

Światowy Dzień Orgazmu

Autor tekstu: **Mariusz Agnosiewicz**

Dostałem wczoraj nietypowe zaproszenie od przyjaciół. Chcą otóż byśmy wspólnie świętowali Światowy Dzień Orgazmu (www.globalorgasm.org (<http://www.globalorgasm.org>)), który przypada jutro, 21 grudnia. Pomysłodawcy tej idei dodają, że najlepiej, aby globalny orgazm miał miejsce w tym roku między 12 a 14, a optymalnie o 12.04 czasu uniwersalnego (GMT), co u nas daje 13.04 (godzina zero albo *Global O! Time*). Wtedy bowiem zachodzi przesilenie zimowe.

[Globalny orgazm](http://wiadomosci.gazeta.pl/wiadomosci/1,60153,3744699.html) (<http://wiadomosci.gazeta.pl/wiadomosci/1,60153,3744699.html>) w momencie przesilenia wyzwolić ma niezwykłą „pokojową energię jądrową”. Chodzi bowiem nie o sam seks, ale o seks dla światowego pokoju (*Love & Peace*) [1]. Nasze myśli w tym dniu powinny być właśnie skierowane ku idei pokoju. Orgazm, któremu towarzyszą myśli o światowym pokoju może być niełatwym wyzwaniem, jeśli nie jesteś ortodoksyjnym pacyfistą. Jako racjonalista nie znajduję też w sobie wielkiej wiary w „pokojową energię jądrową”. Niemniej celebrowanie orgazmu w przesilenie zimowe, także w imię pokoju, popieram gorąco. Światowy Dzień Orgazmu pojmuję natomiast jako święto na cześć zdrowia i szczęścia seksualnego. Może być połączone z promocją wiedzy o seksualności człowieka.

Orgazm to sublimacja i podsumowanie szczęścia seksualnego. Wyższy natomiast poziom szczęścia seksualnego w społeczeństwie to wyższa jakość współżycia społecznego, lepsze relacje międzyludzkie, mniejsza liczba ludzi sfrustrowanych i agresywnych. Szaleńcy i fanatycy religijni to na ogół ludzie sfrustrowani również seksualnie. Ludzie doświadczający orgazmów albo choćby ogólnie zadowoleni seksualnie są miłsi dla innych oraz bardziej otwarci na innego człowieka.

Data też jest szczególna. Przesilenie zimowe na półkuli północnej, kiedy Słońce góruje w zenicie w najdalej na południe wysuniętej szerokości geograficznej, na Zwrotniku Koziorożca, to najkrótszy dzień roku, po którym każdy kolejny dzień staje się dłuższy (aż do 22 czerwca), czyli odtąd *światło* zaczyna *zwyciężać* nad *ciemnością*. Nasi przodkowie w różny sposób celebrowali w tym okresie święto światła [2], ale i płodności (pod jemiolą odprawiano rytuały płodności), zaś Słowianie obchodzili [Święto Godowe](http://pl.wikipedia.org/wiki/Święto_Godowe) (http://pl.wikipedia.org/wiki/Święto_Godowe), które później przeflancowano na „Boże Narodzenie” (niegdyś przesilenie zimowe przypadało 25 grudnia).

Jeśli chodzi o zyskującą na popularności ideę, to nie tylko stanowi ona nawiązanie do pogańskich świąt płodności związanych z przesileniem zimowym, ale i jest próbą radzenia sobie ze społeczną obojętnością dla spraw ważnych. Temu właśnie służą różnorakie dni-czegoś-tam (w grudniu np. Światowy Dzień AIDS czy Międzynarodowy Dzień Praw Człowieka, ale wkrótce czeka nas szczególnie ważny Dzień Darwina).

Jeszcze na początku XX wieku większość współżyjących seksualnie kobiet nie знаła zjawiska orgazmu a współżycie traktowała jako poświęcenie się dla dobra rodziny i rodzenia dzieci. W ostatnich 25 latach odsetek warszawianek przeżywających orgazm zwiększył się z 50 do 90! Bierne dotąd kobiety przeobraziły się w aktywne i pozytywnie przeżywające współżycie seksualne partnerki. Tyle że stolica jest najbardziej wyzwolona i uświadomiona seksualnie. Badania seksuologów pokazały, że istnieje istotny związek między wykształceniem a zdolnością przeżywania orgazmu przez kobiety, czyli rola świadomości i edukacji seksualnej jest dla szczęścia seksualnego kluczowa, choć duże znaczenie ma także i osobowość kobiety (aktywność, optymizm, brak zahamowań i lęków). [3]

Mężczyzna orgazmu się na ogół nie musi uczyć, bo zdolność do jego przeżywania ma wrodzoną. Tyle że mężczyzna niezaspokojony seksualnie lub z nieudanym życiem seksualnym jest jednostką bardziej aspołeczną i agresywną.

Aby więc każdy dotarł do seksualnej Mekki czy mitycznego Punktu G potrzebna jest edukacja zwiększająca świadomość seksualną. Pewna forma sakralizowania szczęścia seksualnego może być remedium na wciąż mocne religijne źródła lęków seksualnych w społeczeństwie. Oczywiście nawet niewinny Dzień Orgazmu i to w przeddzień Wigilii może być czymś trudnym, bo „świętokradczym”, zwłaszcza w kraju w którym nauczycielki [wyprowadzają](http://www.racjonalista.pl/index.php/s,20/t,17320) (<http://www.racjonalista.pl/index.php/s,20/t,17320>) młodzież z kina bezpośrednio do kościoła

ze względu na pokazanie kawałka ciała, ale w istocie jakież to niewinne w stosunku do administracyjnego zarejestrowania [Kościoła Madonny od Orgazmów](#)



(http://www.pardon.pl/artukul/6897/nowa_religia_kosciol_madonny_od_orgazmow) w Szwecji czy japońskiego [Festiwalu Żelaznego Penisa](#) (<http://lechart.bloog.pl/d,,id,3154988,m,kwietnia,r,2008,title,Swieta-plodnosci-w-Japonii,index.html?ticaid=672cb>) (Kanamara Matsuri Festival).

Szwedzki kościół orgazmitów zrodził się po tym, jak obraz Carlosa Bebeacua „Madonna od Orgazmów” wywołał w Sewilli w 1992 skandal, któremu towarzyszyły zamieszki. Zwolennicy sztuki Bebeacua zrzeszyli się, aby chronić swoje uczucia religijne, które związane były ze sztuką i seksem. Księżycy, czyli kapłanki Kościoła, głoszą „ewangelię seksu” oraz zasady „Katechizmu Orgazmu”. Nabożeństwa są wprawdzie zabarwione seksualnie, ale nie polegają na grupowych orgiach. Głoszą bardziej „uduchowione” podejście do seksu.

W porównaniu do skandynawskich orgazmitów Japończycy wydają się bardziej perwersyjni. Festiwal Penisa to święto szintoistyczne. Najpierw kapłan tradycyjnej religii shinto święci ołtarz z [wielkim fallusem](#) ([http://en.wikipedia.org/wiki/File:Kanamara_Matsuri_2007_\(phallus_festival\)-crop.jpg](http://en.wikipedia.org/wiki/File:Kanamara_Matsuri_2007_(phallus_festival)-crop.jpg)), który jest następnie niesiony przez lud po ulicach Kawasaki. W pochodzie biorą udział transwestyci, lesbijki, geje oraz zwykli wyznawcy szintoizmu. Święto zrodziło się ze zwyczajów japońskich kurtyzan, które oddawały cześć fallicznemu ołtarzowi na przełomie XVII i XVIII w. w nadziei na ochronę przed chorobami wenerycznymi. Ołtarz miał także zapewniać powodzenie finansowe, płodność, porody bez komplikacji i zdrowe potomstwo. Dziś Wielki Fallus chronić ma przede wszystkim przeciw HIV. Poza wymiarem religijnym i folklorystycznym święto ma również swój wymiar praktyczny, bo zbiera się wówczas pieniądze na badania naukowe nad wirusem HIV.

Czym jest orgazm?

Fizjologicznie u kobiety, za prof. Lwem-Starowiczem, nasila się rumieniec seksualny na

ciele, występują skurcze grup mięśniowych ciała, pojawiają się skurcze zwieracza odbytu, narasta częstotliwość oddechu, przyspiesza akcja serca, zwiększa się ciśnienie krwi, co 0,8 s występują skurcze pochwy powtarzające się od 5 do 12 razy oraz kurczy się trzon macicy. U mężczyzny z kolei zwiększa się wysypka na ciele, pojawiają się skurcze grup mięśniowych i mimowolne skurcze zwieracza odbytu, wzrasta częstotliwość oddechu, akcji serca i zwiększa się ciśnienie krwi i wreszcie w cewce moczowej członka występują skurcze co 0,8 s, stopniowo słabnące, które wiążą się z wypychaniem nasienia na zewnątrz (ejakulacja).

W zakresie doznań psychicznych dochodzi do szczytu euforia seksualna. Krótki pobyt w niebie i reset systemu.

Ponoć dzięki religijnym ćwiczeniom i myślom udaje się zminimalizować grzeszne rozkosze związane z orgazmem (niebo mityczne nie może mieć konkurencji!). Oto [na jednym z forów](http://vroobelek.iq.pl/2006/prawo-do-orgazmu-osiagniecie-teologii-katolickiej/) (http://vroobelek.iq.pl/2006/prawo-do-orgazmu-osiagniecie-teologii-katolickiej/) katolickich pisze sfrustrowany czterdziestolatek: „*Wiele razy słyszałem też z jej ust, jakie to 'beznadziejne' zajęcie, 'dlaczego Pan Bóg to tak beznadziejnie wymyślił' że 'wolałaby, żeby dzieci poczynęły się jako efekt przytulania'. I to niezależnie od tego czy miała orgazm czy nie. Kiedy miała to słyszałem że to 'w sumie przereklamowana sprawa', 'nic takiego nadzwyczajnego', 'parę skurczów', 'kilka sekund czysto wegetatywnego uczucia', 'i o to wybuchły wojny?'*”

Jak jednak podają seksuologowie, udane życie seksualne i osiągnięte w nim zadowolenie wpływają pozytywnie na stan zdrowia psychicznego i fizycznego, życie małżeńskie i rodzinne, kontakty międzyludzkie. Udany seks zapobiega wielu chorobom, głównie psychosomatycznym (np. choroba wrzodowa, wieńcowa, nadciśnieniowa). [4]

Orgazm u kobiety nie musi pojawić się na początku związku seksualnego, nawet mimo tego, że wówczas emocje na ogół są najbardziej burzliwe. Czasami „odnajduje się go” dopiero po miesiącach lub latach współżycia, kiedy nabierze się praktyki, pozna własne ciało, przełamie jakieś bariery, nabierze zaufania itd. Poza psychicznymi, mogą też występować czysto fizjologiczne utrudnienia dochodzenia do orgazmu ([anorgazmia](http://www.bibl.amwaw.edu.pl/kola/sex/tematy/Anorgazmia.htm) (http://www.bibl.amwaw.edu.pl/kola/sex/tematy/Anorgazmia.htm)). W układzie hormonalnym istotne jest prawidłowe stężenie testosteronu i estrogeny. W układzie naczyniowym natomiast ważne jest optymalne ciśnienie krwi (zbyt niskie utrudnia osiągnięcie orgazmu). W odniesieniu do układu nerwowego istotna jest sprawność na wszystkich jego wymiarach (receptory, nerwy obwodowe, rdzeń kręgowy, ośrodki podkorowe, kora mózgu). Osiągnięcie orgazmu ułatwia także optymalna kurczliwość mięśnia łonowo-ogonowego (mięsień Kegla), którą można czasami poprawić odpowiednimi ćwiczeniami. Ostatnim elementem jest oczywiście kluczowa rola właściwej stymulacji seksualnej możliwa poprzez poznanie najbardziej wrażliwych sfer erogennych.

Wśród moich znajomych większość miała rozwód, jest w trakcie lub będzie miała. Mimo tego, wieloletnia głęboka miłość i udany twórczy związek nie jest li tylko romantycznym mitem. Zespół pod kierownictwem Helen Fisher z Uniwersytetu Rutgersa w New Jersey prowadził [badania](http://www.telegraph.co.uk/scienceandtechnology/science/sciencenews/3794498/Some-couples-really-do-live-happily-ever-after.html) (http://www.telegraph.co.uk/scienceandtechnology/science/sciencenews/3794498/Some-couples-really-do-live-happily-ever-after.html) przy pomocy funkcjonalnego rezonansu magnetycznego mózgu par żyjących ze sobą ponad 20 lat i deklarujących głęboką wieloletnią miłość. Z badań wynikało (rozświetlanie obszarów bogatych dopaminowo), iż zakochane w sobie głęboko pary po ponad 20 latach małżeństwa doświadczają tej samej euforii, co kochankowie w pierwszej fazie związku. Warto więc szukać św. Graala...

Tym bardziej, że w udanym uczuciowo pożyciu łatwiej o wielokrotne orgazmy, które mogą przeżywać zarówno kobiety, jak i mężczyźni. W badaniu przeprowadzonym w USA na 805 młodych kobietach ujawniono, że 47,8% doświadcza wielokrotnego orgazmu (od 2 do 20 razy), zarówno w formie „wydłużonego orgazmu”, czyli serii szybko po sobie następujących orgazmów jeden po drugim, jak i w powtarzającym się orgazmie (szczytowania występują między fazami plateau, niebędącymi orgazmem). Co ciekawe, 18,3% badanych kobiet przeżywających wielokrotny orgazm doświadczyły go bez fizycznego pobudzenia ich narządów płciowych. [5] Jeśli chodzi o [męskie wielokrotne orgazmy](http://mediweb.pl/sex/wyswietl_vad.php?id=812) (http://mediweb.pl/sex/wyswietl_vad.php?id=812) to wydaje się, że u mężczyzn, którzy mogą je przeżywać zależą one od partnerki (wysoki poziom pożądania). Na ten temat spotyka się opinie, że wielokrotne orgazmy zdarzają się wyłącznie dzięki "[przetrzymany nasienia](http://www.penis.com.pl/content.php?id=606)" (http://www.penis.com.pl/content.php?id=606), co jednak nie jest konieczne.

Dzień Orgazmu może temu jedynie pomóc. Ostatni raport o seksualności Polek, z marca 2005, przeprowadzony na zlecenie firmy Polski Lek na próbie 1019 kobiet pod kierownictwem prof. Lwa-Starowicza, pokazał, że przełamywane są pewne bariery, ale problemów jest tutaj co niemiara. 34% Polek uważa, że kobieta powinna dążyć do przeżywania orgazmu, a 32% nigdy go nie udawało. Polki przeżywające orgazm osiągają go w następstwie pobudzenia pochwy (80%), pobudzenia łechtaczki (72%), stosunku oralnego (48%), pobudzenia piersi (32%), pocałunków (11%), pobudzenia wodą i narzędziami (5%), stosunku analnego (4%). Generalnie jednak jest tak, że większość kobiet przeżywa orgazm jedynie w wyniku pobudzenia łechtaczki, i nie jest to, jak się czasami błędnie sądzi, orgazm niepełnowartościowy lub gorszy. W porównaniu do poprzedniego tego typu badania z 1992 odsetek kobiet stosujących prezerwatywy wzrósł z 29 do 50 i tutaj akurat przodujemy w Europie. Z jednej strony to kryzys zaufania do „watykańskiej ruletki” metod „naturalnych” antykoncepcji, a drugiej zaś strach przed pigułką w obawie przed rzekomymi spustoszeniami w organizmie. Więcej Polek akceptuje seks oralny, ale tutaj wciąż wypadamy licho. Polki są bierne i chętniej się zgadzają, aby pieścił je partner niż same podejmują tę formę współżycia. Najgorsze jednak jest to, że aż 30% kobiet mówi o spadku potrzeb seksualnych. Prof. Lew-Starowicz wskazuje na domniemane przyczyny tego stanu rzeczy: „Kobiety są zmęczone, przepracowane, chorują. Jeśli ona ma depresję, trudno się dziwić brakowi zainteresowania seksem. Często przyczyną jest brak warunków — dziecko śpiące w tym samym pokoju, konflikty, brak aktywności partnera. Oczywiście w ciągu tych 13 lat przesunęły się akcenty — teraz w gabinecie kobiety najczęściej mówią, że nie mają ochoty na współżycie, bo są zmęczone, przepracowane, nie mają na to czasu. Niekiedy spadek libido kobiety jest konsekwencją problemów partnera — jeżeli on ma przedwczesny wytrysk, po jakimś czasie ona może nie mieć ochoty na seks, bo on jej nie satysfakcjonuje. W Polsce co trzeci mężczyzna ma przedwczesny wytrysk. Ale wie o tym tylko połowa z nich! Dlaczego? Bo ich partnerki nigdy im o tym nie powiedziały.”

Osobny problem jest związany ze zdrowiem seksualnym. Polki nie robią odpowiednio często badań cytologicznych, choć są one bezpłatne. W konsekwencji częściej niż w innych krajach UE zapadają na nowotwory. Polska należy do grupy krajów europejskich o najwyższym poziomie zachorowań i umieralności z powodu nowotworów złośliwych szyjki macicy.

Tak więc orgazm na zdrowie i szczęście jest sprawą oczywistą, jednak także hasło „make love not war” przenikające ideę Światowego Dnia Orgazmu nie jest li tylko hippisowską mrzonką i ma całkiem intrygujące wzorce wśród małp bonobo, wśród których promiskuityzm jest sposobem budowania więzi społecznych — eliminujących agresję przez zachowania seksualne, także takie, które dotąd kojarzyło się tylko z ludzkimi (seks twarzą w twarz, seks lesbijski jako rytuał przyjmowania młodych samic do stada). [6]

Zaproszenie na wspólną celebrację Światowego Dnia Orgazmu, jakie dostałem, dotyczy przyjemności zmysłowo-intelektualnych, ale nic nie ma wspólnego z obsceną, tak jak i sam orgazm ma nie tylko wymiar i przejaw fizjologiczny. Twórcy Kościoła Madonny od Orgazmów wyjaśniają: „Orgazm to Bóg, orgazmowi trzeba oddawać cześć boską. Orgazm to najwyższy stopień pożądania, i nie powinien ograniczać się do ejakulacji. Można go osiągnąć poprzez sztukę, albo podziwianie krajobrazu z okrzykiem wow.” Zaiste, stany ekstatyczno-euforyczne mogą być przez nas osiągnane w różny sposób i w różnych okolicznościach, w zależności od stopnia naszego otwarcia na piękno świata (pani Małgosiu, Dzień Dobrej Wiadomości!...). Skrajnego cynika i malkontenta ziemskie, czyli realne niebo, siłą rzeczy musi ominąć. „Duchowa” ekstaza to nie tylko plateau, czyli przedszczycie. Naukowo potwierdzono, że można doświadczać czysto fizjologicznego szczytowania wywołanego samą wyobraźnią i fantazjami, bez jakiegokolwiek stymulacji fizycznej, i to o równej intensywności doznań co stosunek seksualny. [7] Niedościgną bodaj przykładem tego rodzaju orgazmu są przeżycia św. Teresy z Avila, które ukazał Bernini w słynnej rzeźbie [Ekstaza św. Teresy](http://pl.wikipedia.org/wiki/Ekstaza_św._Teresy) (http://pl.wikipedia.org/wiki/Ekstaza_św._Teresy). Świętą podniecały myśli o tematyce religijnej, a w ekstazę wpadała w czasie odwiedzin anioła przychodzącego z cudowną włócznią („W jego rękach ujrzałam długą, złotą włócznię, a na jej żelaznym końcu wydawał się świecić ognisty punkt”).

Ale ja bynajmniej nie namawiam was, byście celebrowali Dzień Orgazmu jedynie „w duchu i w prawdzie” czy – boże broń – przez kontemplacje religijne. Hymenem niech będzie [Raisa](http://www.youtube.com/watch?v=qx_9wfwck2k...) (http://www.youtube.com/watch?v=qx_9wfwck2k...)

Podobna tematyka na: [THE LOVE DRUG: More than a feeling](#), [Nie lubią kobiecego orgazmu](#), [Chce odszkodowania za nadmiar orgazmów](#)

Zobacz także te strony:

[Szczyt szczytowania](#)

Przypisy:

- [1] W tym roku dodatkowo święto zyskało zabarwienie polityczne i *Global O!* ujmowane jest także jako *Global OObama Factor!* – na cześć wyboru Baracka Obamy na prezydenta USA.
- [2] Święta świąteł w tym okresie obchodzą również chrześcijanie (święto Łucji - 'niosącej światło') oraz Żydzi (Chanuka).
- [3] Z. Lew-Starowicz, A. Długołęcka, *Edukacja seksualna*, Warszawa 2006, s. 126, 128.
- [4] Lew-Starowicz, Długołęcka, op. cit., s. 125.
- [5] C. Darling, J. K. Davidson, A. Jennings: [The female sexual response revisited: Understanding the multiorgasmic experience in women](#), "Archives of Sexual Behavior" 1991, vol. 20, No. 6.
- [6] Frans de Waal: [Bonobo Sex and Society](#), Scientific American, March 1995.
- [7] Badania dr [Beverly Whipple](#), zob. też: B.R. Komisaruk, C. Beyer, C. Beyer-Flores, B. Whipple: [The Science of Orgasm](#), 2006.

[Mariusz Agnosiewicz](#)

Założyciel, redaktor naczelny i publicysta *Racjonalisty*, założyciel i prezes Polskiego Stowarzyszenia Racjonalistów. Kontakt online ([GG](#), [Skype](#))

[Strona www autora](#)

[Pokaż inne teksty autora](#)



(Publikacja: 20-12-2008 Ostatnia zmiana: 21-12-2008)

[Oryginał..](http://www.racjonalista.pl/kk.php/s,6266) (<http://www.racjonalista.pl/kk.php/s,6266>)

Contents Copyright © 2000-2008 Mariusz Agnosiewicz

Programming Copyright © 2001-2008 Michał Przech

Autorem tej witryny jest Michał Przech, zwany niżej Autorem.

Właścicielem witryny są Mariusz Agnosiewicz oraz Autor.

Żadna część niniejszych opracowań nie może być wykorzystywana w celach komercyjnych, bez uprzedniej pisemnej zgody Właściciela, który zastrzega sobie niniejszym wszelkie prawa, przewidziane

w przepisach szczególnych, oraz zgodnie z prawem cywilnym i handlowym, w szczególności z tytułu praw autorskich, wynalazczych, znaków towarowych do tej witryny i jakiegokolwiek ich części.

Wszystkie strony tego portalu, wliczając w to strukturę katalogów, skrypty oraz inne programy komputerowe, zostały wytworzone i są administrowane przez Autora.

Stanowią one wyłączną własność Właściciela. Właściciel zastrzega sobie prawo do okresowych modyfikacji zawartości tej witryny oraz opisu niniejszych Praw Autorskich bez uprzedniego powiadomienia. Jeżeli nie akceptujesz tej polityki możesz nie odwiedzać tej witryny i nie korzystać z jej zasobów.

Informacje zawarte na tej witrynie przeznaczone są do użytku prywatnego osób odwiedzających te strony. Można je pobierać, drukować i przeglądać jedynie w celach informacyjnych, bez czerpania z tego tytułu korzyści finansowych lub pobierania wynagrodzenia w dowolnej formie. Modyfikacja zawartości stron oraz skryptów jest zabroniona. Niniejszym udziela się zgody na swobodne kopiowanie dokumentów portalu Racjonalista.pl tak w formie elektronicznej, jak i drukowanej, w celach innych niż handlowe, z zachowaniem tej informacji.

Plik PDF, który czytasz, może być rozpowszechniany jedynie w formie oryginalnej, w jakiej występuje na witrynie. **Plik ten nie może być traktowany jako oficjalna lub oryginalna wersja tekstu, jaki zawiera.**

Treść tego zapisu stosuje się do wersji zarówno polsko jak i angielskojęzycznych portalu pod domenami Racjonalista.pl, TheRationalist.eu.org oraz Neutrum.eu.org.

Wszelkie pytania prosimy kierować do redakcja@racjonalista.pl