

4

PHẢI LÀM GÌ NẾU CHỒNG KHÔNG CHỊU THỬ

(Chương này dành cho phụ nữ)

Nếu bạn là người vợ muốn tìm hiểu thêm về tình dục, nhưng ngặt cái là ông chồng không chịu đọc cuốn sách này (ông ấy không thích đọc sách, ngay cả sách về tình dục hôn nhân, và ông viện cớ là ông biết cách làm tình, biết có những người đàn bà giả sưng, nhưng vợ của ông ta thì chắc chắn không, vân vân và vân vân), bạn hãy cứ đọc cho hết quyển sách này, để biết chồng đã làm những gì không đúng, để rồi bạn sẽ tìm cách trình

bày cho chồng hiểu một cách hết sức kín đáo và tế nhị. Ngay cả trong trường hợp bạn có ông chồng rất cứng đầu, nhất định không chịu thay đổi phương pháp làm tình từ bấy lâu nay, và tin rằng ông ta là một người tình tuyệt vời, bạn cũng không nên lo ngại lắm vì cũng có cách để thuyết phục người chồng đó.

Bạn không nên tiếp tục giả sướng. Nếu bạn cứ tiếp tục như vậy, thì thật sự bạn sẽ hại chồng và cho chính bạn, bởi vì ông ta sẽ không bao giờ hiểu là kiến thức về tình dục của ông ấy còn thiếu sót. Người chồng sẽ không bao giờ thay đổi, và bạn sẽ không bao giờ có được khoái cảm tuyệt đỉnh trong lúc giao hợp mà bạn hằng nghe tới. Bạn cũng tự lừa mình vì phải giả tạo những thứ không có xảy ra.

Khi phỏng vấn những phụ nữ từng giả sướng, tôi có ghi nhận nhiều phát biểu tương tự nhau. Sau đây là một số lời tâm sự mà tôi nghĩ bạn có thể cảm thông được.

“Tôi giả sướng để tránh chạm tự ái đàn ông của anh ấy, và cũng để tránh cãi nhau

lôi thôi.”

“Nhiều khi để giúp cho ông nhà tôi được tự tin hơn, tôi đã làm cho chồng nghĩ là ông ta rất thành công về mặt ái tình. Thành thử, vì thương yêu chồng, muốn cho chồng nghĩ là ông đã làm cho tôi thỏa mãn, sung sướng mỗi khi giao hợp, tôi đã giả sướng.”

“Đúng vậy. lần nào tôi cũng giả sướng. Tôi nghĩ làm như vậy là tế nhị. Tại sao lại phải cư xử một cách bất nhã với anh ta?”

“Tôi giả sướng rất thường. Quan hệ tình dục giữa hai chúng tôi rất ư là thê thảm, và vì thế tôi không muốn anh ta phải bận tâm về vấn đề đó, nhất là chuyện tôi không hề thỏa mãn mỗi khi chúng tôi giao hợp.”

“Tôi luôn luôn giả sướng. Năm nay tôi đã sáu mươi hai tuổi. Các bác sĩ phái nam đều khuyên tôi làm như thế để giữ cho ông nhà tôi được hài lòng (Ôi Chúa hãy thương tôi). Trong khoảng thời gian ba mươi lăm năm, tôi cứ tưởng là cơ thể tôi có gì bất bình thường, khiến cho tôi không đến được cực đỉnh. Đó là thời gian quá dài, không thể tưởng tượng được, mà tôi đã giả sướng.”

“Tôi đã từng giả sướng trong khoảng ba mươi năm, chỉ vì tôi muốn chồng chấp nhận tôi. Tôi là người thiếu tự tin, hay tự ti mặc cảm và lúc nào cũng nghĩ là mình xấu xí lắm, cứ như là tôi què một chân hay mù một mắt vậy. Thêm vào đó là tôi không muốn chồng tôi phải đau lòng, vì ông nhà tôi cũng là người thiếu tự tin như tôi vậy.”

“Lần giao hoan nào tôi cũng giả sướng. Tôi biết chồng tôi sẽ không vui khi biết sự thật là tôi không có sướng những khi làm tình. Vì vậy lần giao hợp nào tôi cũng nói là anh ta rất tuyệt vời.”

“Đúng đấy. Giả sướng dễ làm và nhanh hơn, tránh phải gây gổ nhau.”

“Khi anh ấy hỏi tôi có sướng không, tôi đều trả lời là có. Thỉnh thoảng anh ấy vẫn cho tôi biết là tôi đã đến được mấy lần. Thật sự thì tôi chưa đến được một lần nào cả, thế nhưng tôi không nỡ nói sự thật, sợ anh ấy đau lòng.”

“Tôi luôn luôn giả sướng, bởi vì tôi chẳng bao giờ sướng thật.”

“Cũng giống như là hỏi có phải bầu trời

màu xanh không. Lẽ đương nhiên là xanh những khi giao hợp, vì tôi không bao giờ muốn cho chồng biết là tôi chưa bao giờ đến được cực đỉnh.”

“Tôi là người giả sướng giỏi nhất thế giới trong mười lăm năm qua. Tôi nghĩ là người ta nên tặng cúp dương vật (đặt trên nền cẩm thạch đàn hoàng, như những tượng điêu khắc có hình trong sách mỹ thuật) cho hết thảy phụ nữ trên trái đất này. Tôi tin là người đàn bà nào cũng đã từng giả sướng với người đàn ông của họ.”

Như tôi đã kể qua trong những đoạn trước, tôi đã giả sướng mỗi lần giao hợp với chồng trong nhiều năm chung sống cho đến thời gian gần đây. Và tôi cũng từng nghĩ chỉ có mình tôi giả sướng. Tôi cũng không dám nói điều đó cho ai nghe cả, bạn nam cũng như nữ, chỉ vì tôi sợ người ta cười chê tôi là người đàn bà không được bình thường. Đó là khoảng thời gian trước khi có những quyển sách nói về tình dục, trước khi có người dám nói chuyện về vấn đề giao hợp một cách rất tự nhiên. Bây giờ thì mới thấy xuất hiện một vài cuốn

sách nói về khó khăn tình dục của phụ nữ. Bởi vì chỉ đọc tiểu thuyết và nghe lóm, tôi hoàn toàn mù tịt về sự giả sướng, cứ tưởng là những phụ nữ khác đến tuyệt đỉnh yêu đương rất dễ dàng mỗi khi giao hợp. Tôi tin chắc là mấy cô bạn của tôi cũng có suy nghĩ sai lầm như tôi, nhưng chẳng đứa nào có can đảm nói cho ai nghe, kể cả bạn thân, biết chuyện giả sướng của tụi nó. Ai cũng sợ người khác nghĩ mình là mù đàn bà lạnh như băng giá Alaska. Mặc cỡ chứ sao không, phải không bạn? Tôi cũng như những người phụ nữ khác, vừa bực bội vừa ái ngại mà không biết phải làm gì, thành thử cứ tiếp tục giả sướng cho xong chuyện, hết thắc mắc chi cho thêm mệt.

Bây giờ thì hơi khác rồi đó. Bạn gái chúng ta dần dần cũng dám kể cho nhau những nỗi khổ xoay quanh chuyện chăn gối với chồng, và hy vọng ít còn ai nghĩ chỉ có một mình họ giả sướng khi giao hợp. Cũng mong số người nghĩ họ lãnh cảm sẽ ít đi hơn nữa.

Sau đây tôi xin ghi thêm một số tâm sự của những người bạn nữ tôi có dịp tiếp xúc. Họ đều nghĩ họ lãnh cảm với chồng và rất

áy náy, lo lắng về vấn đề này.

“Tôi gồng mình đeo cái gánh nặng không được thỏa mãn khi giao hợp, hoàn toàn không thấy có khoái cảm ở âm hộ trong suốt ba mươi bốn năm chung sống. Tôi chẳng dám hó hé gì cả, bởi vì tôi tưởng mình bất thường hay có chứng bệnh gì đó. Tôi cũng tin chắc là tôi mắc chứng lãnh cảm.”

“Chắc vấn đề giả sướng cần có thêm thời gian để giải quyết. Còn hiện tại tôi chỉ cần có chị bạn nào đó, có kinh nghiệm hơn tôi, chỉ cho tôi cách đạt được khoái cảm những khi làm tình. Từ lâu rồi tôi chưa dám hỏi ai về chuyện này. Có lẽ vì tôi quá cẩn thận, hay lo lắng là người khác sẽ nghĩ tôi không được bình thường.”

“Tôi giả sướng để tránh phải đương đầu với chồng, để không phải giải thích tại sao tôi lại không sướng, để cho chồng không nghĩ là tôi mắc bệnh lãnh cảm, hay tệ hơn nữa là chàng có thể cho rằng tôi mắc bệnh đồng tình luyến ái với một bà nào đó.”

“Đúng vậy. Tôi đã giả sướng hơn mười năm trời, chỉ vì tôi không muốn chồng tôi nghĩ là

tôi lãnh cảm.”

“...Nếu tôi không sướng thì đó là lỗi tại tôi, và nếu biết tôi lãnh cảm anh ấy sẽ không giao hoan với tôi.”

Tôi cũng theo dõi sách báo Hoa Kỳ. Tình cờ tôi có đọc được bài *Tường Trình Số Đủ Về Tình Dục Nữ Giới*. Trong bài ấy có đoạn này mà tôi muốn chia sẻ với bạn. Sau đây là lời của một nữ thân chủ không được thỏa mãn về chuyện chăn gối với chồng và lời khuyên của vị bác sĩ.

“...Sau mười năm không có được một lần sung sướng ở cực đỉnh, tôi mới gom hết can đảm để đi hỏi bác sĩ của tôi (người ta hay khuyên nên hỏi bác sĩ gia đình, có đúng thế không?), với hy vọng là bác sĩ có cách giúp hạnh phúc hôn nhân của chúng tôi tránh bị đổ vỡ. Bác sĩ đã trả lời: “Bảy mươi phần trăm đàn bà đều lãnh cảm, mà nguyên nhân là trí tưởng tượng của họ.”

Cũng như tôi đã từng nghĩ rắc rối tình dục là tự ở tôi gây ra (chứ tôi không dám nghĩ sự thiếu kiến thức của đàn ông lại có ảnh hưởng đến tôi), những người vợ khác

cũng tưởng họ mắc bệnh lãnh cảm.

Tôi xin nhắc lại là không có người phụ nữ nào lãnh cảm cả. Một khi mà người chồng biết cách giao hoan thì người vợ nào cũng sẽ hưởng ứng chuyện mây mưa một cách nồng nhiệt và thành thật.

Cũng có một số phụ nữ nghĩ họ cần phải thủ dâm trong lúc giao hợp, thì mới đến cực đỉnh được. Điều đó không đúng đâu bạn ơi. Nếu chồng bạn thi hành đúng như đã chỉ dẫn trong chương ba, bạn không cần phải làm gì cả, và mọi chuyện đều có “chàng” lo hết. Sau đây tôi xin ghi lại một số tâm sự của những phụ nữ chỉ sướng khi họ thủ dâm trong lúc giao hoan với chồng.

“Tôi ước mong được có khoái cảm ở cực đỉnh mà không phải tự kích thích âm hạch khi giao hợp. Thế nhưng nếu không tự kích thích thì tôi không thể nào thỏa mãn được.”

“...Tôi chỉ sướng nhờ có thủ dâm và kích thích ở âm hạch. Sự giao hợp với dương vật thật sự không cho tôi khoái cảm gì cả, và lẽ đương nhiên tôi không đến được cực đỉnh nếu không thủ dâm.”

“Tôi muốn có đầy đủ khoái cảm tình dục mà không cần phải dùng tay để tự kích thích mình. Nhưng mà nếu không thủ dâm thì tôi không thể nào đến được tột đỉnh của khoái cảm. Tôi chỉ muốn thỏa mãn hoàn toàn bằng sự giao hợp.”

Vài tác giả trong cuốn *Tường Trình Sở Đồ Về Tình Dục Nữ Giới* có một số nhận xét như sau:

“Một câu hỏi khá quan trọng được nêu ra: Lúc giao hợp, có phải khoái cảm tột đỉnh diễn ra khi người đàn bà được kích thích ở âm hạch bằng tay hoặc miệng, hay khi dương vật tiến vào âm hộ? Sự khác biệt giữa hai trường hợp không hẳn là không quan trọng đối với hàng triệu phụ nữ chỉ thỏa mãn một cách dễ dàng khi được nựng ở chỗ kín, chứ động tác giao tiếp giữa dương vật và âm hộ chỉ góp phần nhỏ vào nguyên nhân gây ra khoái lạc.”

“Tôi làm thử một thống kê nho nhỏ và tôi khám phá là không có một người bạn hay người quen nào của tôi từng ‘thật sự’ sướng cực đỉnh bằng sự giao hợp bình thường, mà

phải có kích thích âm hạch thì họ mới đến được.”

“Tôi chưa bao giờ đến được tột đỉnh trong lúc giao hợp. Muốn thỏa mãn thì tôi phải thủ dâm hay để cho chồng tôi dùng miệng lưỡi để kích thích âm hạch của tôi. Tôi biết có nhiều bạn nữ đã phải giả sướng trong lúc giao hợp, vì họ không nỡ nói cho chồng biết là họ không thể sướng được, mặc dầu người chồng có thể cương cứng rất lâu. Khi kết thúc cuộc thống kê, xin quý vị vui lòng đăng kết quả cho nhiều người được biết.”

Bác sĩ Seymour Fisher, tác giả cuốn *Tuyệt Đỉnh Cho Nàng*, đã nói chuyện với trên ba trăm phụ nữ và cho biết là tám mươi phần trăm những người này đều có thủ dâm trong lúc giao hợp để tìm khoái cảm tột đỉnh.

Ông Alfred Kinsey đã viết một bài có nhan đề là *Cá Tính Tình Dục Ở Phái Nữ*, và ông cho biết “Cách thức thủ dâm và nựng chỗ kín đã được dùng để tạo khoái cảm cực đỉnh, chứ sự giao hợp của phần dưới không được chú ý tới lắm.” ông Kinsey cũng nhận xét là sự giao hợp bình thường hầu như không bao giờ

mang lại khoái cảm cho phụ nữ, và nếu có thủ dâm đi cùng với giao hợp thì thế nào họ cũng đến được cực đỉnh.

Bà bác sĩ Deborah Phillips, tác giả cuốn *Tự Tin Tình Dục*, nói như sau:

“...Phụ nữ ít có thể cực sướng bằng giao hợp không thôi, mà cần phải có kích thích ở âm hạch. (Có điều này tôi muốn nói với những ai hay vội vã tiến tới giai đoạn giao hợp, như thể họ nghĩ là giao hợp sẽ mang lại cực điểm, là sau khi dương vật tiến vào âm hộ, phụ nữ sẽ cảm thấy khoái cảm giảm xuống, chứ không gia tăng như nhiều người tưởng.)”

Cả ba bác sĩ chuyên khoa Helen Singer Kaplan, - David Reuben, và Master and Johnson đều viết là phụ nữ nào không thể đạt khoái cảm cực điểm khi giao hợp với chồng, cần phải thủ dâm thì mới toại nguyện.

Thế bây giờ bạn phải làm gì? Chồng của bạn quá tệ về tình dục, không chấp nhận sự thật hay không chịu thay đổi. Bạn không muốn phải giả sướng thêm nữa và cũng biết là bạn không bắt buộc phải thủ dâm trong lúc giao hợp.

Bây giờ bạn phải nắm chủ động quan hệ tình dục giữa hai người. Làm như thế thì cuộc sống lứa đôi của bạn mới có hy vọng phát triển tốt đẹp hơn, và đồng thời bạn sẽ thỏa mãn hơn mỗi khi chung đụng với chồng.

Lẽ đương nhiên sự thay đổi sẽ rất khó khăn nếu bạn tự làm lấy. Thật là tuyệt vời nếu chàng đồng ý thay đổi và cùng chung sức với bạn để cải tiến cách thức ái ân chưa hoàn hảo của chàng. Trước hết chàng cần phải công nhận là chàng chưa phải là người tình tuyệt vời. Sự thật thì hầu như người chồng nào cũng không hoàn toàn về ái tình, mặc dù ông ta có thể tưởng mình rất tuyệt hảo. Biết chấp nhận sự thật không có gì mà phải xấu hổ, bạn cần cho chàng biết như vậy. Vì tự ái, đàn ông thường không dám công nhận mình thiếu sót. Hy vọng là chồng của bạn sẽ đọc quyển sách nhỏ bé này và sẵn sàng làm cho bạn hài lòng.

Thế nhưng nếu chồng của bạn là kẻ cứng đầu, không chịu nghĩ là mình còn kém về tình dục, và mỗi khi làm tình ông ta đều hùng hục, để rồi bắn “bùm bùm.” Còn bạn

thì thật tình yêu thương người chồng đó, bất kể vấn đề chàng ta là người tình dở tệ. Thế thì bây giờ bạn phải làm gì?

Trước hết bạn phải tránh đừng cho chồng biết là ông ta kém cỏi về kỹ thuật ái ân. Đúng ra, bạn đừng bao giờ nói thẳng chồng là người tình dở tệ. Ngay cả nếu bạn đã từng giả sướng hơn ba mươi lăm năm, bạn cũng đừng nói cho ông nhà biết. Tại sao lại phải làm cho ông ấy đau lòng lúc này, khi mà mọi chuyện đã qua? Có lợi gì cho ai đâu? Thế nào chẳng nữa thì người chồng không cố tình làm người tình dở, và chính bạn cũng không biết cách nào giao hoan nào đúng để chỉ cho ông ta lúc trước. Có đúng không? Điểm tôi muốn nói là chuyện quá khứ không nên nhắc lại, chỉ làm đau lòng nhau chứ không ích gì. Những lần làm tình sai lầm trước bạn không thể nào đem ra làm lại để cho bạn được sung sướng tuyệt vời. Vấn đề là BÂY GIỜ. Hy vọng là ông ta sẽ đọc cuốn sách này và trở thành người tình giỏi hơn trước (một khi biết những gì phải làm và không nên làm thì người đàn ông sẽ dễ dàng trở thành người yêu lý tưởng của bạn).

Thế thì bây giờ bạn phải làm gì để cải tiến cuộc sống ái tình hiện có, làm sao để thỏa mãn mỗi khi ái ân, khi mà ông nhà bạn không chịu hiểu sự thay đổi cần phải thực hiện, nhất định không vờn giỡn với bạn những khi làm tình?

Bạn phải sử dụng cặp đùi của bạn. Vâng, đúng vậy, không phải tôi nói giỡn. Khi mà chồng bắt đầu bơm “bùm bùm” quá mạnh bạo, bạn hãy kẹp hai đùi thật chặt vào hai bên hông của ông ấy. Làm như vậy bạn sẽ giữ cho chồng không thúc mạnh vào người bạn được, đồng thời làm cho tác động bơm chậm lại. Từ từ ông nhà bạn sẽ thấy là ông ta không thể bơm bạn quá mạnh được, vì bạn không cho phép, và rồi ông ấy sẽ tấn công chậm chậm lại, bởi không có cách nào khác hơn.

Đó. Khi tôi nói bạn kẹp chặt đùi lại, ý tôi muốn nhắc là bạn phải nắm lấy tình thế, làm chủ tình hình “chiến sự” do chàng gây ra. Chắc bạn không biết là bắp thịt đùi của bạn mạnh lắm đấy, mà càng được sử dụng nhiều bắp thịt sẽ càng mạnh hơn. Khi bạn

siết dùi vào nhau, chính bạn điều khiển sự “xâm nhập” của chàng, vì tùy bạn muốn cho phép chàng vào sâu hay nông. Làm như thế không những chàng không thể “thụt” mạnh vào, mà chỉ tiến lùi theo ý muốn của bạn. Bạn có thể dùng phương pháp siết để vờ giận với chàng, đem lại những khoái cảm mà tôi đã trình bày trong Chương 3. Lẽ đương nhiên là bạn phải chủ động, và vì thế bạn sẽ không sướng bằng khi chàng hoàn toàn làm hết tất cả. Tuy nhiên bạn chắc chắn sẽ đến cực đỉnh bằng cách đó, và từ từ chàng sẽ nhận biết những gì chàng cần làm cho bạn được thỏa mãn.

Bạn cho chàng thấy bạn cần được thỏa mãn như thế nào, chàng bắt đầu hiểu rằng bạn biết bạn muốn chàng làm gì, và chàng thực hành cách làm tình thật êm dịu, nhẹ nhàng, đầy yêu mến, từ từ tiến vào và rút ra. Khi các điều đó được thực hành, bạn sẽ để cho chàng chủ động mỗi lúc một nhiều hơn, còn bạn thì từ từ buông trôi âu lo để hưởng những khoái lạc của hạnh phúc ái ân. Rồi cứ mỗi lần giao hợp bạn chỉ chàng biết bạn muốn gì và cần chàng làm như thế nào,

để chàng dần dần thám hiểu, rồi chàng sẽ bớt dâm mạnh “bùm bùm” vào bạn, còn bạn sẽ bớt phải kẹp dùi lại để đối phó với lối tấn công ô ạt khi trước của chàng. Thế nào rồi chàng cũng sẽ thay đổi tốt cho bạn (hy vọng rằng sau lần đầu tiên bị bạn kẹp chàng sẽ ngừng thúc mạnh vào bạn, nhưng mà thường thì bạn phải chờ tới sau hai, ba lần làm tình mới thấy sự thay đổi ở chàng). Ông nhà sẽ hiểu tại sao ông ta không nên tấn công bạn quá vũ bạo, mà chỉ cần ái ân thật êm ái, dịu dàng, âu yếm, nồng nàn là nàng kích thích, nàng mê say, nàng yêu thương chồng mãi mãi. Khi người đàn bà cảm thấy thoải mái lúc giao hoan, thì trí óc và tâm tình của nàng cũng sẽ thoải mái hơn. Trong trường hợp chàng làm tình mạnh bạo trở lại, bạn cứ việc kẹp dùi lại để ra hiệu cho chàng hiểu là nên giao hợp một cách nhẹ nhàng hơn (cũng có lúc bạn muốn chàng yêu bạn mạnh hơn, và nếu như vậy thì bạn cứ cho chàng biết ý muốn của mình). Rồi khi chàng giao hoan với bạn rất nhẹ nhàng, êm ái, có khi vờ giận âu yếm bạn cứ việc nằm thảnh thơi, từ từ hiến dâng tất cả cho chàng, cũng như

chàng sẽ cho bạn hết tình yêu của chàng. Hiến dâng là hành động tối thượng chứng tỏ sự tin tưởng ở người yêu, đồng thời nó cũng mang lại tuyệt đỉnh của khoái cảm. Thế xác bạn mở rộng, tâm hồn bạn đặt hết niềm tin ở chàng, và tình cảm bạn tràn đầy, đó là lúc phi thuyền tình yêu phóng lên cao vào ngân hà ái tình, đưa hai người tình đến vũ trụ bao la vô tận của hạnh phúc vợ chồng.

Hạnh phúc vợ chồng là điều bạn ước mong có được với người mình yêu. Đúng vậy phải không bạn?

5

MỘNG ĐẸP TÌNH YÊU

Tôi là người thích mơ mộng chuyện yêu đương lãng mạn. Tôi tin rằng những chuyện tình đẹp là có thật. Đối với tôi, tình yêu là vấn đề quan trọng nhất trên thế giới.

Khi nói đến chuyện tình dục, tôi muốn nhấn mạnh là tình dục phải đi chung với tình yêu. Không có tình yêu, tình dục chỉ là một động tác thể dục, không hơn không kém. Mặc dù động tác đó mang lại khoái cảm tuyệt vời, nó cũng vẫn một hành động có tính cách thể dục.

Không có tình yêu, làm tình là tập thể dục. Còn nếu có tình yêu đi kèm theo? Ôi!