina prijateljica s 14 su godina odlučile da potajno nazovu vruću liniju kako bi prvi put u životu probale nepristojne seksi razgovore. Julie pojma nije imala da njen tata stoji uz vrata i prisluškuje obožavanu kćerkicu dok ječi i stenje prateći upute totalnog neznanca na drugoj strani linije. Umarširao je u sobu, oduzeo joj je slušalicu, spustio je i rekao: “Julie, moramo smjesta razgovarati.”

Čim s maštanja pređete na tijelo, javljaju se pitanja o tome s kim, kako, kada i gdje izgubiti nevinost. U društvu vladaju neka uvriježena mišljenja iz kojih dobivamo konfuzne poruke: spolna nevinost, neiskustvo i neznanje kulturološki su vrijedne kvalitete kod djevojaka. Poučavaju nas da čuvamo nevinost poput najveće dragocjenosti baš kao da štedimo novac u kasici prasici, i mi brzo shvatimo da je “nevinost” naša najveća vrijednost. Kad se pojavi onaj pravi (naš muž) sa svim izgledima na financijski stabilan brak, ljubav i sreću, kad nas doslovce pokosi s nogu, tada smijemo razmaknuti noge.

Istodobno ste izloženu pritisku vršnjaka, i dobrih i loših. Svi oko vas ili to čine ili ne čine, i pate od društvenih posljedica svojih čina na oba načina. Istodobno i želite to zadržati jer je vaše blago, jer se od vas očekuje da čekate, jer je puno opasnosti, ali ga isto tako želite i izgubiti, biti kul, uživati u tomu i jednostavno to već jednom obaviti i tako skinuti s dnevnog reda!

Kad momci izgube nevinost, dobiju najbolju ocjenu i znak da su spremni navaliti. Kod žena, gubitak nevinosti doživljava se kao nešto što treba otpjeti. Čuj, curo, bolit će te, stoga stisni zube i podnesi to! Za momke, teorija glasi, što ranije to bolje – ali prva djevojka koja izgubi nevinost redovito zaradi etiketu “kurvica”. U prosjeku, spolne veze i odnos počinju i za muškarce i za žene oko sedamnaeste godine, da citiramo Stevie Nicks. No gotovo ni jedna djevojka ne doživi orgazam za prvog odnosa.

“Okej...oouh...prestani...U redu, još malo. *Ou!* Okej, nastavi... *Uspori!*”

Zvuči vam poznato? Suzan (26) opisuje svoje prvi put koje je završilo s riječima “Žao mi je, svršio sam. Ti si prokleta napeta!” A to nikako nije ona fantazija za koju smo se pripremale! Nekim je momcima teško prvi puta održati erekciju dulje od tri minute, a sve znamo da to nije dovoljno da bi djevojka uživala. Kakva je to besmislena operacija koja te pogodi poput hladnog tuša!

Moramo priznati da je prvi puta često težak i nespretnan doživljaj. Živčana ste, manjak tehnike vas odaje, a on koliko lako klizne

unutra toliko lako klizne i van...kako bi ta stvar trebala uopće funkcionirati? I naravno, tu ima i tjelesnih poteškoća. Može boljeti. Možete krvariti. Himen je stvarnost pa ako dotad niste jahali dovoljno konja ni vozili bicikl, vaš bi stvarno mogao biti još čvrst i neoštećen. Ali radosna, prijatna i pozitivna “prvi puta” su doista moguća, pa danas, uz odgovarajući stav i oboružane znanjem, možemo računati da ćemo u tome uspjeti.

Moniqueina (23) bajka s njenim prvi puta dogodila se kad je navršila 17, s njezinim dečkom s kojim je već dugo hodala u njevovnoj sobi dok su mu roditelji bili odsutni. Ona se nije sramila svoga tijela, a orgazme je doživljavala već od jedanaeste kad je prvi put masturbirala. Njezina ju je majka upoznala s dosta stvari u vezi seksa jer joj je već kad je imala 8 godina, počela čitati knjige na tu temu. Majka nije izbjegavala dati odgovore na sva Moniqueina pitanja poput onoga:”Mama, a što je to penis?”. Istodobno joj je savjetovala da pričeka s prvim odnosom sve dok nije sigurna da ima osobu koju voli i koja nju voli i koji će biti dobar za nju. Zanimljivo je da je, usprkos pričama o tome kako je prvi puta užasno za djevojke, Monique odmah doživjela orgazam i da je bila spremna isprobati i druge ljubavne položaje osim onoga starinskog misionarskog. Zahvaljujući tome što se ugodno osjeća u svom tijelu i što je već imala neko predznanje o vođenju ljubavi, njezino prvi puta pokazalo se pozitivnim i radosnim doživljajem – a sve zbog njezine mame! To je više od početničke sreće.

Naputak za užitak: Okupite grupu kod kuće i igrajte se Zavrti bocu kako biste se podsjetili na one divlje mladenačke godine.