

همه چیز درباره نقطه g در خانمها

پیدا کردن موضع (G - spot)

G اسم موضعی در بدن زنان است؛ موضعی که خیلی از مردان وقت زیادی را صرف پیدا کردن آن می کنند. واکنشی که این موضع در اثر تحریک شدن نشان میدهد معمولا کافیهست تا یک مرد بخواهد این موضع اسرار آمیز را بارها و بارها پیدا کند.

حرف G بمعنی گرافنبرگ (Grafenberg) نام دکتری است که کشف کرد زنان موضعی دارند که آنها را به اوج لذت میرساند و ممکن است منجر به آزادسازی مایع انزال گردد، حتی اگر این مایع به هیچ دردی نخورد (بر خلاف اسپرم).

خیلی از زنها به من گفته اند که ارگاسمهای موضع G را تجربه کرده اند که در طی آن تخت خود را خیس کرده اند. اگرچه مشکل اینجاست که آنها با مردان بیسودی طرف بودند که آنها را متهم به ادرار کردن نموده و بدین ترتیب باعث القاء ترس به این زنان شده اند. در نتیجه چون آنها می ترسیدند که دوست پسرانشان فکر کنند که آنها ادرار می کنند، رسیدن به ارگاسم را متوقف میکنند و رویهم رفته در نتیجه چنین تصمیم آگاهانه ای، آنها قادر خواهند بود بار دیگر آن اوج لذت را تجربه کنند.

این فقط یک مایع است

اگرچه مایعی که در خلال ارگاسم موضع G آزاد میشود، از پیشاب خارج میشود و ساختاری آبیکی دارد، پزشکان معلوم کرده اند که این اصلا ادرار نیست. در حقیقت، این مایع از غده های Skene آزاد میشود که اطراف پیشاب قرار داشته و شباهت زیادی به پروستات در مردان دارند.

البته، زنانی که دچار ضعف ماهیچه PC هستند ممکن است در س*ك*س ادرار کنند. پس مطمئن شوید که او تمرینات کیگل خود را روزانه انجام می دهد؛ برای شما هم ضرری ندارد این تمرینات را انجام دهید. در هر صورت، و وقتی یک زن به وضعیت انزال در لذت می رسد، میتواند از چند قطره تا چند قاشق از این مایع را از خود خارج کند. چه مزه ای میدهد؟ خوب این بستگی به زمان ماه دارد. میتواند از شیرین تا تلخ متغیر باشد.

علم کافیهست

بسیار خوب، آناتومی بدن دیگر بس است، بهتر است برویم سراغ اینکه شما چگونه می توانید زنان را به اوج لذتی که او می تواند به آن دست پیدا کند برسانید. اما قبل از اینکه شروع کنیم، بیاد داشته باشید که اول باید از نظر فکری معاشقه کنید. به صورت زیر:

او را راحت کنید

دراز کشیده کنار کنترل تلویزیون، در حالیکه اطرافتان کثیف و آشفته است، و نفس بد بویتان در مجموع اجازه نمیدهد او احساس خوبی داشته باشد. مطمئن شوید که مکان تمیز است و شما نیز نظافت کرده اید. حال بیایید ببینیم این موضع خارق العاده کجاست.

صحبت در مورد س*ك*س

او زن شماست، پس به او بگوئید که تمام روز در این رویا بودید که معاشقه ای بیاد ماندنی با او داشته باشید. ذهنش را پر از موضوعات س*ك*س هائی کنید که با هم داشته اید و بزودی خواهید داشت.

او را آماده تفریح کنید. بوسیدن، ماساژ بدنش، آرام مکیدن سینه هایش، و لیسیدن چوچوله اش، همیشه تاثیر شگفت انگیزی روی راحتی او و آماده شدن بدنش برای ارضا شدن دارد.

پس این موضع کجاست؟

اگرچه برخی از متخصصان معتقدند که موضع G چیزی جز یک افسانه و تخیل زنانه نیست، من فکر میکنم بیشتر مردم که زنی را در حال انزال دیده اند نظر متفاوتی داشته باشند.

موضع G روی دیواره جلویی واژن بین دهانه ورودی واژن (opening) و دهانه ورودی رحم (cervix) قرار دارد. اما یادتان باشد که هر زنی نسبت به این نقطه واکنش متفاوتی دارد. با اینکه بعضی از آنها از سر خوشی و لذت جیغ میکشند، برخی دیگر ممکن است احساس اذیت شدن کنند و گروهی نیز احساس ادرار کردن به آنها دست میدهد. پس با احتیاط عمل کنید.

کشف موضع

قبل از اینکه شروع به کاوش کنید، باید به شما بگویم کاملاً تمیز و استریلیزه باشید. و البته، آلت شما هم باید کاملاً شسته شده باشد (اگر ختنه نکرده اید، پوست روی آلت را عقب بکشید و از تمیز بودن تمام نواحی که ممکن است بوی بدی بدهد اطمینان حاصل کنید). و مهمتر از همه، مطمئن شوید که همه صابونهای روی پوست را شسته باشید.

حالا میتوانید موضع G را لمس کنید.

تجهیزات

اگر میخواهید وسیله ای برای ارضای این موضع بخرید، باید یک ویبراتور (لرزنده) بخرید، البته نه هر ویبراتوری. این وسیله ای که شما می خرید باید سرش انحناء داشته باشد و وقتی از آن استفاده می کنید، به آرامی روشن شود و به زن اجازه بدهد سرعت آنرا توسط شما تعیین کند. بهترین این وسایل عبارتند از:

ویبراتور موضع G بالا و پایین رونده:

این وسیله پیچیدگی خاصی ندارد و استفاده از آن راحت است. خوبی آن در این است که ضد آب است؛ نه به خاطر اینکه او میخواهد از عشقش شما را خیس کند. بلکه بدین سبب که شما بتوانید از آن در زیر دوش نیز استفاده کنید.

3 ½ Micro G اینچی:

در اندازه باریک و استثنائی 3 1/2 اینچ، این وسیله برای تعیین موقعیت G بسیار مناسب است (مانند ویراتوری است که جای انگشتهای شما کار میکند). استفاده از موضع آن بهرام زبانتان (روی چوچوله) ممکن است منجر به کاوشی لذتبخش در مورد این موضع گردد.

Insatiable G :

در نظر بگیرید این وسیله توسط یک زن طراحی شده است، خوشبختانه او می دانست چکار دارد میکند . این وسیله را بعنوان هدیه به او بدهید و گهگاه آنرا در آمیزش خود در کنار وسایل فوق الذکر بکار ببرید.

انگشتها

رایج ترین روش پیدا کردن موضع G با استفاده از انگشتان و وارد کردن آنها به واژن بگونه ای است که کف دست رو به بالا باشد . وقتی حدود دو اینچ داخل واژن شدید، یک حرکت ظریف انجام دهید، شما باید چیزی شبیه یک توپ کوچک را لمس کنید . در عین حال میتوانید دست آزاد خود را به آرامی روی ناحیه بین ناف و موهای شرمگاهی بکشید.

آلت مردانه

اگرچه تقریباً تمام آلت‌های مردان به یک سمت انحناء دارد، برای تحریک موضع G آلتی لازم است که به سمت بالا انحناء داشته باشد. بقیه شما دو راه بیشتر ندارید. اول اینکه آلت شما به چپ، راست، یا پایین خمیده است، که در این صورت میتوانید خود را در موقعیتی قرار دهید که موضع G را تحریک کنید (یادتان باشد که شما باید کاری کنید که انحنای آلت به سمت بالا بیفتد). برای مثال اگر آلت شما به طرفین خمیده است، شما باید در موقعیت T شکل نسبت به زن خود قرار بگیرید یعنی شما افقی دراز بکشید و او عمودی تا شما کار خود را شروع کنید.

اگر آلت شما به سمت پایین انحناء دارد، او را روی خود قرار دهید البته روی او به سمت پایین شما خواهد بود (شما نظاره گر باسن قلب مانند او هستید که در نوع خود کمی هول انگیز است)، اما تمام مانور کار در اختیار شماست.

دوم اینکه، میتوانید به زنتان اجازه دهید موقعیت مناسب را خودش پیدا کند . او قطعاً بهتر از شما میداند در چه وضعیتی موضع G بهتر تحریک میشود . بگذارید کار خودش را بکند و باور کنید هر دوی شما لذت خواهید برد.

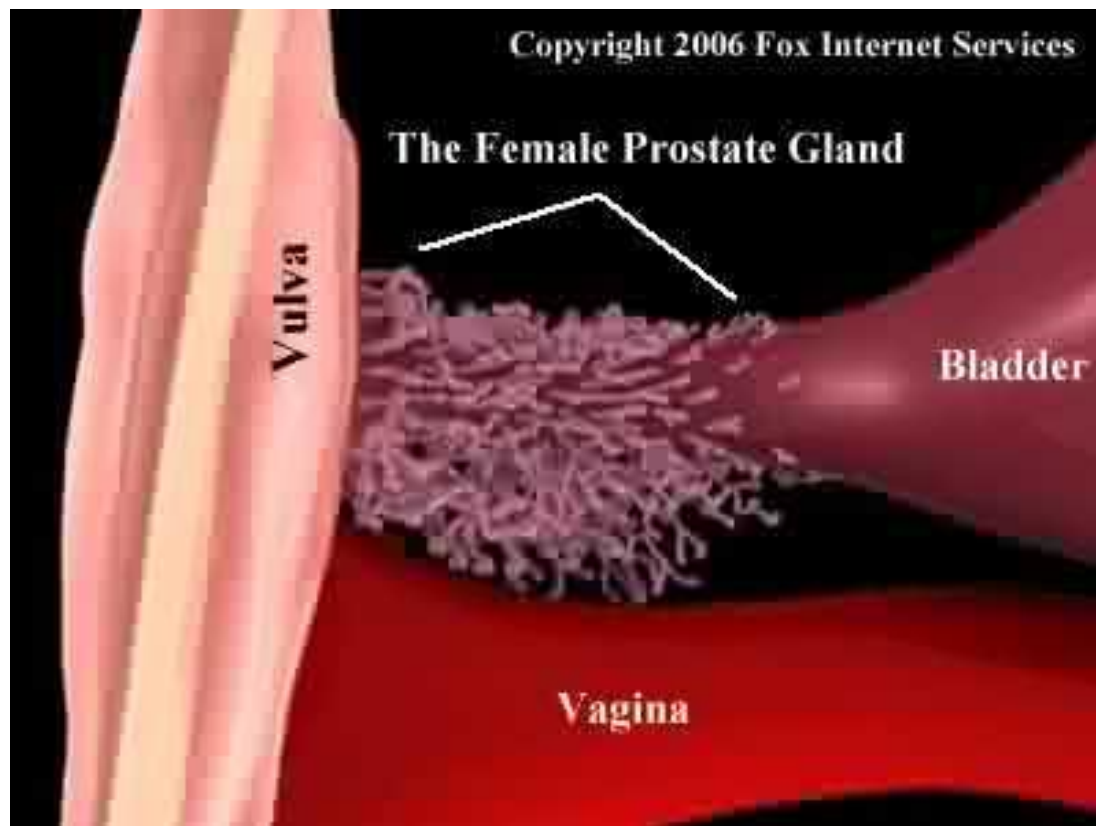
نقشه کجاست؟

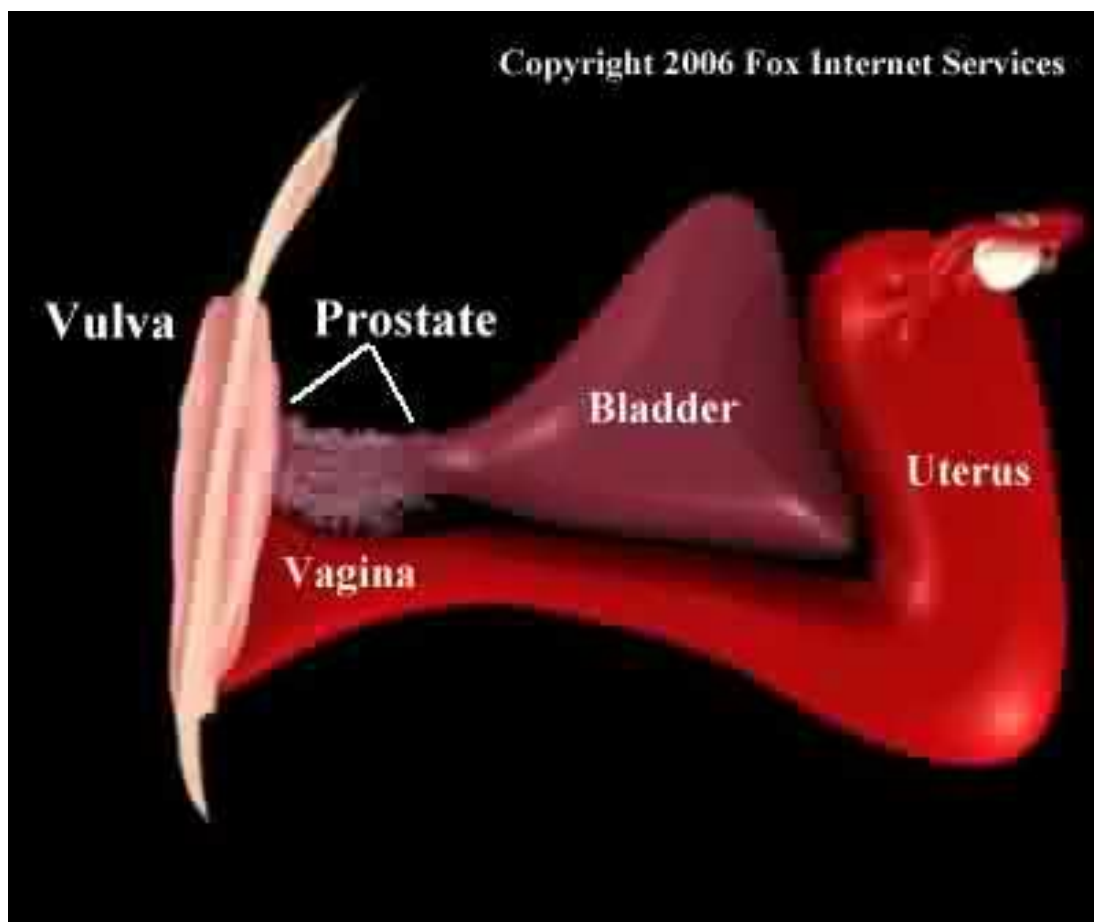
حالا که متوجه شدید چگونه ناحیه اسرار آمیزی که زنان را به قله های افسانه ای لذت می برد کشف کنید، من پیشنهاد میکنم هر کاری که می خواهید برای رسیدن به این موضع بکنید، حتی الامکان به صورت طبیعی انجام دهید . پس در موقع تحریک این موضع سوالاتی مثل این نپرسید که

”همینه؟ این چطور؟ حالا؟ حالا چی؟“. میدانید که چه میگویم.

بعلاوه، این کار را به یک ماموریت تبدیل نکنید؛ که تنها هدفش دستگیری و خنثی سازی است . ارگاسم چیز خوبی است، اما تنها هدف شما نیست . تفریح کنید و خیلی خشک و جدی نباشید . اگر این احساس را به او منتقل کنید که مجبور است همیشه به ارگاسم برسد، او نسبت به س*ك*س عصبی خواهد شد یا اینکه حتی بدتر، وانمود میکند که ارگاسم شده است . و این برای هیچ کس خوب نیست.

در عکس ها محل دقیق این محل مشخص شده است. از این محل به عنوان پروستات زنان هم نام می برند g spot. در واقع یک شبکه عصبی غددی هست که در انتهای مجرای ادرار زن و در بالای واژن قرار دارد. با تحریک 4 تا 5 سانت آخر واژن می توان باعث تحریک آن شبکه عصبی شد.





نقطه g همیشه مقوله ای بحث انگیز بوده است. خیلی خانمها اعتقاد دارند که برای ارگاسم ضروری است، درحالیکه خیلی ها هم باور دارند که اصلاً وجود ندارد. پائولا هال روانشناسی جنسی به بررسی این مسئله می پردازد و توضیح می دهد که چطور این نقطه را پیدا کنید، با آن چه کنید و عنوان می کند که چرا داشتن هم اشکالی ندارد.

نقطه g کجاست؟

اگر داشته باشید، نقطه g 2/5 تا 5 سانتیمتر داخل واژن روی دیواره جلویی قرار دارد. باید بتوانید با انگشت آنرا حس کنید. اگر از نظر جنسی تحریک نشوید یعنی بزرگتر از یک نخودفرنگی نیست. اما اگر تحریک شدید، یعنی اندازه آن بزرگتر از این است.

نقطه g بیشتر از اینکه یک نقطه باشد، یک محل خاص است. اگر میخواهید بررسی کنید و ببینید که شما هم این نقطه را دارید یا نه، باید به دنبال یک محل زبر و تقریباً گردو شکل باشید که نسبت به بقیه سطح واژن که صاف و نرم است متفاوت است.

نقطه g چیست؟

برای خیلی از خانمها، نقطه g ناحیه ای بسیار حساس و تحرک کننده است که ساعتها به آنها لذت می دهد. برای خیلی های دیگر نقطه ای برآمده در واژن است که اگر بیش از اندازه دستکاری شود فرد احساس می کند که نیاز دارد به دستشویی برود. خیلی از خانم ها هیچ حسی در این نقطه احساس نمی کنند و خیلی ها هم اصلاً این نقطه را در واژن خود ندارند.

تنوری های مختلفی در مورد اینکه نقطه g واقعاً چیست، وجود دارد. یک دیدگاه این است که نقطه g محل بافت پروستات درست مثل پروستات در آقایان است. نبود کروموزوم y در جنین در حال رشد مونث، سلولها را در محلی مشابه یعنی در همان نقطه g کنار می گذارد. متخصصین دیگری با تنوری پروستات هم عقیده هستند اما آنرا بیشتر توضیح می دهند و میگویند این تنها دلیل حساس بودن این نقطه نیست. آنها به چوچوله و مجرای پیشاب بعنوان منابع لذت دیگر اشاره میکنند که هر دو آنها را می توان با دیواره جلویی واژن تحریک کرد. به همین دلیل محل های زیادی برای ارضاء جنسی وجود دارد و دیگری نیازی به گشتن دنبال نقطه g نیست.

متخصص دیگری که اولین بار نقطه g را به اطلاع عموم رسانید اخیراً استفاده دیگری برای آن کشف کرده است. او در تحقیقات خود نشان داده است که تحریک کردن نقطه g می تواند آستانه درد را تا 47% بالا ببرد. اگر محرک موجب تحریک جنسی فرد شود، آستانه درد تا 84% بالا می رود، و 107% روی ارگاسم تاثیر دارد. فرضیه او این است که این نقطه حساس یکی از مسکن های طبیعی طبیعت برای زایمان و وضع حمل است.

با همه این حرفها هنوز کسی دقیقاً نمی داند نقطه g چیست اما مسئله مهم این است که ببینید شما این نقطه را دارید یا نه.

با آن چه باید کرد؟

وقتی فهمیدید که شما این نقطه را دارید یا نه، باید کشف کنید که آیا این نقطه می تواند به شما لذت بدهد یا برایتان آزاردهنده است. مالیدن معمولاً بهترین راه برای تحریک آن است.

معمولاً توصیه می شود که انگشت سبابه تان را تا بند انگشت دوم وارد کنید و نقطه مورد نظر را با حرکت رو به جلو به سمت دیواره جلویی بکشید. باید امتحان کنید و ببینید که حرکتتان چگونه باشد که بیشترین لذت را به شما بدهد. مهم این است که از نظر جنسی تحریک شوید. شایان ذکر است که حساسیت به این نقطه در روزهای مختلف ماه متفاوت است.

در طی این تحریک، اولین حسی که به شما دست می دهد این است که به دستشویی بروید. شاید به این دلیل است که نقطه g روی دیواره جلویی است و به مثانه تان شما فشار وارد می شود. بهتر است اول مثانه تان را خالی کنید و بعد اینکار را امتحان کنید. چند بار اول کمی برایتان عجیب خواهد بود اما مطمئن باشید که ارزشش را دارد.

حس کردن آن در طول رابطه جنسی

برحسب اندازه و محل دقیق نقطه g این احتمال وجود دارد که در طول رابطه جنسی آن را حس کنید یا نکنید. اگر لگنتان بلند شود احتمالاً می توانید آنرا حس کنید.

راه دیگر حس کردن آن این است که در حالت ایستاده خم شوید و اجازه بدهید که آلت جنسی از پشت وارد واژن شود.

انزال خانم ها

خیلی از خانمها می گویند که وقتی نقطه g را تحریک می کنند، انزال پیدا می کنند. تحقیقات نشان داده است که تقریباً 10 درصد از خانم ها طی ارگاسم یا تحریک جنسی بین 9 تا 900 میلی لیتر مایع از مجرای پیشاب خارج می کنند. گروهی از دانشمندان روی برخی از این مایعات آزمایش کردند و متوجه آنزیم های پروستاگلندین شدند و به این تئوری رسیدند که نقطه g تقریباً مشابه پروستات در آقایان است.

اما گروهی دیگر با آزمایش روی این مایع گفتند که خیلی شبیه به ادرار است. آخرین تفکرات در این رابطه این است که این مایع نوعی دیگر از ادرار است که با تحریک جنسی تغییرات شیمیایی در آن رخ می دهد. تحقیقات در این زمینه ادامه دارد.

حرف آخر

یادتان باشد همه ما خاص هستیم. ممکن است شما نقطه g را داشته باشید یا نداشته باشید. اگر می خواهید این مسئله را کشف کنید، اگر متوجه شدید که این نقطه را ندارید فکر نکنید که دنیا به آخر رسیده است. راه های خیلی زیادی برای لذت بردن از رابطه جنسی وجود دارد و نقطه g فقط یکی از آنهاست