

e-vestnik.bg

Жената прави ерекцията на мъжа, не "Виагра" и "Левитра"

- Не може ли без "Виагра" и "Левитра"? На какво се дължи т. нар. еректилна дисфункция при мъжете, когато причината не е здравословна?

- Аз не обичам диагнози. Ерекция не значи възбуда. Преведено на български ерекция значи изправяне. Всъщност се случват много неща. Един мъж вижда със сетивата си своята партньорка. Ако нея я няма, той мастурбира, фантазира или гледа филм. Ние казваме – сексът не е между твоите бедра, а между твоите уши. Там, в главния мозък, има определена структура, която отговаря да се получи тази положителна емоция – половата възбуда.

Оттук насетне какво се случва – през продълговатия мозък тази полова възбуда отива на друго място – в гръбначния мозък и вегетативната нервна система. Там е центърът на ерекцията. До него е центърът на еякулацията. Те са като две срещуположни врати на апартаменти от един етаж – близо са един до друг. Затова старите хора казват: „Пазете си кръста, момчета“. Оттам нервният импулс отива в пениса. Там има 2 артерии, които донасят кръв и 2 вени, които я връщат обратно. Когато няма полова възбуда, артериите носят кръв, тя се връща обратно по вените. Случи ли се половата възбуда, тогава центърът на ерекцията е заангажиран, изпраща нервен импулс, той притваря

вените и отваря артериите. Кръвта не се връща назад и влиза в това, което се казва пещеристо тяло на пениса на мъжа. То е абсолютно същото като гъбата, която стои на всяка мивка. В пениса има пикочен канал и това гъбесто пещеристо тяло. Това тяло е обвито с една съединително-тъканна обвивка, която има определена възможност да се разширява (на дълго и на широко). Когато кръвта влезе в пениса, тя пълни това пещеристо тяло, то се уголемява и набъбва до определени размери, защото тази обвивка не може да се разширява безкрайно. Когато се изпълни до край и се уголеми това пещеристо тяло, пенисът се изправя. Ето защо ерекция значи изправяне, а не втвърдяване. Набъбва пенисът и се уголемява, и се изправя, и е готов. Когато мъжът е пленен от чара на партньорката си и от нейното умение да го възбужда по 1001 начини, всичко е окей.

- Тоест, ако не се получава, не е пленен достатъчно от партньорката си, така ли?

- Няма мъж на този свят, който да не е получил поне веднъж някакво смущение в качеството на възбудата си по ред причини. Но сексът е между нашите уши. И когато се случи това – да не стане както трябва (това важи и за бързото свършване), в психиката на мъжа винаги възникват следните въпроси – какво става с мен, защо така се получава и какво ще стане следващия път? Това психологично състояние аз го оприличавам като това на ученичка в седми клас преди класно по математика. Страх, напрежение, тревога – какво ще се случи. И аз вече отивам на изпит, а не отивам да дам и да получа удоволствие. Отивам на изпит! Целият съм в напрежение и моето внимание вече не е към партньорката, а към моя пенис и качеството на неговата възбуда по време на т. нар. любовна игра. Дори да успея да го сложа във влагалището, пак го мисля. В резултат на това вниманието ми не е към нея. Тя може да се старае много, да е най-красивата, но аз съм сложил преграда пред нейното въздействие. Все едно гледам един мач, жена ми бърше праха, избутва куплунга на антената и мачът ми го няма. Затова българският народ казва – като се вдига долната глава, горната не трябва да гледа надолу. Уморен може, кахърен - не. Пенисът е ахилесовата пета на всички мъже. Защото се вижда. При вас е лесно – отворите краката и няма това притеснение.

- Какво е правилното поведение на жената в проблемни за мъжката ерекция ситуации?

- Ето това трябва да знаете вие жените – че когато на един мъж му се случи да не му стане, общоприетото поведение не е правилно. Добрата жена успокоява. Да, ама това въздейства още по-лошо на мъжа. Още повече го притеснява. Тук не е нужно успокояване, а проблемът да се сложи настрана. „Чакай, това не е единственото, с

което можеш да ме задоволиш – важна е твоята прегръдка, твоята целувка, твоята близост“. А не, както жените си мислят, че е правилно да кажат: „Хайде, нищо, спокойно, случва се, следващия път ще е по-добре“. Следващия път ще съм още по-напрегнат, още по-тревожен. Трябва да има едно спокойствие между двете уши на мъжа. Второ – добра и приятна обстановка – да не бързае, да не се притесняваме. Третото е, че не аз, а ти ще ми направиш ерекцията. Защото артериите не се отварят чрез пряк сигнал от главния мозък, а центърът на ерекцията, както казахме, е в гръбначния мозък, зависи от вегетативната нервна система, а тя не е волева. Много жени слагат ръце между краката и чакат да се случи ерекцията на мъжа. Господ дава, но в кошара не вкарва!

Ерекцията на мъжа е нещо, което жената трябва да направи – да гали, да милва, да целува. Навсякъде и по всичко. Като бях на един конгрес в Кайро, закарали са ни в Националния музей да видим там какво има в египетските пирамиди и на една мозайка гледам фараонката прави на фараона френска любов. Това е част от стимулацията на мъжа от страна на жената. Това го има и в природата – животните също се стимулират по този начин. Ето това е един важен механизъм – психологията - за да се получи добра и хубава възбуда при мъжа. Втората съставка при една мъжка ерекция е половият хормон. Той превръща момичето в жена, момчето в мъж, но после е в основата на ищаха, на желанието. Само че в природата това нещо е циклично – има разгонване и периоди, в които не се прави секс. Ние, хората, сме част от тази природа. Само че сме социални животни и правим секс, когато имаме възможност, а не когато ни идва отвътре. Дай Боже да съвпадат тези неща, но не винаги е така.

Дори и най-добрият нападател във футбола понякога тича цял мач, не може да вкара гол и казва: „Днес не ми е ден“. Важното е хората да имат настроението за секс, а не да го правят, защото два-три дни не са правила и трябва да се отчетат. А и настроението трябва да си го създадем. Не става от вратата за краката. Ако сме млади – хубаво. При мъжете има една особеност – че след началото на пубертета до към 25-ата година има едно високо постоянно ниво на половия хормон. Един млад мъж, само да го погледнеш с твоя хубав поглед, ще му стане. Само да си помисли за теб, ще му стане. Но след 25-ата – 30-ата година има едно естествено биологично намаляване на това високо ниво. Дядо ми, като ме заведе да ми покаже новото вино и като го питам защо не е напълнил кацата догоре, казва: „Ври и кипи това вино, затова“. Оттам и приказката „улегнал мъж“. А жените си мислят едва ли не, че той като я види, трябва да му стане. И се започва: „Ти мислиш за друга, ти ми изневеряваш, аз не съм ти достатъчна“. Не. Ти не си достатъчно умелятелна. Не че той не те харесва.

- Често мъжете се оплакват, че „засичат“ заради стрес в работата. По какъв начин се отразява стресът на секса?

- Половият хормон е свързан с отрицателния стрес. Тези структури от психиката, чрез които човек изживява положителни и отрицателни емоции, са свързани с една хормонална жлеза. Тя е извън главния мозък и се нарича хипофиза, но ръководи всички жлези с вътрешна секреция в нашето тяло. Когато аз изживявам отрицателен стрес, той, по този хормонален път, потиска функциите на половите жлези. През Втората световна война, по време на блокадата на Санкт Петербург, спира мензисът на всички жени. Заради отрицателен стрес. Свършва блокадата, тръгва им мензисът. Така е и при мъжете. Един отрицателен стрес потиска функциите на техните полови жлези и намалява нивото на тестостерона.

Навремето аз бях военен сексолог и журналистките ме питаха защо слагаме бром в чая на войниците (б. р. - за потискане на половата възбудимост). Няма такова нещо, защото цялото поделение ще излезе от строя. Просто отрицателните преживявания подтискат сексуалността на този млад човек. Като стане старо куче, стар войник, започва да се сеща за секс. Ето как са вързани нещата. Това е за половия хормон.

Второ, състоянието на кръвоносните съдове. Ерекцията при мъжа е игра на кръвоносни съдове – затваряне на вени и отваряне на артерии. Като бях на първия ми конгрес по сексология в Хайделберг в средата на 80-те, темата беше „Бягащата ерекция при мъжете“. Установява се, че след като се започне възбудата на мъжа в резултат на целувките и прегръщанията, ерекцията е налице. Но докато мъжът си сложи презерватив (а той не винаги е най-точното и удобно място), става едно прекъсване за момент на половата игра и съвсем естествено вените се отварят. Те всъщност не се затварят напълно никога, а остават притворени. И във всички подобни случаи става едно леко отслабване в качеството на възбудата. Затова там обучават момичетата още в шести клас – тренират в час на класния, те да слагат презерватива на момчето. Нагласяването на партньорите от една поза в друга също е свързано с едно леко отпускане. Съвсем естествено е. Но умятелната жена ще възстанови възбудата на мъжа, преди penisът да влезе в нея. А не да му вика: „Спокойно, случва се“!

Разбира се, има заболявания на съдовете, ендокринни заболявания и т. н., но те са редки – няма да ги споменаваме, да не плашим хората. Има и друго нещо – това притеснение в човешкия организъм е свързано с едно ръсене на адреналин, на стресовия хормон, от надбъбреците в кръвта. А адреналинът като се излее в кръвта, свива кръвоносните съдове и артериите. Е как ще се напълни penisът на мъжа тогава?! Ето как са навързани нещата. Третият фактор – вегетативната нервна система. Ерекцията не се получава като си помисля, а трябва да се задейства и вегетативната система, за да стане. Да, но това не е волеви процес. Вегетативната нервна система

командва и черния ми дроб, и бъбреците. Аз снощи, ако съм бил на рожден ден, не мога да „пусна“ черния ми дроб да работи по-бързо, за да ми изчисти хидроксилните групи, за да не ме боли главата. Ето това трябва да знае жената – ерекцията при мъжа не е втвърдяване, а уголемяване, изправяне, уплътняване на пениса. И второ – това не е волеви процес – ако поискаш да светне лампата, тя няма да светне, защото си го мислиш. Трябва някой да натисне ключа. Мъжът е такъв, какъвто жената го направи, а жената е такава, каквато мъжът я направи. Ето взаимното партньорство в любовенето.

Думата секс не я обичам. Сексус от латински значи цепене на две. А любовенето е по-хубаво – давам и получавам удоволствие. Тези неща не са от вчера. Особено важно е, когато при мъжа има едно неставане, невъзбуда, бързо свършване или невъзможност за свършване, този проблем да иде малко настрана. Да се заложи на едно полово общуване, при което целта не е непременно и само половото сношение, а да се намерят повече начини на любовенето, чрез които да си доставяме удоволствие. Тогава в психиката на мъжа отпада този тежък въпрос: „Как ще се представя следващия път?“ и тогава и другите неща, наречени медикаменти за лечение на всякакви там дисфункции, помагат. Иначе се налива една каца без дъно. Нито „Левитра“, нито „Виагра“ – нищо не може да помогне, ако насреща си мъжът няма една умейтелна жена. Няма срамни неща, няма неестествени, няма ненормални. Ако тези неща си ги пожелаем и двамата, и никой не насилва другия за това, и не уврежда неговото психическо и физическо здраве, няма извратени неща. Важното е да намираме пътя един към друг, да се любим и да си доставяме удоволствие.

- Защо според вас мъжете не са настроени да обръщат достатъчно внимание на удоволствието на жената?

- В миналото никой не обръщаше внимание на женската сексуалност. На това започна да се обръща внимание някъде 70-те-80-те години на миналия век. Дотогава мъжът си свърши работата, обърне се и заспи. Женската сексуалност е по-различна от тази на мъжете, защото първо – призванието за една жена е зачене, да роди и да отгледа рожба. Тоест, монетата секс има две страни – продължаването на живота и даване и получаването на удоволствие. Мъжът си взимаше своето като удоволствие – това беше сиренцето в капана на мишката. Откакто жената се еманципира – началото на 20-и век, а след това взе много ключови професионални позиции, тя излезе от семейството и стана финансово самостоятелна, значима. Тя потърси своето удоволствие в любовния си живот. Оказа се обаче, че мъжете са неподготвени за това. Защото има два вида производство в този живот – на материални блага и средства, които да ги произведат. В производството на самия живот е чувствената страна на нещата, а мъжете са неподготвени за това. Тогава лъсна (както маймуната като се качи на дървото ѝ лъсва червеният задник) тази неподготвеност на мъжете, а лъсна и друго – че жената също

не познава мъжа все още. Защото тук има и физиология, и психология. Човек не е буца сирене да го разделим на две и да кажем – това е психично, това е соматично. Този интензивен живот, борбата за хляба в края на миналия и началото на този век, тази непрекъсната конкуренция във всичко, няма как да не се отразят на качествата на мъжа и на жената, в които качества е да дадеш и да получиш удоволствие. Това е другата страна на живота – хедонистичната, чувствената, сексът. Трябва да дадеш и след това да получиш. Но за да дадеш, трябва да познаваш както себе си, тялото си, неговата физиология и неговите психо-физиологични нагласи за едно полово общуване, така и тялото на твоя партньор или партньорка. И ето го разминаването между двата пола.

- Ако мъжът е много консервативен в секса, как жената да получи удоволствието си?

- Българският народ казва: „С мама и татко до море, а със съпруг и съпруга - през море“. Какво лошо има в това, че една жена иска да покаже на мъжа си как да й доставиш желаното удоволствие? Лошо е тогава, когато той я нарича курва, мръсница и я пита: „От кого го научи това?“. Или обратното: „Коя ти го показва?“. Пак повтарям – това са естествени неща и когато правим секс по един и същ начин, навлизат навикът и ръждата. Трябва да има подправки и разнообразие. Днес се любим по един начин, утре по друг и тогава никога не омръзва. Хемингуей е казал: „Сексът – това е един безкраен празник“. Сексът е красота, а пътят към него е доброто познание на нещата. Не трябва да вкарваме неща, които да ни разделят. Аз не те притежавам, а ти се отдавам. Ти също. Не сме вещи. Ние се отдаваме на взаимните си чувства. Това е мостът между нас – отдаването на взаимни чувства. Иначе аз мога да си мастурбирам и с ръката, а не с твоята вагина и обратното. Това, което трябва да ни свързва, не бива да ни разделя. Затова трябва информираност и умейтелност. Информираният човек е истинският човек.

- Тоест, ако двама партньори имат проблем в секса...

- ... трябва да си говорят, а не да се упрекват един друг. Случва се, човешко е нещата да не се случват по най-добрия начин, но ако аз се постарая и ти се постараяш, ще се случи непременно. А не да разчитаме на фармации и т.н.

- Защо се използват толкова често хапчета за потентност?

- Може би защото, вие, младите (не ви упреквам, много ви се радвам даже), сте по-отворени, но някакси сте много забързани във времето и всеки иска да постигне максимумът във всичко – и в професия, и в личния живот, и в какво ли не. Дори има млади момчета, които идват тук и искат да им изпиша "Виагра" или "Левитра", без да им има нищо, просто защото нямали време. Има един час да се люби с момичето си и после трябва да ходи да бачка на компютъра и т. н. Е, кога ще живеем, питам аз. За всичко трябва време, а за любенето трябва дори повече време, отколкото за всичко друго. Хапчетата са добре дошли, но само, ако има нужда. Примерно, аз започвам половия си живот и искам да се представя добре – ще взема хапче, какво лошо има в това? Но то е подобно на онези помощни колелца, които човек си слага на велосипеда, когато не може още да кара колело само на две гуми. Това е хапчето. Или когато на някого му е за първи път – а на един мъж винаги му е за първи път, когато е с нова партньорка (не го забравяйте това). Трето – вече се намесват медицински фактори – имам някакво заболяване, някаква органична причина – защо да не взема хапчето. Няма лошо, но с тях не бива да се прекалява.

- Повечето май ги взимат за самочувствие?

- А защо им липсва самочувствие - защото се явяват на изпит. Аз трябва да се представя пред теб непременно като... Ти трябва да се представиш пред мен непременно като... Няма като! Няма нищо по-лошо от това да загубиш себе си. Бъди такъв, какъвто си! Бъди такава, каквато си! Не лъжи себе си! Пак казвам – хапчетата са нещо, което помага. Но хапчето не може да замести жената. Хубавото настроение и доброто партньорство между двамата са задължителни. Оттам нататък – ако има нужда от нещо допълнително, може, но то е на трето място. Партньорство и обич – това е разковничето.

Интервюто взе Светослава Банчева