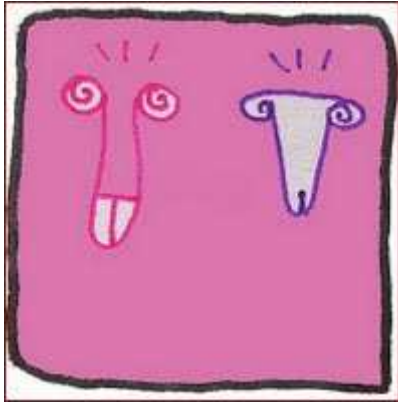


La primera vegada (coital)

Coitocentrisme¹

(en castellano)²



Quan parlem de la primera vegada, quasi tot el món pensa que és el primer coit. Per exemple, quan en una enquesta es pregunta *A quina edat tingueres la primera relació sexual?* hom pensa en la primera relació coital. Aquesta associació entre primera vegada i primer coit no és gens simple, sinó que té unes conseqüències prou importants per a la vida afectiva i sexual de les persones. Pensar això significa diferenciar entre pràctiques sexuals de primera (la penetració) i pràctiques sexuals de tercera (carícies, abraçades, etc., és a dir, els anomenats preliminars) i significa també marcar la diferència entre el sexe madur i l'immadur. El *petting*, que és el terme anglés que serveix per a designar totes les pràctiques sexuals tret del coit, es considera una pràctica menor que un realitza només perquè no pot accedir a la pràctica estrella. Utilitzant un símil automobilístic, seria com si a Fernando Alonso li donaren a triar entre un Ferrari i un Ford Fiesta, i es quedara amb el segon.

La segona de les conseqüències d'aquesta diferenciació comporta també una jerarquia: la primera vegada és *heterosexual*, per tant, les persones homosexuals i les pràctiques homosexuals són de tercera categoria, com a poc, i per a alguns amb idees antediluvianes, degradants o perverses. **Quina és la primera vegada homosexual?**

Però la cosa no es queda tampoc ací. Sobre el primer coit heterosexual és pensa que és una pràctica enormement rellevant per a les persones, especialment si aquestes són del sexe femení. De sobres coneixem que les xiques continuen estant educades per a viure la sexualitat amb l'embolcall de l'amor romàntic, de manera que sobre l'esperada primera vegada començaran a desplegar-se tota una sèrie d'expectatives, de mites i de pors. I moltes, moltíssimes preguntes:

¹ En el blog: <http://karicies.blogspot.com/2009/02/la-primera-vegada-1.html>

² <http://sancau.googlepages.com/laprimeravez>

- *Ho has de fer quan estigues preparada! I com se sap quan està una preparada?* Hi ha cap rellotge interior que es pose a sonar i a avisar que ja ha arribat l'hora
- *Ho has de fer quan estigues enamorada! Només es pot tindre sexe amb amor? No poden les xiques fer-ho simplement per plaer?* Són dolentes si ho fan?
- *Ho has de fer quan confies en el xic i el conegues de veritat! Quan es coneix realment a una persona?* Als tres mesos? Als tres anys?
- *Ho has de fer quan estigues segura que el xic no et deixarà després! Com es pot diferenciar entre els que menteixen per a aconseguir i els que són sincers sobre les seues intencions?* És veritat això que diuen que els xics no són de fiar perquè tots busquen el mateix?
- *Ho has de fer quan tu vulgues, així controlaràs el seu interès! Les xiques s'han de fer de valdre utilitzant el sexe com a instrument? Els xics perden l'interès quan les xiques són "fàcils"?*
- *Ho has de fer perquè si no et deixarà! Els xics sempre volen sexe?* Abandonen les xiques si aquestes no els donen la *ració* que necessiten? Estan els xics molt necessitats sexualment?

Uf, quantes preguntes! I què difícil contestar a totes. T'animes a fer-ho?

Expectatives³

(en castellano)⁴



Com podem saber de la sexualitat si no coneixem el nostre propi cos?

Aquesta pregunta que apareix en un dels vostres comentaris és ben interessant, no solament perquè ens fa mirar dins i interrogar-nos, sinó perquè porta implícita una resposta: la persona que sap del plaer que pot donar-se, que és capaç d'escoltar el propi cos, de sentir-lo i de mimar-lo, té moltes més possibilitats de compartir-lo satisfactòriament. Contràriament, és molt més complicat sintonitzar amb altres cossos sense la cura, l'estima i el coneixement del propi cos eròtic.

³ En el blog: <http://karicies.blogspot.com/2009/02/la-primera-vegada-2.html>

⁴ <http://sancau.googlepages.com/espectativas>.

I com es fa això de conèixer-se? On hi ha els cursos per aprendre sexualitat i erotisme? És el mateix?

La sexòloga Montse Calvo diferencia entre Erotisme i Sexe atlètic. El primer és un joc, un aprenentatge divertit de nosaltres i dels altres; per contra el segon, amb l'adjectiu atlètic (del grec *athón*, que vol dir lluita), és una demostració, una exhibició de **tècnica**, que pretenem dominar per imitació d'uns **models** marcats per **exigències**.

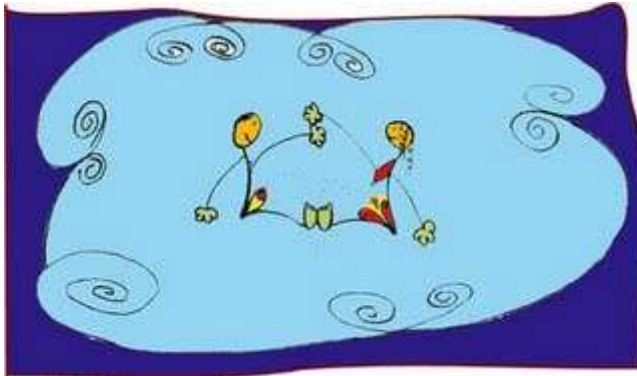
Tornem a la Primera Vegada i analitzem el model que des de totes les instàncies se'ns pretén injectar directament en vena. Ja hem comentat que el Model Sexual Hegemònic en la nostra societat diferencia entre el preescalfament i la Pràctica en majúscules. Aquesta primera vegada és heterosual (discrimina les pràctiques homosexuals) i sexista (la rellevància i la consideració social de la virginitat és distinta per a xics i xiques; per tant, la regla de la inversió no funciona, així que desconfiem!)

Però, a més, la primera vegada coital desplega una sèrie d'expectatives ben curioses. Els [sexòlegs](#) Silverio Sáez i Santiago Frago comenten de manera molt divertida que amb aquesta pràctica esperem assistir a una pel·li de Ciència Ficció i a una de Cine Negre. I jo afegiria que també a un Drama Romàntic.

Segons els autors, les expectatives de Ciència Ficció suposen creure, i per tant esperar, que el coit siga una activitat molt plaent; de fet, que siga la *més plaent*. I con que són actors de pel·lícula, encara que no hi haja un aprenentatge previ, el xic controlarà la situació sense dubtar, gràcies a la naturalesa, que és sàvia (o això es pensa il·lusòriament), confiant en la intuïció o en quatre trucs que ens haurà ensenyat alguna pel·lícula porno. Per la seua banda, la xica no s'haurà de mostrar massa activa, no siga cosa que es pense que és una experimentada, ni molt menys tractarà de controlar la situació.

Pel que fa a les expectatives de Cine Negre, que jo diria més de Cine Gore Cavalleresc (m'acabe d'inventar el gènere), s'espera que el primer coit siga dolorós i sagnant perquè, per poder penetrar la fortalesa, cal esquinçar l'inexpugnable himen, que es rendirà inundant-nos de sang. A més d'això, i per si no fóra prou, al cavaller se li pressuposa valentia i gens de por, i a la dama, un canvi sense retorn ja que, una vegada perduda, la virginitat no es recuperarà mai més.

Les tres Ces de la sexualitat⁵



(En castellano)⁶

El meu alumnat diu, molt encertadament, que la comunicació és fonamental per a les relacions sexuals, i aquesta és una veritat com un temple; però de vegades,

massa vegades, no és tant senzill de fer com de dir. *Què pot fer que una xica no diga el que li abelleix? Què provoca que un xic estiga angoixat perquè no pot mantenir l'erecció el temps que voldria?*

De vegades és la falta d'informació; altres són les expectatives contradictòries; i sobretot i per damunt de tot són les exigències per voler seguir models aliens perquè pensem que això és el normal i així és com s'ha actuar. En els consultoris sexològics especialitzats en atendre les preguntes i els dubtes de la gent jove, cada vegada són més les qüestions dels xics que criden angoixats per problemes de disfunció erèctil, que no és altra cosa que una ansietat d'execució provocada per autoexigències que paralitzen. En el consultori de l'Institut Asturià de la Joventut "Sexo sin duda", un xic escrivia:

"Buenas. Bueno, verán las razones por las que escribo son varias. Voy a empezar: Soy virgen, pero llevo unos meses saliendo con una chica... una chica que no lo es. Tengo X años y ella X, y aún no lo hemos hecho porque no me siento preparado. Bueno, últimamente estoy hecho lío, a veces creo que sí podría hacerlo y otras no me veo capaz. Buff... es que tengo muchísimo miedo a que ella no disfrute. Me horroriza pensar que acabe corriéndome antes de tiempo. No sé, el hecho de que ella no sea virgen me hace suponer que si nos acostamos ella estará acostumbrada a algo más que a una novatada... no sé si me explico... Vamos, que mis preguntas aquí son dos: a) ¿Cómo puedo saber si estoy preparado? b) ¿Cómo hacer para no decepcionarla la primera vez?"

La primera pregunta que em ve al teclat en llegir-lo és: *Què li preocupa més, la xica o ell mateix? Ella o la seua pròpia imatge? Que ella gaudiesca o fracassar com a amant?*

⁵ En el blog: <http://karicies.blogspot.com/2009/02/la-primera-vegada-3.html>

⁶ <http://sancau.googlepages.com/lastrescdelasexualidad>

La sexòloga Montse Calvo té una definició molt bona d'un bon amant: aquella persona disposada a aprendre sense manipulació. Segons això, no és qui ja sap perquè té molta "tècnica" o "habilitats" sinó qui vol aprendre sense exigències manipuladores.

I què podria ajudar aquest xic a deixar de costat les seues angoixes?

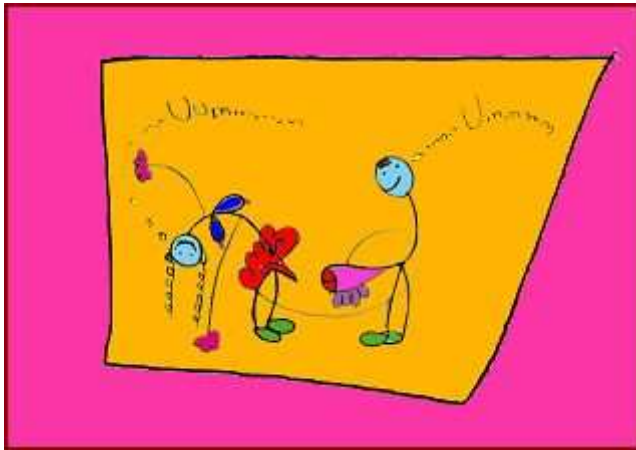
Sense dubte, i com hem començat comentant al principi **les tres Ces**: la comunicació, la confiança i el coneixement (adapte i amplie les recomanacions dels sexòlegs [S. Sáez](#) i [S. Frago](#))

La **Comunicació** comporta no donar per suposat que l'altre ha de saber o conèixer el que ens abelleix o el que ens agrada; ni pressuposar que el que voldrà serà tal o tal altra pràctica; ni tampoc esperar que ens endevinen els desitjos. La màgia en el llit, quan la hi ha, la posem nosaltres amb la nostra creativitat i fantasia; no esperant que l'altre siga el mag que descobreisca el que el nostre cos vol en cada moment (com, si a més, volguérem sempre el mateix!).

La **Confiança** suposa trobar en la parella la suficient intimitat per a poder expressar els temors, les pors, els desitjos... sense sentir-se qüestionat com a persona. Els xics que no volen controlar la situació, que confessen sense embuts que no en tenen ni idea i que tenen pors, haurien de poder expressar aquestes inseguretats amb la confiança de sentir-se igualment valorats com a barons. I les xiques, haurien de poder expressar els seus desitjos sense la por a veure qüestionada la seua honradesa o el temor a ser qualificades de "guarres".

Per últim, el **Coneixement** comporta preocupar-se per la pròpia educació sexual i no donar per fet que això de la sexualitat és una tècnica que un pot aprendre mirant pel·lícules pornogràfiques o sentint-se envaït per l'amor romàntic tradicional. La realitat és que ni ensenyen aquestes pel·lis, ni ensenyen les fletxes de Cupido clavades al cor. Ensenya el treball personal i una bona educació afectivosexual que partisca del respecte a la pròpia sensibilitat al marge de models, d'exigències i de tècniques.

El cinema⁷



(En castellano)⁸

En l'anterior article sobre la Primera Vegada (coital i heterosexual), ens havíem quedat en una sessió de cinema de Ciència Ficcio, de Cine Gore i de Cine Romàntic.

Començarem per la **Ciència Ficcio** (seguint i adaptant els

sexòlegs S. Sáez i S. Frago).

Segons la consideració general, el coit (inclosa la primera vagada) és una pràctica molt plaent, podríem dir que *la més plaent*. És cert això? Doncs, com tot en aquesta vida, per a algunes persones sí i per a altres no. I hi ha diferències entre els xics i les xiques? Doncs sí, unes quantes. Algunes d'aquestes diferències són fàcils d'explicar i altres un poc més complicades. Anirem a per les primeres.

Quan parlem de **zones erògenes**, ens referim a parts del cos que tenen moltes terminacions nervioses (usant la terminologia científica: una gran quantitat de corpuscles de Krause-Finger). Doncs el que ocorre és que els hòmens tenen aquesta major quantitat en el penis, concretament en el gland, i les dones en el clitoris, no dins de la vagina. La sensibilitat d'aquesta seria comparable a la de la base del penis o a l'escrot. Podria un home orgasmar si solament se li acaroren els testicles? Segurament alguns sí, però en general, no. De la mateixa manera, si les dones arriben a l'orgasme amb la penetració (les enquestes parlen de menys del 30%) serà per la fricció al clitoris, ve amb el cos del company, bé amb l'estimulació digital d'aquest.

Esperar, per tant, que la primera vegada, o la segona, o la que faça cent, siguin les experiències més plaents, és com pensar que es pot viure el món futurista d'una pel·lícula de Ciència Ficcio.

Hem dit que hi havia causes més fàcils d'explicar, però no hem parlat de les difícils. Ho deixarem per a un altre post perquè el tema s'ho mereix. Només un

⁷ En el blog: <http://karicies.blogspot.com/2009/03/la-primera-vegada-4.html>

⁸ <http://sancau.googlepages.com/primeravez4>

tast per anar obrint boca: Si el plaer depèn de les terminacions nervioses i els xics tenen tants corpuscles de Krause-Finger a l'anús com les xiques a la vagina, per què no és la penetració anal (de xiques a xics, s'entén) una pràctica tan corrent en les relacions heterosexuales com ho és la penetració coital?

Tornant a la pel·lícula Gore que veiem en la primera vegada, també la biologia ens tranquil·litza una mica i ens ho aclareix. El trencament de l'himen no provoca ni un riu de sang ni un dolor insuportable. En aproximadament tres de cada deu xiques, el trencament d'aquest provoca un xicotet sagnat, però el dolor que puga provocar la penetració no es deriva d'això sinó de la contracció dels músculs vaginals. **L'himen** és una espècie de teleta que es troba a l'entrada de la vagina, i que es pot tocar si hi introduïm una miqueta un dit. La funció d'aquest sembla ser la de protegir la vagina de gèrmens nocius. Podríem dir que és com una bragueta natural. En arribar a la pubertat, la flora vaginal agafa el relleu de protegir la vagina, i el cos, en conseqüència, ja no es preocupa per mantenir o regenerar l'himen. Per això aquest, amb el temps, es debilita i tendeix a trencar-se, amb penetració (tampons, dits, penis...) o sense. Tanmateix a moltes xiques se'ls trenca en la infantesa o durant l'adolescència amb qualsevol moviment una miqueta brusca. I també hi ha el cas d'himens molt elàstics que no es trenquen amb la penetració.

Clar, les cultures que associen el manteniment de l'himen amb la puresa d'una dona, i exigeixen la prova de sang, parteixen d'un enorme error i provoquen també molt de patiment.

I ja per acabar, pel que fa al **dolor** que provoca en les xiques, les causes poden ser diverses. En primer lloc, pot ser una qüestió de falta d'**excitació**. Quan una xica està excitada, les glàndules Bartolines (situades a l'entrada de la vagina) comencen a segregar un líquid lubricant, i també l'excitació provoca que la vagina es dilate una mica. Quan les pors (al dolor, a l'embaràs, al que pensarà el xic...), les preocupacions (*creurà que sóc una fàcil, em deixarà quan ho fem...*), les expectatives de pel·lícula romàntica (*serà el moment més bonic de la meua vida, serà fantàstic, com a les pel·lícules...*), les pressions (*en realitat no m'abellia però ho he fet per ell, perquè l'estime molt...*) etc., quan totes aquestes coses que acabem de dir tenen més protagonisme que escoltar el propi desig, les bartolines en posen en vaga i la química dels cossos no funciona.

En segon lloc, convindria que ens plantejàrem si no estem anant massa de pressa i ignorant el que el cos ens està dient. Perquè **el cos parla!** I quan la vagina es contrau durant la penetració, el cos està contant-nos que hi ha alguna cosa que no marxa, que no podem tractar-lo, ni a ell ni a la vagina, com

una fortalesa que cal abatre sinó com una part més de la persona que s'ha de mimar i cuidar si volem que s'òbriga i ens regale moments plaents. I tal vegada el que ens demana són els dits, perquè troba que un penis és massa gran, o potser només vol carícies.

Ja sabem que el model social ens porta a creure que la penetració ha de ser el millor, i que no s'ha d'escoltar el dolor perquè la vagina és tan elàstica que hi cap una criatura. Però una cosa són les pressions i els models, i una altra som nosaltres, les persones, úniques i diverses en els nostres desitjos i plaers. El problema no és, doncs, en quin moment viurem aquesta **primera vegada "màgica i inoblidable"** o amb qui. La vertadera tria està entre el desig i l'obligació, entre la creativitat i la imitació, entre escoltar-nos amb estima i atenció o estar cecs i sords al que ens diuen els nostres cossos.

Rosa Sanchis <http://karicies.blogspot.com>