LUCY-ANNE HOLMES

ÄLÄ PAINA PÄÄTÄNI ALAS

MIELETÖNTÄ
SEKSIÄ ETSIMÄSSÄ

WSOY

LUCY-ANNE HOLMES

ÄLÄ PAINA PÄÄTÄNI ALAS

Suomentanut Viia Viitanen

Werner Söderström Osakeyhtiö
Helsinki

Englanninkielinen alkuteos
Don't hold my head down
Copyright © 2019 by Lucy-Anne Holmes

Suomenkielinen laitos
© Viia Viitanen & WSOY 2021
Werner Söderström Osakeyhtiö
ISBN 978-951-0-46493-9
Painettu EU:ssa



Jos seksuaalinen nautinto
jaettaisiin kymmeneen osaan,
vain yksi osa siitä olisi miehen
ja loput olisivat naisen.

Teiresias, kreikkalaisen mytologian jumalhahmo

Jos ei etsi autuutta,
miten sen voisi löytää?

Beth Stephens

Niin kuin rakastelet,
niin on Jumala kanssasi.

Rumi

Kun seison toisen ihmisen edessä ja rakastan itseäni läpikotaisin, kun rakastan kasvojani ja reisiäni ja rintojani ja pystyn olemaan ajattelematta paskaa, jota minulle puhutaan, jotta ostaisin jotakin.

Kun rakastan naista, joka olen.

Kun näen kaikkien minua ennen eläneiden tarinat, ja kaikkien, jotka elävät nyt, jotka kärsivät, koska ovat naisia, kaikkien, joita raiskataan, murhataan, hakataan, silvotaan, joilta evätään ääni, äänioikeus, koulutus, kun näen heidän tarinansa ja liitän ne omaani, kun saan voimaa niistä naisista, jotka taistelivat minun oikeudestani äänestää, ansaita rahaa, omistaa maata, nauttia seksistä.

Kun seison toisen ihmisen edessä tietäen, että ruumiini on ihmeellinen ja minä olen ihana. Olen rakkaus. Olen totuus. Olen voima. Olen nainen. Olen äiti, tytär, sisko, liittolainen, parantaja, visionääri, mystikko. Olen saatana silkkaa magiaa.

Kun katson toista ihmistä silmiin ja otan vastaan hänen rakkautensa ja kunnioituksensa ja ihmetyksensä.

Ja sanon

”Tule, kosketa rintaani hellästi sormenpäilläsi.”

Kun näin tapahtuu, minusta tuntuu että maa allani liikahtaa ja vuorovedet vaihtuvat vähän nopeammin.

SISÄLLYS

Seksikirja.....17
Kuoppainen alkutaival kohti hidasta seksiä.....35
Näin opettelin rakastamaan itseäni.....55
Näin aloin päästä jyvälle hitaan seksin saloista.....83
Orgasmit, nautinto ja valta.....103
Telttoja ja muita yllätyksiä.....145
Miehiset vehkeet.....175
Seksikesä.....187
BDSM.....217
Sitten kaikki muuttui.....249
Viimeiset sivut.....261
Naisen asema ja seksuaalisuus kautta aikain.....265

Lähteet.....277
Lisää tietoa.....284
Kiitokset.....286

Jossain vaiheessa olisi varmaan syytä oikeasti aloittaa tämä kirja.

SEKSIKIRJA

Hei, olen Lucy ja olen kirjoittanut seksikirjan, joka sinulla on nyt edessäsi. Olen kutsunut sitä ”seksikirjaksi” kirjoittaessani, ja kun olen pitänyt taukoa kirjoittamisesta, se on lojuskellut mieleni sohvalla jalat pöydällä ilman aikomustakaan mennä minnekään. Olen sanonut sitä seksikirjaksi, koska se on varsin seksipitoinen. Sen nimeksi olisi jopa saattanut tulla *Seksikirja*, jos joku muu ei olisi jo ehtinyt napata nimeä. Niin tai näin, tulette pian huomaamaan, etten ole mikään sekspertti.

Kirjailija Beverly Cleary on sanonut: ”Jos et löydä hyllystä sopivaa kirjaa, kirjoita sellainen itse.” Tämä kirja on minun yritykseni tehdä niin.

Kiiltävälle paperille painetut kuvat erilaisista seksiasennoista tai sellaiset neuvot kuin ”kerro miehelle, mitä haluat” eivät nimittäin minun tapauksessani toimineet. Olin harrastanut seksiä vuosikausia, ja silti minusta tuntui, että olin ihan noviisi. Kaipasin kirjaa, mentoria, jotakin, ihan mitä vain, mikä auttaisi minua luovimaan seksuaalisuuteni vesillä. Mutta sen pitäisi olla myös kirja, joka ymmärtäisi, että tunsin itseni vähän rikkinäiseksi seksin suhteen, että minulta oli mennyt jotakin perustavanlaatuista ohi. En halunnut kirjan olettavan, että olin vahva, määrätietoinen, seksuaalisesti itsevarma nainen, koska tunsin olevani valovuosien päässä moisesta. Ei, kirjan pitäisi ymmärtää, että tunsin olevani vielä ihan tyttönen, mitä tuli seksiin ja ihmissuhteisiin ylipäätään.

En löytänyt sellaista kirjaa, mutta lähdin tutkimusmatkalle ja löysin kultaa. Ja nyt haluan jakaa aarteen kanssanne.

HUONO RUNKKUSESSIO

Kaikissa hyvissä tarinoissa on lähtölaukaus, kokemus, joka sinkoaa sankarin ikimuistoiselle löytöretkelle. Minun tarinani alkaa siitä, kun runkkasin nettipornoa katsellen.

Ei ihan samanlainen aloitus kuin Dorothyn ja Toton karkumatka *Ihmemaa Ozissa*.

Alustan hiukan. Kello oli puoli kymmenen illalla. Olin juonut pubissa pari tuoppia ja risat jykevää eurooppalaista lageria ja istuin nyt petaamattomalla sängyllä täysissä pukeissa yrittäen etsiä netistä jotain kiihottavaa.

Siinä ei sinänsä ollut mitään kummallista. Olin katsonut pornoa tai odotellut sen latautumista vuosikaudet. Ajatus ”jos panettaa, katso pornoa” ei ollut peräisin äidiltäni tai nunnien luotsaamasta koulusta, jota kävin, vaan olin imenyt sen itseeni kulttuurista, joka minua ympäröi. Minun oli sekä hienovaraisesti että suorasukaisesti annettu ymmärtää, että internet oli pullollaan ihmisiä, jotka harrastivat seksiä katsojien iloksi. *Frendien* Joey ja Chandler katsoivat sitä. *Sinkkuelämän* Samantha katsoi sitä. Alan Partridge katsoi sitä. Kaikki tekivät niin. Porno oli valtavirtaa, arkipäiväistä. En ollut koskaan kyseenalaistanut sitä tai ajatellut koko asiaa, se oli mitä oli.

Näin jälkikäteen ajatellen en ollut koskaan varsinaisesti pitänyt pornosta, vaikka katsoinkin sitä. Pääasiassa se johtui nettipornon katselemisen seuraamuksista, enkä nyt tarkoita orgasmeja. Nettipornosta tuli melkein aina kamala olo. Outoa, tiedän, mutta aina kun olin masturboinut pornoa katsellen, olin jälkikäteen vähän häpeissäni ja surullinen, vähän tyyliin ”hyi, en tykkää

itsestäni nyt". Muistan keskustelleeni tästä erään paljon pornoa katsovan sällin kanssa.

"Miltä sinusta tuntuu, kun homma on hoidettu?"

"Jaa joo, ihan kamalalta ja kelvottomalta", hän vastasi.

Nettipornorunkkauksen jälkeinen käytökseni todisti samaa. En läväyttänyt ikkunaa auki kuin Julie Andrews *Sound of Music* -elokuvassa ja laulanut "runkkasin juuri pornoa katsellen", en informoinut perhettäni ja ystäviäni asiasta Facebook-päivityksellä, en twiitannut "Katsoin juuri pornoa ja runkkasin! ☺ #runkku". Sen sijaan tyhjensin tietokoneeni sivuhistorian, pesin käteni ja valehtelin äidilleni, jos hän kysyi, mitä olin ollut puuhailemassa, kun hän soitti.

Usein jouduin uurastamaan aika pitkään ennen kuin löysin sellaista materiaalia kuin halusin. Noin yleisesti ottaen kiihotun nähdessäni ihmisiä, eritoten naisia, jotka todella nauttivat. Ihmiset, joiden aistin vain näyttelevän nautintoa, eivät sytytä, ei liioin "suoraan penetraatioon" -seksi tai "vartin suihinotto ennen penetraatiota" -seksi. Yleensä kesti siis jonkin aikaa ennen kuin löysin mitään minua kiihottavaa, vähän niin kuin shoppaillessa tulee vastaan kaikkea, mitä ei todellakaan halua, ennen kuin lopulta löytää etsimänsä. Nettipornomaailmassa se tarkoittaa, että tulee nähtyä kaikenlaista.

Sinä iltana näin ruudulla tytön – ja sanon tytön, koska hän näytti tytöltä, kauniilta vaalealta teinitytöltä – jonka kasvoille pursui spermaa miehen peniksestä. Se ei ole mitenkään poikkeuksellista nettipornossa. Ei minua itse akti hätkäyttänyt – olin tottunut sellaiseen – vaan se, kuinka nuorelta tyttö näytti. Huomasin irvistäväni ja toivovani, että tytöllä oli kaikki hyvin.

Tyhjensin tietokoneeni sivuhistorian ja jäin sängylle istumaan ja puntaroimaan asiaa. Ajattelin sitä tyttöä. Sitten ajattelin itseäni. Nyt saatatte ehkä huokaista: "Rauha, rauha, nainen vain näytti nuorelta, ei hänellä mitään hätää ole. Sinulla sattui olemaan

huono runkkusessio, ei siitä tarvitse kirjaa kirjoittaa.” Se kuitenkin sysäsi ajatukseni liikkeelle, ja samalla kun istuin pyörittelemässä asioita päässäni, kirjoittelin Googleen hakuja. ”Hyvää seksiä”, ”mahtavaa seksiä”. Päädyin aina samoille ilmaissivustoille, niiden räikeisiin runsaudensarviin.

VALAISTUMINEN

Minulla ei tuolloin ollut lapsia, mutta kylläkin neljä läheistä sisarentytärtä, kaikki ihania nuoria naisia. Minua suretti ajatella, miten nuorin heistä, seksuaalisen heräämisensä kynnyksellä ja uteliaana, tekisi samanlaisia Google-hakuja kuin minä ja päätyisi aina vain samoille pornosivustoille. Tällaista seksiä meillä oli tarjota nuorille naisille ja miehille, eikä sille näyttänyt olevan mitään selkeää vaihtoehtoa, tai ainakaan sellaista ei ollut helppo löytää. Ajattelin siskontyttöjäni, nuoria naisia, joita rakastin, ja toivoin, että heille olisi näytillä jotenkin toisenlaista seksiä.

Mutta millaiseen seksiin sitten halusin heidän tutustuvan? En ollut ihan varma, mutta ainakin halusin, että siinä kunnioitettaisiin toista ihmistä. En halunnut heidän joutuvan esittämään, että he nauttivat saadessaan spermaa naamalleen, jos he eivät oikeasti pitäneet siitä, suostumaan vasten tahtoaan siihen, että heidän kurkkuunsa tungetaan penis, tai luulemaan, että penetraatio oli ainoa autuaaksi tekevä asia seksissä. Toivoin, että siinä olisi enemmän hellyyttä ja lempeyttä. Halusin myös, että he voisivat harrastaa omien mieltymystensä mukaista seksiä, että se olisi vastavuoroisempaa, ja, no, että se olisi kaunista ja ihanaa. Mikään netissä näkemäni ei vaikuttanut järin kauniilta tai ihanalta.

Kirjoitin hakukenttään ”beautiful sex”, ”ihanaa seksiä”. Haun tuloksena löytyi muun muassa kolmentoista minuutin mittainen video, jossa pornokorkkareihin pukeutunut daami otti suihin

mieheltä, joka painoi hänen päätään alas. Löysin myös lyhyen klipin filmistä nimeltä *Kama Sutra*, jonka päälle lävähti anteliaaseen toppiin pukeutunut teini ja teksti ”Pane lutkaa”, sekä artikkelin, jonka otsikko oli ”Näin saat kauniit naiset harrastamaan seksiä kanssasi”. Niin, ja sivuston, jolla oli tarjolla sellaisia pornoklippejä kuin ”Isä rakastaa vihapanoa tyttären kanssa. Söpö japanilainen koulutyttö antaa nörtin tulla suihinoton jälkeen naamalle”.

Vau, ajattelin. Selvempää jälkeä emme varmasti olisi saaneet aikaiseksi, vaikka joku olisi tullut sanomaan, että ”Hei ihmiskunta, tässä olisi tällainen seksi-niminen hommeli. Se on mahtava kahden ihmisen välinen rakkaudentäyteinen yhteys, jossa riemuitsette toisistanne ja annatte toisillenne nautintoa, ja joka loppuu autuuden huumaan. Katsotaan ihan vain huvin vuoksi, kuinka ankeaa pystytte siitä tekemään.”

Hyväntekeväisyysjärjestöt[1], opettajat[2] pääministeri[3], ihan kaikki, tuntuivat noihin aikoihin olevan huolissaan siitä, miten porno vaikuttaa nuoriin. Olimme saaneet kuulla, että he oppivat pornosta, mitä seksi on. ”Isä rakastaa vihapanoa tyttären kanssa. Söpö japanilainen koulutyttö antaa nörtin tulla suihinoton jälkeen naamalle.” Hmmm. Saatoin ymmärtää, miksi asia askarrutti ihmisiä.

Sitten mietin itseäni. Ei minunkaan seksielämäni järin loistokasta ollut. Siinä minä istuin, 35-vuotiaana, tyhjentämässä selaimen sivuhistoriaa runkattuani pornoa katsellen. Kun oikein asiaa ajattelin, tajusin, että olin 35-vuotias, enkä ollut kokenut kuin kalpean aavistuksen upeasta seksistä. Se oli aika murheellinen oivallus. Olin ollut seksuaalisesti aktiivinen yli kaksikymmentä vuotta, mutta kovin aktiivinen toimija en ollut seksissä ollut. En ollut koskaan todella miettinyt, mitä ja miten halusin. Ikävä sanoa, mutta seksi oli aina vain ikään kuin tapahtunut minulle. Kyllä minä seksiä olin halunnut, jopa innokkaasti pyrkinyt

harrastamaan sitä, mutta oli kuin olisin vain näytellyt minulle annettua roolia sen sijaan, että olisin ohjannut tai käsikirjoittanut koko show'n.

Ystäväni sanoo usein: ”Jos teet niin kuin olet aina ennenkin tehnyt, lopputuloskin on aina sama.” Minulle alkoi hiljalleen valjeta, etten enää halunnut samanlaista seksiä kuin olin siihen asti saanut, ja että seksi, jota oikeasti halusin, ei todellakaan ollut sellaista kuin netistä löytämäni seksi. En halunnut mitään hampaat irvessä suoritettavaa kestävyyskoetta, vaan hitaampaa, hellempää, luovempaa, kauniimpaa seksiä. Halusin oppia taitavaksi seksissä, oppia miten ja mistä koskettaa miestä, oppia miten ja mistä halusin, että minua koskettaisiin, halusin tuntea oloni turvalliseksi ja arvostetuksi. Ja ehkä, jos lähtisin seksitutkimusmatkalle ja kirjoittaisin siitä, jonain päivänä joku seksistä kiinnostunut nuori nainen kirjoittaisi hakukenttään sanat ”ihanaa seksiä” eikä kauhistuisi löytämäänsä.

Niinpä päätin, että virran mukana ajelehtimisen sijaan tarttuisin lopulta, 35-vuotiaana, ruoriin ja ohjaisin seksielämäni omien halujeni mukaiseen uomaan. Se tuntui hiton hyvältä, ihan kuin olisin valaistunut, ja valaistumisen olinkin aina halunnut kokea.

Oli tosin yksi pikku ongelma: minulla ei ollut hajuakaan, miten pääsisin asiassa eteenpäin.

MURHEELLINEN TARINANI

Saatatte hyvinkin ihmetellä, mitä oikein olin puuhastellut kolmekymmentäviisi vuotta, jos en ollut aiemmin tajunnut, että voisin ryhtyä muokkaamaan seksuaalisia kokemuksiani sellaisiksi kuin itse halusin. Seuraavaksi saatte siis tutustua valaistumiseen johtanutta runkkusessiota edeltäneen seksihistoriani käänteentekeviin

hetkiin. Pelkään pahoin, että ne ovat melko murheellista luettavaa, mutta haluan silti jakaa tämän epämääräisen joukkion sattumanvaraisesti karttuneita kokemuksia kanssanne, koska niiden avulla on mielestäni hiukan helpompi ymmärtää, miksi tunsin vielä aikuisena naisena olevani niin eksyksissä seksin maailmassa. Olen kuullut muidenkin naisten tarinoita, ja ne ovat samalla lailla poukkoilevia, hämmentäviä ja hyvin usein surullisia, vaikka niissä ei muuta yhteistä omani kanssa olisikaan.

Kuusivuotiaana tyydytin itseäni kepukoilla olohuoneen verhojen takana

Yhdessä varhaisista muistoistani seison olohuoneen verhojen takana hipelöimässä itseäni. Tein niin melkoisen monta kertaa. Keräsin pihalta pieniä kepukoita ja koskettelin niillä jalkoväliäni. Olen aina ollut luonnonystävä. Olin selvästikin tietoinen siitä, ettei jalkovälin koskettelu ollut sosiaalisesti hyväksyttävää, ja piilouduin siksi verhojen taakse, mutta en ollut aivan ymmärtänyt, että kuka tahansa ikkunan toisella puolella kulkeva saattoi seurata touhujani vapaasti.

Seitsemänvuotiaana leikin kolmossivun tyttöä

Minulla oli yksi ystävä, ja hänen luonaan kyläillessäni leikimme usein kolmossivun tyttöjä hänen huoneessaan. Toinen meistä seisoi sängyllä ja poseerasi ilman paitaa ja toinen lausui ihailevia sanoja poseeraajan rinnoista samaan tapaan kuin olimme kuulleet miesten tekevän kolmossivun tyttöjä katsellessaan.

Kahdeksanvuotiaana minut yllätettiin toisen tytön paljaan pyllyn ääreltä

Tämän tapauksen on häpeä polttanut syvälle mieleni syövereihin. Aikuinen yllätti minut ja ystäväni kesken leikin, jossa ystäväni makasi vatsallaan alushousut alhaalla. En muista, mitä tarkalleen

ottaen olimme puuhailleet tai millainen roolileikki meillä oli ollut meneillään, mutta muistan, miten syvä häpeä minut valtasi, kun aikuinen paukkasi kesken kaiken sisään. Jälkeenpäin yritin vältellä kyseistä aikuista, ja sain kuulla, että alushousut kuuluu pitää jalassa ettei peppua ala palella. En tiedä, mitä aikuinen olisi voinut tai mitä hänen olisi pitänyt sanoa siinä tilanteessa tai mitä itse nyt sanoisin samassa tilanteessa pienelle tytölle. Häpesin kuitenkin tapahtunutta syvästi vuosien ajan.

Yhdeksänvuotiaana tutustuin *Okalintujen* eroottisiin kohtauksiin
Koirankorville luettu kirja kiersi välitunneilla kädestä käteen.

Yhdeksänvuotiaana seurasin opettajaa isojen tyttöjen vessaan, jossa hän esitteli meille kuukautissuojaroskikset
Tapahtuma ei liity kehitykseeni seksuaalisuutensa kanssa sinut olevaksi naiseksi muuten kuin että sen lähemmäs seksuaalikasvatusta ei koulussa muistini mukaan päästy.

Yhdeksänvuotiaana kiihotuin
Minä ja sukulaistyttö olimme yötä lapsenvahdin luona. Katselin itsekseni televisiota pienessä olohuoneessa, ja lapsenvahti taisi olla yläkerrassa nukuttamassa toista tyttöä, jonka oli vaikea saada unen päästä kiinni. Telkkarissa näytettiin tanssia. Tätä kirjoittaessani yritin muistella, millaisesta tanssista ja ohjelmasta mahtoi olla kyse, ja mieleeni putkahti Arlene Phillipsin 1980-luvulla perustama tanssiryhmä Hot Gossip. Hupaisaa kyllä taisin googlaamalla löytää YouTubesta sen nimenomaisen esityksen, jota katsoin tuona iltana. Niille, jotka eivät tunne Hot Gossip -ryhmän tyyliä entuudestaan, kuvailisin sitä mieluusti ”seksikkääksi”, mutta sana ”seksikäs” saa ihmiset helposti ajattelemaan vain niukasti pukeutuneita naisia tanssimassa provosoivasti.

”Luoja, miten tarvitsemme tätä kirjaa.”

Caroline Criado Perez,
Näkymättömien naisten kirjoittaja

YHDEN NAISEN MITÄÄN KAIHTAMATON RISTIRETKI PAREMMAN SEKSIELÄMÄN SAAVUTTAMISEKSI

Internetpornon kyllästämä Lucy-Anne tajuaa kolmikymppisenä olevansa noviisi seksissä. Hänellä ei ole rohkeutta pyytää miehiltä sitä, mitä hän haluaa – eikä hän oikeastaan edes tiedä mitä se olisi. Erilaiset oppaat ja workshopit tuntuvat keskittyvän miehen näkökulmaan naisen nautinnon sijaan. Niinpä Lucy-Anne kirjoittaa seksin toivelistansa ja aloittaa matkan hitaan seksin, erilaisten orgasmien ja seksijuhlien kautta omanlaisen nautinnon löytämiseen. *Älä paina päätäni alas* on suorapuheinen, noloissakin kohdissa rehellinen ja hillitön tositarina siitä, miksi seksielämä kannattaa ottaa omiin käsiinsä.

Lucy-Anne Holmes on brittiläinen kirjailija, näyttelijä ja kampanjoija. Hänet tunnetaan parhaiten kampanjastaan ”No More Page 3”, joka lopetti yläosattomien mallien kuvien julkaisemisen tabloidilehdissä Iso-Britanniassa. BBC valitsi Holmesin tästä syystä 100 naisen listalleen vuonna 2014.





www.wsoy.fi | 99.1 | 978-951-0-46493-9

Kannen suunnittelu: Bifu