В СССР на тему сексуальных отклонений было наложено абсолютное табу

В СССР на тему сексуальных отклонений было наложено абсолютное табу. Сейчас же эта тема стала одной из самых острых.  
Имеется два главных сексуальных отклонения – это моносекс и гомосекс.  
Моносекс – это самоудовлетворение сексуальных потребностей, секс в одиночку. Сам процесс самоудовлетворения называется мастурбацией, а явление – онанизмом.  
Онанизм трудно назвать отклонением. Мастурбацией занимаются или занимались если не большая, то весьма значительная часть мужчин и женщин. Для мужчин особенно характерна юношеская мастурбация, когда сексуальные желания уже пылают сжигающим огнем, а возможностей удовлетворить их с женщиной нет. Причем натуры художественные и впечатлительные больше склонны к онанизму, ибо даже по небольшому намеку или детали они в своем воображении воссоздают такие сладострастные картины и чувства, что их охватывает буквально сексуальное безумие, при котором почти невозможно удержаться от самоудовлетворения.

Фактором, способствующим онанизму, является также застенчивость. Застенчивому юноше труднее познакомиться с девушкой или женщиной, гораздо труднее предложить ей секс.  
Раньше были распространены представления о вреде онанизма. Эти представления шли от тех времен, когда нормальный секс был широко доступен. Например, в дворянской среде проблема секса не стояла, всегда к услугам мальчиков были служанки и горничные. Не стояла эта проблема и в крестьянской среде. Крестьянские дети вступали в брак рано и к их услугам были законные жены.

Но в наши дни юноши страдает недостатком секса. Вступают в брак молодые люди довольно поздно, а женской частью их полового общения являются их сверстницы, молодые девушки, для которых потребность в сексе не очень велика. Фактически, в нынешних условиях большие массы молодых людей испытывают настоящее сексуальное голодание. К этому добавляется значительный слой зрелых незамужних женщин и женщин, мужья которых имеют проблемы с сексом, а в настоящее время таковых становится все больше, в том числе и как следствие сексуально ненормально проведенной молодости . И потому онанизм, как мужской, так и женский, стал столь распространенным явлением. И рыночная экономика Запада сразу же почувствовала потребность.

Последние десятилетия в проблему онанизма были внесены новые моменты. В условиях рыночной экономики была создана мощнейшая секс- и порноиндустрия. Причем она почти на девяносто процентов паразитирует именно на моносексе. Для парного секса эта индустрия может сравнительно мало что предложить. Подавляющая часть предложения касается именно моносекса. Это разнообразнейшие приспособления для мастурбирования – искусственные фаллосы и вагины, куклы для моносекса, эротическая и порнографическая массмедиа – кино- и видеофильмы, журналы, буклеты, плакаты, секс по телефону, компьютерные программные продукты эротического содержания, порнография по ИНТЕРНЕТ, всякие снадобья для восстановления и укрепления потенции и т.д. Обороты эротической и порноиндустрии чрезвычайно велики, и потому врачи, сексологи и сексопатологи давно перестали уже говорить о вреде моносекса для психического и физического здоровья. Западные книги по сексологии заполнены уверениями о пользе мастурбации и советами о том, как ее лучше всего осуществлять и как пользоваться всякого рода техническими новинками в области мастурбационной техники. А то, что слишком большое увлечение онанизмом действительно может нанести вред, нет никакого сомнения. Сексуальные неврозы, как результат моносекса, известны очень хорошо. Хорошо известны и сексуальные проблемы, возникающие в результате неумеренного занятия онанизмом.

Поэтому в настоящее время можно сказать одно. Если можете терпеть, лучше мастурбацией не заниматься, ищите нормальный секс. Если не можете, то, что делать, занимайтесь. Придет время, и начнете нормальную сексуальную семейную жизнь. Ведь семья и есть главный способ получения регулярного нормального секса.  
Впрочем, многочисленные сексологические исследования показали, что многие мужчины и женщины, даже состоя в браке, продолжают отдавать дань онанизму. Для довольно многих сексуальные наслаждения, даваемые им нормальным сексом, оказываются не полностью удовлетворяющими их, наслаждение, которое, может доставить сам себе, к примеру, мужчина через онанизм не поглощается целиком нормальным сексом. Это достаточно поразительный факт. И тут можно сделать вывод, что некультурный, неэстетизированный нормальный секс не уменьшает количества онанистов.

Если вы занимаетесь онанизмом, то занимайтесь так, чтобы получать наибольшее наслаждение. Не мастурбируйте, чуть ли не вырывая член из тела, чтобы вызвать побыстрее оргазм. Не относитесь к своему половому члену как к “сосуду дьявола”, как к похотливой мерзости, насилующей вашу волю. А относитесь к нему как любимому шаловливому котенку, которому не во время что-то там приспичило. Ведь он – это ваше второе (после души и сознания) и не самое плохое я. Любите его. Ласкайте его с нежностью и любовью. Гладьте его пальцами и ладонью, выискивая и вызывая различные краски сексуального чувства на его стволе, головке, манжетке и не думайте об оргазме. Он сам придет, когда ваш член пресытится ласками. И подарит вам сладостно-болезненные потрясения. И это тоже радость, и не должно в вас быть чувства омерзения. А можно попытаться вызвать оргазм силой одного воображения. Для этого возьмите свой член плотно в руку вдоль ствола и, представляя различные эротические картины, попытайтесь получить оргазм. В случае, если оргазм не возникает, можно изредка и слегка его сжимать. Для большей эффективности действуйте мышцей, управляющей половым членом, которая размещается у мужчины между мошонкой и задним проходом.

Напрягайте и расслабляйте ее. Вообще, тренировка этой мышцы позволяет мужчине получать различные сексуальные краски своих ощущений. Например, можно иметь оргазм без семяизвержения, если научиться напряжением этой мышцы перекрывать семявыводящий проток. Оргазм без семяизвержения можно получить и посредством сдавливания этой мышцы пальцем. Оргазм без семяизвержения рекомендуется китайской сексуальной культурой, хотя в европейской медицине к такому оргазму относятся с подозрением, так как считается, что он приводит к застою семенной жидкости и может вызвать у мужчин проблемы с предстательной железой. Оргазм без семяизвержения приводит к тому, что резко сокращается время “сексуальной релаксации”, т.е. время, необходимое для восстановления сексуальной потенции после полового акта. Овладев искусством оргазма без семяизвержения, можно увеличить свое сексуальное предложение в два раза и более по сравнению с семяизвергающим сексом.

Общее отношение к онанизму должно быть следующим. В молодом возрасте старайтесь удерживаться. Небольшое сексуальное голодание в молодом возрасте даже полезно. На этом этапе сексуальной жизни наиболее предпочтительный режим секса состоит в том, чтобы иметь высокоинтенсивный секс (пять или десять восхождений за ночь в зависимости от потенции), разделяемый некоторыми промежутками сексуального голодания. В эти промежутки пытайтесь бороться с мастурбационными искушениями. Победив такое искушение, вы будете чувствовать себя крепким волевым мужчиной. Но если не удастся, тоже не расстраивайтесь и не мучьтесь сознанием своего слабоволия и даже ничтожества, что так характерно для молодых людей с их обостренным ощущением своих волевых характеристик. Относитесь к этому спокойней. Страшного в этом ничего нет. А недостатки есть у каждого.

В зрелом возрасте желательно переходить на упорядоченный секс, при котором сексуальные желания удовлетворяются по мере их возникновения. Наибольшие возможности дает для этого семейный секс.

В пожилом возрасте желательно иметь максимально напряженный режим сексуальных отношений, режим на пределе потенции, которая, естественно, к этому времени существенно ослабляется. В это время начинается угасание половых функций, и оно идет быстрее, если сексуальная практика отсутствует.

А угасание половых функций ведет и к ускорению общего старения организма. Вот почему если в молодом возрасте сексуальное голодание до определенной степени даже полезно, то в пожилом возрасте оно уже скорее вредно. И потому важно в этом возрасте избегать сексуального голодания, а уж каким образом – дело второе. И если имеются проблемы с сексуальными партнерами, мастурбация безусловно может быть рекомендована.

Еще одно замечание носит предупреждающий характер. Есть мужчины, особенно гомосексуального склада, которые при онанизме используют одновременное воздействие на предстательную железу через задний проход. Это, как говорят, дело хозяйское. Но нужно только учесть, что в медицинские учреждения нередко поступают юноши и даже зрелые мужчины, которые использовали для этой цели неподходящие предметы и попадают на операционный стол для извлечения посторонних предметов из прямой кишки. Так что просим это учесть.

**Список литературы:**

1. “Азбука секса”, В. Жириновский, В. Юровицкий.