



*Vagina*  
Uma Biografia

Naomi Wolf



GERAÇÃO

# DADOS DE COPYRIGHT

## Sobre a obra:

A presente obra é disponibilizada pela equipe [X Livros](#) e seus diversos parceiros, com o objetivo de disponibilizar conteúdo para uso parcial em pesquisas e estudos acadêmicos, bem como o simples teste da qualidade da obra, com o fim exclusivo de compra futura.

É expressamente proibida e totalmente repudiável a venda, aluguel, ou quaisquer uso comercial do presente conteúdo

## Sobre nós:

O [X Livros](#) e seus parceiros disponibilizam conteúdo de domínio público e propriedade intelectual de forma totalmente gratuita, por acreditar que o conhecimento e a educação devem ser acessíveis e livres a toda e qualquer pessoa. Você pode encontrar mais obras em nosso site: [xlivros.com](http://xlivros.com) ou em qualquer um dos sites parceiros apresentados neste link.

***Quando o mundo estiver unido na busca do conhecimento, e não lutando por dinheiro e poder, então nossa sociedade enfim evoluirá a um novo nível.***



Uma nova biografia

---

**Naomi Wolf**



Título original:

*Vagina*

Copyright © 2013 by Naomi Wolf

1ª edição — Outubro de 2013

Grafia atualizada segundo o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 1990, que entrou em vigor no Brasil em 2009

Editor e Publisher

**Luiz Fernando Emediato**

Diretora Editorial

**Fernanda Emediato**

Produtora Editorial e Gráfica

**Priscila Hernandez**

Assistente Editorial

**Carla Anaya Del Matto**

Diagramação

**Ilustrarte Design e Produção Editorial**

Preparação de Texto

**Sandra Dolinsky**

Revisão

**Vinicius Tomazinho**

**Taissa Antonoff Andrade**

**Josias A. Andrade**

Conversão para epub

**Obliq Press**

DADOS INTERNACIONAIS DE CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO (CIP)

---

(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Wolf, Naomi

Vagina : uma biografia / Naomi Wolf ; [traduzido por Renata S. Laureano]. — São Paulo : Geração Editorial, 2013.

Título original: Vagina : a new biography.

ISBN 978-85-8130-168-6

1. Feminilidade 2. Mulheres – Comportamento sexual – Estados Unidos 3. Mulheres – Prazer sexual 4. Vagina 5. Wolf, Naomi I. Título.

13-04872 CDD-305.42

---

Índices para catálogo sistemático:

1. Mulheres : Sexualidade : História cultural 305.42

2. Prazer sexual feminino : História cultural 305.42

3. Sexualidade feminina : História cultural 305.42

GERAÇÃO EDITORIAL

Rua Gomes Freire, 225 — Lapa

CEP: 05075-010 — São Paulo — SP

Telefax: (+ 55 11) 3256-4444

*E-mail* : [geracaoeditorial@geracaoeditorial.com.br](mailto:geracaoeditorial@geracaoeditorial.com.br)

[www.geracaoeditorial.com.br](http://www.geracaoeditorial.com.br)

twitter: [@geracaobooks](https://twitter.com/geracaobooks)

2013

*Para A.*

*Quão estranho e medonho lhe pareceu ficar nua a céu aberto! Quão delicioso! Sentia-se como uma criatura recém-nascida, abrindo os olhos num mundo familiar que nunca havia conhecido.*

Kate Chopin, *O despertar*



# Sumário

- [Dedicatória](#)
- [Epígrafe](#)
- [Copyright](#)
- [Agradecimentos](#)
- [Introdução](#)
- [PARTE UM - A vagina possui uma consciência?](#)
- [1 - Conheça seu incrível nervo pélvico](#)
- [2 - O sistema nervoso autônomo dos sonhos](#)
- [3 - Confiança, criatividade e o sentimento de interconexão](#)
- [4 - Dopamina, opiáceos e oxitocina](#)
- [5 - O que "sabemos" sobre a sexualidade feminina está ultrapassado](#)
- 
- [PARTE DOIS - História: conquista e controle](#)
- [6 - A vagina traumatizada](#)
- [7 - No início a vagina era sagrada](#)
- [8 - A vagina vitoriana: medicalização e subjugação](#)
- [9 - Modernismo: a vagina "liberada"](#)
- 
- [PARTE TRÊS - Quem dá nome à vagina?](#)
- [10 - A pior palavra que existe](#)
- [11 - Foi engraçado?](#)
- [12 - A vagina pornográfica](#)
- 
- [PARTE QUATRO - A dança da deusa](#)
- [13 - "O ser amado sou eu"](#)
- [14 - Prazer radical, despertar radical: a vagina como liberadora](#)
- 
- [Conclusão](#)
- [Bibliografia seleta](#)

## *Agradecimentos*

**E**ste livro jamais poderia ter sido escrito sem a ajuda de muitas outras pessoas, especialmente os vários cientistas, pesquisadores, terapeutas e médicos renomados que entrevistei. Essas pessoas compartilharam generosamente seu tempo e conhecimento comigo, com o objetivo de informar melhor os leigos sobre a saúde e sexualidade das mulheres. Por ordem de entrada no livro, sou muito grata à dra. Deborah Coady, da SoHo OB/GYN em Nova Iorque; Nancy Fish, da mesma clínica; dr. Ramesh Babu, do Hospital da Universidade de Nova Iorque; dr. Jeffrey Cole, do Kessler Center for Rehabilitation in Orange, Nova Jersey; dr. Burke Richmond, da Faculdade de Medicina e Saúde Pública da Universidade de Wisconsin; Katrine Cakuls, de Nova Iorque; dr. Jim Pfaus, da Universidade de Concórdia, em Montreal, Quebec; ao autor de textos médicos, dr. Julius Goepp; e dr. Basil Kocur, do Hospital Lenox Hill, de Nova Iorque.

Entrevistar os cientistas foi extremamente inspirador, porque pude testemunhar seu comprometimento com o desenvolvimento de um entendimento maior da sexualidade feminina, e as entrevistas com os médicos também foram inspiradoras, porque testemunhei sua sincera dedicação ao avanço dos tratamentos direcionados à saúde sexual das mulheres. Muitos desses cientistas e médicos leram o manuscrito em várias versões, e agradeço a eles, de todo meu coração, por seu tempo, já sujeito a várias demandas, e por seu precioso *feedback*. Qualquer erro, é claro, foi por minha conta.

Sou grata a Caroline e Charles Muir e a Mike Lousada, que dedicaram seu tempo a me ensinar sobre a história e a prática do Tantra.

Muita gratidão também a muitas mulheres e homens que compartilharam suas histórias pessoais, usando seus próprios nomes ou pseudônimos.

Tenho uma dívida de gratidão para com meus brilhantes editores Libby Edelson e Daniel Halpern, da Harper Collins, e Lennie Goodings, da Virago. Não poderia contar com leitores e comentaristas mais perceptivos, desafiadores e inspirados. Obrigada também a Michael McKenzie e Zoe Hood. A revisora Laurie McGee, foi meticulosa e paciente. John e Katinka Matson e Russell Weinberger, da Brockman, Inc., meus agentes, também leram várias versões do manuscrito e forneceram comentários valiosos.

Minha mais profunda gratidão, como sempre, é para minha família — pais, parceiro e filhos.

## *Introdução*

### O QUE É A VAGINA?

*P*or que escrever um livro sobre a vagina?

Sempre me interessei pela sexualidade feminina. A forma como qualquer cultura trata a vagina — quer com respeito ou desrespeito, quer com cuidado ou agressividade — é uma metáfora para como as mulheres em geral são tratadas naquele local e naquele momento. E já houve tantas formas de ver a vagina — o que os estudiosos de história intelectual chamam de “constructos” — quanto houve culturas. Quando comecei esta jornada, pensava que, se olhasse para a vagina dessas diferentes perspectivas históricas, aprenderia muito sobre as mulheres, tanto como objetos sexuais quanto como membros da comunidade; que esta investigação certamente iluminaria onde estamos hoje. (Também há o fato de que sou mulher e gosto de prazer, e estava ansiosa para aprender coisas que talvez não soubesse sobre a sexualidade feminina.) Pensava que encontraria a verdade sobre a vagina estudando todos esses constructos. Acreditava que alguns se provariam basicamente precisos, e outros, profundamente imprecisos. Mas, agora, creio que todos eles são apenas parcialmente verdadeiros e que alguns constructos — incluindo o nosso próprio — são altamente subjetivos e cheios de desinformação.

Será que a vagina é o caminho para a iluminação, como o é para os praticantes do Tantra? Ou um “lótus dourado”, como defende a filosofia chinesa do Tao? Será que ela é o “buraco” de que os elisabetanos acreditavam se tratar? Ou será o campo de testes para a maturidade feminina, um órgão cujas reações separam as

mulheres das meninas, como acreditava Sigmund Freud? É o que as feministas dos anos 1970 em diante alegam ser — um órgão sem grande importância subordinado ao tão mais glamoroso clitóris? Ou será o que a pornografia de massa contemporânea alega: um orifício “gostoso”, mas essencialmente descartável, visualmente disponível aos milhares a qualquer um que tenha um *modem*? Ou será o que as pós-feministas, tão diretas em relação ao sexo, dizem ser: uma fonte rápida de prazer para mulheres libidinosas que demandam satisfação imediata, seja por meio daquele telefonema de fim de noite para parceiros casuais, seja pelos brinquedinhos eletrônicos altamente tecnológicos?

Li livros como o dos biólogos evolucionistas Christopher Ryan e Cacilda Jethá, *Sex at Dawn*; reli o *Relatório Hite: um profundo estudo sobre a sexualidade feminina*,<sup>[1]</sup> da socióloga Shere Hite; estudei histórias da vagina, como *A história da V*, da historiadora cultural Catherine Blackledge,<sup>[2]</sup> e dei uma olhada nos mais recentes estudos sobre o orgasmo feminino em bancos de dados científicos, tais como *The Archives of Sexual Behavior*. Viajei a laboratórios, onde pesquisa de ponta na área de neurobiologia é desenvolvida para determinar o papel do prazer sexual feminino — como o do dr. Jim Pfaus, da Universidade Concórdia, em Montreal, Quebec, onde experimentos históricos estão determinando que o prazer sexual feminino tem um papel importante na seleção dos parceiros mesmo nos mamíferos inferiores.

Comecei a sentir que todos esses livros, artigos e viagens ofereciam apenas peças do quebra-cabeça.

Por razões pessoais, assim como intelectuais, comecei a perceber que a manchete real é aquela raramente mencionada, exceto por um pequeno círculo: a de que há uma conexão profunda entre o cérebro e a vagina que me parece contar mais verdade do que tudo o mais que eu estava explorando. O germe deste livro começou a crescer como uma jornada histórica e cultural, mas rapidamente evoluiu para um ato de descoberta muito pessoal e necessário. Precisava descobrir a verdade sobre a vagina por causa de um

vislumbre que tive, por acidente, de uma dimensão de sua realidade que jamais havia visto antes.

Devido a uma crise médica, tive uma experiência revolucionária que provocou muitos pensamentos e sugeriu uma relação possivelmente crucial da vagina com a própria consciência feminina. Quanto mais eu aprendia, mais entendia as formas como a vagina faz parte do cérebro feminino e, portanto, parte da criatividade, confiança e até mesmo do caráter feminino.

Conforme fui aprendendo mais sobre a neurociência e a fisiologia por trás do que havia experimentado, as conexões entre o cérebro feminino e a vagina foram se introduzindo em meu entendimento de outras questões que as mulheres enfrentam. Depois que provei que essas conexões eram reais, senti que ali estava a chave para muitas das coisas que aconteceram às mulheres ao longo da história. Senti, também, que conhecer as informações sobre essas conexões — e os vislumbres que elas propiciavam sobre o ser e a sexualidade feminina — era importante para as mulheres de hoje e, sem dúvida, para qualquer pessoa que se importe com as mulheres, porque ajudam a nos entender melhor e a nos valorizar da forma devida.

Como parte desta investigação, também queria ouvir o que os homens tinham a dizer sobre seus sentimentos pela vagina — além da história bidimensional que nossa cultura saturada de pornografia nos conta. Quando comecei a contar qual era o tema de meu estudo, vários conhecidos reagiram às minhas perguntas sobre seu relacionamento com a vagina com respostas encorajadoramente amáveis. Frequentemente, apesar de nem sempre, palavras como adoração ou até mesmo amor apareceram nas expressões de homens que queriam descrever seus sentimentos por essa parte da mulher. Os sentimentos descritos por esses homens, apesar de não se tratar de homens ou palavras retirados de amostras aleatórias, estavam muito longe de ser aviltantes ou pornográficos.

Para minha surpresa, muitos homens heterossexuais que se dispuseram a falar comigo sobre como se sentiam expressaram uma espécie de *gratidão* holística (ou seja, não apenas sexual) pela

vagina e não enfatizaram aspectos do prazer isolados do que frequentemente caracterizaram como um sentimento de alívio e alegria ao serem “aceitos” e “acolhidos” de forma tão completa. De fato, aceitação e acolhimento foram duas palavras que apareceram repetidas vezes nas conversas de homens heterossexuais comigo. Suas respostas me fizeram pensar que as mulheres subestimam a importância que os homens dão à aceitação deles por elas.

É claro que podemos pressupor que algumas dessas respostas foram mediadas pelo fato de que uma mulher estava fazendo a pergunta. Mas o fato de que tantos tocaram na mesma nota emocional repetidas vezes me fez acreditar que havia uma verdade ali. Quando descrevi as conexões que estava descobrindo entre a vagina e outros tipos de criatividade e bem-estar, alguns homens replicaram que essas possíveis conexões estavam de acordo com suas próprias experiências com as mulheres de sua vida.

Esse conjunto inicial de percepções sobre a conexão cérebro-vagina e as verdades mais sutis que derivei daí sobre as respostas emocionais e sexuais das mulheres mudaram minha própria vida, assim como meu relacionamento e minha forma de ver as coisas, para melhor. Fizeram-me sentir, de uma maneira nova — sem desrespeito nenhum aos homens — como eu tinha uma *sorte* incrível por ser mulher, e isso me ajudou a entender melhor exatamente *por que* as mulheres têm sorte de ter nascido em seu corpo.

---

Uma fonte de desconforto a respeito de ser mulher nesta cultura é o fato de que a linguagem que usamos para falar sobre nosso corpo, e sobre a vagina em particular, é tão horrorosa. O mal-entendido comum sobre a vagina como sendo feita de “mera carne” é a principal razão para esse desconforto. O prazer sexual feminino, se corretamente entendido, não tem a ver somente com a sexualidade ou com o prazer em si. Serve também como uma mídia para o autoconhecimento e a positividade femininos; para a criatividade e a

coragem femininas; para o foco e a iniciativa femininos; para o êxtase e a transcendência femininos; e como uma mídia para uma sensibilidade que se parece muito com a liberdade. Entender a vagina apropriadamente é perceber que não se trata apenas de uma extensão do cérebro feminino, mas que ela faz parte, essencialmente, da alma das mulheres.

Conforme passei a entender melhor esses aspectos da vagina, comecei a fazer perguntas a mulheres e pesquisadores que exploravam a conexão entre ela e a criatividade e confiança femininas e um sentido de ligação às coisas e às pessoas. As respostas que recebi confirmaram que eu estava na direção certa.

Antes de começar minha pesquisa, muitos aspectos da vagina na história e na sociedade eram misteriosos para mim: desde a questão do porquê de tantas mulheres escritoras e artistas terem tido suas maiores explosões de criatividade após um despertar sexual; o porquê de algumas mulheres tenderem a se viciar no amor; o porquê de as mulheres heterossexuais ficarem frequentemente confusas entre a atração pelo garoto mau/homem bom; e o porquê — e aí uma nota mais obscura — de a vagina ter sido alvo de abuso, violência e controle durante a maior parte da história ocidental.

Quanto mais eu aprendia sobre a neurologia da vagina e a bioquímica que ela libera no cérebro, mais esses mistérios, que sempre haviam me parecido mais culturais, eram esclarecidos. Quando se compreende o que os cientistas, nos mais avançados laboratórios e clínicas do mundo, estão confirmando — que a vagina e o cérebro formam essencialmente uma rede, ou “um único sistema”, como eles tendem a colocar, e que a vagina media a confiança, a criatividade e o sentido de transcendência femininos —, a resposta para muitos desses aparentes mistérios se encaixa em seu lugar.

Na primeira seção do livro, exploro as formas pelas quais a vagina tem sido seriamente mal compreendida. Analisando a ciência recente e formulando perguntas pessoalmente e *on-line*, descobri que as experiências da vagina podem — no nível da biologia — aumentar a



autoconfiança feminina, ou, da mesma forma, levar à falta de autoconfiança; podem ajudar a desenvolver a criatividade feminina ou apresentar bloqueios a ela. Essas experiências podem contribuir para um sentido de alegria e interconexão da mulher com o mundo material e espiritual — ou para a consciência dolorosa da perda dessa interconexão. Podem ajudá-la a experimentar um estado de misticismo transcendental que pode afetar o resto de sua vida — ou deixá-la no limiar desse estado, com a intuição de que há algo “mais”. Esta última experiência, por sua vez, pode levar não apenas a uma diminuição de seu desejo pelo sexo, mas também deixar vestígios pelo resto da vida do que pode ser chamado de “depressão existencial” ou “desespero”.

A segunda seção deste livro explora como o controle social da vagina e da sexualidade das mulheres tem sido um veículo para controlar a mente e a vida interior das mulheres ao longo da história ocidental.

A terceira seção do livro analisa a cena contemporânea e mostra como as pressões modernas, tais como a prevalência da pornografia, estão dessensibilizando tanto homens como mulheres em relação a uma “vida” melhor para a vagina.

A seção final do livro explora como “invocar a deusa” — ou seja, como reformatar nossa noção da vagina em relação a nós mesmas e nossos parceiros no contexto de sua real tarefa neurológica de mediadora e protetora do sentido do ser mais elevado, extático e inquebrável das mulheres. Analisarei o que as mulheres mais necessitam — para a felicidade e realização sexual, mas também para o bem-estar em geral —, com base na nova neurociência e no que aprendi com vários mestres do Tantra, que passam seus dias curando e despertando mulheres que foram feridas ou estão adormecidas sexual e emocionalmente.

A maior parte dos exemplos deste livro, especialmente sobre a fisiologia da excitação e do orgasmo feminino, terá implicações que são inclusivas para mulheres de todas as orientações sexuais — *gays*, *héteros*, *bissexuais* e assim por diante. Mas um dos meus temas

principais é a exploração das interações físicas e emocionais de mulheres heterossexuais com homens. Alguns dos estudos científicos focam diretamente a fisiologia do intercuro sexual.

De minha parte, esse foco não acontece porque penso que a excitação sexual, o orgasmo, as relações ou as conexões mente-corpo lésbicas e bissexuais é menos fascinante que suas contrapartes heterossexuais. Mas sim porque acredito (especialmente agora) que as respostas sexuais femininas e a conexão mente-corpo femininas sejam tão complexas e tão dignas de atenção cuidadosa e individualizada, que não creio que a abordagem politicamente correta de juntar todas as experiências femininas em uma só categoria faça justiça a essas variações. Acredito, sim, que as questões paralelas sobre a fisiologia dos eros lésbico e bissexual, a conexão mente-corpo lésbica e bissexual e a questão da vagina nos contextos lésbicos e bissexuais, todas mereçam seus próprios livros.

Tampouco essas questões são direcionadas a mulheres que estão atualmente em relacionamentos, apesar de que, como dito, vários exemplos sejam centrados no sexo. Essas observações se aplicam, em primeiro lugar, ao relacionamento sexual das mulheres com elas mesmas.

#### O QUE É "A DEUSA"?

Ao longo do livro, vou me referir a um estado mental ou uma condição da consciência feminina que chamarei, para facilidade de referência, mas também pelo eco que produz, de "a deusa". Não pretendo trazer à mente imagens piegas dos anos 1970 de adoração da deusa pagã em retiros exclusivamente femininos nos parques estaduais americanos, nem tenho a intenção de criar a imagem da "autoestima" simplista da cultura *pop*. Em vez disso, crio um espaço retórico que ainda não existe quando falamos da vagina, mas que se refere a algo muito real.

O psicólogo William James estabeleceu uma escola de pensamento conhecida como “consciência biológica” — ou seja, a exploração de como o corpo físico afeta os estados da mente. Em 1902, James publicou o clássico *As variedades da experiência religiosa*.<sup>[3]</sup> Em seu livro, no qual baseio parte de meu argumento, ele explora o papel da experiência transcendente — da qual muitas pessoas tiveram apenas um vislumbre ou uma sensação, mas que a atual pesquisa mostra que já foi experimentada em algum grau pela maioria — na cura dos traumas e depressões.<sup>[4]</sup> Sem fazer nenhum tipo de alegação sobre a natureza objetiva de “Deus” ou do “sublime”, James abordou a questão da neurologia como um substrato para essas experiências místicas comuns. Defendeu que, quando o cérebro experimenta o estado que corresponde a esses conceitos, mesmo que sejam baseados em experiências físicas, pode haver a transformação da pessoa: “como fato psicológico, os estados místicos, quando muito pronunciados e empáticos, são geralmente impositivos sobre as pessoas que os experimentam”.<sup>[5]</sup>

James acreditava que esses estados mentais — que ele e nós chamamos de “místicos” e que o poeta William Wordsworth descreveu como uma sensação que todos nós temos, em certos momentos, de familiaridade com uma “glória” que está em algum outro lugar — estejam disponíveis para nós no portal do inconsciente.<sup>[6]</sup>

De fato, os estados místicos não são impositivos simplesmente por serem estados místicos... eles falam da supremacia do ideal, da vastidão, da união, da segurança e do repouso. Oferecem-nos *hipóteses*, hipóteses estas que podemos voluntariamente ignorar, mas que, como pensadores, absolutamente não podemos negar.<sup>[7]</sup>

Esses estados são transientes e passivos, mas James apontou que, como resultado da experiência de tais estados de consciência, grandes curas, grande criatividade e até mesmo grande felicidade entram na vida das pessoas. Será que de fato muitas pessoas se tornaram mais felizes, mais amáveis e mais criativas como resultado de experiências de “Deus” ou do “sublime”, mesmo que

momentâneas? Quer tenham ou não sido causadas pela “mera” bioquímica? James defende que sim.

Mesmo antes de a mais moderna neurociência demonstrar que o cérebro feminino durante o orgasmo revela atividades que levam a uma quebra das barreiras do ego, uma experiência mística ou semelhante a um transe — talvez não idêntica à que James investigava, mas não tão diferente em seus efeitos —, os cientistas já sabiam que há uma antiga conexão entre o orgasmo e a liberação de opioides no cérebro. Os opioides — uma forma de neuropeptídios — produzem a experiência do êxtase, da transcendência e da felicidade. Sigmund Freud, em seu livro de 1930 *O mal-estar na civilização*, refere-se ao que Romain Rolland havia identificado como “o sentimento oceânico”. Rolland usou essa expressão para se referir ao tom emocional do sentimento religioso, a sensação “oceânica” da ausência de limite. Freud chamou isso de um anseio infantil.<sup>[8]</sup>

Mas Freud era homem; e a ciência recente pode indicar que, pelo menos no orgasmo, as mulheres podem experimentar essa sensação oceânica de uma forma única. Uma pesquisa recente baseada em ressonâncias magnéticas realizada por Janniko Georgiadis e sua equipe mostrou, em 2006, que regiões do cérebro feminino que estão ligadas à autoconsciência, inibição e autorregulação se aquietam momentaneamente durante o orgasmo feminino.<sup>[9]</sup> Para a mulher envolvida, essa sensação pode se parecer com o desaparecimento de barreiras, uma perda do ser e, quer excitante ou amedrontador, a perda do controle.

Em geral, muitos neurocientistas dos últimos trinta anos confirmaram que James estava bioquimicamente correto: sem dúvida, há alterações cerebrais que correspondem à experiência do “sublime”. Benefícios tremendos — sensações maiores de amor, compaixão, autoaceitação e conexão — foram evidenciados em pessoas que cultivaram esses estados da mente, como mostram o trabalho do psicólogo Dan Goleman sobre inteligência emocional, em seu livro de 1995 de mesmo nome, e a obra do Dalai Lama sobre meditação. Pesquisadores ocidentais demonstraram, também, que

os estados de êxtase meditativo podem envolver liberação de opioides. Todas as mulheres, como veremos, têm potencial para ser multiorgásticas. Portanto, o potencial místico ou transcendente da sexualidade feminina descrito acima também permite que as mulheres se conectem, frequentemente e de uma forma única, mesmo que só por alguns momentos, com experiências de um ser brilhante, “divino” ou superior (ou o não ser, como diriam os budistas), ou com uma sensação de conexão entre todas as coisas. Produzir o estímulo necessário para esses estados de mente é parte da tarefa evolucionária da vagina.

Por séculos, os filósofos falaram do “buraco com a forma de Deus” nos seres humanos — o anseio que os seres humanos sentem por se conectar com algo que seja maior que eles próprios e que motive buscas religiosas e espirituais. Como diz o filósofo do século XVII Blaise Pascal:

O que mais prova todo esse anseio, esse desamparo, além do fato de que houve uma vez no homem a verdadeira felicidade, da qual tudo que resta agora são a marca e o traço vazios? Esse vazio ele tenta em vão preencher com tudo à sua volta, buscando em coisas que não estão lá a ajuda que não pode achar nas que estão, mesmo que nenhuma ajude, já que esse abismo infinito pode apenas ser preenchido com um objeto infinito e imutável: em outras palavras, pelo próprio Deus.<sup>[10]</sup>

Os cientistas eliminaram a hipótese de que esse anseio, esse apetite por preencher um “abismo infinito”, seja uma capacidade neural com a qual nascemos, uma habilidade inata para experimentar e se conectar com algo que se parece, subjetivamente, com transcendência. A obra do Dalai Lama sobre a meditação, junto com os trabalhos de Dan Goleman, Lama Oser e a pesquisa do laboratório E. M. Keck para imagem e comportamento funcional cerebral sugerem que locais específicos do cérebro se iluminam quando os sujeitos experimentam o estado meditativo. Cientistas de Stanford também estão descobrindo a neurologia do êxtase.<sup>[11]</sup> De modo típico, nesse estado de mente a pessoa sente, entre outras coisas, que tudo está bem com ela mesma e com o universo, e as negatividades e limitações do ego desaparecem. Os artistas

produziram algumas das mais grandiosas obras da humanidade nas áreas da música, pintura e poesia após tais experiências.

Portanto, ao longo do livro defenderei que há uma versão dessa conexão com o “sublime” — mesmo que esta, assim como a “sensação oceânica” de Rolland, seja simplesmente um truque neurológico de nossa complicada fiação cerebral humana — que as mulheres podem experimentar durante e após certos momentos de elevado prazer sexual. Insisto que esse sentimento está criticamente ligado a uma experiência de amor-próprio ou autorrespeito e a uma sensação de liberdade e determinação. É por isso que a questão da sexualidade ser ou não tratada com amor e respeito se torna tão crucial. Esses momentos de alta sensibilidade sexual levam à consciência, por parte da mulher, de que ela está em um estado de um tipo de perfeição, em harmonia e em conexão com o mundo. Nesse estado de consciência, as usuais vozes interiores que dizem que a mulher não é boa o suficiente, não é bonita o suficiente ou não é agradável o suficiente para os outros são caladas, e o sentido grandioso de um conjunto maior de conexões — um sentido que chamarei, na falta de termo melhor, do feminino universal ou divino — pode ser acessado.

Grandes *insights* criativos e um trabalho poderoso podem emergir após uma experiência de transcendência desse tipo. Acredito que, quando uma mulher aprende a identificar e cultivar a consciência da “deusa” como é aqui definida, seu comportamento consigo própria e com suas experiências de vida muda para melhor — pois a autodestruição, a vergonha e a tolerância a um tratamento inferior não podem viver em harmonia com esse conjunto de sentimentos.

Mas eu argumentaria, menos literalmente, que a deusa — um sentido do ser a que se aplica o gênero feminino, que brilha, sem mácula, sem ansiedade ou medo — é inerente a cada mulher; e argumentaria, ainda, que as mulheres tendem a intuitivamente saber se tiveram um vislumbre ou tocaram esse estado. Quando as mulheres percebem a fagulha da deusa nelas mesmas, comportamentos sexuais mais saudáveis e com mais autorrespeito

são notados. A vagina serve, psicologicamente, para ativar essa matriz de elementos químicos que se parecem, para o cérebro feminino, com a deusa — ou seja, como uma consciência da própria dignidade e de um grande amor-próprio como mulher, como uma parte radiante do feminino universal.

A vagina pode até ser um “buraco”, mas, se compreendido apropriadamente, é um buraco com a forma da deusa.

---

1. Shere Hite, *The Hite Report: A Nationwide Study of Female Sexuality* (Nova Iorque: Seven Stories Press, 2004).[↵](#)
2. Catherine Blackledge, *The Story of V: A Natural History of Female Sexuality* (New Brunswick, NJ: Rutgers University Press, 2004).[↵](#)
3. William James, *The Varieties of Religious Experience* (Nova Iorque: Barnes and Noble Classics, 2004), 366.[↵](#)
4. *Ib.*, 329-71.[↵](#)
5. *Ib.*, 366.[↵](#)
6. William Wordsworth, “Ode on Intimations of Immortality from Recollections of Early Childhood”, em *The Major Works, including the Prelude*, Stephen Gill, ed., (Nova Iorque: Oxford World Classics, 2000): “There was a time when meadow, grove and stream / The earth, and every common sight / To me did seem / Apparellled in celestial light ... trailing clouds of glory do we come / From God, who is our home”.[↵](#)
7. James, *The Varieties of Religious Experience*, 370.[↵](#)
8. Sigmund Freud, *Civilization and Its Discontents* (Nova Iorque: Penguin Books, 2002).[↵](#)
9. Janniko R. Georgiadis e outros, “Regional Cerebral Blood Flow Changes Associated with Clitorally Induced Orgasm in Healthy Women”, *European Journal of Neuroscience*, vol. 24 (2006); 3.305-16.[↵](#)
10. Blaise Pascal, *Pensées* (Nova Iorque: Penguin Books, 1996), 148.[↵](#)
11. Kamil Dada, “Dalai Lama Talks Meditation with Stanford Scientists”, *The Stanford Daily*, [www.stanforddaily.com/2010/10/18/dalai-lama-talks-meditation-with-stanford-scientists](http://www.stanforddaily.com/2010/10/18/dalai-lama-talks-meditation-with-stanford-scientists).[↵](#)



*A vagina possui uma consciência?*





## *Conheça seu incrível nervo pélvico*

*O poético, o científico, o erótico — por que deveria a imaginação se importar com a que mestre serviu?*

Ian McEwan, *Solar*

**A** primavera de 2009 foi linda. Eu estava emocional e sexualmente feliz, intelectualmente excitada e recentemente havia me apaixonado. Mas foi uma primavera em que, lentamente, comecei a perceber que havia algo terrivelmente errado em mim.

Estava com quarenta e seis anos. Tinha um relacionamento com um homem que combinava muito comigo em vários aspectos. Por dois anos, ele havia me dado grande felicidade emocional e física. Nunca tive dificuldade com minhas respostas sexuais, e tudo sempre correu bem nesse sentido. Mas, de forma quase imperceptível, comecei a notar uma mudança.

Sempre fui capaz de ter orgasmos clitoridianos; e quando cheguei aos trinta, já havia aprendido a ter o que provavelmente seria chamado de orgasmo "misto", ou orgasmo clitoridiano/vaginal, o que adicionou o que parecia ser outra dimensão psicológica à experiência. Sempre havia experimentado um fluxo de sentimentos emocionais e físicos positivos no pós-coito. Depois de fazer amor, quando fui ficando mais velha, em geral após o orgasmo, enxergava

as cores como se estivessem mais brilhantes; e os detalhes da beleza do mundo natural apareciam com mais destaque e eram mais atraentes. Sentia as conexões entre as coisas de forma mais distinta por algumas horas; ficava de bom humor, mais disposta a conversar e me sentia mais energizada.

Mas, gradualmente, comecei a notar que isso estava mudando. Lenta, mas progressivamente, estava perdendo a sensibilidade *dentro* de meu corpo. E isso não era o pior. Para minha surpresa e desapontamento, se meus orgasmos clitoridianos eram tão fortes e prazerosos como sempre haviam sido, algo muito diferente estava acontecendo, depois do sexo, em minha *mente*.

Percebi, um dia, enquanto olhava as copas das árvores do lado de fora do quarto de nossa pequena cabana nas montanhas, que o fluxo pós-coito habitual de certa vitalidade que invadia o mundo, o encantamento comigo mesma e com tudo à minha volta, a energia criativa que percorria todas as coisas vivas já não se seguiam ao prazer físico que eu certamente havia acabado de experimentar. Comecei a notar que o sexo tinha cada vez mais a ver *apenas* com o prazer físico. É claro que ainda era muito bom, mas cada vez menos experimentava o sexo como algo de incrível significado emocional. Tinha um desejo físico — era um apetite e uma satisfação —, mas não estava mais sentindo aquela dimensão poética; não sentia a conexão vital com todas as outras coisas de minha vida. Havia perdido aquele fluxo de sensações, quando era capaz de ver as conexões entre as coisas; em vez disso, as coisas pareciam apagadas e não mais relacionadas a mim de uma forma que não era normal; e as cores eram apenas cores — não pareciam mais vivas após o sexo. Pensei: “ *O que está acontecendo comigo?*”.

Apesar de não haver nada de errado com minha vida — e apesar de meu relacionamento continuar sendo maravilhoso —, comecei a sentir certa depressão. E, por baixo de tudo, uma sensação de desespero. Era como se fosse um filme de terror, como se as luzes e fagulhas do mundo fossem se esmaecendo — e não apenas após fazer amor, mas na existência do dia a dia. A dormência interna

progredia. Não podia fingir que estava imaginando aquilo. Havia uma insensibilidade emocional que progredia de forma inexorável junto com todo o processo. Senti que estava perdendo, de alguma forma, tudo que me fazia ser mulher e que não conseguiria viver nessa condição pelo resto da vida.

Não conseguia discernir, de tudo o que havia pesquisado, o que poderia estar causando essa perda tão traumática e inacreditável. Um dia, tarde da noite, estava sentada sozinha sentindo a frieza do fogão de lenha, com a mente cheia de perguntas, sentindo-me desamparada, quando comecei literalmente a barganhar com o universo, como se faz em momentos de grande crise. Na realidade, rezei, propondo um acordo: Se Deus (ou quem quer que estivesse ouvindo; eu estava disposta a ir com qualquer um disposto a aceitar o chamado) de alguma forma me curasse — de alguma maneira restaurasse o que eu havia perdido — e se eu aprendesse algo de valioso nesse processo, escreveria sobre isso — se houvesse uma mínima chance de que o que eu havia aprendido pudesse ajudar alguém.

Com o coração pesado — com medo de ouvir que não havia nada a ser feito em meu caso — marquei uma consulta com minha ginecologista, a dra. Deborah Coady. Nesse aspecto, fui muito afortunada, já que ela é uma das poucas especialistas nessas questões do corpo feminino, que, como acabou acontecendo, estavam sendo afetadas em mim: problemas com o nervo pélvico.

A dra. Coady é uma mulher adorável, na casa dos quarenta, com um cabelo castanho-claro que cai na altura dos ombros e um rosto que traz certa expressão de leve fadiga e receptividade à dor dos outros. Por causa de sua especialidade nas desordens do nervo pélvico feminino e particularmente em uma de suas variantes dolorosas chamada vulvodínia, que por sorte eu não tinha, ela vê com frequência mulheres que estão experimentando uma ampla gama de sofrimentos. Isso a fez uma mulher especialmente cuidadosa e compassiva.

A dra. Coady me examinou, fez perguntas em uma voz baixa e finalmente me disse que acreditava que eu estava sofrendo de uma dormência por uma compressão do nervo. A essa altura, eu sentia um tal pânico a respeito do que estava perdendo em termos das dimensões emocionais de minha vida e de minha sexualidade — e tão aterrorizada de perder ainda mais — que ela me levou para seu escritório particular dentro do consultório.

Ali, em um esforço para me acalmar, ela me mostrou duas imagens de Netter — ilustrações anatômicas lindamente desenhadas em cores. Frank Netter foi um talentoso ilustrador médico, cujas imagens de várias partes do corpo humano são clássicos visuais, colecionadas por alguns neurologistas, ginecologistas e outros especialistas, para ajudá-los a explicar realidades médicas abstratas de forma vívida a seus pacientes.

A primeira imagem mostrava a forma como os nervos pélvicos na mulher se dividem a partir da base da medula.<sup>[1]</sup> Outra mostrava como uma ramificação, que se originava no clitóris e no nervo dorsal e clitoridiano, fazia um arco elegante para chegar à coluna, enquanto outras ramificações faziam curvas sinuosas, originadas na vagina e também no colo do útero. As ramificações nervosas que vêm da vagina e do clitóris vão para um nervo maior, o pudendo, enquanto as ramificações que vêm do colo do útero vão para o nervo pélvico.<sup>[2]</sup> Toda essa complexidade, como eu aprenderia depois, dá à mulher diferentes áreas em sua pelve onde orgasmos podem ser produzidos, e tudo isso se conecta à medula espinhal e depois ao cérebro.

A dra. Coady suspeitava que meu problema era a compressão espinhal de um desses nervos.

Mas ela queria me garantir que, pela forma como as mulheres são formadas, não importava a seriedade da compressão espinhal que suspeitava que havia ali, eu jamais perderia a capacidade de ter um orgasmo clitoridiano. Minimamente reconfortada, saí do consultório

com um pedido de ressonância magnética e uma indicação para ver o dr. Jeffrey Cole, o homem do nervo pélvico em Nova Iorque.

---

Encontrei o dr. Cole no Kessler Institute for Rehabilitation, que ele ajuda a comandar, em Orange, Nova Jersey. Um homem calmo e serenamente divertido, com maneiras antiquadas e reconfortantes, olhou minhas radiografias iniciais, examinou minha postura em pé à sua frente e escreveu rapidamente uma receita para um odioso colete ortopédico.

Duas semanas depois, voltei para a consulta de retorno com o dr. Cole. As azaleias estavam em flor naquela época — ainda era a mais adorável parte da primavera —, mas eu estava quase desmaiando enquanto cruzava os bairros residenciais no banco de trás de um táxi meio acabado. Eu me sentia também bastante desconfortável, já que, nas duas últimas semanas, havia usado o tal do colete. Ele ia da linha superior dos meus quadris até a parte de baixo da caixa torácica e me obrigava a me sentar completamente ereta.

Estava com muito medo de ouvir o que dr. Cole tinha a dizer agora que já sabia os resultados da ressonância. O exame, informou dr. Cole, mostrava que eu tinha uma doença degenerativa na coluna: minhas vértebras estavam desmoronando e comprimindo umas às outras. Fiquei muito surpresa, pois nunca havia sentido nenhuma dor ou tido nenhum problema nas costas.

Ele me surpreendeu mostrando-me radiografias adicionais que havia tirado na última consulta: não havia como ignorar ou negar — na L6 e na S1, na região lombar, minha coluna se parecia com uma torre de Lego que havia deslizado até certo ponto, exatamente meio caminho para fora do alinhamento central — de forma que metade das vértebras na pilha estava em contato com a outra, mas a outra metade flutuava no espaço.

Eu me vesti e me sentei no consultório do dr. Cole. Ele começou a fazer uma entrevista inesperadamente dura e direta comigo: “Você

já sofreu algum golpe na região lombar?"; "Algo se chocou contra a região inferior de suas costas?". Disse que era uma lesão grave e que eu devia ter alguma lembrança do que a havia causado. Repeti que não tinha lembrança de nenhum trauma. Quando finalmente percebi o que ele poderia também estar perguntando, confirmei que ninguém nunca havia batido em mim.

Depois de cerca de cinco minutos desse vaivém, lembrei-me de que sim, de fato, eu havia sofrido um golpe. Quando eu tinha vinte e poucos anos, escorreguei em uma loja de departamentos, caí de um lance de escadas e aterrissei sobre minhas costas. Não senti muita dor, mas fiquei muito trêmula. Chegou uma ambulância, e me levaram para o hospital St. Vincent, onde fizeram radiografias. Nada de interesse foi encontrado, e fui liberada.

Dr. Cole registrou a informação e pediu mais uma série de exames de imagem — dessa vez, radiografias mais detalhadas. Também realizou um exame bastante desconfortável, no qual aplicou impulsos elétricos em minha rede neural por meio de agulhas, para ver o que "acendia" e o que permanecia no escuro.

Em nosso terceiro encontro, também na clínica no bairro residencial, voltei para a mesa de exames. Dr. Cole explicou que o novo conjunto de radiografias havia revelado exatamente qual era o problema. Eu havia nascido com uma versão discreta de espinha bífida, uma condição em que a espinha vertebral não chega a se desenvolver completamente. O trauma de vinte anos atrás havia fissurado as vértebras já fragilizadas e formadas de maneira incompleta. O tempo havia tirado minha coluna vertebral de seu alinhamento em volta da lesão, que agora comprimia uma ramificação do nervo pélvico, uma das que o dr. Cole havia me mostrado na imagem Netter — justamente aquela que terminava no canal vaginal.

Eu tivera uma sorte incrível de jamais ter sentido nenhum sintoma até aquele momento, ele disse. Dada a gravidade da lesão, era uma sorte que, apesar da dormência cada vez maior, eu não tivesse nenhuma dor. Apesar de odiar exercícios físicos, parece que toda

uma vida tendo que suportar ir à academia havia impedido que sintomas mais sérios se manifestassem. Mas o tempo fez seu trabalho: no local onde duas seções de vértebras estavam desalinhadas, o nervo pélvico estava preso e comprimido, e os sinais que vinham de uma de suas várias ramificações estavam bloqueados e impedidos de chegar ao meu cérebro pela medula. Os impulsos neurais daquela parte de meu corpo haviam se “apagado”. Eu me perguntei se isso tinha algo a ver com como me sentia — ou como não me sentia — após o sexo, apesar de a timidez me impedir de perguntar. Ele me explicou que eu deveria considerar uma cirurgia para fazer uma fusão das vértebras e aliviar a pressão sobre o nervo.

Depois de andar à sua frente para que ele checasse minha marcha e se certificasse de que as pernas não haviam sido afetadas e depois de medir meus ombros para checar o alinhamento, mencionei — talvez, em parte, para ter uma segunda opinião, para ter mais segurança — que a dra. Coady havia me garantido que meus orgasmos clitoridianos não seriam afetados, mesmo se a ramificação do nervo pélvico lesionada não melhorasse. Ele concordou que ela estava certa: caso o ramo clitoridiano de minha rede corresse o risco de ser afetado, já o teria sido. O fato de que aquela ramificação não havia sido afetada era um acidente de minha formação. E então, explicou casualmente:

Cada mulher tem uma formação diferente. Os nervos de algumas mulheres se ramificam mais na vagina, outras têm mais ramificações no clitóris. Algumas têm muitos ramos no períneo ou no colo do útero. Isso leva a algumas das diferenças na resposta sexual feminina.

Quase caí da mesa de exames, tal foi minha surpresa. Então era *isso* que explicava os orgasmos clitoridiano *versus* vaginais? *As ligações neurais*? Não era a cultura, nem a criação, nem o feminismo e nem Freud? Mesmo nas revistas femininas, a variação nas respostas sexuais femininas foi frequentemente descrita como ditada, em grande parte, pelas emoções, pelo acesso às fantasias ou preliminares “certas”, pela forma como a mulher foi educada, pela

“culpa” ou “liberação” de cada uma ou pelas habilidades do amante. Nunca havia lido nada sobre a forma como cada uma chega ao orgasmo sendo moldada pela *formação neural básica*. Essa era uma mensagem muito menos misteriosa e subjetiva sobre a sexualidade feminina: apresentava uma sugestão óbvia de que qualquer um poderia conhecer mais sobre as próprias variações neurais ou as do(a) parceiro(a) e simplesmente dominar os padrões da forma especial como eles funcionam.

— Você percebe — gaguejei, ainda sem minhas plenas faculdades mentais, surpresa de imaginar que o debate que estava prestes a descrever talvez não tivesse para ele a urgência que tinha para mim — que acaba de me dar a resposta para a pergunta que freudianos e feministas e sexólogos têm discutido por décadas? Todas essas pessoas sempre assumiram que as diferenças entre orgasmos clitoridianos e vaginais tinham a ver com a forma como as mulheres foram criadas... ou que papel social se esperava delas... se eram livres para explorar ou não seu próprio corpo... se tinham ou não a liberdade para adaptar sua forma de fazer amor às expectativas externas — e você está me dizendo que a razão é simplesmente que a formação física de cada uma é diferente? Que algumas têm suas ligações neurais mais propensas a orgasmos clitoridianos; e outras, para orgasmos vaginais? Que algumas têm ramificações que vão fazer que sintam mais o ponto G, e outras nem tanto? E que tudo isso é basicamente físico?

— As ligações neurais de cada mulher são diferentes — ele confirmou gentilmente, como se estivesse falando com uma pessoa ligeiramente descontrolada. — É por isso que as mulheres têm respostas sexuais tão diversas. O nervo pélvico se ramifica de forma bastante individual em cada mulher. Essas diferenças são físicas.

(Mais tarde, eu aprenderia que essa distribuição tão complexa e variada é muito diferente da formação sexual masculina, que, pelo que sabemos do nervo dorsal do pênis, é muito mais uniforme.)

Fiquei em silêncio, tentando absorver o que ele havia dito. Acho que as mulheres fazem muitos julgamentos a respeito de si próprias



com base no modo como chegam ou não ao orgasmo. Nosso discurso sobre a sexualidade feminina, que não presta nenhuma atenção a essa realidade neural que é o próprio mecanismo do orgasmo feminino, sugere que, se as mulheres têm problemas para chegar ao clímax, é — neste momento de liberação feminina —, com certeza, de alguma forma, por culpa delas: devem ser muito inibidas; talvez não sejam habilidosas; não são “abertas” o suficiente em relação a seu corpo.

Dr. Cole educadamente limpou a garganta. Polidamente, tentou desviar minha atenção de volta a meu próprio caso.

---

Dr. Cole me indicou o dr. Ramesh Babu, um neurocirurgião do Hospital de Nova Iorque, o que foi outro golpe de sorte. Talvez de forma um tanto irracional, fiquei mais confortada de ver que o dr. Babu, um carismático médico indiano vestido elegantemente, tinha em sua prateleira, dentre os textos de neurociência, a estatueta da deusa chinesa da compaixão, Kwan Yin, a mesma que eu tinha em minha própria estante. Dr. Babu me ofereceu uma maçã e logo começou a, firme, mas gentilmente, me repreender sobre a necessidade de agir sem demora. Fiquei aterrorizada de saber que ele queria colocar uma placa de metal de trinta e poucos centímetros, com várias articulações metálicas, em minha lombar para fazer a fusão entre as vértebras danificadas. Afortunadamente, a força de vontade dele era tão forte quanto a minha.

Marquei a cirurgia. Após uma operação de quatro horas, acordei sentindo-me horrivelmente grogue, em uma cama de hospital, possuidora agora de uma placa metálica que prendia as vértebras de minha lombar no lugar com quatro parafusos. Tinha uma cicatriz vertical cortando minhas costas que meu namorado definiu — em uma tentativa de me acalmar — como a cara do Nine-Inch Nails, referindo-se à banda de *punk rock*. Todas essas mudanças pareciam questões menores se comparadas com a esperança que eu agora

tinha de recuperar aspectos perdidos de minha mente e de minha vida criativa por meio de meu nervo pélvico descomprimido.

Depois de três meses, tive autorização para fazer amor de novo. Eu me senti melhor, mas não plenamente recuperada. Sabia que a regeneração neural, caso acontecesse, podia levar muitos meses. Continuei a me recuperar continuamente nos seis meses seguintes, ansiosa e também temerosa de descobrir o que aconteceria, se é que algo aconteceria, com minha mente depois que meu nervo pélvico ficasse completamente desobstruído. Será que o nervo se recomporia completamente? E, mais importante, será que minha mente se recomporia? Será que voltaria a sentir aquela alegria emocional, será que sentiria aquela união entre todas as coisas?

Graças ao dr. Babu, e talvez a quem quer que tenha recebido meu chamado cósmico, tive uma recuperação neural completa, o que era algo que nenhuma das pessoas na equipe médica podia me garantir que aconteceria. Esse tipo particular de compressão neural, apesar de não ser completamente desconhecido, é raramente encontrado na literatura não especializada, e eu agora sou um grupo de controle vivo para o estudo dos efeitos dos impulsos do nervo pélvico sobre o cérebro feminino. Por causa da dificuldade de encontrar informações sobre esse assunto, senti que devia às mulheres um relato do que me aconteceu a seguir.

Conforme minha sensação pélvica foi lentamente retornando, *meus estados de consciência perdidos também retornaram*. Lenta, mas progressivamente, minhas sensações internas despertaram novamente, e quando os orgasmos clitoridianos/vaginais “mistos”, do tipo a que eu estava mais acostumada anteriormente, voltaram, o sexo se tornou de novo emocional para mim. A recuperação sexual foi, para mim, como a transição em *O mágico de Oz*, quando Dorothy vai de Kansas em preto e branco para o colorido e mágico reino do Oz. Aos poucos, após o orgasmo, comecei a ver de novo a luz fluindo no mundo à minha volta. Mais uma vez, senti uma onda de sociabilidade passando por mim depois de fazer amor — vontade de falar e rir. Gradualmente, experimentei de novo uma sensação de

profunda conexão emocional, de euforia criativa pós-coito, de felicidade com o próprio ser e com o amante, de confiança e disposição, como se tudo estivesse bem em um sentido existencial. E tudo isso eu achei que havia perdido para sempre.

Comecei de novo, após o sexo, a sentir uma elevada interconexão, que os poetas e pintores românticos chamaram de o “sublime”: o sentido de uma dimensão espiritual que une todas as coisas — marcas de uma percepção de todas as coisas brilhando com a luz. Tudo isso, para minha imensa felicidade, voltou. Para mim, era suficiente ter esses vislumbres ocasionais.

Eu me lembro de estar de novo no pequeno quarto no andar de cima da cabana nas montanhas; meu namorado e eu acabáramos de fazer amor. Pela janela, olhei para as novas folhas nas árvores e o vento balançando seus galhos em grandes ondas, e tudo me pareceu uma dança intensamente coreografada, na qual toda a natureza expressava alguma coisa. O movimento das folhas, os galhos ondulantes, o chamado dos pássaros vindo de lugares invisíveis mergulhados nas sombras: tudo isso parecia, mais uma vez, estar em comunicação entre si. Pensei: estou de volta.

A partir dessa experiência, uma jornada: a de entender o que havia acontecido com minha mente e compreender melhor o corpo e a sexualidade femininos.

---

Nos dois anos seguintes, aprendi muito mais do que já sabia antes — o que não foi difícil, já que, como a maior parte das mulheres, eu não sabia nada sobre o nervo pélvico feminino. E o que acontece é que, de certa forma, ele é o segredo de tudo relacionado à própria feminilidade.

Quando uso o termo *vagina* neste livro, é de uma forma diferente da definição técnica. O significado médico de *vagina* é apenas o introito, a abertura vaginal, umas das muitas palavras inadequadas relacionadas a este assunto. Eu a uso, a menos que claramente

especificado, para significar algo o qual, estranhamente, não temos apenas uma palavra para expressar: ou seja, o órgão sexual feminino como um todo, dos lábios ao clitóris, do introito ao colo do útero.

Mesmo definida dessa forma mais inclusiva, ainda tendemos a pensar na vagina em termos limitados: como as partes que podemos ver e tocar na superfície de nosso corpo, entre nossas pernas: a vulva, os lábios internos e o clitóris — ou as partes que conseguimos tocar quando exploramos a parte de dentro de nosso corpo com os dedos: o canal vaginal. Fazemos uma interpretação completamente errônea da vagina quando restringimos nosso entendimento a essas superfícies de pele e essas membranas internas.

A vulva, o clitóris e a vagina são apenas as superfícies mais exteriores do que realmente está dentro de nós. A atividade real é literalmente muito, mas muito mais complexa *abaixo* dessas superfícies tácteis. A vulva, o clitóris e a vagina são, na realidade, mais bem compreendidos como a superfície de um oceano que é atravessado por redes vibrantes de raios submarinos — caminhos neurais intrincados e frágeis, com variações individuais. Todas essas redes estão continuamente enviando seus impulsos à medula espinhal e ao cérebro, que então envia novos impulsos de volta por meio de outras fibras nos mesmos nervos para produzir vários efeitos.

Esse denso conjunto de caminhos neurais se estende por toda a pelve, muito abaixo da pele vulvar externa e da pele vaginal interna (apesar de que essa última frase também não esteja médica e tecnicamente acurada: a pele de dentro da vagina é chamada, em um dos muitos termos desagradáveis que temos para nos referir a algo tão adorável, de *membrana mucosa*, ou *mucosa*).

Nas imagens Netter na Internet, você pode ver que sua maravilhosa e complicada rede de caminhos neurais está conectada à medula espinhal.<sup>[3]</sup> Esses caminhos neurais são continuamente “iluminados”, como os neurologistas dizem, com impulsos elétricos

— dependendo do que está acontecendo com seu clitóris, vulva e vagina.

Deixe-me usar uma segunda metáfora. Digamos que você encontre um ramo de algas marinhas na beira da praia e o pegue do chão. As partes mais pesadas vão continuar sobre a areia como uma malha, mas algumas meadas vão se estender verticalmente. Essa rede neural tem esse formato: ela se parece com uma malha embaraçada de centenas de milhares de fios dourados que foram puxados para cima. A maior parte dos fios se concentra na pelve, mas partes dessa rede vão para cima em direção à medula e ao cérebro. A imagem Netter 3.093 mostra isso.<sup>[4]</sup>

Nos seres humanos, o nervo pélvico se ramifica a partir das vértebras sacrais números quatro e cinco, ou S4 e S5, que são vértebras da região lombar. A partir daí, ele se ramifica de novo em três caminhos neurais que vão mais longe, que já mencionei anteriormente, que se empalham por toda a pelve: um se originando no clitóris, um nas paredes da vagina e um no colo do útero. Outro feixe de nervos se origina ao longo do períneo e do ânus. Dentre as muitas coisas incríveis a respeito de nosso incrível nervo pélvico e sua adorável multiplicidade de ramificações está o fato de que *ele é completamente único para cada mulher, individual — não há duas mulheres iguais.*

Como você pode ver nas imagens Netter, a rede neural pélvica feminina é altamente complexa. Sua alta complexidade é a razão pela qual há tanta variabilidade na *fiacção* sexual das mulheres. Em contraste, a rede neural pélvica masculina, que é formada por uma grade de caminhos neurais muito regulares, quase esquematizados — um círculo de prazer ao redor do pênis —, parece bem mais simples. Essa grande complexidade neural sexual das mulheres se deve ao fato de que temos órgãos que são reprodutivos e sexuais, como o colo do útero e o útero, que os homens não têm.

Há muito mais redes neurais ligando a pelve feminina até a medula espinhal do que as redes que vão do pênis à medula. Você pode ver isso nas imagens Netter de título “Ineruações da genitália

externa”, “Períneo, inervação dos órgãos reprodutivos femininos” e “Inervação dos órgãos reprodutivos masculinos”.<sup>[5]</sup> Fica claro que a rede neural feminina é muito mais difusa que a masculina e que tem *muito* mais elementos que a masculina: nas mulheres, há um emaranhado de atividade neural logo acima do útero, nos lados da vagina, acima do reto, acima da bexiga, no clitóris e ao longo do períneo. Há menos emaranhados distintos de atividade neural na pelve masculina.

(O períneo é a pele entre o ânus e a vagina: deixe-me enfatizar de novo que há toda uma rede neural sexual distinta nas mulheres que começa no períneo e que é essa rede neural sexual, como um médico que leu esta seção comentou alarmado, “é rotineiramente cortada na episiotomia realizada em partos difíceis. Como relatei em *Misconceptions: Truth, Lies and the Unexpected on the Journey to Motherhood*, nos Estados Unidos e na Europa Ocidental, episiotomias desnecessárias são realizadas rotineiramente em partos normais que não o exigiriam, não fosse pela pressão de tempo e economia dos hospitais, e também pelo medo de litígio que os hospitais têm. Não é surpresa, então, que nos Estados Unidos e na Europa Ocidental muitas mulheres relatem sensações sexuais diminuídas após o nascimento de filhos, especialmente se passaram pela episiotomia, apesar de que raramente sejam informadas pelos hospitais ou pelos médicos de que o procedimento cortará um sistema nervoso sexual.)<sup>[6]</sup>

Observando o padrão das redes neurais nas imagens Netter e nas ilustrações neste livro, você verá que as mulheres foram desenhadas para receber prazer e experimentar gatilhos para o orgasmo, que vão das carícias habilidosas à pressão rítmica de todos os tipos em muitas, muitas partes de seu corpo. O modelo pornográfico do coito — e mesmo o modelo convencional de coito em nossa cultura, que é rápido, orientado ao objetivo, linear e focado no estímulo de uma ou duas áreas do corpo da mulher — simplesmente não vai servir para muitas mulheres, ou pelo menos não de forma profunda, pois envolve uma parte muito superficial do potencial dos sistemas de

resposta sexual neurológica das mulheres. Para algumas mulheres, muitos dos caminhos neurais se originam no clitóris. A vagina dessas mulheres será menos “enervada” — menos densa em nervos. Uma mulher desse grupo poderá gostar muito de estímulo clitoridiano e não tirar muito prazer da penetração. Outras mulheres têm muita enervação na vagina e vão chegar ao clímax facilmente apenas pela penetração. Outras, ainda, podem ter muitas terminações neurais nas áreas do períneo e do ânus: estas podem gostar de sexo anal e até mesmo ter um orgasmo dessa forma, coisa que deixaria outras mulheres completamente frias e até com dor. A formação da rede neural está mais próxima da superfície em algumas mulheres, tornando mais fácil para elas chegar ao orgasmo. A formação de outras pode estar mais submersa em seu corpo, fazendo que elas próprias e seus parceiros tenham que ser mais inventivos, já que terão que buscar um clímax mais esquivo.

A cultura e a educação definitivamente também vão ter seu papel na forma como a mulher goza e podem influenciar a facilidade que ela tem de chegar ao orgasmo; mas nem tudo dependerá disso. Esse discurso representa muita culpa e vergonha desnecessárias para milhões de mulheres e, por outro lado, dependendo do gosto de cada um, faz que se sintam ligeiramente pervertidas. Você sente que está impondo algo a seu amante se (diferentemente da última namorada dele) realmente precisa daquele sexo oral “extra” para gozar? Você fica constrangida de pedir estímulo nos dois orifícios quando faz amor? Será que às vezes leva mais tempo do que gostaria para gozar, ou de vez em quando é simplesmente difícil? Veja, pode ser que isso não seja apenas por causa de sua avó que a obrigava a dormir com as mãos por cima das cobertas, ou das freiras censoras do colégio. Você não é um ser menos sexual ou não necessariamente mais inibida que a última namorada dele. O que quer que seja que você goste e precise na cama — como mulher, com toda aquela variabilidade —, essas preferências podem ser *apenas por causa de sua formação física*.

---

1. Netter image 5.101. "Innervation of Female Reproductive Organs", [www.netterimages.com/image/5101.htm](http://www.netterimages.com/image/5101.htm), e 2.992; compare "Innervation of Male Reproductive Organs" 2.910, [www.netterimages.com/image/2910.htm](http://www.netterimages.com/image/2910.htm).[↵](#)
2. "Innervation of External Genitalia and Perineum", [Ib.](#)[↵](#)
3. [www.netterimages.com/image/3013.htm](http://www.netterimages.com/image/3013.htm).[↵](#)
4. "Innervation of Internal Genitalia", [www.netterimages.com/image/3093.htm](http://www.netterimages.com/image/3093.htm).[↵](#)
5. [Ib.](#)[↵](#)
6. Naomi Wolf, *Misconceptions: Truth, Lies and the Unexpected on the Journey to Motherhood* (Nova Iorque: Doubleday, 2001), 165-67.[↵](#)





## *O sistema nervoso autônomo dos sonhos*

*O coração palpita em meu peito,*

*Olho de esquelha, por um momento —*

*Minha voz cala... meus ouvidos rugem,*

*Calafrios descem por meu corpo,*

*Mais verde que a grama*

*A mim parece*

*Que estou à beira da morte...*

Safo, "Fragmento"

**P**ara as mulheres, a resposta sexual envolve entrar em um estado alterado de consciência. Essa transformação depende de seu etéreo sistema nervoso autônomo, que os cientistas chamam de SNA. Esse sistema, que controla todas as contrações musculares suaves em seu corpo, contém as divisões simpática e parassimpática. Ele controla ações de seu corpo que estão além de seu controle consciente. As duas divisões trabalham em conjunto. Nas mulheres, a biologia da excitação sexual é um pouco mais delicada do que a maior parte de nós chega a entender e depende significativamente desse sistema sensível, mágico, calmo e facilmente inibido.

A excitação precede o orgasmo, é claro. Para que a rede neural pélvica faça seu trabalho maluco, o sistema nervoso autônomo tem que fazer a *sua* parte. Os pesquisadores Cindy Meston e Boris Gorzalka descobriram, em 1996, que o sistema nervoso simpático feminino (SNS) está criticamente envolvido no sucesso, ou mesmo na possibilidade da excitação feminina. <sup>[1]</sup>

O sistema nervoso autônomo prepara o terreno para os impulsos neurais que vão sair da vagina, clitóris e lábios para o cérebro, e esse fascinante sistema regula as reações das mulheres ao relaxamento e estímulo que vêm da “dança da deusa”, o conjunto de comportamentos que o amante usa para excitar sua parceira ou parceiro. O SNA tem a ver com reações que não controlamos de forma consciente: ele gerencia muitas das reações físicas ligadas à excitação e ao orgasmo, incluindo a respiração, o rubor das faces, o fluxo de sangue que flui para a pele, o preenchimento dos corpos cavernosos — o tecido esponjoso na vagina que fica encharcado de sangue para produzir a “ereção” do clitóris —, o preenchimento das paredes vaginais com o sangue que é necessário para a lubrificação, o aumento dos batimentos cardíacos, a dilatação das pupilas e assim por diante.

O cérebro afeta o SNA, que, por sua vez, afeta a vagina, e esse é o motivo pelo qual, se você é mulher, poderá pensar em um amante, ficar excitada e perceber que ficou molhada. Mas a vagina também afeta o cérebro, que, por sua vez, afeta o SNA. É um ciclo de *feedback* contínuo. Um toque que foi experimentado de forma positiva pelo clitóris ou pela vagina vai mandar um sinal ao SNA para iniciar uma série de mudanças sutis no corpo da mulher. Se esse toque tem uma continuidade cuidadosa, habilidosa e que se adapte às respostas da mulher, ele vai fazer que a respiração dela fique mais pesada, quase que ofegante. Aumenta seu batimento cardíaco e, portanto, sua circulação, que, por sua vez, causa um rubor na pele. Seus mamilos ficam eretos, e todo o corpo fica mais sensível. O batimento cardíaco aumentado, caso os estímulos do amante permaneçam cuidadosos e atentos, envia fluxos de sangue ritmados

a seus vasos sanguíneos vaginais — pela elaborada rede de distribuição circulatória que perpassa os lábios, os arredores da vagina e as profundezas da pelve —, inchando-os. Esse inchaço expande tanto os lábios internos como os externos, o que os torna mais sensíveis ao prazer. Isso enrijece e aumenta o clitóris, permitindo que ele transmita prazer de forma mais aguda, e ajuda a lubrificar as paredes da vagina.

Essa ativação otimizada do SNA torna a mulher sedenta por fazer amor e capaz de ter essa experiência em todas as suas dimensões. Mas, para que esse processo seja completo e, portanto, plenamente satisfatório, o estímulo não pode ser apressado e deve ser cuidadosamente sintonizado com o modo como a mulher está reagindo. O processo requer atenção e tempo. E, como veremos, o relaxamento aumenta a ativação ideal do SNA — e o estresse “ruim” atrapalha.

Nas mulheres, o “derretimento completo” ou “orgasmo forte” — que eu definiria (apesar de nossa linguagem para as respostas sexuais femininas ser tão inadequada) como o tipo de orgasmo que mais intensamente induz ao estado de transe mais completo e que mais envolve todos os sistemas corporais, de forma que depois a mulher se sinta a mais realizada possível e experimente o mais alto grau de atividade cerebral química — é verdadeiramente possível apenas quando o SNA é plenamente ativado. Em nossa cultura, nós todos sabemos sobre o engajamento da rede neural pélvica, que é aquilo em que fomos criados para pensar quando pensamos em “sexo” (apesar de que nosso entendimento geral até mesmo dessa rede seja, como vimos, superficial demais). Mas o envolvimento sexual e emocional pleno para as mulheres está centrado em uma ideia que é distante à nossa discussão sobre o sexo: a ativação. O ideal é a ativação de todo o sistema autônomo feminino — a respiração, a lubrificação e os batimentos cardíacos —, que, por sua vez, afeta o intumescimento vaginal, a contração muscular e a liberação orgástica: estímulos externos enquanto a mulher pensa em sexo causam a liberação de dopamina, opioides e oxitocina pelo orgasmo. A maior parte das pessoas em nossa cultura não foi criada

para prestar muita atenção aos níveis de “ativação” de uma mulher. Se a resposta do SNA de uma mulher é ignorada, ela pode ter relação sexual e até gozar, mas não necessariamente se sentirá liberada, transportada, realizada ou apaixonada, pois apenas uma parte superficial de sua capacidade de resposta foi engajada.

O SNA também reage às sensações de segurança ou perigo que a mulher possa ter. Ele manda sinais ao cérebro, e depois ao corpo, de que a pessoa pode relaxar, comer e digerir; ou relaxar e dormir; ou relaxar e fazer amor. Esse “relaxamento” é um fenômeno poderoso identificado no Ocidente pelo dr. Herbert Benson em 1975 (mas muito conhecido em várias culturas orientais), que acontece quando você relaxa a um ponto que seu cérebro facilita o trabalho de cura do SNA — e promove a eficácia das coisas que seu corpo faz que não estão sob seu controle consciente.<sup>[2]</sup> Hoje em dia, há literalmente centenas de estudos comprovando o poder do relaxamento por meio de benefícios ao corpo e à mente que vão de uma cura mais completa após uma cirurgia até uma capacidade maior de foco e menores índices de doença cardíaca.

Vários estudos recentes mostram que o relaxamento é mais importante para a excitação sexual feminina do que pensávamos antes. Como vimos, o estudo do dr. Georgiadis e sua equipe em ressonâncias magnéticas mostrou que, quando uma mulher se aproxima mais e mais do orgasmo, os centros cerebrais que regulam o comportamento são desativados.<sup>[3]</sup> Poderíamos dizer que ela de fato se torna, bioquimicamente, uma mulher selvagem ou uma mênade. Fica tão desinibida e imune à dor, que é como se estivesse em um estado alterado de consciência. Durante um orgasmo forte, as mulheres entram mais profundamente nesse estado de transe que em qualquer outro momento. A capacidade de julgamento fica suspensa, e nem mesmo a dor é percebida da mesma forma que na consciência normal.

É o SNA que a leva a esse ponto: ele permite que a mulher relaxe, respire profundamente, core, envie sangue para todos os lugares corretos, encontre o foco de energia para ativar a dopamina e entre

— seguramente — naquele estado de transe que descrevi acima. Ela experimenta o mais intenso tipo de contrações pélvicas, que a deixam exausta, e ao mesmo tempo desfruta de altos níveis de opioides e oxitocina — êxtase e afeição —, levando essas sensações para sua vida e seus relacionamentos.

Mas há um detalhe: você não pode forçar o SNA a fazer nada. Você não pode dizer a ele “me excite”. Isso também se aplica a outros processos que o sistema nervoso regula. Você não consegue forçá-lo a liberar seu leite, como muitas mães recentes sabem; não consegue acelerar ou desacelerar a digestão por meio de uma decisão consciente, ou dar à luz de uma forma mais eficiente. Como muitas mulheres (e homens) sabem a ponto de se frustrarem, quanto mais você tenta forçar a excitação, mais difícil é atingir esse estado.

Para entrar nesse estado transcendental que leva o cérebro feminino ao orgasmo forte, *você precisa se sentir absolutamente segura*. A salvo do “estresse negativo”, no sentido de que sabe que está entrando em um estado de transe com alguém que no mínimo a protegerá, se necessário, não a colocará em perigo ou em circunstâncias fora de seu controle. O estado de transe é muito agradável em uma suíte moderna de um hotel no Caribe, mas o que acontecia quando nossas ancestrais faziam amor furtivamente na moita no meio do mato? Obviamente, era muito perigoso, e, portanto, sem nenhum valor evolucionário, entrar nesse estado desinibido de transe nas proximidades de animais selvagens ou agressores de outras tribos ou qualquer outra ameaça natural corriqueira. Essa conexão biológica e evolucionária entre o êxtase e a segurança emocional para as mulheres tem implicações que não podem ser subestimadas. É o relaxamento que permite a excitação sexual.

Da mesma forma que se sentir valorizada e relaxada aumenta a resposta sexual feminina, o “estresse negativo” pode interferir drasticamente em todos os processos sexuais da mulher. Comecei a me interessar pelo papel do estresse no desempenho ou na ausência

de desempenho da vagina — e dos seios e útero — há uma década, quando estava trabalhando em meu livro sobre o parto, *Misconceptions*. Ficou óbvio, com base na pesquisa que fiz na época, que o útero, o colo do útero, o canal vaginal e o períneo eram altamente beneficiados pelo relaxamento na realização das difíceis tarefas do SNA durante o parto e a lactação. Um ambiente de baixo nível de estresse, com luz suave, música agradável, pessoas atenciosas e a presença amorosa da família, de fato ajuda o corpo feminino a dar à luz o bebê e alimentá-lo de formas que podem ser clinicamente mensuráveis. Muitos estudos confirmam, também, que ambientes hospitalares estressantes, onde as mulheres estão presas a dispositivos intravenosos ou monitores fetais que consistentemente mostram falsos positivos para sofrimento fetal, causam tanto estresse nas mães, que as reações biológicas — e não apenas psicológicas — acabam prejudicando as contrações e inibindo a lactação. <sup>[4]</sup>

Na década que se passou desde que comecei a explorar essa conexão cérebro-útero, cérebro-seios, esses estudos se multiplicaram. O estresse pode impedir, e, de fato, frequentemente impede, que o útero se contraia durante o parto; pode impedir que o canal vaginal empurre o bebê em direção à abertura vaginal; pode impedir que os músculos relaxem quando precisariam abrir para que o bebê nasça sem romper o períneo da mãe; pode impedir que as glândulas mamárias se encham. Ina May Gaskin, famosa educadora alternativa na área de parto e nascimento e autora do longo *best-seller Spiritual Midwifery*, já fez o parto de mais de quinhentos bebês em casa ou até mesmo em tendas na floresta, com baixíssimas taxas de complicações. Ela frequentemente orienta os pais para que diminuam as luzes, coloquem música, e pede ao pai que acaricie a mãe, que a beije e que se abracem durante o parto, tudo isso porque ela já percebeu que um ambiente agradável e inclusive sedutor contribui para contrações mais efetivas para o nascimento, assim como também ajuda o leite a “descer” para a lactação.

“As parteiras da zona rural poderiam nos dar algumas instruções sobre como beijar de forma mais efetiva”, escreve ela. “Uma boca mais relaxada acaba relaxando também a vagina, o que faz que o bebê saia mais facilmente.” Ela ensina as parteiras a orientar os maridos ou parceiros das mulheres em trabalho de parto a que estimulem os mamilos destas para ajudar nas contrações:

Nosso grupo de parteiras já sabia disso [sobre o estímulo nos mamilos das parturientes] e o usava como ferramenta já havia dois ou três anos, quando ouvimos que a comunidade médica, em seus experimentos, havia descoberto que há um poderoso hormônio endócrino chamado oxitocina que é produzido pela glândula pituitária, que influencia as contrações do útero por meio do estímulo dos seios. A essa altura, já usávamos isso para iniciar o trabalho de parto (...) ou acelerá-lo. Preferimos fazer por meios agradáveis a por uma sonda intravenosa.

Segundo ela, a mesma energia sexual que colocou o bebê lá também ajudará a fazê-lo sair.<sup>[5]</sup>

Se analisarmos a neurologia e bioquímica do parto e da lactação, veremos que não é tão estranho assim, afinal, defender que a vagina envia sinais que resultam em pensamentos e emoções, pois o útero no parto e os seios durante a lactação também enviam sinais que resultam em pensamentos e emoções.

Quando o bebê passa pelo canal vaginal, as contrações produzem oxitocina no cérebro da mãe, chamada afetuosamente de “química do carinho”. A oxitocina é o hormônio conhecido por seu papel no nascimento e lactação no período pós-parto e no estabelecimento dos vínculos entre mãe e filho. Ela também é liberada durante o orgasmo para os dois sexos e age como neurotransmissor no cérebro, facilitando a criação de vínculos e da confiança. Hormônios como a oxitocina podem reduzir o medo ou a inibição comportamental e promover a expressão de comportamentos sociais, tais como as relações amorosas e comportamentos sexual e materno. Ratas que jamais tiveram ninhadas anteriormente demonstram comportamento maternal trinta minutos após a administração de oxitocina, e esses comportamentos serão completamente abolidos caso essas mesmas ratas sejam tratadas

com antagonistas de oxitocina.<sup>[6]</sup> Ratazanas da pradaria tratadas com oxitocina encontraram seu par mais rapidamente e perderam interesse por ele assim que o hormônio foi bloqueado. A observação mostra que algumas mulheres que passaram por cesarianas tiveram problemas, em um primeiro momento, para estabelecer relações com seus recém-nascidos. Essas mães recentes não tiveram um trabalho de parto longo o suficiente para permitir que o “amor materno” fosse estabelecido quimicamente em seus sistemas. Quando o recém-nascido suga, o reflexo da sucção também leva à liberação de oxitocina no cérebro da mãe. O bebê cria *quimicamente* o amor e sentimentos de afeição em sua mãe.

Eu mesma experimentei alguns desses “pensamentos” do útero no ano 2000. Escrevi como a oxitocina me fez uma pessoa mais gentil, avessa ao conflito e basicamente melhor durante a gravidez.<sup>[7]</sup> Meu útero era responsável por parte dos meus pensamentos, a despeito de minha vontade, estava mediando meu cérebro feminista conscientemente autônomo, conscientemente assertivo. Também passei pela demora na criação de vínculos que as cesarianas podem causar devido à interrupção na produção de oxitocina que as contrações deveriam gerar. A ideia de que a biologia pode condicionar a consciência não é radical; está bem estabelecido que o útero, durante o parto; e os mamilos, na lactação, podem mediar a consciência feminina. Portanto, não deveria ser estranho dizer que a biologia da vagina, no contexto do sexo, pode também mediar a consciência feminina.

Os cientistas de hoje podem confirmar que o “estresse negativo” tem exatamente o mesmo tipo de efeito negativo sobre a excitação da mulher e sobre a própria vagina. Quando a mulher se sente ameaçada ou insegura, o sistema nervoso simpático — o parceiro do sistema nervoso parassimpático no SNA — entra em cena. Esse sistema regula as reações do tipo “lutar ou fugir”: quando a adrenalina e as catecolaminas são liberadas no cérebro, sistemas não essenciais, como o digestório e, sim, as reações sexuais, são interrompidos; a circulação é limitada, pois o coração precisa de



todo o sangue disponível para ajudar o corpo a lutar ou fugir; e a mensagem para o corpo é “tire-me rápido daqui”. Com base no trabalho de Meston e Gorzalka, sabemos agora que um ambiente ameaçador — o que pode até incluir ameaças verbais vagas direcionadas à vagina ou linguagem negativa sobre ela — pode interromper todo o sistema de reação sexual feminina. (Adiante, exploraremos o estresse sexual “positivo”.)

Você não precisa confiar em minhas palavras a respeito das evidências da conexão mente-corpo na sexualidade feminina. Se tiver um amante ou parceiro(a) que esteja disposto(a), faça um experimento simples. Espere por um momento em que ele ou ela tenha dito algo bastante elogioso à sua feminilidade ou lhe dado um sinal de admiração verdadeira; deixe que ele ou ela toque em seus mamilos. Observe com que rapidez seu mamilo parece ativamente buscar o toque do amante. Se ele ou ela continuar falando coisas nesse sentido, perceba a prontidão com que sua vagina responde ao toque — como dizem os mestres do Tantra, ela parece literalmente ansiar pela mão do amante e se abrir para ela, atraí-la, ou fazer o mesmo para o pênis do amante. (Mais uma vez, a mesma conexão entre a apreciação verbal e os caminhos da excitação pode também se aplicar aos homens: pesquisadores descobriram que o nível de estresse psicológico dos homens em conflitos de relacionamento baixa como resposta a palavras de respeito e admiração por parte das mulheres.)

Tente a experiência de outra forma, em outro momento. Se ele ou ela disse algo ofensivo, desagradável ou desrespeitoso a você, veja o que acontece se seu amante tocar seu mamilo; é pouco provável que você consiga tolerar o toque com conforto, o que dirá apreciá-lo. Muitas pessoas não gostam de ser tocadas quando estão zangadas, mas parece que as mulheres têm mais problemas que os homens para se sentir excitadas quando estão chateadas.

---

As diferenças nas respostas corporais podem tornar a conexão macho-fêmea especialmente complicada nesses momentos: essa simples diferença nas reações femininas, dependendo da forma como a mulher é abordada, é um grande motivo pelo qual a abordagem sexual feita pelos homens às mulheres vai se deteriorando tanto em relações de longo prazo, para grande tristeza e frustração tanto deles quanto delas. É comum que a mulher simplesmente não consiga suportar um toque mais íntimo se seu amante foi recentemente desrespeitoso verbalmente com ela; ou deixou de seduzir verbalmente a deusa que a habita em algum momento anterior, preparando a liberação de oxitocina e vasopressina em seu corpo, preparando o sistema nervoso parassimpático para que faça sua mágica.

No início da corte, os homens em geral tratam suas amantes de formas que as deixam profundamente relaxadas, reforçando o trabalho do SNS; isso ativa as redes neurais pélvicas femininas e inicia uma deliciosa atividade hormonal no cérebro da mulher. Mas, uma vez que o relacionamento esteja garantido, muitos homens tendem a reduzir as palavras sedutoras e carícias demoradas, ou simplesmente abandoná-las. Isso é um erro, mas não é surpreendente. O tipo de sexo que envolve “longas carícias” requer muito mais tempo que aquela rapidinha, muito mais orientada à meta; alguns diriam que, na verdade, exige mais “esforço” da parte dos homens; os praticantes do Tantra com quem falei no curso desta jornada certamente diriam que pede muito mais “foco” dos homens. Nossa cultura chega a chamar essas palavras e carícias de preâmbulo à ação real — a ideia está implícita na própria palavra *preliminares* —, e, assim, são vistas como “extras” sexuais. Há todo um conjunto de palavras, ações e gestos sem os quais as mulheres não podem passar e que eu chamo de a dança da deusa, e que em nossa cultura são vistos como um mero convite ao banquete, e não como o banquete em si.

Mas, quando você entende o papel do SNA nas mulheres, que é onde o efeito desses toques aparentemente “não sexuais”, palavras sedutoras ou de admiração e aquela sensação crucial de se sentir

segura e valorizada são registrados, enxerga que esse é um erro terrível. O sistema nervoso simpático não transmite as sensações em si. Ele é parte do SNA que produz efeitos opostos ao do “lutar ou fugir”. Em vez disso, ele manda respostas aos carinhos, palavras e tudo o mais que estou descrevendo, que influenciam a excitação sexual como um todo. Em termos de conexão entre o cérebro e o corpo feminino, como o cérebro media o SNA e é mediado por ele, fica claro que *esses gestos, toques, beijos e palavras* não são “extras”. Eles são partes integrais da ativação do SNA feminino — e, por sua vez, essas palavras e gestos dizem ao cérebro feminino que esse é um ambiente sexual seguro. O modelo de sexo linear e orientado à meta que é tão convencional em nossa cultura faz muitas mulheres se sentirem frustradas e existencialmente infelizes com o passar do tempo — *mesmo se estiverem tendo orgasmos*. Já que os orgasmos são vistos como a “meta” do sexo em nossa cultura, isso pode ser confuso. É compreensível que homens bem-intencionados se sintam desorientados quando veem sua mulher ou namorada cada vez mais irritada e insatisfeita com esse tipo de sexo perfeitamente adequado culturalmente falando.

Mas os homens que realmente querem entender suas mulheres e namoradas e fazê-las existencialmente felizes simplesmente têm que entender o SNA feminino e buscar um entendimento mais profundo da vida da vagina. Esse homem vai ter que se tornar mais “tântrico”, mais sensual e romântico na cama, além de, igualmente importante, ser mais atento ao que sua mulher quer da vida a qualquer dado momento. Vai ter que esquecer completamente o que ele pensava que “funcionava” com a última amante e aprender do início, acompanhando as reações individuais da atual. Terá que ser mais inventivo, criativo e atento do que manda o modelo heterossexual convencional. O amante masculino de uma mulher, em outras palavras, tem que ser bem mais paciente e tátil e investir muito mais tempo do que ele provavelmente foi educado a fazer (e provavelmente muito mais do que ele está inicialmente inclinado a dar após um longo dia de trabalho). Terá que se interessar muito mais pelo estado mental em que ela está, por seu nível de estresse

ou relaxamento, pela pele de todo o corpo dela, respirar no ouvido dela e alternar toques leves e pesados; muito mais interessado em olhar dentro dos olhos dela; em dar beijinhos e beijos profundos; muito mais interessado em acariciá-la de uma forma que não pareça à mulher que existe todo um “cerimonial” para se chegar à meta. Terá que estimular, de forma sensível e habilidosa, qualquer que seja a combinação de clitóris, vagina, ponto G, lábios, períneo e o colo do útero que realmente a faz feliz. Talvez tenha que prestar muita atenção para entender se ela está querendo um sexo suave e longo naquele momento ou um sexo mais violento, ou alguma outra combinação excitante, pois, em diferentes momentos do mês — ou dependendo do estado mental dela, que afeta seu corpo —, os desejos vão variar. Terá que saber a diferença entre o estresse negativo e o positivo. A penetração pode fazer parte do conjunto do prazer, é claro; o orgasmo é parte do conjunto do prazer; mas há muito, muito mais.

---

Como exatamente funciona sua rede neural sexual? Você pode ver na imagem Netter do sistema nervoso autônomo como os genitais se conectam à parte inferior da medula espinhal, que, por sua vez, se conecta ao cérebro. <sup>[8]</sup>

A imagem Netter mostra um *close* da medula espinhal e das raízes dos nervos que conectam os impulsos da medula à vagina, e vice-versa. Esses impulsos terminam no cérebro feminino. Todos os neurotransmissores mandam sinais do clitóris, vagina, colo do útero e outros pela medula espinhal, e finalmente esses sinais chegam ao hipotálamo e ao tronco encefálico.

A glândula pituitária está abaixo do cérebro; e o hipotálamo, logo acima. A pituitária é chamada de “glândula mestra” porque regula todos os hormônios em nosso cérebro e corpo — a produção, por exemplo, de oxitocina —, a “fábrica de amor” química que gera os sentimentos de afeição, confiança e atração. Na glândula pituitária é onde acontece toda a ação emocional. É o local onde um dos

sistemas de dopamina é regulado, fazendo que você fique mais ou menos excitada; outro sistema de dopamina, na parte intermediária do cérebro, vai fazer que fique mais incentivada e focada, antes e durante o sexo. A dopamina é associada à excitação e ao desejo. A oxitocina e outros hormônios geradores de emoções, que farão que você ache fofos aqueles hábitos chatos do namorado, são processados no hipotálamo. E a prolactina, que fará que você finalmente levante da cama e vá lavar roupa ou fazer alguma outra tarefa doméstica, também é processada no hipotálamo. Portanto, é correto dizer que a vagina está mandando sinais para o cérebro, durante o sexo, que mediam a consciência.

Essa malha de fios vivos na pelve feminina — que se comunica tão intimamente da medula ao cérebro com seu banho químico em constante mutação — libera opioides e oxitocina após o orgasmo, que, como veremos, faz que sintamos uma dor física quando começamos a nos apaixonar por alguém. Esse é o motivo pelo qual as mulheres entram naquele estado de transe tão desinibido e descontrolado quando gozam de uma forma que envolve diferentes partes do cérebro.

Apesar de delicada, essa rede que está por trás de nosso clitóris, vulva e vagina é incrivelmente poderosa: o prazer orgástico gerado ali manda ao cérebro mensagens tão poderosas que ajudam a regular os ciclos menstrual e hormonal, que nos tornam mais ou menos férteis, que nos acalmam ao sentir o odor do amante ou lubrificam nossa vagina quando somos elogiadas. Da mesma forma, o cérebro também envia sinais ao clitóris, vulva e vagina, indicando qual é o momento e a situação correta para se lubrificar, corar com fluxos de sangue, gozar e criar vínculos. Essa rede tem tanta influência sobre todos os sistemas relevantes de nosso corpo que, se formos negligenciadas sexualmente — ou se nos negligenciarmos sexualmente, caso não tenhamos parceiro —, as mensagens enviadas por essas vias ao cérebro e as reações hormonais no cérebro poderão nos levar à depressão, ou mesmo aumentar o risco de lesões ou doença cardíaca. Essa rede está continuamente enviando humores, sensações e emoções ao nosso cérebro e do

cérebro para nossa pele interior e exterior; não é a vagina em si, mas a rede por baixo de tudo que nos leva a sentir grande parte do que sentimos; que leva cada mulher a tremer de forma diferente, em resposta a diferentes toques; que levam a própria consciência feminina a flutuar, conforme essas mensagens flutuam ao longo de suas vias — um fluxo aumentado pela natureza cíclica do desejo sexual feminino. Se a feminilidade reside em algum lugar, eu diria que é ali, naquela rede elétrica interior que se estende da pelve ao cérebro. Essas vias neurais, e outras evidências que analisaremos, explicam o motivo de nossas noções de sexualidade feminina estarem frequentemente tão erradas. Desde que Masters e Johnson escreveram *Human Sexual Response*, em 1966, no qual se basearam em seus estudos de homens e mulheres tendo orgasmos em condições de laboratório, nossa cultura aceitou o modelo único de resposta que descreveram da excitação, momento de estabilidade, orgasmos e resolução, que, argumentaram, seria semelhante para homens e mulheres.<sup>[9]</sup> O sumário que escreveram da vagina declara que “é preciso explicar que a resposta vaginal (natural ou artificial) aos estímulos sexuais se desenvolve em um padrão básico, independentemente da origem do estímulo”, em uma visão que a nova ciência sugere ser muito simplista. Mesmo hoje, nossa cultura tende a apresentar as respostas sexuais masculina e feminina como análogas ou paralelas, ao mesmo tempo que reconhece que algumas mulheres têm mais orgasmos com um “período refratário” de repouso entre eles menor do que o que os homens precisam. Esse “modelo único para a sexualidade humana já foi até visto como liberal — afinal, ele reconhece as necessidades sexuais femininas, assim como as masculinas — e se encaixa na Segunda Onda do feminismo e da revolução sexual — a que prega a ideia confortável de que as mulheres são, pelo menos sexualmente, “iguais aos homens”.

O modelo Masters e Johnson está sendo questionado como simplista demais quando se trata das mulheres, em vários aspectos. A ciência mais recente — incluindo pesquisadores como Rosemary Basson, doutora em medicina pela Universidade de British,

Columbia; Irv Binick, da Universidade McGill, em Montreal, Quebec; e Barry R. Komisaruk, da Universidade Rutgers em Nova Jersey — está confirmando que há muitas variações para as mulheres, sobre o que agora nos parece um modelo básico demais.<sup>[10]</sup> Seria mais acurado dizer, com base na nova ciência, que, apesar de a sexualidade feminina conter *algumas* analogias superficiais à masculina, ela frequentemente envolve níveis adicionais de experiência e sensação.<sup>[11]</sup> A sexualidade da mulher está, sem dúvida, muito distante de ser meramente uma versão feminina do que tradicionalmente sempre foi entendido, de uma perspectiva masculina, como “apenas sexo”. Estão descobrindo que a vagina e o cérebro não podem ser considerados separadamente: Basson descobriu que a sensação subjetiva de excitação deve ser medida na mente, não apenas no corpo; Komisaruk e sua equipe encontraram excitação e orgasmos *apenas* na mente em mulheres que passaram por lesões.<sup>[12]</sup>

Minha jornada finalmente me levou a concluir que, com exceção de alguns terapeutas, professores e profissionais da área, mesmo com toda a nossa “liberação”, ainda enquadrámos a vagina em ideologias sexuais que às vezes são formas novas e sensuais da antiga escravidão e controle. Ou então agimos na ignorância ativa do papel e dimensão verdadeiros da vagina. Concluí que, ao contrário do que somos levados a crer, a vagina ainda está longe de ser livre no Ocidente nos dias de hoje — tanto pela falta de respeito como pela falta de entendimento do papel que ela exerce.

- 
1. Cindy M. Meston e Boris B. Gorzalka, “Differential Effects of Sympathetic Activation on Sexual Arousal in Sexually Dysfunctional and Functional Women”, *Journal of Abnormal Psychology*, vol. 105, n. 4 (1996): 582-91.<sup>↵</sup>
  2. Herbert Benson, M.D., *The Relaxation Response* (Nova Iorque: Avon, 1976).<sup>↵</sup>
  3. Janniko R. Georgiadis e outros, “Regional Cerebral Blood Flow Changes Associated with Clitorally Induced Orgasm in Healthy Women”, *European Journal of*

- Neuroscience, vol. 24, n. 11 (2006): 3.305-16.[↵](#)
4. Naomi Wolf, *Misconceptions: Truth, Lies and the Unexpected on the Journey to Motherhood* (Nova Iorque: Doubleday, 2001), 165-67.[↵](#)
  5. Ina May Gaskin, *Spiritual Midwifery* (Nashville, TN: Book Publishing Company, 2002), 86, 440-41.[↵](#)
  6. Carter, 1998, citado em Mark R. Leary e Cody B. Cox, "Belongingness Motivation: A Mainspring of Social Action", em *Handbook of Motivation Science*, ed. James Y. Shah e Wendi L. Gardner (Nova Iorque: Guildford Press, 1998), 37.[↵](#)
  7. Wolf, *Misconceptions*, 118, 141.[↵](#)
  8. Imagem Netter 3.093, [www.netterimages.com/image/3093.htm](http://www.netterimages.com/image/3093.htm).[↵](#)
  9. William H. Masters e Virginia E. Johnson, *Human Sexual Response* (Nova Iorque: Ishi Press, 2010), 69.[↵](#)
  10. Rosemary Basson, "Women's Sexual Dysfunction: Revised and Expanded Definitions", *CMAJ*, 172, n. 10 (maio 2005): 1.327-1.333.[↵](#)
  11. A estrutura neural pélvica feminina é tão complexa, que pelo menos uma pesquisadora, Hanny Lightfoot-Klein, descobriu que mulheres sudanesas que tiveram o clitóris extirpado, ou até mesmo infibulado, ainda relatam algum tipo de orgasmo. Hanny Lightfoot-Klein, "The Sexual Experience and Marital Adjustment of Genitally Circumcised and Infibulated Females in Sudan", *Journal of Sex Research*, n. 26, n. 3 (1989): 375-92.[↵](#)
  12. Barry R. Komisaruk e outros, "Brain Activation During Vagino-Cervical Self-Stimulation and Orgasm with Complete Spinal Cord Injury: fMRI Evidence of Mediation by Vagus Nerves": "Mulheres diagnosticadas com lesão total da medula espinhal (...) relatou-se que perceberam e reagiram com orgasmos o estímulo mecânico vaginal e/ou cervical". *Brain Research* 1204 (2004): 77-8. [www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0006899304011461](http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0006899304011461).[↵](#)





## *Confiança, criatividade e o sentimento de interconexão*

*A irmã não chegou a entender as aquarelas — deixaram-na confusa — olhou várias vezes — sempre parecendo questionar — Ela gostou do homem montado a cavalo (...) Levarei para a escola amanhã — mostrá-las para pessoas que não podem ver dói, mas o farei de qualquer jeito — (...) É porque há mais animal do que cérebro em mim — que quero estar próxima a você e dizer o quanto gosto delas — Não — não é o animal em absoluto — é o toque — O toque pode ser Deus ou o diabo em mim — Só não sei qual (...)*

Georgia O'Keeffe a Alfred Stieglitz

**M**ais ou menos na mesma época em que estava lutando contra minha doença, voltei à escola para uma pós-graduação em literatura feminina nas eras vitoriana e eduardiana.

Comecei a notar que muitas mulheres que escreveram entre 1850 e 1920 articularam aspectos da experiência sexual feminina que de fato sugerem uma conexão entre o despertar sexual e o criativo. Essas escritoras feministas pré-revolução sexual, pré-Segunda Guerra, como a poetisa lírica vitoriana Christina Rossetti, a romancista americana da virada do século XX Kate Chopin e a escritora de memórias que produziu na França na década de 1930 Anaïs Nin, escreveram sobre a paixão sexual feminina como se fosse uma força avassaladora que se sobrepõe à vontade e ao

autocontrole. Parece-me que elas frequentemente fazem a conexão entre o autoconhecimento sexual ou o despertar sexual nas mulheres e o crescimento ou despertar de outros aspectos da criatividade e identidade femininas. Diferentemente das artistas e escritoras pós-1960, elas nem mesmo retrataram a sexualidade feminina como “meramente” focada no prazer físico.

Descobri outra coisa surpreendente: apesar de críticos misóginos terem sempre sugerido que mulheres brilhantes não podiam ser sexuais — desde o período medieval, versões das mulheres da Blue Stocking Society, inteligentes e assexuadas, sempre apareceram aqui e ali — e que as mulheres altamente sexualizadas não tinham cérebro, as biografias de várias dessas artistas sugerem o oposto. Observando a vida de artistas, escritoras e revolucionárias, após um relacionamento sexual ou *affair* amoroso particularmente liberador — ou pistas de uma autodescoberta sexual, mesmo que a artista não tivesse parceiro fixo —, frequentemente se encontra um período de criatividade luxuriante e expansão intelectual em seu trabalho. E, a julgar por suas cartas particulares, vi que algumas das mulheres mais criativas e intelectual e psicologicamente livres de suas eras — de Christina Rossetti a George Eliot, Edith Wharton, Emma Goldman e Georgia O’Keeffe — eram também, evidentemente, mulheres de grandes paixões sexuais.

George Eliot descreveu sua heroína Maggie Tulliver, em *The Mill on the Floss* (1860), como uma mulher que “se atirava sob a orientação sedutora de vontades ilimitadas”.<sup>[1]</sup> De acordo com seu comentarista, o romancista A. S. Byatt, a própria Eliot “tinha temores de que se tornasse demoníaca por causa de sua natureza apaixonada”. Em uma carta a amigos, Eliot escreveu sobre o medo que tinha de ser consumida pelo desejo sexual: “Tive uma visão horrível de mim mesma ontem à noite, na qual me tornava mundana, sensual e demoníaca”.<sup>[2]</sup>

A poetisa Christina Rossetti escreveu lindamente sobre os tormentos da tentação sensual feminina: a heroína de “Goblin Market” (1859), Laura, “sentou-se em um anseio apaixonado / e

cerrou os dentes em desejo latente / como seu coração se rompesse (...). A irmã de Laura, Lizzie, que devorou o “fruto do mercador”, em contraste, fica completamente entusiasmada e viciada, sempre desejosa de mais: Lizzie grita: “Beija-me, abraça-me, suga estes meus sumos / Espremidos dos frutos dos duendes para ti / São polpa e são orvalho de duende / Come-me, bebe-me, ama-me / (...) faz de mim o que quiser (...) / beijou-a sem parar com a boca ávida”. Os “mercadores marotos e maliciosos” de “Goblin Market” deram às duas moças frutos que eram como “mel para a garganta / mas veneno para o sangue”.<sup>[3]</sup> A jovem pintora Georgia O’Keeffe escreveu para o objeto de seu amor, Arthur Whittier McMahan, em 1915: “Parece tão estranho (...) não me entregar (...) quando o desejo. É ótimo dar amor”. Para o fotógrafo Paul Strand, cujo relacionamento sexual com a artista coincidiu com um período de imenso crescimento artístico para ela, Georgia escreveu — comparando abstratamente a excitação de uma nova empreitada com a de beijar um homem: “Então a obra... sim, amei.... e o amo... queria muito abraçá-lo e beijá-lo... É tão engraçada a forma como nem mesmo o toquei quando o desejava tanto. Ainda estou lhe dizendo que era o que queria... Leve-me para Riverside Drive com você em uma noite dessas... pode ser?”. Sua biógrafa escreveu que ela termina essa carta de forma “provocante”, referindo-se a Riverside Drive, onde os amantes iam para ficar na escuridão da noite.<sup>[4]</sup>

Para muitas dessas artistas criativas, o aparente despertar sexual e os surtos criativos parecem se fundir em alguns momentos-chave em sua vida e parecem propiciar uma fase em seu trabalho que chega a um nível mais alto de *insights* e energia do que o trabalho imediatamente anterior. Esses arcos de realização — esses “picos criativos” — parecem confirmar ainda mais minha crescente convicção de que as mulheres experimentam a vagina como uma parte integrante de seu ser e que ela também pode servir como faísca ou ponto de entrada para um despertar da sensibilidade que pode, em momentos oportunos, fundir o lado criativo com o sexual.

As escritoras geralmente descrevem esses momentos de despertar sexual como uma espécie de névoa que se abre, aumentando o sentido do ser *feminino*. Em suas cartas particulares, frequentemente descrevem uma descoberta surpreendente e fascinante do ser por meio da catálise do amor sexual que estão experimentando. Como a jovem Hannah Arendt escreveu a seu amante Ernst Blucher depois que o caso deles começou — um caso que foi descrito como intensamente engajado intelectual e erótico, para uma jovem mulher que nunca havia sido especialmente atraída pelo aspecto físico antes —: “Eu... finalmente sei o que é a felicidade... ainda me parece inacreditável que eu possa alcançar ambos... um grande amor e um sentido de identidade com minha própria pessoa. Ainda assim, alcancei um apenas após ter experimentado o outro”.<sup>[5]</sup> Em geral, independentemente do quanto sofreram por suas paixões, essas escritoras heroínas se recusam a se arrepender do despertar sexual que causou o sofrimento: no romance de Kate Chopin de 1899, *O despertar*, Edna Pontellier reflete que “dentre as sensações conflitantes que a assaltam, não havia vergonha nem remorso”.<sup>[6]</sup>

As cartas e livros de Edith Wharton, em particular, sempre me inspiraram a seguir adiante nessa linha de pensamento. Durante a maior parte de sua vida adulta, Wharton foi casada com o diletante convencional de classe alta Teddy Wharton, um homem com quem ela não combinava. De acordo com seus relatos e os de outras pessoas, a vida sexual do casal era praticamente inexistente. Mas, em 1908, ela passou por um extraordinário despertar sexual, quando começou um caso extraconjugal com o jornalista bissexual lindo, sedutor e provocante Morton Fullerton. Em suas cartas de amor particulares, publicadas pela primeira vez na década de 1980, ela escreve a respeito desse despertar sexual como uma ameaça de dissolução de seu próprio ser, como uma perda do controle. Ela escreve — apelando para o francês, a língua na qual descreve o prazer sexual — que o toque dele a deixa “completamente esvaziada de qualquer vontade”: “*je n’ais plus de volonté*”.<sup>[7]</sup> Ela se refere ao

amor sexual de Fullerton como “um narcótico” — uma metáfora que teve eco na literatura de ficção pela mão de outras escritoras desse período. (Edna Pontellier, em *The Awakening* [1899], também descreve o toque de seu amante Robert como “um narcótico” — uma metáfora que se tornaria mais escassa depois que a Segunda Onda da década de 1970 fez que essas confissões de reconhecida dependência de homens se tornassem presságios politicamente incorretos.)<sup>[8]</sup>

Em uma carta, Wharton descreve uma conversa com Fullerton na qual, depois de comunicar-lhe o efeito que sentiu após ter começado a ter orgasmos, ele respondeu que ela começaria a escrever melhor como resultado dessa experiência. Como ficou provado, Fullerton estava certo: Edith Wharton de fato produziu o melhor de sua obra após seu despertar sexual. Um ponto interessante é que, em *The House of Mirth*, publicado em 1905, não há praticamente nenhuma descrição de paixão física relacionada às personagens femininas, de forma que suas afeições e motivações parecem incompletas.<sup>[9]</sup> A supressão é bem expressa, mas a materialização não. Entretanto, em *Summer* (1917) e *The Age of Innocence* (1920), a paixão sexual feminina está presente em várias manifestações.

Após 1908-10, a prosa de Wharton se torna mais rica e tátil; o mundo do prazer e dos sentidos está mais presente, assim como um sentimento — trágico, naquela época, necessariamente — do anseio feminino pelo êxtase, pela vida, pelas sensações, a qualquer custo. O tema da mulher que é modificada e despertada por sua própria sexualidade — e que não se arrepende das consequências, apesar de sofrer como resultado do processo — é consistente com a ficção de Wharton após esse período.

Analisei as biografias dessas e de outras grandes artistas e revolucionárias dos séculos XVIII, XIX e início do século XX: Mary Wollstonecraft, Charlotte Brontë, Elizabeth Barrett Browning, George Sand, Christina Rossetti, George Eliot, Georgia O’Keeffe, Edith Wharton, Emma Goldman, Gertrude Stein — todas mulheres cuja vida, cartas e escolhas representaram grandes riscos ou sacrifícios

para elas mesmas, revelando sua natureza intensa e sexualmente apaixonada.<sup>[10]</sup>

Analisando vida após vida desse círculo mais expandido de artistas, escritoras e revolucionárias, aparece sempre o mesmo arco: um fluxo de *insight* e visão criativa que parece se seguir a um florescimento sexual. É possível identificar uma mudança de perspectiva cronológica para essas mulheres: suas palhetas parecem repentinamente se expandir, com a possibilidade de outro mundo entrando em cena.

George Eliot, depois de iniciar seu relacionamento ilícito com seu amante George Lewes, escreveu sua primeira importante obra de ficção, *Scenes of Clerical Life* (1857). Logo depois que Georgia O'Keeffe começou seu relacionamento altamente erótico com o fotógrafo Alfred Stieglitz, iniciou sua audaciosa experimentação de forma e cor representada pela série de flores, revolucionária para a época. Como escreveu para ele em 1917, conjugando a excitação artística e sexual,

sinto como se tivesse muitas coisas a fazer... *muitas coisas*... e uma coisa a pintar... É a bandeira que vejo flutuar... a bandeira da cor carmim... que tremula ao vento como meus lábios quando estou prestes a gritar (...) Também há uma linha firme e forte na cena... a postos... abaixo dos lábios... Boa noite... meu peito dói e estou cansada... não consegui dormir ou comer por excitação lá embaixo... e dor... e encantamento... e percepção.<sup>[11]</sup>

A crítica radical que Emma Goldman fez das normas sociais existentes se intensificou muito após o início de seu romance apaixonado com Ben Reitman em 1908. Ela tomou atitudes que levaram à sua prisão. Como é típico de uma musa, Reitman não apenas seduziu Goldman, mas também ofereceu a ela um local, o *hobo hall*, para que oferecesse suas palestras quando ela já não conseguia achar outro fórum. Quando Gertrude Stein conheceu e começou a viver com Alice B. Toklas — o que lhe permitiu explorar sua vida interior como amante de mulheres —, seu trabalho avançou

muito em termos do nível de experimentação, assim como em termos de sua sensualidade.

Até mesmo escritoras recentes às vezes parecem fazer essas conexões — e às vezes em surpreendentes detalhes: em “A Conversation with Isabel Allende”, que Melissa Block conduziu para a National Public Radio em 6 de novembro de 2006, a repórter perguntou a Isabel sobre a gênese da personagem espanhola do século XIX tão vividamente recriada, Inés Suárez, heroína do romance de Isabel Allende *Inés da minha alma*: “A primeira frase simplesmente saiu de meu útero”, Isabel respondeu provavelmente a uma interlocutora bastante surpresa.

Não diria que veio de minha cabeça, mas de meu útero. A frase era: “Sou Inés Suárez, moradora de Santiago de Nueva Extremadura, cidade leal ao reino do Chile”, e era assim que me sentia. Sentia que eu era ela e que a história só poderia ser contada em sua voz. <sup>[12]</sup>

Nas biografias que li, o amante frequentemente faz o papel de musa — nem sempre é um parceiro estável, mas frequentemente um homem ou mulher que respeita intelectualmente a artista criativa ou revolucionária, ao mesmo tempo que a excita eroticamente. Parece que o despertar sexual de tantas grandes mulheres coincidiu com um período em que assumiram riscos em outros níveis — social e artístico — e com outros tipos de despertares: da maestria, da expressão e dos poderes criativos.

Comecei a me perguntar: será que há, talvez, algum tipo de conexão que vínhamos ignorando até agora entre a liberdade, a criatividade e o despertar na natureza mais apaixonada de uma mulher?

Eu me pergunto se há algo mais profundo acontecendo aí.

Depois de minha cirurgia de coluna e a esperada recuperação da alegria, das cores, da criatividade, da confiança e de um sentimento de conexão entre as coisas, não havia como ignorar o fato de que a lesão de consciência que havia sofrido antes da operação tinha que estar, de alguma forma, relacionada a uma causa física, já que as mudanças de consciência estavam tão fortemente relacionadas à lesão e à recuperação de meu nervo pélvico. O que havia acontecido comigo? E o que isso significava? Será que essa relação de causa e efeito era apenas uma loucura de minha própria neurologia e bioquímica subjetiva? Ou seria um entendimento que pode ser generalizado para todas as mulheres?

Cerca de quatro meses depois, eu já estava praticamente recuperada da cirurgia e fui convidada para falar com um grupo de jovens mulheres brilhantes em uma universidade. Para preservar a identidade das pessoas, vou dizer que esse evento aconteceu na área rural do Canadá, em uma universidade estadual. Muitas das moças eram estudantes de biologia ou neurociência e decidiram organizar uma conferência. O objetivo delas era ter algumas conversas sobre as questões que poderiam enfrentar como mulheres depois que deixassem o ambiente escolar e entrassem para o “mundo real”.

Era um dia quente, e havia uma leve brisa quando nos reunimos para conversar na sala de estar de uma cabana em uma fazenda antiga. Havia sofás confortáveis estofados com um tecido escarlate macio, tapetes carmim já gastos e cestos com flores secas nas enormes lareiras. Pelas janelas entravam raios dourados de sol — dali podíamos ver um vale verde-escuro e, um pouco além, as montanhas banhadas em luz azul.

Depois de uma conversa sobre os projetos delas e a vida que teriam pela frente, decidimos sair para uma caminhada sob a luz brilhante e acolhedora. Uma das jovens que conhecia a área nos guiou pelas trilhas de vacas e atravessamos cercas e pulamos poças de lama na estrada de terra até chegar ao topo de uma colina. Conforme fomos caminhando pela elevação, vi que era como se



estivéssemos em outro ecossistema. Aquele aconchego doméstico repentinamente parecia muito distante. A toda a volta, enxergávamos campos de um verde-acinzentado, enquanto um forte vento soprava continuamente. Decidi apresentar a elas qual era meu desafio.

— Acho que pode haver uma conexão entre a vagina e o cérebro que a maior parte de nós não chega a entender. Estou descobrindo que pode haver algum tipo de relação entre o orgasmo feminino e a confiança e a criatividade. Pode haver, também, algum tipo de relação entre a vagina — e o orgasmo — e a capacidade de enxergar as conexões entre as coisas.

As moças ficaram em silêncio por algum tempo. Então, uma das jovens, uma historiadora, começou a falar.

— Isso é absolutamente verdadeiro para mim — ela disse com convicção. — Quando tenho um sexo bom, quer dizer, um sexo *realmente* bom — todas riram, bem conscientes da diferença —, eu me sinto como se fosse capaz de fazer qualquer coisa. Eu me sinto ótima comigo mesma. Minha confiança sobe a níveis estratosféricos. E nem sempre sou assim. E isso aparece em meu trabalho também, durante algum tempo: vejo coisas que não enxergava antes, conexões que poderia ter ignorado. Sinto que tenho um domínio maior das minhas percepções.

Outra moça, uma cientista política, concordou:

— Faz que eu me sinta invencível. É como se eu corresse uma maratona. Fico completamente feliz comigo mesma.

Por alguns momentos, houve um novo silêncio, aquele que acontece quando as pessoas estão pensando intensamente.

— Eu trabalhava em um laboratório onde minha função era dar prazer sexual a ratas fêmeas — disse uma jovem cientista.

Ela tinha um sorrisinho malicioso.

— O quê? — todas nós exclamamos.

— É verdade! — Ela riu. — Eu tinha um pequeno pincel. — Ela fez um gesto com os dedos, como se estivesse pintando um pequeno ponto no ar. — Depois de um tempo, isso se torna parte de seu trabalho.

— Eu nem sabia que ratas podiam experimentar prazer sexual — falei, encantada e surpresa por minha própria ignorância.

— Todas as mamíferas têm clitóris — ela explicou no tom calmo de uma cientista para quem isso chega a ser interessante, porém, não passa de mais um dado. — Todas elas têm clitóris — repetiu.

Uma vaca inclinou a cabeça e olhou inquisitivamente para a criatura à sua direita. (De fato, eu viria a saber que dois terços dos clitóris em mamíferas estão localizados na parede anterior da vagina — como o ponto G humano. Naquele momento, eu não tinha ideia de que as mamíferas, em geral, têm clitóris.)

Foi um momento marcante; uma neblina havia começado a baixar sobre as montanhas arredondadas, passando por nós; o vento soprava suavemente. As mulheres falavam calmamente sobre orgasmos, *insights* e energia. Fiquei impressionada de não ter conhecimento desse fato, que agora me parecia bem óbvio. *Todas as mamíferas fêmeas* foram desenhadas pelo processo evolutivo para experimentar um grande prazer sexual.

— As ratas fêmeas, quando querem sexo, fazem assim. — Ela colocou as mãos para cima como se fossem patinhas e arqueou as costas.

Todas rimos. Foi um gesto que mais tarde eu saberia que se chama “lordose”. Ela descreveu um pouco mais o laboratório e os resultados obtidos, e eu concordei em descobrir mais sobre o assunto.

Conversamos durante mais alguns momentos, mas o vento ficou muito forte para nós. Finalmente, voltamos para o conforto da lareira, dos estofados e do chá, um pouco tristes por deixar para trás aquele momento ligeiramente selvagem, ligeiramente inexplicável —

quando o vento, a grama e os animais, todos pareciam ser parte do que estávamos aprendendo sobre nós mesmas: que nós e nosso prazer feminino específico temos um lugar garantido na ordem natural das coisas.

Fiquei triste pelo fim daquele momento, mas inspirada pela curiosidade das moças e pela abertura para descobrir se o que as excitava em seu trabalho intelectual era parte de outras formas de excitação que tinham, até aquele momento, isoladamente, entendido isso como algo físico.

#### O ORGASMO NO PALCO

Nos meses seguintes, outras mulheres, de diferentes áreas, confirmaram a mim que elas também haviam experimentado uma conexão entre seu bem-estar sexual e os níveis de confiança e criatividade que experimentavam em sua vida.

Em uma noite, fui a uma festa de pré-estreia lotada de gente em Nova Iorque, onde fui cercada por profissionais do cinema e do teatro. O barulho era ensurdecedor. Em pé, no bar cheio, apresentei-me a uma mulher magnífica que aparentava ter quarenta e poucos anos de idade e que esperava para ser atendida ao meu lado. Ela tinha uma elegância radiante; usava batom vermelho, pérolas e um pretinho que evocava as mulheres da *belle époque*. Contou-me que era atriz — ela tinha um papel no filme a que havíamos acabado de assistir — e me perguntou o que eu fazia da vida. Disse a ela que era escritora e que estava trabalhando em meu próximo livro. Ela me perguntou qual era o tema do livro. “É um livro sobre a vagina”, disse. Ela sorriu. Suas pupilas se dilataram.

A essa altura, já havia acontecido tantas vezes que eu já sabia que muitas pessoas tinham reações físicas imediatas, provavelmente mensuráveis, quando me faziam essa pergunta e ouviam a palavra *vagina* em minha resposta. Alguns, homens e mulheres, sorriam imediatamente; sorrisos lindos e sinceros. Outros pareciam

aterrorizados ou enojados, como se eu houvesse tirado uma truta da bolsa e a colocado na mesa, ou apresentado o peixe para discussão. Outros, ainda, em geral homens, davam uma gargalhada, quase que raivosa e inesperada, que contribuía para o constrangimento geral.

Vendo o sorriso sonhador da atriz, algo me disse que eu podia ir adiante.

— Na realidade, agora mesmo — confessei —, estou tentando identificar uma possível conexão entre o orgasmo feminino e a criatividade.

A atriz ficou pálida e tímida.

— Não acredito que você disse isso — ela disse. — Quero lhe dizer uma coisa. Algo que nunca disse a ninguém. — Ela respirou profundamente. — Eu trabalho com o Método para Interpretação para Atores.

Eu sabia que os atores que trabalhavam com o Método usavam a visualização para encenar “de dentro para fora” — ou seja, invocavam a consciência da personagem que estavam interpretando para experimentar e então expressá-la vinda de dentro, em vez de simplesmente “agir” como se fosse aquela pessoa.

— Quando começo a ensaiar para um papel e entro profundamente na personagem, meus orgasmos mudam. Eles começam a se tornar mais, mais...

Ela gesticulava com a taça de vinho, como em um cosmo imaginado, em busca das palavras.

— Transcendentais? — perguntei.

— Exatamente. Pergunte ao meu namorado. E então — ela olhou à volta, para se certificar de que ninguém estava ouvindo —, entro em um estado altamente erótico quando estou atuando, interpretando uma personagem. — Olhou à volta de novo, mas prosseguiu como se quisesse deixar aquele entendimento registrado. — Já tive um orgasmo enquanto estava no palco. Simplesmente por estar nessa fase altamente criativa.

Apertei a taça de vinho entre meus dedos. Então, não era apenas o orgasmo que parecia aumentar a criatividade nas mulheres; talvez a criatividade também contribuísse para o orgasmo.

— É mesmo? — disse eu.

— Sim — disse ela.

— Uau. Você acha que isso já aconteceu com alguma outra pessoa?

— Sei que já aconteceu. Aconteceu, tenho certeza, com outras mulheres das artes. Conheço mulheres que gozam enquanto estão pintando. E sei que as duas coisas se alimentam mutuamente: a sexualidade alimenta o trabalho criativo, e o trabalho alimenta o sexo.

Ela me deu seu cartão e prometeu me apresentar a essas artistas que tinham orgasmos com seu trabalho criativo.

Agradei a ela e saí para a noite, abrindo caminho entre as atrizes à volta em direção à chapalaria, como se fossem pequenos campos de Eros quase desnudos que podiam entrar em erupção a qualquer momento. Quando olhei para a noite de inverno estrelada de Nova Iorque, senti minha própria cabeça ficar mais leve.

Naquela noite, comecei a trabalhar em uma pesquisa informal. Criei um conjunto de perguntas para as mulheres que faziam parte de minha comunidade do Facebook, que na época tinha 16.800 pessoas. O questionário perguntava a elas se já haviam experimentado qualquer tipo de conexão aparente entre o sexo e a criatividade; se alguma experiência sexual que tiveram já havia elevado seus níveis de confiança e amor-próprio; se alguma experiência já havia feito que enxergassem melhor a conexão entre as coisas; e se, por outro lado, períodos de solidão sexual, depressão ou frustração já haviam prejudicado sua confiança, criatividade e energia. As respostas confirmaram que as jovens cientistas, a atriz e eu mesma não éramos aberrações em nosso gênero.

## Um *e-mail* típico com perguntas e respostas era assim:

NW: Alguma experiência sexual profunda já afetou seus níveis de confiança?

Respondente: Sim.

NW: Aumentou sua energia?

R: Sim.

NW: Fez que você gostasse mais de si mesma?

R: Sim.

NW: Aumentou sua criatividade? Se sim, especifique como.

R: Sou pintora e fiz uma residência artística em Vermont durante um mês, cerca de um ano atrás. Na época, fiquei distante de meu marido. Por causa do espaço privativo que me foi cedido, acabei mergulhando profundamente em memórias [sexuais] que tinham especificamente a ver com relacionamentos do passado. Ter um bom relacionamento — tanto sexualmente como nos outros aspectos — aumenta minha autoconfiança e minha motivação para desenvolver meu trabalho artístico (...) depois de visitar meu marido no meio da residência, retornei [ao trabalho] me sentindo mais confiante e com mais amor por mim mesma. Alguém na residência comentou “você parece tão bem hoje”, e eu tenho certeza de que foi porque ver meu marido aumentou minha confiança.

Recebi montes de *e-mails* enviados por mulheres das mais diferentes áreas de atuação. Muitas falavam de orgasmos incomumente profundos — não daquele tipo que se tem todos os dias — como experiências que foram seguidas por períodos de poder, energia e confiança raros; de amor-próprio; e de um brilho que envolvia todo o mundo.

“Laura”, uma britânica de trinta e quatro anos, assistente administrativa, escreveu-me:

Conheci uma pessoa no trabalho, e rapidamente nos sentimos atraídos um pelo outro. Para mim, foi tudo muito rápido, mas suspeito que ele já estivesse interessado em mim havia algum tempo. De qualquer forma, fizemos uma tentativa e tivemos uma experiência sexual muito boa, que me mudou profundamente. A mudança em meu nível de confiança foi imediata; eu me sentia mais alta e passei a pisar mais

forte. Mais energia? Todos os dias, por dois meses, eu acordava e me exercitava alegremente. Passei a gostar mais de mim também; comecei a ir à pedicure para expressar isso. Criatividade? Passei a tocar violão todas as noites e aprendi quatro músicas novas. Conexão entre as coisas? Esse relacionamento restaurou uma capacidade psíquica adormecida que desenvolveu toda minha forma de pensar desde então. Por outro lado, esse relacionamento não foi adiante. Recentemente, comecei a me sentir triste e a sentir saudades; principalmente saudades das coisas que mencionei acima.

Ela continuou: “Estou triste e sinto que as antigas histórias de autoimagem negativa e rejeição estão voltando. Acho isso estranho, uma experiência perturbadora”. E concluiu enfaticamente: “Já tentei dormir com outros homens, mas não senti nada nem próximo a esse influxo [de sentimentos]”.

Laura escreveu que tinha orgasmos com outros homens: de fato, até mais do que tinha com o homem cuja intimidade causou esse despertar. Muitas outras mulheres expuseram essa ideia, que o que foi transformador para elas nessas experiências sexuais profundas não foi a simples questão da quantidade de orgasmos “estratosféricos”. O que foi transformador para elas foi algo subjetivo a respeito da qualidade do orgasmo, que fundia o reino físico com o das emoções ou percepção: a intensidade criada e a confiança e criatividade que resultaram.

Fiz essas mesmas perguntas a uma velha amiga, “Patrice”, uma mulher de minha idade que era uma executiva de sucesso. Estávamos sentadas no jardim dos fundos da casa dela, em um bairro residencial muito bonito de, digamos, Ann Arbor, Michigan — para preservar a identidade da amiga. Ela tinha um jardim minúsculo, coberto de plantas; sua roupa estava pendurada no sol em um varal à nossa frente; e o filho de seis anos brincava com um amigo na varanda de vidro que víamos de onde estávamos sentadas, em uma mesa ao ar livre ao lado de um canteiro de ervas. Ela parecia uma mãe e esposa absolutamente comum, na casa dos quarenta. Pode parecer estranho, mas, apesar de termos conversado francamente sobre nossa vida sexual durante os vinte e três anos

que nos conhecemos, jamais havíamos falado sobre a possível conexão que eu havia sugerido a ela, simplesmente porque jamais havia me ocorrido. Ela me olhou, de novo, como outras mulheres já haviam me olhado, com aquela abrupta expressão de surpresa e reconhecimento.

— Ai, meu Deus — ela disse e começou a rir. — Aiii, Naomi. Uau. Sim, definitivamente. Eu posso ter um sexo perfeitamente bom na maior parte das vezes, orgasmos bons, e o que você está descrevendo não acontece. Mas, então, uma vez ou outra, acontecem aqueles momentos maravilhosos após o sexo, quando você sente — ah, as coisas ficam cheias de eletricidade! E você tem *insights* sobre seu trabalho. É como se adquirisse algum tipo de superpoder. E você quer sair correndo uma maratona, escrever uma canção ou escalar os Alpes!

Ela estava rindo muito.

— Mas — advertiu-me — não são todas as vezes, de jeito nenhum. Quer dizer, você nem ia querer que fossem todas as vezes, certo? Porque, se fosse, você não ia querer fazer mais nada da vida, ou ficaria andando por aí em uma mania criativa. Se acontecesse todas as vezes, você nunca ia querer sair da cama.

Será que o sexo muito especial, aquele sexo que envolve a vagina, as emoções e o corpo de uma forma muito específica — formas que incluem tipos muito concretos de ativação do sistema nervoso parassimpático —, de fato leva à euforia e criatividade femininas e a um maior amor por si mesma?

Laura, que já conhecemos anteriormente, descreveu eloquentemente essa transformação de todo seu ser por meio da experiência sexual como algo estranho e perturbador. Esse sentimento de confusão ou surpresa diante de nossas próprias reações como mulheres apareceu muitas vezes nos *e-mails* que recebi. Se nós não entendermos nossa própria neurologia e bioquímica no sexo e no amor, nosso próprio ser feminino pode ser muito “perturbador” para nós mesmas.



O que havia acontecido conosco? O que havia acontecido com a atriz que se transfigurou em um êxtase erótico no palco? O que havia acontecido com a cientista que agora via novas conexões em seu laboratório e com a executiva que queria escrever uma ópera?

---

1. George Eliot, *The Mill on the Floss* (Londres: Penguin Classics, 2003), 338. [↵](#)
2. *Ib.*, 573. [↵](#)
3. Christina Rossetti, "Goblin Market", *Poems and Prose* (Oxford: Oxford World's Classics), 105-19. [↵](#)
4. Hunter Drohojowska-Philp, *Full Bloom: The Art and Life of Georgia O'Keeffe* (Nova Iorque: W. W. Norton, 2004), 115, 135; Sarah Greenough, ed., *My Faraway One: Selected Letters of Georgia O'Keeffe to Alfred Stieglitz*, vol. 1. 1915-1933 (New Haven, CT: Yale University Press, 2012), 127, 217. [↵](#)
5. David Laskin, *Partisans: Marriage, Politics and Betrayal among the New Iorque Intellectuals* (Nova Iorque: Simon and Schuster, 2000), 151. [↵](#)
6. Kate Chopin, *The Awakening and Other Stories* (Oxford: Oxford University Press, 2000), 219. [Edição brasileira: *O despertar*; São Paulo, Estação Liberdade, 1994.] [↵](#)
7. Hermione Lee, *Edith Wharton* (Nova Iorque: Alfred A. Knopf, 2007), 327. [↵](#)
8. Chopin, *The Awakening*, 82. [↵](#)
9. Edith Wharton, *The House of Mirth* (Nova Iorque: Barnes and Noble Classics), 177. [↵](#)
10. Gordon Haight, *George Eliot: A Biography* (Oxford: Oxford University Press, 1978), 226-280; Greenough, *My Faraway One*, 216; Candace Falk, *Love, Anarchy and Emma Goldman: A Biography* (New Brunswick, NJ: Rutgers University Press, 1990), 66. [↵](#)
11. Greenough, *My Faraway One*, 56-57, 217. [↵](#)
12. Isabel Allende, *Inés of My Soul* (Nova Iorque: Harper Perennial, 2006), 8. [Edição brasileira: *Inés da minha alma*; São Paulo, Bertrand Brasil, 2007.] [↵](#)



## *Dopamina, opiáceos e oxitocina*

*Escrevo como amo... os beijos que trocamos às 10 horas da noite daquele sábado, 12 de outubro... quantos campos de trigo, quantos vinhedos existem entre mim e você! Odeio essa lei... quero sentir — fazer os outros sentirem...*

Exploradora Isabelle Eberhardt, 1902

**O** que aconteceu conosco foi que a dopamina — entre outras substâncias, incluindo a oxitocina e os opiáceos — atingiu nosso sistema, antes, durante e depois de fazermos amor. A dopamina é a substância química mais importante no cérebro feminino.

Quando o sistema dopaminérgico da mulher é ativado — como acontece quando há a expectativa de ótimo sexo, um efeito que é aguçado quando a mulher sabe o que a excita e pensa sobre o assunto, fazendo-a ir atrás disso —, ele fortalece seu senso de foco e nível de motivação, e isso a incentiva a estabelecer metas. Todos esses efeitos são causados pela ativação da dopamina. É correto dizer que, se você, como mulher, ativar seu sistema dopaminérgico por meio de um ótimo sexo, seu cérebro aplicará essas habilidades aguçadas de energia e foco em outras áreas de sua vida e em outros esforços.

Mas esse superpoder, esse potencial elevado depende da recompensa: conseguir o que se quer. Se, como mulher, você estiver sexualmente frustrada, ou ainda pior, excitada, porém sem poder se

aliviar, seu sistema dopaminérgico poderá diminuir na expectativa do sexo; você acaba perdendo o acesso à energia positiva que poderia ter, tanto no sexo como, subsequentemente, em outras áreas de sua vida.

Você provavelmente não conseguirá o que os cientistas chamam de "ativação" — pobremente traduzido como "excitação" — com nada; poderá ficar deprimida e talvez sofra de anedonia — literalmente, falta de prazer —, um estado no qual o "mundo fica em preto e branco". Com baixa ativação de dopamina, você sentirá falta de ambição ou motivação, e seus níveis de libido cairão.<sup>[1]</sup> Porém, se seus níveis de dopamina estiverem corretos, você se sentirá confiante, criativa e comunicativa e confiará em sua percepção.

Um gráfico ilustrado (ver encarte) feito pela pesquisadora de dopamina Marnia Robinson mostra como essa substância afeta o comportamento humano nos relacionamentos e na vida social.<sup>[2]</sup> Vem sendo comprovado que a energia focada está relacionada à atividade da dopamina.

A liberação de opiáceos, que pode ser medida em exames cerebrais e que os meditadores descrevem como estados de "encantamento", "êxtase" e "união", é estimulada pelo orgasmo. Diz-se que as experiências de "sair do corpo", que algumas pessoas passam durante uma cirurgia, e as de "quase morte", que levaram as pessoas a sentir euforia e felicidade, provavelmente também estão relacionadas à dopamina e aos opiáceos.

Dentro desse mesmo conceito, uma sensação de liberdade pessoal e um impulso de buscar mais liberdade e de fazer isso com base no amor-próprio — a missão feminina e a sensibilidade feminista — são fortalecidos na mulher pela dopamina pré-orgástica e pelo efeito do orgasmo no cérebro. O sistema límbico, como já vimos, é o mediador dos hormônios que o cérebro feminino recebe durante a excitação e produz após o orgasmo (ou na falta dele). Dessa forma, a vagina é o sistema de liberação para os estados mentais que

chamamos de confiança, liberação, realização e até mesmo de misticismo nas mulheres.

Só porque esses estados são quimicamente mediados, isso não significa que não seja um amor-próprio "real", uma ligação "real" à liberdade ou uma felicidade "real". Nós, que não somos cientistas, muitas vezes nos esquecemos de que as substâncias químicas do cérebro são veículos para todas as verdades humanas mais profundas. Lembra-se de como, depois de minha lesão na coluna, mas antes de ser diagnosticada e tratada, eu via o mundo como chato, sem cor e menos interessante do que antes de me machucar? Essa mudança na forma de ver o mundo foi provavelmente devido à desativação da dopamina e dos opiáceos em meu sistema, já que uma das ramificações do nervo pélvico que teria causado a ativação da substância estava paralisada. Por causa do dano aos nervos em uma dessas seções, havia menos ativação de dopamina, oxitocina e opiáceos que o normal em meu cérebro. Eu conseguia algum nível de hormônios com orgasmos clitoridianos, mas sentia falta da ativação total dessas mesmas substâncias no cérebro que eu teria experimentado com uma rede neural pélvica funcionando por completo. Como uma das poucas mulheres do mundo — até onde eu sei — a ter, neurobiologicamente falando, passado pela interrupção desses circuitos e por sua recuperação, considero minha experiência um controle com uma informação importante: o mundo parecia diferente, e eu estava diferente.

Conforme notamos, uma mulher com baixa dopamina terá baixa libido e depressão. Por outro lado, se você for uma mulher e seus níveis de dopamina estiverem bem ativos, será confiante, criativa e sociável. Você terá opiniões fortes, limites claros e sentirá orgulho de seu próprio trabalho. Você sentirá bem-estar e satisfação; terá um senso de direção e persistência para realizar tarefas; terá fortes sentimentos em relação aos outros. Como disse o dr. Jim Pfaus da Universidade de Concórdia, em Montreal, Quebec: "Pode-se chamar a dopamina de a substância da 'causa e efeito'".<sup>[3]</sup> É possível ativar a liberação de dopamina de várias formas: praticando exercícios

aeróbicos, usando drogas como a cocaína, socializando, fazendo compras, apostando — e fazendo um bom sexo que leve ao orgasmo.

A consequência de uma mulher que fortalece regularmente sua percepção cerebral da conexão direta entre causa e efeito — entre a ação e o resultado desejado — é óbvia. “O ótimo funcionamento da dopamina em seu cérebro tem a ver com a flexibilidade ao tomar decisões: ela ajuda a tomar a decisão certa, no momento certo para *você* em um mundo em constante mudança”, diz o dr. Pfaus. É a substância química “decisiva”, a substância envolvida no desenvolvimento da liderança e da confiança. <sup>[4]</sup>

Especialistas como David J. Linden, cujo livro *The Compass of Pleasure: How Our Brains Make Fatty Foods, Orgasm, Exercise, Marijuana, Generosity, Vodka, Learning and Gambling Feel So Good* explora os efeitos da dopamina, destacam que essa substância faz você se sentir bem consigo mesma, como se tivesse um forte ego, e a abre para novos desafios. <sup>[5]</sup>

A dra. Helen Fisher, antropóloga e autora de *Anatomia do amor*, descobriu que o amor romântico não é uma emoção — é uma parte incrivelmente poderosa do “sistema motivacional” do cérebro, um impulso, parte do sistema de recompensa do cérebro. <sup>[6]</sup> A dra. Fisher descobriu que o amor romântico possui três componentes químicos diferentes: luxúria, composta por andrógenos e estrogênio; atração, causada por altos níveis de dopamina e noradrenalina e baixa serotonina (isso explica as alterações de humor no início de um relacionamento); e, finalmente, o apego, derivado da oxitocina e vasopressina. Todas essas substâncias alteradoras de humor podem ser elevadas devido ao potencial multiorgástico em algumas mulheres, mais que nos homens. <sup>[7]</sup> As pesquisadoras Cindy M. Meston e K. M. McCall, em seu artigo de 2005 “A resposta da dopamina e da noradrenalina para a excitação sexual induzida por filmes em mulheres sexualmente funcionais e disfuncionais”, também relataram ter descoberto uma ligação entre o bom

funcionamento do sistema dopaminérgico (e da noradrenalina) e a forte resposta sexual feminina. Quanto à dopamina e à noradrenalina, as autoras escreveram, “esses transmissores desempenham um papel pró-sexual na sexualidade da mulher”. [8]

O neurocientista francês Claude de Contrecoeur, que analisou (por meio do uso de diferentes drogas) o efeito da serotonina e da dopamina no comportamento e nos sentimentos, descobriu que a dopamina tem o efeito oposto da serotonina. Se você estimular a neurotransmissão da dopamina no cérebro, o que acontece? Sua mente se torna mais ativa, e você tem vontade de se movimentar. “A dopamina estimula as motivações e remove a indecisão”, descobriu. Ela aumenta a autoconfiança, alega ele. “A dopamina alivia a depressão estimulando a ação e removendo a indecisão”, escreve. “A dopamina ativa o fluxo sanguíneo, que pode ser um importante fator em sua ação antidepressiva.” Se a dopamina for ativada em excesso, alerta ele, a autoconfiança poderá atingir níveis de autoilusão. [9]

Mas também é importante entender a serotonina.

Prescrevem-se a milhões de mulheres e homens inibidores seletivos de recaptação de serotonina (ISRS), que são a versão moderna dos antidepressivos. Os ISRS são muito mais prescritos às mulheres que aos homens. Será que esses mesmos milhões de homens e mulheres são avisados de que os ISRS podem fazer que sua libido e capacidade de atingir o orgasmo diminuam drasticamente? Os ISRS produzem um estado de saciedade devido ao aumento do nível de serotonina; aumentando os níveis de serotonina, você se sente saciado — o que é agradável —, mas a mesma situação reduz sua motivação. Os ISRS inibem a captação de serotonina: Contrecoeur descobriu que o aumento de serotonina anestesia as emoções, suprime ou bloqueia o desejo sexual e deixa as pessoas sonolentas e menos agressivas — elas até se movimentam menos.

Por outro lado, baixos níveis de serotonina aumentam a atividade da dopamina; acredita Contrecoeur que, em contraste, leve as

peessoas a sentir “estímulo à sociabilidade e humor, agressividade e sexualidade”.<sup>[10]</sup>

---

As implicações políticas desses dois estados de humor, ou mentais, são óbvias.

As sociedades patriarcais, mesmo sem o benefício do que a ciência atual está documentando, a meu ver, perceberam a ligação entre a mulher sexualmente assertiva e consciente e a mulher focada, motivada, energizada e biologicamente competente.

É por isso que eu digo que a dopamina é a principal substância química feminina. Se uma mulher está com ótimos níveis de dopamina, é difícil jogá-la contra si mesma. É difícil conduzi-la à autodestruição, manipulá-la e controlá-la.

Outros neurocientistas e biólogos evolucionistas também estão confirmando que algo significativo em relação ao humor ocorre no cérebro quando o fluxo de dopamina prepara o caminho para o orgasmo. Após o clímax, surgem as diferenças dos sexos. Nos homens, a dopamina baixa drasticamente após o orgasmo, e eles perdem o interesse no sexo por um período de tempo. Eles passam por um período refratário durante o qual não conseguem ficar excitados. Mas será que a dopamina também baixa dessa forma no cérebro feminino — e a prolactina surge para dizer que “já chega” para uma mulher, especialmente se ela tiver orgasmos múltiplos? Não necessariamente. Se uma mulher continuar e tiver outro orgasmo e depois outro, continuará a estimular a dopamina. E novas pesquisas mostram que praticamente todas as mulheres são capazes de chegar ao orgasmo facilmente nas circunstâncias certas.

Por que isso é importante? Porque sugere que todas as mulheres que têm orgasmos (e especialmente aquelas que têm muitos orgasmos) têm a capacidade de receber mais dopamina e mais descargas de opiáceos no decorrer de um dia muito bom do que os

homens com quem elas acabaram de dormir e mais do que as mulheres que não conhecem seu próprio prazer sexual.

---

Perguntei ao dr. Pfaus: "O orgasmo feminino não causa maior liberação de opiáceo?".

"Isso pode acontecer", disse ele. "Para mulheres que têm orgasmos múltiplos, é de se esperar que produzam mais opiáceos."<sup>[11]</sup>

O orgasmo feminino surpreendentemente também aumenta os níveis de testosterona na mulher. Esse é mais um motivo pelo qual um ótimo sexo torna as mulheres ainda mais difíceis de manipular. A escritora e cientista Mary Roach destaca que a testosterona "mais que qualquer outro hormônio (...) influencia a libido da mulher" e também faz que elas queiram transar mais.<sup>[12]</sup> Então, o sexo aumenta o nível de testosterona feminino, o que, por sua vez, aumenta sua libido, o que, por sua vez, a torna mais assertiva e mais interessada em fazer mais sexo. (Essa ligação é bem documentada; a terapia da testosterona, por exemplo, um tratamento controverso para menopausa em mulheres, aumenta seus níveis de determinação e sua libido.)<sup>[13]</sup> Portanto, o medo que os patriarcas sempre tiveram — de que, se você deixar as mulheres fazerem sexo e elas aprenderem a gostar, isso as tornará altamente libidinosas e ingovernáveis — é uma verdade biológica!

Não gosto de nenhum tipo de feminismo que coloca um gênero acima do outro, então, não estou dizendo isso com a intenção de julgar valores. Nenhum gênero é "melhor", mas um gênero é teoricamente mais capaz de obter certo nível de ativação de dopamina e opiáceos durante o sexo, o que causa um efeito muito específico no cérebro e até mesmo na personalidade. Não podemos fugir do que essa matemática significa para a sexualidade feminina em seu estado não mediado e na ausência de interferências: a natureza criou uma enorme diferença entre os sexos, o que coloca a



mulher em uma posição potencialmente de maior autoridade bioquímica que os homens por meio da satisfação da atividade sexual. (É claro que não é um jogo que já começa perdido: os homens têm outras formas de conseguir mais dopamina.)

A boa notícia é que toda essa dopamina tornará a mulher — isso se a mulher e sua vagina não estiverem machucadas, reprimidas, feridas ou diminuídas — mais confiante, mais eufórica, mais criativa e mais determinada — possivelmente mais do que uma sociedade dominada pela vontade dos homens deixaria. As feministas estão sempre tentando amplificar a “voz” feminina reprimida. A serotonina literalmente subjuga a voz feminina, e a dopamina literalmente a eleva.

De acordo com os últimos estudos da ciência, a dopamina motiva o foco e a iniciativa. Os opiáceos provocam a felicidade, a “sensação oceânica”, o senso do sublime. Você já observou um grupo de pessoas que acabaram de usar cocaína *conversando*? É impossível fazê-las calar a boca. A cocaína provoca esses efeitos estimulando a liberação de dopamina no cérebro; na verdade, o primeiro caso de abuso de cocaína foi do dr. William Halsted no Johns Hopkins Hospital, pois ela o fazia se sentir invencível, enchia-o de energia e diminuía sua fadiga.

Quantas mulheres heterossexuais, lendo isso, podem se recordar da época em que faziam amor e depois se sentiam misteriosamente falantes, no mesmo momento em que seus parceiros do sexo masculino estavam caindo no sono? *Você só queria conversar*. Você tinha tanto a dizer! Estudos mostram que um número embaraçoso de mulheres confessa ter acordado o parceiro para conversar com ele. Se você já fez isso, sabe do que estou falando — apesar de, na hora, não entender por que estava fazendo aquilo. Essa é a sociabilidade incontrolável da dopamina, na expectativa de mais um orgasmo.

Para reforçar o que a essa altura já deve ser óbvio: uma vagina saudável e sexualmente bem cuidada *regularmente* provoca uma forte ativação de dopamina no sistema de recompensa feminino,

assim como ondas de oxitocina que motivam a conexão e os opiáceos que causam a sensação de alegria. Portanto, a vagina proporciona às mulheres as sensações que as levam a criar, explorar, se comunicar, conquistar e transcender. E já que as mulheres, potencial e teoricamente, podem ter mais orgasmos que os homens e podem, teoricamente, liberar mais oxitocina quando fazem amor, elas também acabam sentindo mais coisas depois: mais amor, mais apego e mais afeto.

Analisemos apenas a oxitocina — “o hormônio do carinho”. A função da oxitocina nos humanos é criar laços entre as pessoas para que elas possam conviver melhor. A oxitocina também permite que as pessoas vejam as relações entre as coisas e entre as pessoas mais claramente. David J. Linden relata que os *sprays* nasais de oxitocina que foram criados para ajudar as mães a produzir leite na lactação — da marca Liquid Trust — têm sido usados para outros fins. Aqueles que inalam o *spray* passam a confiar mais em estranhos, mesmo depois de terem sido trapaceados em um jogo. Ficam mais dispostos a assumir maiores riscos sociais. Também conseguem perceber melhor “a ligação entre as coisas”, ou seja, nesse caso, conseguem perceber melhor o estado emocional dos outros. Em um famoso experimento, a oxitocina ajudou indivíduos a deduzir corretamente o estado emocional de outra pessoa — quando se mostravam ao indivíduo fotografias de rostos humanos nas quais não se podiam ver os olhos. <sup>[14]</sup>

A oxitocina é o superpoder emocional das mulheres. Ela induz as contrações do parto e ajuda a liberar o leite materno, como já vimos; seu papel evolucionário é nos conectar aos nossos filhos e ao nosso parceiro tempo suficiente para aumentar as chances de a criança ter os dois pais durante seu longo período de dependência. <sup>[15]</sup>

Em experimentos, quando cientistas bloqueiam a oxitocina ou a dopamina, as mães mamíferas ignoram suas crias. Isso reduz os desejos. <sup>[16]</sup> Quando cientistas administraram essa substância em roedores que eram viciados em cocaína, morfina ou heroína, os ratos passaram a consumir um nível menor de drogas e

apresentaram menos sintomas de abstinência. <sup>[17]</sup> “A oxitocina e seus receptores parecem manter a posição de liderança entre os candidatos a substâncias da ‘felicidade’”, alegaram Navneet Magon e Sanjay Kalra em “The Orgasmic History of Oxytocin: Love, Lust and Labor”. <sup>[18]</sup> A oxitocina também acalma — um rato que receber uma dose de oxitocina acalmará uma jaula cheia de ratos ansiosos. <sup>[19]</sup> Ela aumenta a receptividade sexual. <sup>[20]</sup> Não é de se admirar que, quando os caminhos neurais do cérebro até a vagina estão danificados, a pessoa acha que a vida não tem sentido; a verdade é que uma vagina bem tratada é um meio que libera, no cérebro feminino, o que podemos chamar, sem exagero, de componentes químicos do significado da vida.

#### SERÁ QUE A VAGINA É UMA VICIADA?

*Durante aquele mês, eu fui totalmente feliz... Que alegria, meu querido, ao encontrar sua carta... Não direi que não precisava dela desesperadamente, pois este é meu estado crônico... Antes disso [momentos felizes com você], eu não tinha uma vida pessoal: desde então você me deu toda a alegria imaginável. Agora, nada pode diminuir ou tirar isso de mim... [isso] libertou todo meu ser... Não posso lhe dizer isso, pois quando eu disser você me tomará em seus braços et alors je n'ais plus de volonte...*

Edith Wharton para Morton Fullerton <sup>[21]</sup>

Então, a dopamina a torna confiante e faz você acreditar nas recompensas; os opiáceos proporcionam descargas viciantes de felicidade e bem-estar; a oxitocina — que, segundo estudos, aumenta durante o orgasmo, e assim mulheres que têm orgasmos múltiplos podem, teoricamente, produzi-la mais que os homens — faz você se apegar, sentir atração e confiança e a leva a querer fazer mais sexo.

Isso poderia explicar por que, apesar de a maioria dos viciados em sexo ser homens, muitas mulheres acham algumas vezes que estão

“viciadas em amor”? Nossa euforia é potencialmente mais eufórica; mas o lado ruim é que, quando aquela dopamina e os opiáceos deixam nosso sistema, ficamos potencialmente piores que muitos homens — um estado de abstinência que é exatamente como a abstinência do ópio. A bioquímica do vício significa que, se tivermos mais dopamina desde o início, nossa queda será maior. Então, as mulheres têm uma tendência maior a ser místicas que os homens — devido a todo esse potencial de produção de dopamina — e correm um risco maior de se tornar viciadas em amor (diferente do vício do sexo, do qual os homens são mais vítimas). Os níveis potencialmente maiores de oxitocina e dopamina que podemos produzir — e potencialmente perder, infelizmente — nos tornam potencialmente dependentes de nosso objeto amoroso/sexual de maneiras que nem sempre são mútuas.

---

Procurei mais uma vez os cientistas.

Entrevistei o dr. Jim Pfaus em seu laboratório da Universidade Concórdia no Canadá. O dr. Pfaus é pioneiro no estudo de novas fronteiras da sexualidade feminina. Ele notou que era possível ver a ligação entre o orgasmo feminino, a ativação da dopamina e o aumento do foco e da confiança.

Tive a sorte de testemunhar um experimento fantástico em seu laboratório quando o dr. Pfaus e sua equipe de graduandos mostraram o papel do prazer sexual na escolha do parceiro. Esse experimento chocante foi publicado em março de 2012 no *Archives of Sexual Behavior* como “Quem, o quê, onde, quando (e talvez até por quê)? Como a experiência da recompensa sexual liga o desejo, a preferência e o desempenho sexual”<sup>[22]</sup>.

O próprio dr. Pfaus é um cientista jovem com uma atitude enérgica que usa em suas horas livres uma camiseta, botas e uma jaqueta de couro preta. Seu laboratório fica em um quarto moderno e agradável do *campus* em Concórdia, que fica em um lindo bairro de tijolos vermelhos nos arredores da tranquila e

intelectual cidade de Montreal. Em um laboratório iluminado e alegre, com inúmeros ratos machos e fêmeas bem cuidados em jaulas de plástico limpas e alinhadas na parede, o dr. Pfaus me apresentou sua ainda mais jovem e altamente focada equipe de pesquisadores, da qual pelo menos metade era mulheres.

E então, diante dos meus olhos, o dr. Pfaus e sua equipe provaram o papel do prazer sexual nas preferências de acasalamento entre mamíferos inferiores — o papel da vagina, do clitóris e do colo do útero na dança evolucionária da busca pelo prazer.

Uma cientista gentilmente pegou uma “inocente” (ou seja, virgem) rata fêmea preta e branca e me mostrou, enquanto a acariciava, como ela injetaria no animal naloxona para prepará-la para não se divertir em sua primeira experiência sexual. Era de se imaginar, mas, enquanto nós duas observávamos a virgem adolescente andando para lá e para cá curiosamente após a injeção, uma pitada de melancolia, de minha parte e da parte da jovem cientista assistindo a sua cobaia, pairava no ar.

Enquanto um grupo de ratas fêmeas sexualmente inocentes recebia naloxona, que bloqueia a sensação de prazer, um grupo de controle de ratas fêmeas virgens recebeu uma solução salina, que não faz nada. Também foram injetados em todas as ratas hormônios que as fazem ovular, garantindo que, em circunstâncias normais, elas iriam querer acasalar mais ainda.

As ratas foram, então, colocadas em jaulas criadas por uma cientista: as gaiolas possuíam quatro pequenas aberturas em uma divisória de acrílico. Isso permitia que elas corressem para dentro e para fora da área onde os machos as esperavam (já que os machos são maiores, eles não podiam seguir as fêmeas pelas portinhas). As portas davam às fêmeas controle sobre o contato.

As fêmeas que receberam a solução salina — ou seja, aquelas que podiam sentir prazer — foram — e não existe outra forma de dizer isso — extremamente assanhadas; elas corriam para dentro e para fora do espaço dos machos; “provocavam” os machos várias vezes

(aprendi que ratas fêmeas provocam os machos fazendo um movimento em direção à cabeça — olhando diretamente nos olhos dos machos — e depois fugindo); pulavam em volta dos machos, outro sinal do desejo sexual das fêmeas; apresentavam suas genitais para que os machos lambessem e cheirassem. Uma fêmea mais atirada ficava tentando montar em cima do macho em sua gaiola — finalmente, chegando ao ponto em que ela simplesmente pulou nos ombros dele e montou em sua *cabeça*. O que era claro em relação à atividade é o que estava sendo reforçado — as fêmeas “salinas” estavam obtendo o que queriam dos machos, o que as fez interagir cada vez mais com eles e ficar ainda mais excitadas. Para o grupo salino, era noite de formatura. Excitação, atividade, interação!

As fêmeas da naloxona, por outro lado, estavam parecendo personagens de uma peça de Ibsen. No início, os machos as cheiravam e apalpavam, mas logo as fêmeas simplesmente desistiam de responder a isso ou iniciar um contato. Dava para notar o momento no qual faziam isso quase claramente. Depois de algumas incursões, elas pararam de interagir com seus parceiros; pararam de ir até o lado dos machos; pararam de fazer o movimento da cabeça; pararam de tentar subir nos machos. Logo cada fêmea estava olhando desoladamente, a meia distância, de sua própria área da gaiola à qual os machos não podiam chegar — apesar de um macho, nunca vou esquecer isso, ter tentado desesperadamente passar pela portinha minúscula, e praticamente implorando, tentou arrastar sua parceira segurando o rabo dela com os dentes. Finalmente as fêmeas ficaram definitivamente “no lado delas da cama”. Elas pararam de se movimentar — nem olhavam para os machos — e pareciam indiferentes. Não estavam sendo reforçadas pelo prazer sexual. O que me chocou nessa cena é que não era apenas o *sexo* que não estava sendo reforçado para essas fêmeas — *nada* estava sendo reforçado; elas não estavam interagindo nem mesmo com seu próprio ambiente.

O experimento mostrou, posteriormente, resultados ainda mais dramáticos: a essa altura, os cientistas administravam o experimento com a naloxona com um aroma — como limão ou amêndoas —

associado ao rato macho: o aroma era colocado no pelo do rato macho. Mais tarde, quando as fêmeas jovens e inocentes que receberam naloxona foram colocadas em uma situação de *ménage à trois* com dois machos como possíveis parceiros sexuais — ou seja, em uma situação na qual as fêmeas podiam escolher —, elas evitavam o macho que tinha o aroma, mesmo que fosse um novo macho — e mesmo elas já sendo capazes de sentir prazer. Em outras palavras, as fêmeas tiveram a *lembrança* de uma experiência sexual ruim e tomaram sua decisão de acordo com ela. O dr. Pfaus notou que elas apresentaram muita atividade no córtex pré-frontal durante o experimento: isso prova que até mesmo mamíferas fêmeas inferiores possuem memória sexual e querem evitar experiências sexuais ruins ou não prazerosas. Em uma linguagem surpreendentemente poética para uma publicação científica, ele escreveu que seu experimento provou “que existe um período crítico, durante as primeiras experiências sexuais do indivíduo, que cria um ‘mapa do amor’ ou uma *gestalt* de características, movimentos, sentimentos e interações interpessoais associados à compensação sexual”.<sup>[23]</sup>

Saí do laboratório naquele dia me sentindo estranhamente validada e exaltada pelo que vi (apesar de feliz por as ratinhas da naloxona terem uma chance de receber a solução salina no futuro). A natureza se pronunciou. Aquelas fêmeas do primeiro experimento — o grupo salino, tão ansiosas por prazer sexual que montavam na *cabeça* dos machos sortudos — estavam, conforme destacou o dr. Pfaus, apenas parcialmente brincando, tomando decisões em um ambiente no qual ninguém nunca as chamou de vadia, ou abusadas, e me senti estranhamente livre por ver como a natureza ou a evolução colocou aquele intenso desejo sexual feminino firmemente estabelecido dentro de toda pequena fêmea mamífera da Terra.

UM TERCEIRO CENTRO SEXUAL PARA MULHERES?

A sexualidade anda sendo observada em muitos laboratórios, e experimentos estão proporcionando novas informações sobre a excitação, o desejo e as emoções femininas.

Achei interessante notar que outros experimentos recentes do dr. Pfaus mostram que as ratas fêmeas, se puderem escolher, preferem a penetração (ou seja, penetração que elas podem controlar) — com estimulação clitoridiana, vaginal e do colo do útero — à “esfregação”, que estimula somente o clitóris.

Os mais recentes experimentos de ressonância magnética no laboratório do dr. Barry Komisaruk na Universidade Rutgers em 2012 confirmam uma descoberta possivelmente relacionada a isso em mulheres. A vagina e a entrada do colo do útero parecem ser moldadas evolutivamente para precisar de “alguma outra coisa”.

O estudo de ressonância magnética do dr. Komisaruk mostrou que a estimulação genital (clitoridiana, vaginal e cervical) em mulheres acionava partes diferentes, porém adjacentes, do córtex e que essas áreas também estavam relacionadas a diferentes centros funcionais e emocionais. Esse experimento confirmou, de uma maneira bem vívida — entre outras hipóteses incríveis —, a existência de um terceiro centro sexual para as mulheres, localizado na entrada do colo do útero.<sup>[24]</sup> (Os experimentos de Beverly Whipple o localizaram provisoriamente nos anos 1980.)

A ideia de outro centro sexual nas mulheres fez todo o sentido para mim. Eu mesma pude experimentá-lo, apesar de que, de acordo com nosso conhecimento da anatomia do orgasmo feminino até então, ele não deveria existir. Faz sentido do ponto de vista evolutivo, é claro; se, por um lado, é útil para as mulheres evolutivamente ter o prazer clitoridiano, é supereficiente por razões reprodutivas que as mulheres obtenham um extremo prazer adicional com a pressão na entrada do colo do útero, já que esse tipo de prazer incentiva a penetração e a gravidez. Eu também já sabia que para muitas mulheres, quando ocorre a pressão sexual contra o colo do útero, os orgasmos podem ser muito mais emotivos — as mulheres podem chorar depois de orgasmos que atingem a



entrada do colo do útero. Muitas mulheres me disseram ter se tornado emocionalmente “viciadas” nessa sensação causada por um parceiro.

Um experimento da equipe de Komisaruk que pediu às mulheres que classificassem os orgasmos confirmou subjetivamente um aumento na intensidade emocional em relação a algumas áreas sexuais mais do que outras.

Esses experimentos, acredito eu, devem ajudar a mudar radicalmente nossa noção do que é o “ser”. Desde o século XVIII, o “ser” tem sido descrito no Ocidente como autônomo, porém, a vagina e o colo do útero até das mulheres mais independentes não podem optar pela autonomia tão simplesmente assim. A vagina e a entrada do colo do útero parecem ser evolutivamente manipuladas para precisar de “outra coisa” e para colocar o cérebro feminino em conexão forçada, porém necessária, um com o outro.

A vagina e o colo do útero, em sua necessidade implícita “um do outro”, parecem ser a garantia da evolução para que as mulheres heterossexuais sejam sempre interdependentes dos homens e estejam dispostas a ter relações sexuais com eles, apesar de todos os perigos emocionais e físicos. Essa característica parece garantir que as mulheres sejam motivadas por fortes desejos interiores, que precisam ser atendidos, a criar laços complexos com outras pessoas, mesmo colocando sua autonomia pessoal em risco. Portanto, não é nenhuma surpresa descobrir que muitas mulheres acham que os vibradores ou a masturbação não são exatamente a mesma coisa que fazer amor com outra pessoa, no sentido emocional. O dr. Pfaus acredita que talvez nós sejamos “criadas para associar esse tipo de estímulo a outro indivíduo com o qual tenhamos que trabalhar em uma relação; e vivenciar esse estímulo sem o outro corpo — apesar de prazeroso — não proporciona o mesmo grau de prazer que poderíamos obter com outro indivíduo vivo”.<sup>[25]</sup>

E se não houver nada de errado com isso? A dra. Helen Fisher alega que a biologia e a motivação masculina e feminina surgiram, por razões evolutivas, para ser interdependentes: para maximizar o

sucesso de cada um se os dois gêneros trabalharem em equipe. E se a sexualidade e a satisfação realmente exigirem ambas as perspectivas — a autonomia masculina e a interdependência feminina? E se o desejo da vagina for a maneira de a natureza corrigir o possível desequilíbrio de uma visão global baseada apenas na biologia masculina?

“Uma mulher sem um homem é como um peixe sem uma bicicleta”, assegura o *slogan* feminista da Segunda Onda, mas talvez não seja bem assim. Hoje em dia, acho que a negação dessa necessidade de um homem para obter prazer sexual na vida das mulheres heterossexuais não é exatamente feminista e não as ajuda. Obviamente, mulheres heterossexuais não precisam apenas de um homem. É um insulto para essas mulheres ignorar seu desejo por aquele que elas sentem ser o homem, ou desmerecer seu luto quando eles vão embora. Essa negação do paradoxo de nossa autonomia feminina, coexistindo inquietantemente com nossa necessidade feminina por interdependência, também não ajuda as lésbicas e bissexuais a entender por que a necessidade delas por sua parceira é muitas vezes tão intensa. Essa ideologia não ajuda em nada as mulheres de qualquer sexualidade a entender por que, geralmente, o vibrador e um pote de sorvete podem proporcionar prazer, mas, mesmo assim, outros desejos por conexões permanecem fortes.

Respeitar o paradoxo central da condição feminina — a necessidade sexual/emocional da vagina e do colo do útero — pode significar que precisamos encarar o fato de que as mulheres ficam, de certa forma, mais facilmente viciadas em amor e em um bom sexo com a pessoa que desencadeia esse banho químico cerebral, do que os homens. O trabalho do dr. Daniel G. Amen em *The Brain in Love*, somado aos de muitos outros neurobiólogos que ainda não tiveram seus trabalhos “traduzidos” para a cultura tradicional, sugere que os comportamentos femininos atualmente vistos como carência ou masoquismo são, na verdade, mais bem entendidos como respostas naturais e provavelmente evolutivas às alterações cerebrais causadas pelo orgasmo feminino. Em outras palavras, um

bom sexo é *realmente* viciante, do ponto de vista bioquímico, para as mulheres de uma forma diferente à experiência vivida pelos homens — ou seja, nós sentimos desconforto quando o estímulo é removido e um desejo ardente de obtê-lo novamente. Um sexo ruim — desatencioso, com um parceiro egoísta ou distraído — é *realmente* desencorajador e psicologicamente prejudicial, do ponto de vista químico, para as mulheres de uma forma diferente se comparado à experiência vivida pelos homens. E veremos por quê.

O neurocientista Simon LeVay, em *The Sexual Brain*, mostra que o orgasmo desencadeia, para ambos os sexos, o mesmo mecanismo que o vício e ele observa que todos os mecanismos que causam dependência são baseados na dopamina. “Pornografia, acúmulo de dinheiro, ter poder sobre o outro, jogos de azar, consumo compulsivo, *videogames*... se algo realmente estimula sua dopamina, então é potencialmente viciante para você.” Os picos da dependência podem “sequestrar” nossas conexões cerebrais, deixando-nos com poucas escolhas em relação a buscar essa sensação repetidas vezes, mesmo que soframos pela necessidade em outras formas. Entre milhares de substâncias químicas diferentes, apenas algumas — álcool, cocaína e outros opiáceos e narcóticos — estimulam a dopamina. Versões altamente estimulantes de comportamentos comuns também elevam o nível de dopamina, e por isso a prática de exercícios e a pornografia podem ser viciantes. <sup>[26]</sup>

No entanto, estamos vivendo em um mundo pós-feminista que aconselha as mulheres a “foder como homens” — e diz que fazer isso é um sinal de libertação — e incentiva jovens mulheres a manter “amizades coloridas” como um ato de autoconfiança; a cair na cama com a mesma indiferença casual que os homens vêm tradicionalmente demonstrando.

O ideal masculino da sexualidade desencanada, de “pegar ou largar”, está, a meu ver, estabelecendo outro ideal impossível no qual as mulheres devem camuflar suas reais necessidades, violentando a si mesmas. Isso porque o comportamento sexualmente viciante nas mulheres — ou melhor, o vício em um

amante que seja “certo” para o sistema nervoso autônomo — tem fortes conexões cerebrais. Esse é provavelmente o segredo não tão bem guardado das mulheres e do amor: nós falamos sobre ótimas personalidades ou currículos impressionantes, histórias de vida parecidas ou interesses comuns em possíveis parceiros ou novos amantes, mas, apesar de essa dimensão de nossa experiência com namoros ser fundamental, principalmente no começo, a verdade é que, se ele ou ela não nos fizer sentir aquela maravilha no corpo — se ele ou ela não tiver um cheiro bom para nós, um gosto bom, se não nos tocar da forma que satisfaça às nossas necessidades de toque ou nos deixe satisfeitas —, não nos importaremos *tanto* assim se ele ou ela nunca mais nos ligar. Se ele ou ela for aquela pessoa que deixa seu sistema nervoso autônomo em alerta vermelho, que eleva sua dopamina além de todas as expectativas, que ilumina seu mundo com a liberação de opiáceos — esse será o homem ou mulher que fará você sofrer de ansiedade esperando uma ligação. Se essa for a pessoa com o toque certo para ativar sua rede neural, *você ficará em abstinência* se ele ou ela não estiver por perto para fazer isso novamente, e logo. Abstinência real e dolorosa.

Então, quando uma mulher faz sexo bom e satisfatório — o que eu chamo de orgasmo “pleno”: sexo carinhoso e atencioso que ativa toda a rede neural pélvica e também trabalha intensamente o sistema nervoso autônomo —, ela vivencia uma maior plenitude do cérebro.

Esse banho do que são essencialmente drogas prepara o sistema neural feminino para superar grandes obstáculos a fim de conquistar o ser amado; para ter um comportamento exagerado na busca do amor e do prazer sexual; e ficar fisiologicamente incapaz de compartimentar, de se levantar por iniciativa própria, ou simplesmente “esquecer” ou “desencanar” dele ou dela. Se elas conseguirem “sair dessa”, será com um esforço sobre-humano, e terá um alto custo. Essa enorme plenitude cerebral também pode envolver hormônios que provocam pensamentos obsessivos sobre o ser amado, e isso provoca comportamentos torturantes e até mesmo de autossacrifício. Essa grande plenitude cerebral é um fator para

ambos os sexos. Os dois sexos, é claro, vivenciam a paixão e sofrem com um amor não correspondido. E sim, a questão de como as relações sexuais diferem emocional e fisicamente na masturbação para os homens, no papel do apego masculino e na relação da sexualidade masculina com o consciente merece seu próprio livro.

Porém, as mulheres são potencialmente multiorgásticas, o que muda, até certo ponto, um dos aspectos da equação da “grande plenitude do cérebro”.

Safo escreveu sobre o ciúme: “Dentro de meu peito, todo o coração treme (...) debaixo de minha pele a tênue chama infunde (...) a febre estremece meu corpo”.<sup>[27]</sup> O autor de *Cântico dos cânticos* (que muitos estudiosos acreditam ter sido uma mulher) escreveu: “Fortalece-me com uvas, / refresca-me com maçãs, / pois estou fraca de amor (...) Toda noite em minha cama / busquei por aquele que meu coração ama; / Procurei-o, mas não o encontrei. / Levantar-me-ei agora e irei à cidade. / Por suas ruas e praças; / Buscarei por aquele que meu coração ama. / (...) Eu... não o deixarei ir (...) / Sopra em meu jardim, / para que a fragrância se espalhe”.<sup>[28]</sup>

Será que a pesarosa Dido, que abandonou seu amor, Aeneas; a pequena e empobrecida governanta de Charlotte Brontë, que quase morreu em uma cama em chamas tentando salvar seu amor em *Jane Eyre*; Maggie Tulliver de George Eliot em *The Mill on the Floss*, que testemunhou sua reputação, seu papel na sociedade e suas obrigações para com as convenções irem todas por água abaixo quando ela se permitiu ser levada por um rio rumo ao fracasso com um homem pelo qual sentia uma poderosa atração física; e você, minha cara leitora, que provavelmente — para sua surpresa — esperou obsessivamente a resposta de um *e-mail* ou sentou ao lado de um telefone que não tocava, assim como eu... será que somos masoquistas? Patéticas ou de mente fraca? Não, pelo contrário. Em vez disso, somos objetos de uma força que é extremamente poderosa — uma que talvez nenhum homem possa jamais entender. Acho que o que nos motiva é um tanto quanto nobre.

Um paradoxo essencial da condição feminina é que para as mulheres se sentirem realmente livres é preciso entender a maneira como a natureza nos criou para sermos apegadas e dependentes do amor, da ligação, da intimidade e do tipo certo de Eros nas mãos do tipo certo de homem ou mulher.

Acredito que devemos respeitar o potencial para "escravização" do amor sexual que as mulheres possuem; nosso lugar com Eros e com o amor. Porque apenas deixando um espaço para isso, em vez de suprimi-lo ou ridicularizá-lo, poderemos nos esforçar para entendê-lo. Quando uma mulher trava essa luta com o amor e a necessidade, ela não está "sujeita" à pessoa em questão: ela está, na verdade, travando uma luta contra ela mesma, para encontrar uma forma de recuperar sua autonomia enquanto, de alguma forma, tenta não eliminar a parte dela mesma que foi despertada pelo amado no desejo pela conexão.

Uma mulher lutando contra o apego e a perda de si mesma está travando uma luta pelo ser de forma tão exigente e rigorosa quanto a de qualquer homem em uma grande aventura. É claro que a resposta biológica da qual estou falando aqui foi identificada há muito tempo pela psicanálise e pela literatura; apenas recentemente a ciência acrescentou novas dimensões e explicações sobre esses estados mentais elucidados por poetas, romancistas e estudantes da psique.

Uma das minhas gírias favoritas para vagina, nos Estados Unidos, é "*the force*", ou "a força". É sobre isso que deveríamos estar falando. As mulheres realmente levam a sério o amor, o sexo e a intimidade, e não porque a mulher, a intimidade e Eros sejam triviais, mas porque a natureza em suas ligações inteligentes e transcendentais entre genitália feminina e seu cérebro forçou as mulheres a encarar o fato, que é simplesmente mais obscuro para os homens (apesar de não menos verdade para eles), de que a necessidade por conexão, amor, intimidade e Eros é, na verdade, maior e mais forte que qualquer outra coisa no mundo.

Uma cultura que não respeita as mulheres tende a desmerecer ou ridicularizar a preocupação dela com o amor e Eros. No entanto, muitas vezes estamos preocupadas com o amado, não porque não temos a nós próprias, mas porque o amado despertou aspectos fisiológicos de nosso próprio ser.

Não deveríamos, então, ter orgulho de quem somos?

Deveríamos, sim.

---

1. Veja Stanley Siegel, *Your Brain on Sex: How Smarter Sex Can Change Your Life* (Naperville, IL: Sourcebooks, 2011).[↵](#)
2. Marnia Robinson: Dopamine chart.[↵](#)
3. Dr. Jim Pfaus, entrevista, Universidade Concórdia, Montreal, Quebec, 29 de janeiro de 2012.[↵](#)
4. *Ib.*[↵](#)
5. David J. Linden, *The Compass of Pleasure: How Our Brains Make Fatty Foods, Orgasm, Exercise, Marijuana, Generosity, Vodka, Learning and Gambling Feel So Good* (Nova Iorque: Viking, 2011), 94-125.[↵](#)
6. Dra. Helen Fisher, *Anatomy of Love: A Natural History of Mating, Marriage and Why We Stray* (Nova Iorque: Ballantine Books, 1992), 162. [Edição brasileira: *Anatomia do amor*; São Paulo, Editora Eureka, 1995.][↵](#)
7. *Ib.*, 175.[↵](#)
8. Cindy M. Meston e K. M. McCall, "Dopamine and Norepinephrine Responses to Film-Induced Sexual Arousal in Sexually Functional and Dysfunctional Women", *Journal of Sex & Marital Therapy*, vol. 31 (2005): 303-17.[↵](#)
9. Claude de Contrecoeur, "Le Rôle de la Dopamine et de la Sérotonine dans le Système Nerveux Central", [www.bio.net/bionet/mm/neur-sci/1996-July/024549.html](http://www.bio.net/bionet/mm/neur-sci/1996-July/024549.html).[↵](#)
10. *Ib.*[↵](#)
11. Dr. Jim Pfaus, entrevista, 29 de janeiro de 2012.[↵](#)
12. Ver Mary Roach, *Bonk: The Curious Coupling of Science and Sex* (Nova Iorque: W. W. Norton, 2008).[↵](#)
13. *Ib.*, e Susan Rako, *The Hormone of Desire: The Truth About Testosterone, Sexuality, and Menopause* (Nova Iorque: Harmony, 1996).[↵](#)

14. Linden, *The Compass of Pleasure*, 94-125. [↵](#)
15. *Ib.*, 94-125. [↵](#)
16. Marnia Robinson e Gary Wilson, "The Big 'O' Isn't Orgasm", [www.reuniting.info/science/oxytocin\\_health\\_bonding](http://www.reuniting.info/science/oxytocin_health_bonding). [↵](#)
17. *Ib.* [↵](#)
18. Navneet Magon e Sanjay Kalra, "The Orgasmic History of Oxytocin: Love, Lust and Labor", *Indian Journal of Endocrinology and Metabolism*, Supp. 3 (setembro de 2011): 5156-61. [↵](#)
19. Agren, 2002, citado em Beate Ditzen, *Effects of Romantic Partner Interaction on Psychological and Endocrine Stress Protection in Women* (Gottingen, Alemanha: Cuvillier Verlag, Gottingen, 2005), 50-51. [↵](#)
20. C. A. Pedersen, 2002 e Arletti, 1997, citado em Robinson e Wilson, "The Big 'O' Isn't Orgasm", [www.reuniting.info/science/oxytocin\\_health\\_bonding](http://www.reuniting.info/science/oxytocin_health_bonding). [↵](#)
21. R. W. B. Lewis e Nancy Lewis, *The Letters of Edith Wharton* (Nova Iorque: Scribner, 1988), 324-36. [↵](#)
22. James G. Pfaus e outros, "Who, What, Where, When (and Maybe Even Why)? How the Experience of Sexual Reward Connects Sexual Desire, Preference, and Performance", *Archives of Sexual Behavior* 41 (9 de março de 2012): 31-62: Apesar de o comportamento sexual ser controlado por ações hormonais e neuroquímicas no cérebro, a experiência sexual induz um grau de plasticidade que permite aos animais formar associações instrumentais e pavlovianas que predizem os resultados sexuais, direcionando, assim, a força da resposta sexual. Esta revisão descreve como experiências com recompensa sexual fortalecem o desenvolvimento do comportamento sexual e induzem preferências de parceiro e local sexualmente condicionadas em ratos. Em ratos e ratas, experiências sexuais anteriores com parceiros perfumados com odor neutro ou mesmo desagradável induzem a preferência por parceiros perfumados em testes de escolha subsequente. Essas preferências também podem ser induzidas por injeções de morfina ou oxitocina pareadas com a primeira exposição de um rato macho a fêmeas perfumadas, indicando que a ativação farmacológica dos receptores de opioides ou oxitocina pode substituir os processos neuroquímicos relacionados à recompensa normalmente ativados pelo estímulo sexual. Da mesma forma, preferências condicionadas de parceiro ou local podem ser bloqueadas pelo antagonista de receptores de opioides naloxona. Uma deixa somatossensorial (uma jaqueta de roedor) pareada à recompensa sexual leva à excitação sexual em ratos machos, de uma forma que os



ratos pareados sem a jaqueta demonstram déficits copulativos intensos. Propomos que a ativação de opioides endógenos forma a base do sistema de recompensas, que também sensibiliza os sistemas de dopamina do hipotalâmico e mesolímbico na presença de pistas que predigam a recompensa sexual. Esses sistemas agem para focar a atenção e ativar o comportamento direcionado à meta para o estímulo relacionado à recompensa. Assim, existe um período crítico, durante as experiências sexuais iniciais de um indivíduo, que cria um “mapa do amor” ou uma gestalt de características, movimentos, sentimentos e interações interpessoais associados à recompensa amorosa. [↵](#)

23. [www.guardian.co.uk/science/2011/nov/14/female-orgasm-recorded-brain-scans](http://www.guardian.co.uk/science/2011/nov/14/female-orgasm-recorded-brain-scans) e Barry R. Komisaruk, PhD e Beverly Whipple, PhD, “Brain Activity During Sexual Response and Orgasm in Women: MRI Evidence”, apresentação, International Society for the Study of Women’s Sexual Health, 2011, Encontro Anual, Scottsdale, Arizona, 10-13 de fevereiro, Livro do Programa, 173-184. [↵](#)
24. Ian Sample, “Female Orgasm Captured in a Series of Brain Scans”, The Guardian, 14 de novembro de 2011, [www.guardian.co.uk/science/2011/nov/14/female-orgasm-recorded-brain-scans](http://www.guardian.co.uk/science/2011/nov/14/female-orgasm-recorded-brain-scans). [↵](#)
25. Dr. Pfaus, entrevista, 30 de janeiro de 2012. [↵](#)
26. Simon LeVay, *The Sexual Brain* (Cambridge, MA: MIT Press, 1993), 71-82. [↵](#)
27. Safo, “Fragment”, *Sappho’s Lyre: Archaic Lyric and Women Poets of Ancient Greece*, trad. Diane J. Rayor (Berkeley, CA: University of California Press, 1991), 52. “Come to me now again, release me from/ this pain, everything my spirit longs/ to have fulfilled, fulfill...” [↵](#)
28. “Song of Songs”, 2:5 - 16, The New International Version, [www.biblegateway.com](http://www.biblegateway.com). [↵](#)



## *O que "sabemos" sobre a sexualidade feminina está ultrapassado*

*Eles riram e fizeram amor e riram mais uma vez...*

Nancy Mitford, *The Pursuit of Love*

**E**sta jornada me mostrou, para minha surpresa, e apesar de falarmos de sexo o tempo todo, que a informação que temos sobre a sexualidade feminina está, em geral, ultrapassada. Se as mulheres tivessem acesso fácil — ou pelo menos mais fácil — às novas descobertas da ciência que não são amplamente divulgadas, teriam um entendimento mais profundo de suas próprias reações sexuais e emocionais — e se sentiriam muito mais vivas e conectadas, sexualmente falando. Muitas dessas novas descobertas esclarecem nossos sentimentos conflitantes a respeito de nossa vontade de sermos amadas e se referem diretamente à necessidade de homens e mulheres de se envolver no que chamo de a "dança da deusa", o conjunto de comportamentos que ativam o sistema nervoso autônomo nas mulheres.

A educadora sexual Liz Topp, autora de *Vaginas: Manual do proprietário*, em uma entrevista esclarecedora comigo (na qual ela relatou que as garotas mais velhas do ensino médio, mesmo nestes tempos modernos, e mesmo em escolas excelentes, não têm ideia de onde se localizam a vulva e a vagina em um atlas anatômico — assim como os meninos mais velhos também não têm), referiu-se a

esses comportamentos, meio que brincando, como “as coisas de que as mulheres precisam, e os homens não”.<sup>[1]</sup> A ciência mais recente confirma que esses “pequenos” gestos e floreios, que tantas vezes são relegados à categoria de “coisas que as pessoas fazem durante a corte e param de fazer em relacionamentos de longa duração” — aqueles “aditivos” sexuais ou românticos que são ótimos para adular as mulheres, mas não são considerados essenciais —, são, de fato, física e emocionalmente fundamentais para a dinâmica feminina. Essas práticas aumentam radicalmente o potencial orgástico das mulheres. Mas, de forma igualmente importante, também ajudam a fortalecer seus relacionamentos e chegam a ser essenciais para sua saúde mental e paz de espírito. Juntamente com todos aqueles gestos e atenções, eles compõem a dança da deusa.

Por que, você poderia se perguntar, mais pessoas não conhecem essas informações? Há várias razões para essa reticência. Um motivo para isso é que ainda é considerado um tabu falar e escrever abertamente sobre a vagina e suas necessidades e experiências, em vez de falar sobre a sexualidade feminina do ângulo do “conselho sexual”, mais convencional para as revistas femininas.

Outra razão para que essa informação não seja disseminada nas conversas do *mainstream* é que ela pode parecer, à primeira vista, terrivelmente politicamente incorreta. Não é fácil abordar a biologia da sexualidade feminina sem parecer simplista ou ir contra a política de gênero. Se tentarmos abordar a natureza animal mais básica nas mulheres, correremos o risco de parecer como se considerássemos as mulheres *apenas* como animais, ou mais animais que os homens.

A parte capciosa é que, se analisarmos a nova ciência, as mulheres *são*, de fato, no sexo e de algumas maneiras, mais animais que os homens. A nova ciência também revela que, no sexo, as mulheres podem ser mais místicas que os homens. Essas afirmações são controversas, mas, como feminista, acredito que uma exploração franca dos aspectos animais e místicos potenciais da sexualidade feminina de forma alguma prejudique as capacidades racional, intelectual e profissional das mulheres.

Finalmente, essas importantes novas descobertas ainda não são amplamente debatidas na mídia de massa porque a “solução” para muitos dos problemas sexuais relatados pelas mulheres não é um novo remédio lucrativo, mas sim uma mudança nas interações humanas. Especificamente, a solução é frequentemente a meta menos fácil de ser alcançada — uma mudança radical na forma como a maior parte dos homens héteros se comporta na cama com a maioria das mulheres héteros. As grandes empresas farmacêuticas — que são também os principais anunciantes em jornais, revistas e *sites* da Internet que abordam o tema da sexualidade feminina — não vão lucrar nada caso milhões de homens simplesmente aprendam como tocar suas mulheres, olhem para elas por mais tempo, agarrem-nas com mais habilidade ou façam que elas tenham orgasmos mais transformadores.

Mesmo assim, é importante disseminar essa informação pelo mundo, já que nossa sabedoria convencional sobre a sexualidade está extremamente desatualizada. A última pesquisa amplamente divulgada que ainda serve como base para nossas noções sobre a sexualidade das mulheres foi a pesquisa feita em 10 mil ciclos de orgasmos estudados nos clássicos de William H. Masters e Virginia Johnson, *Human Sexual Response* (1966) e *Human Sexual Inadequacy* (1970), e a pesquisa realizada com 3 mil e quinhentas mulheres por Shere Hite, *The Hite Report on Female Sexuality*, (1976 ). Como já mencionei, Masters e Johnson concluíram que homens e mulheres eram essencialmente similares em suas respostas sexuais. Concluíram, também, que não havia diferença fisiológica entre um “orgasmo vaginal” e um “orgasmo clitoridiano”.

Masters e Johnson também incomodaram as feministas ao defender que somente o movimento do pênis já deveria ser estímulo suficiente para que as mulheres gozassem. Shere Hite contestou essa conclusão em seu trabalho. Citou dados que apontavam que dois terços das mulheres não conseguiam chegar ao orgasmo durante o coito, mas frequentemente gozavam com a masturbação, e apenas um terço chegava ao orgasmo apenas pelo coito. <sup>[2]</sup> As

conclusões de Masters e Johnson sobre a semelhança das respostas dos dois sexos, junto com o interesse de Shere Hite em destacar a importância do clitóris e diminuir a da vagina — apoiada como foi por uma onda de feministas que também enfatizavam o papel do clitóris e diminuía a vagina, como no ensaio de Anne Koedt “O Mito do Orgasmo Vaginal” (1970) —, tudo isso nos levou aonde estamos hoje: com a impressão generalizada de que a sexualidade feminina se parece muito com a masculina, exceto que algumas mulheres podem ter orgasmos múltiplos; com a crença geral de que a vagina não é tão importante quanto o clitóris (as colunas de conselhos femininos ainda ecoam o ensaio vastamente disseminado de Anne Koedt, informando erroneamente às mulheres que a vagina “tem pouquíssimas terminações nervosas”); e em consenso acerca de que a boa etiqueta manda que os homens, como bons cavalheiros, deem às mulheres um pouco de ajuda no departamento de estímulo prévio (esses gestos, em uma tentativa de dourar a pílula do coito, ainda são chamados de “preliminares”, para a nossa fúria); mas o fato é que o ritmo do “sexo” é essencialmente o do ciclo de resposta masculino.

Essas premissas não estão corretas. De fato, as sexualidades feminina e masculina são *muito* diferentes. O que acontece é que, para as mulheres, o clitóris é sexualmente importante, a vagina é sexualmente importante, o ponto G é sexualmente importante, o colo do útero é sexualmente importante, o períneo é sexualmente importante e o ânus é sexualmente importante. A pesquisa recente descobriu que a teoria de Masters e Johnson — de que todos os orgasmos femininos passam pelo clitóris — está incorreta. De acordo com dados recentes, tanto o ponto G quanto o clitóris são ambos aspectos de uma única estrutura neural; e as mulheres têm, como vimos e como as descobertas da pesquisa do dr. Komisaruk confirmam, pelo menos *três* centros sexuais: o clitóris, a vagina e um terceiro no colo do útero (ele acrescenta um quarto, nos mamilos).

Quando ouvi falar pela primeira vez que a nova ciência havia confirmado o papel sexual do colo do útero, fiquei chocada por

jamais ter ouvido nada a esse respeito em relatórios científicos (apesar de já ter ouvido algo na literatura):

Na parte de trás do útero, há uma carne que pedia para ser penetrada. Curvava-se para dentro, aberta à sucção. As paredes de carne se moviam como anêmonas-dormar, buscando pela sucção atrair seu sexo para dentro (...) Ela abriu sua boca como para revelar a abertura do útero, sua fome, e foi só então que ele mergulhou fundo e sentiu suas contrações

escreveu Anais Nin, que não estava esperando por nenhuma confirmação científica, em *Delta de Vênus*.<sup>[3]</sup> Essa supressão de informação foi uma das muitas omissões estranhas com que me deparei nesta jornada, ao encontrar várias descobertas científicas de grande importância que não haviam recebido praticamente nenhuma atenção da mídia tradicional. Caso um sexto sentido desconhecido fosse confirmado pela ciência, caso descobrissem que todo homem tem, lá no fundo, em algum lugar de sua pessoa, um órgão sexual extra, pelo amor de Deus — *será que isso não sairia nas manchetes dos jornais?*

Outro estudo recente revelou que todo o debate “clitóris versus vagina” — Masters e Johnson versus Shere Hite — está completamente deslocado: o ponto G, na parede anterior da vagina, está agora sendo entendido por muitos pesquisadores como *parte* da raiz anterior do clitóris. A ciência está provando que o órgão sexual feminino, que inclui todas essas áreas, é bem mais complexo e muito mais mágico do que o vaivém utilitário defendido por Masters e Johnson, ou do que o modelo de sexualidade feminina orientado à meta e identificado com o masculino que até hoje é erroneamente popularizado pelas revistas femininas que vão da *Good Housekeeping* à *Cosmopolitan*.

O fato é que as mulheres foram desenhadas para ter muitos tipos diferentes de orgasmos; que as mulheres têm o potencial para ter orgasmos ilimitados, a não ser pela exaustão física; que, se você entende a sexualidade feminina, dá o ritmo de toda a ação com base nela; e que, mesmo que essa seja uma meta difícil, vale a pena alcançá-la, pois, se tratadas apropriadamente, algumas mulheres

podem ejacular; porque todas as mulheres, durante o orgasmo, podem entrar em um estado de transe único; porque o orgasmo das mulheres dura mais que o dos homens; porque a memória tem um papel na excitação feminina que não tem na masculina; e porque a resposta feminina à excitação e ao orgasmo é bioquimicamente muito diferente da dos homens. Superficialmente, podemos até ser parecidas com os homens em alguns aspectos, mas de várias outras maneiras somos completamente diferentes deles.

Um dos possíveis motivos pelos quais essas novas informações não foram amplamente divulgadas tem a ver com as ansiedades do ego masculino, mesmo que a censura envolvida seja inconsciente. Por que todos os jornais não noticiam que as mulheres são potencialmente insaciáveis, sexualmente falando? Ou que muitas delas estão infelizes com o *status quo* sexual atual? Ou que alguns tipos de comportamentos sedutores e atenções de seus parceiros podem praticamente dobrar ou até quadruplicar os “microvolts” do orgasmo no colo do útero ou na vagina? O que há de errado com essa informação? Talvez a falta de atenção dada a essa nova informação se deva ao medo de assumir uma nova “tarefa” — a da musa e artista sexual — que recairia sobre os ombros masculinos, quando a maior parte dos homens já está exausta e trabalha demais.

Acredito, porém, que essa hesitação subestime o interesse da maioria dos homens héteros em fazer as mulheres de sua vida verdadeiramente felizes — sem falar do interesse desses mesmos homens em ter amantes vibrantes e entusiasmadas, o que, por sua vez, ajudaria a torná-los mais felizes.

#### UMA EPIDEMIA DE INFELICIDADE SEXUAL FEMININA

Eu agora havia chegado a um ponto no qual passara a acreditar que os mal-entendidos a respeito do que as mulheres realmente precisam sexualmente — assim como a forma como o sexo as afeta

— houvessem levado a muito sofrimento sexual para as mulheres de hoje. Os números mostram que temos uma epidemia entre as mulheres do Ocidente — “livres”, presumivelmente alfabetizadas sexualmente — que sofrem de um mal sexual terrível o qual pode ser evitado. Uma a cada três americanas relata que sofre de baixos níveis de desejo sexual. E para uma a cada dez, essa ausência de desejo é tão grave, que pode ser clinicamente diagnosticada. De fato, o baixo nível de desejo sexual — medicamente definido como “desordem do desejo sexual hipoativo” — é a forma mais comum de “disfunção sexual feminina” relatada nos Estados Unidos.

O artigo de J. A. Simon publicado em 2010 no *Postgraduate Medicine*, “Baixo desejo sexual — está tudo na cabeça dela? Fisiopatologia, Diagnóstico e Tratamento da desordem do desejo sexual hipoativo”, aponta que

*O Manual de Diagnóstico e Estatísticas das Desordens Mentais, Quarta Edição, Texto Revisado (DSM-IV-TR) define a síndrome do baixo desejo sexual feminino como a "deficiência ou ausência persistente ou recorrente de fantasias e pensamentos sexuais e/ou desejo por atividade sexual ou receptividade a ela, o que causa perturbação pessoal ou dificuldades interpessoais e não é causada por doença ou medicação" (...) A função sexual requer a interação complexa de múltiplos neurotransmissores e hormônios, tanto centrais como periféricos, e o desejo sexual é considerado o resultado de um equilíbrio complexo entre as vias inibitórias e excitativas do cérebro. Por exemplo, a dopamina, o estrogênio, a progesterona e a testosterona, todos têm um papel excitativo, ao passo que a serotonina e a prolactina são inibidores. Assim, um desejo sexual diminuído pode se dever a níveis reduzidos de atividade excitativa ou a um nível alto de atividade inibitória ou ambos.* <sup>[4]</sup>

Essas poucas frases são o modelo da meia verdade científica, no sentido em que usam a linguagem neutra da ciência — que está basicamente dizendo que o baixo desejo sexual de uma mulher é resultado de desconexões e desequilíbrios hormonais e de neurotransmissores —, mas não abordam ou ignoram o fato de que, enquanto a menopausa, medicações e outros fatores imutáveis que os autores mencionam podem ter seu papel na falta de desejo, há outros milhares de fatores psicossociais, interpessoais e até mesmo



relacionados aos humores que *podem* ser facilmente modificados e melhorados e que também têm um grande papel na diminuição do desejo sexual de muitas mulheres.

Em minha jornada, aprendi que com frequência o desejo sexual das mulheres pode ser facilmente aumentado — mas elas não conseguem fazer isso sozinhas de forma fácil, ou sozinhas com seus médicos. Seus amantes e maridos têm que prestar atenção ao que vai, em termos tântricos, “acender o fogo”.

Os dados sobre a baixa libido feminina apresentam um conjunto de fatos ainda mais impressionantes do que parecem à primeira vista. Um número substancial de mulheres relata insatisfação sexual, mesmo em uma era na qual o “sexo” é onipresente e a “informação” sexual nunca foi tão facilmente acessada.

De acordo com o simpósio da Associação Psiquiátrica Americana “Sexo, sexualidade e serotonina”, de 27% a 34% das mulheres — mais que o dobro dos 13% a 17% dos homens — relatam experimentar baixo desejo sexual. O impressionante percentual de 15% a 28% das mulheres, de uma em cada seis a uma em cada três, relatam sofrer de distúrbios relacionados ao orgasmo. Esses percentuais aumentaram nas quatro décadas que se passaram desde o auge da revolução sexual — 1976 —, quando cerca de 25% das mulheres reclamavam de problemas com o desejo. <sup>[5]</sup>

Um estudo de 2009, a Pesquisa Nacional de Saúde e Vida Social, realizado pela Universidade de Chicago sob a direção de Edward O. Laumann, relatou que 43% das mulheres — em contraste com 31% dos homens — sofriam do que foi identificado como “disfunção sexual”. <sup>[6]</sup>

J. J. Warnock, em “Distúrbio do desejo sexual hipoativo feminino: epidemiologia, diagnóstico e tratamento”, escreve que esse distúrbio pode ocorrer em até um terço das mulheres adultas nos Estados Unidos. A principal característica do distúrbio é a deficiência ou ausência de fantasias e desejo por atividade sexual que causa uma grande perturbação ou dificuldade interpessoal. <sup>[7]</sup>

Um relatório ainda mais recente, publicado pela Universidade de Indiana em 2010, revela que apenas 64% das mulheres participantes relataram que chegaram ao orgasmo da última vez que fizeram sexo (o que quer dizer que 36%, quase quatro a cada dez, não chegaram), mas que 85% dos homens participantes do mesmo estudo *disseram* aos pesquisadores que sua mais recente parceira havia chegado ao orgasmo: os dados foram ajustados para homens que fizeram sexo com homens — e o ajuste não explicou a lacuna entre o número de mulheres que os homens *pensaram* que haviam gozado durante o sexo com eles e o número bem menor de mulheres que de fato gozaram. <sup>[8]</sup>

Não se sabe se o caso é que o fato de tantas mulheres terem experiências sexuais tão decepcionantes leva vários casais a ter pouca intimidade sexual ou se a pouca intimidade sexual é que leva tantas mulheres a relatar baixa libido, tristeza e frustração sexual; mas o fato é que os dados mostram que um casal hétero a cada cinco mal faz amor em seus relacionamentos.

Temos que concluir, desse e de outros estudos que mostram números semelhantes, que a revolução sexual ocidental falhou. *Não funcionou bem o suficiente para as mulheres.*

Nesta era da liberação, pós-revolução sexual, pós-feminismo, quando as mulheres podem fazer “o que bem entenderem” sexualmente e ser “garotas más” sem nenhum estigma — quando qualquer fantasia está disponível a um toque do controle remoto e qualquer brinquedo sexual é entregue em casa a um clique do *mouse* —, uma porcentagem surpreendentemente alta de mulheres normais — que vai de uma a cada cinco a uma a cada três — ainda relata sentir pouco desejo, ou ter problemas para gozar regularmente, ou estar zangada a respeito de algo que envolve a intimidade sexual. Agora que sei mais sobre a forma como a vagina está conectada ao estado de espírito e à consciência feminina, vou cunhar uma expressão e dizer que algo entre uma a cada cinco mulheres e uma a cada três parece sofrer um tipo de depressão sexual, ou vaginal.

O que é estranho é que a nossa cultura, tão ostensivamente voltada para o sexo, parece sentir-se muito confortável com essa taxa astronômica de infelicidade sexual feminina. Não há campanhas chamando a atenção para essa epidemia de ausência e tristeza sexual feminina. O livro da terapeuta sexual australiana Bettina Arndt *The Sex Diaries* (2009) vendeu tão bem em parte por abordar diretamente o problema da baixa libido vivido por tantas mulheres. Bettina Arndt relata que é muito comum, em sua experiência clínica, que as mulheres queiram sexo com uma frequência bem menor do que seus maridos e que esse é o segredo não revelado por trás de tantos divórcios e até mesmo por trás de tanta infidelidade masculina.

Veremos que novos estudos mostram que, quando as circunstâncias são favoráveis, praticamente todas as mulheres podem chegar ao orgasmo. E se for o caso de tantas e tantas mulheres estarem sofrendo de baixo nível de desejo, de frustração e de abstinência sexual, por que — e só há um jeito de dizer isso, honestamente — *tantos homens aprendem sobre as mulheres de uma forma que na realidade faz que não saibam o que estão fazendo?* Esses números devem significar, também, que, mesmo nesta era pós-revolução sexual, muitas mulheres não sabem como identificar, e então pedir, o que necessitam e querem.

Se um homem seguir o *script* sexual desta cultura em que vivemos a respeito do que é a vagina, do que é a sexualidade feminina e como se relacionar com uma mulher em geral — a maior probabilidade, contra seus maiores desejos e boas intenções, é que não saiba, ao longo do tempo, como mantê-la excitada sexualmente. A coisa mais destrutiva que se ensina aos homens sobre as mulheres é que a vagina é apenas um órgão sexual e que o sexo para as mulheres é um ato sexual igual ao que é para os homens. Nem homens nem mulheres são ensinados sobre a delicada conexão entre mente-coração-corpo que, na realidade, é a resposta sexual feminina.

Com base no que aprendi sobre um estado ótimo de saúde sexual e emocional feminina, que leva as mulheres a ser altamente apaixonadas e orgásticas, esse nível terrivelmente baixo de felicidade e desejo sexual feminino é um marcador claro de que algo passou despercebido. Os baixos índices de libido femininos revelados por estudos recentes devem ser lidos como sinais de uma doença alastrada: sinais de que *algo está muito errado com milhões de mulheres em termos de sua vida sexual*.

A próxima parte deste livro mostra como essa desconexão aconteceu no curso dos milênios — e o que podemos fazer a respeito.

---

1. Liz Topp, entrevista, cidade de Nova Iorque, 15 de abril de 2010. [↵](#)
2. Veja Shere Hite, *The Hite Report: A Nationwide Study of Female Sexuality* (Nova Iorque: Seven Stories Press, 2004); Shere Hite, *The Shere Hite Reader: New and Selected Writings on Sex, Globalism, and Private Life* (Nova Iorque: Seven Stories Press, 2006). [↵](#)
3. Anaïs Nin, *Delta of Venus* (Nova Iorque: Penguin Modern Classics, 1977), 140. [Edição brasileira: *Delta de Vênus*; Porto Alegre, L&PM Pockets, 2005.] [↵](#)
4. J. A. Simon, "Low Sexual Desire — Is It All in Her Head? Pathophysiology, Diagnosis, and Treatment of Hypoactive Sexual Desire Disorder", *Postgraduate Medicine* 122, n. 6 (Novembro de 2010): 128-36. [↵](#)
5. Dra. Helen Fisher e J. Anderson Thompson, Jr., "Sex, Sexuality and Serotonin: Do Sexual Side Effects of Most Antidepressants Jeopardize Romantic Love and Marriage?", [www.medscape.org/viewarticle/482059](http://www.medscape.org/viewarticle/482059). [↵](#)
6. Em 1992, a Pesquisa Nacional de Saúde e Vida Social concluiu que a prevalência de baixo desejo sexual na população geral dos Estados Unidos era alta e que as preocupações com o baixo nível de excitação e desejo sexual eram a categoria mais associada com a insatisfação em mulheres: <http://popcenter.uchicago.edu/data/nhsls.shtml>. A pesquisa foi atualizada em 2009 e concluiu, ainda, que 43% das mulheres na amostra relataram disfunções sexuais, em comparação com 31% dos homens: Edward O. Laumann, Anthony Paik e Raymond C.

- Rosen, "Sexual Dysfunction in the United States: Prevalence and Predictors", *Journal of the American Medical Association*, vol. 281, n. 6 (10 de fevereiro de 1999): 587. [↵](#)
7. J. J. Warnock, "Female Hypoactive Sexual Desire Disorder: Epidemiology, Diagnosis and Treatment", *CNS Drugs* 16, n. 11 (2002): 745-53. Outro estudo concluiu que um terço das mulheres na menopausa sofria de baixo desejo sexual: S. L. West, A. A. d'Aloisio, R. P. Agansi, W. D. Kalsbeek, N. N. Borisov e J. M. Thorp, "Prevalence of Low Sexual Desire and Hypoactive Sexual Desire Disorder in a National Representative Sample of US Women", *Archives of Internal Medicine*, 168, n. 3 (julho de 2008): 1441-49. [↵](#)
  8. Corky Siemaszko, "Sex Survey Finds US Men Aren't the Lovers They Think They Are — and Women 'Faking It' Is to Blame", *New Iorque Daily News*, 4 de outubro de 2010. [↵](#)



*História: conquista e controle*



## *A vagina traumatizada*

*Transformar a vítima em bode expiatório — dizendo que ela causou a situação — é necessário... assim como a eficácia do ritual de sacrifício já dependeu da ilusão de que a vítima era responsável pelos pecados do mundo.*

Peggy Reeves Sanday, *Fraternity Gang Rape*

**A**ssim como uma boa experiência sexual na vagina leva à alegria e à criatividade, o inverso também é verdade, devido às mesmas vias neurais: a vagina traumatizada, abusada ou que é parte da rede neural que está sendo negligenciada por um parceiro sexual egoísta ou ausente, literalmente *não pode* condicionar o cérebro feminino com as substâncias químicas que constituem as emoções da confiança, coragem, conexão e alegria.

Então, se for para submeter e suprimir as mulheres de forma que não precisemos trancá-las em uma jaula ou acorrentá-las — de forma que elas mesmas o façam, que se anulem, que percam a alegria e a intuição, que não tenham mais prazer, que desconfiem do poder do amor, que pensem nos laços humanos como frágeis e inconstantes —, *nosso alvo será a vagina.*

Quando aprendi sobre a conexão incrível da rede neural pélvica com a mente e emoções das mulheres, não pude deixar de pensar sobre as que conheci, das mais diversas áreas da vida, que haviam sido terrivelmente lesionadas de formas que interfeririam nesses

circuitos mente-corpo ou os danificariam. Não conseguia tirar o rosto delas de minha cabeça. Não conseguia esquecer certas coisas que haviam dito, certos aspectos de suas emoções que eram compartilhados por tantas delas. Eu me perguntei se havia conexões para as quais ainda somos cegos na forma como atualmente interpretamos esse tipo de sofrimento. Percebi que as mulheres que havia conhecido e que haviam sofrido doenças, traumas ou lesões vaginais, provenientes de diferentes culturas e de idades variadas, frequentemente tinham em comum certa maneira de se portar; de ficar paradas e de se mover; e certa expressão nos olhos. Eu ficava ouvindo a expressão “eu me senti como se estivesse suja — como se algo houvesse se quebrado” ecoando nas palavras de tantas mulheres que conheci: desde mulheres em um campo de refugiados em Serra Leoa, muitas das quais sofriam de fístulas vaginais por terem sido estupradas em atos de guerra, até mulheres chegando a centros de atendimento de casos de estupro em Edimburgo, Escócia; além de uma moça que conheci em um café lotado em Chelsea, Manhattan, que sofria de vulvodínia.

Será que estamos deixando passar o significado do trauma vaginal — assim como estamos deixando passar o significado do prazer sexual feminino — ao interpretá-lo como “apenas” físico, ou entendendo o trauma de um estupro erroneamente como “somente” uma reação de estresse pós-traumático? Será que estamos ignorando o que poderia ser um entendimento muito mais profundo e delicado do *que está sendo lesionado* quando a vagina de uma mulher é ferida?

A essa altura, eu já sabia que para as mulheres o nervo pélvico completamente funcional é crucial para a produção de dopamina, oxitocina e outras substâncias químicas que aumentam os níveis de percepção, confiança e positividade. Será que lesões e traumas na vagina e nervos pélvicos poderiam interferir materialmente na entrega, pelas ramificações neurais, das substâncias químicas que alimentam o cérebro feminino? E então, outra perspectiva se abriu: *Seria esse o motivo pelo qual a vagina da mulher tem sido alvo de violência milênio após milênio?* Eu não argumentaria que isso tem



sido uma tática consciente. Mas poderia ter sido estabelecida, inconscientemente, através dos milênios, já que é uma tática *efetiva*? É muito difícil reprimir e controlar a maioria da população humana. E se essa tática foi identificada como uma ferramenta eficiente?

Em outras palavras, assim como os homens, ao longo do curso de gerações e desde o início da história, teriam identificado o que agora entendemos como uma ligação biológica entre uma mulher forte sexualmente falando e um alto nível de felicidade, esperança e confiança, será que também não teriam identificado o efeito da ligação biológica correspondente entre uma mulher sexualmente traumatizada e sua capacidade diminuída de viver com felicidade, esperança e confiança?

Quando você passa algum tempo em um centro de atendimento a vítimas de estupro, como eu fiz, é difícil deixar de se perguntar se os homens são uns monstros. Por que o estupro é uma constante em todas as sociedades?

Por que a guerra sempre inclui o estupro em massa das mulheres do inimigo? Por que tantos homens estupram no contexto da guerra? Feministas como Kate Millett em *Sexual Politics* (1970), que argumenta que "o estupro em geral é o resultado do sadismo masculino e do ódio pelas mulheres", e Susan Brownmiller em *Against Our Will: Men, Women and Rape* (1975), que defende que a guerra transforma os homens em perversos para transformá-los em estupradores, tendem a seguir a leitura individualizada da sexualidade proposta por Freud. Portanto, tendem a enfatizar o aspecto psicológico do estupro, que leva à conclusão potencialmente alarmante de que todos os homens como indivíduos são potenciais sádicos. Mas e se alguns estupros não forem pessoais, mas sim instrumentais e sistêmicos?

Em 2004, fui a Serra Leoa para investigar a violência sexual em massa que foi parte da guerra civil brutal que havia assolado o país. O Comitê de Resgate Internacional me levou ao território recentemente tomado pelos rebeldes, juntamente com outros

jornalistas e simpatizantes da causa: ali, encontramos centenas de mulheres que haviam sido estupradas na guerra e, em visitas separadas, encontramos com dezenas de estupradores do conflito. Foi essa viagem que me convenceu de que o modelo ocidental do estupro — no qual este resulta de uma disfunção individual, hostilidade ou perversão — não podia ser usado para justificar a instrumentalidade do estupro na guerra.

Conhecemos as mulheres em diferentes contextos, mas em uma visita fomos a um centro de refugiados, um complexo cercado — montado no meio de uma planície barrenta — que abrigava mulheres vítimas de estupro com violência no conflito recente. Havia uma única árvore, que produzia uma pequena sombra, e estruturas simples e baixas, feitas de concreto, cercadas por um pátio. Era um cenário mal-assombrado, digno do purgatório: mulheres caminhavam lentamente, sem rumo, a perder de vista, e, exceto por um ou dois ajudantes e guardas de segurança, não havia um único homem adulto no lugar.

As mulheres demonstraram uma coragem incrível. Montaram uma peça para nós, na qual usaram elementos de uma dança tribal para dramatizar suas emoções. Uma mulher, fazendo o papel de estuprador, “atacou” outra. A violência crua da cena foi impressionante.

Depois da encenação, uma médica nos apresentou a várias mulheres. Uma delas ficou sentada ali, em um silêncio doloroso, enquanto a médica explicava que ela sofria de uma fístula vaginal resultante da agressão. “A fístula vaginal”, explicou a médica, “é um rasgo ou punção na parede da vagina que se conecta com outro órgão, como a vagina, o cólon ou o reto.” Era uma lesão muito comum na região. Como não havia antibióticos suficientes na cidade da mulher para tratá-la, a infecção produziu um odor que fizera que o marido a repudiasse. Esse também foi o destino de várias outras mulheres naquele local, que também sofriam de fístula vaginal.

Em outro momento, conhecemos uma mulher — na realidade, uma criança de quinze anos de idade — que havia sido sequestrada

na Libéria (15 mil adolescentes passaram por isso durante o conflito), mantida como escrava sexual e estuprada repetidamente. Ela conseguiu enganar seu sequestrador e fugir com seu bebê de um ano (cujo pai era o captor). Havia caminhado pelo mato, alimentando-se de vermes selvagens, até atravessar a fronteira e chegar ao complexo do IRC em relativa segurança.

Essas mulheres eram diferentes das outras que conhecemos e que foram vítimas de amputações, de tiros ou de trabalhos forçados em minas de diamantes. É como se uma luz houvesse seapagado dentro delas. Foram rejeitadas por suas tribos e famílias e se moviam em grandes grupos ao redor de montes de terra, como se estivessem juntas, à deriva. Apesar de sua coragem individual, era como se um pedaço de suas almas houvesse sido extraído. Em qualquer mulher, essa falta de vitalidade já seria notável. Mas, quando identificamos isso em toda uma nação de mulheres à deriva, é impossível ignorar. Elas passaram por algo sistêmico, algo que é único *desse* tipo de trauma e que exterminou nelas qualquer possibilidade de engajamento, curiosidade ou vontade.

A médica nos explicou exatamente como essas mulheres haviam passado pelas lesões: haviam sido rasgadas por dentro deliberadamente. Por pontas de baionetas, objetos pontiagudos, garrafas quebradas ou facas. Dezenas de milhares de mulheres feridas exatamente da mesma forma. A médica falou dessas lesões não como atos isolados perpetrados por tarados ocasionais, mas como uma consequência comum do conflito.

Por que milhares e milhares de soldados em situação de conflito haviam usado objetos pontiagudos para destruir a vagina de milhares e milhares de mulheres? Não havia nada a respeito dos estupros dessas mulheres, com as consequentes lesões, que se parecesse sexual ou mesmo que seguisse uma psicodinâmica. Acredito, agora, depois do meu maior entendimento do nervo pélvico feminino e sua relação com a confiança, força de vontade e criatividade nas mulheres, que essas dezenas de milhares de

homens não danificaram as estruturas pélvicas internas dessas mulheres somente pelo prazer do ato.

Década após década, mulheres na África e em outras regiões de conflito são brutalizadas exatamente dessa mesma maneira. Foram os comandantes em Serra Leoa e na República Democrática do Congo que ordenaram esse tipo de atrocidade e deram a ordem de estupro às tropas. O IRC entrevistou soldados individualmente, que explicaram que não tiveram opção a não ser seguir as ordens — sob a pena de serem eles mesmos mortos. Por que um comandante daria uma ordem assim durante um conflito armado? Será que esses comandantes deram as ordens às tropas com base em algum tipo de sabedoria popular? Em outras palavras, será que esses comandantes mandaram que as tropas realizassem atrocidades, danificando o nervo pélvico feminino, porque séculos de experiência mostraram que uma consequência desse tipo de violência é que as mulheres que passam por isso são mais facilmente subjugadas?

Mais tarde, entrevistei outras pessoas que trabalharam com mulheres vítimas de estupros violentos durante a guerra. Jimmie Briggs, fundador da organização antiestupro e antiviolaência Man Up (Briggs foi nomeado Homem do Ano 2011 pela revista GQ por seu trabalho em favor das mulheres vítimas de estupro na guerra), viaja frequentemente à República Democrática do Congo, que é como se fosse um marco zero para essa prática: a ONU estima que 400 mil mulheres foram estupradas durante a recente guerra civil no país.<sup>[1]</sup> Briggs escreveu um livro sobre o assunto do estupro na guerra: “Há algo diferente a respeito das vítimas de estupro violento”, disse. “Farei uma declaração sobre isso. Entrevistei pessoas que sofreram traumas tão severos quanto esse, e o resultado não é o mesmo. Vi a diferença no resultado entre esse tipo de trauma e outros. É como se a luz houvesse desaparecido dos olhos dessas mulheres.”<sup>[2]</sup>

Em outro campo de refugiados bem diferente, em uma sala com paredes de concreto pintadas de verde-azulado, onde uma luz branca entra por altas janelas sem vidro e algumas frases em inglês foram arranhadas em um arremedo de quadro-negro, fui

apresentada a alguns dos estupradores mais brutais de Serra Leoa: eram garotos de doze, treze e quatorze anos de idade — garotos-soldados. Estavam em reabilitação no IRC, que trabalhava para educá-los e oferecer-lhes um abrigo seguro. Os olhos dos meninos eram toldados de dor; seus *shorts* rasgados em trapos; as drogas e o terror prejudicaram seu crescimento. Eram simplesmente crianças, que foram eles próprios raptados e agredidos, forçados a estuprar sob a mira de uma arma. Essas crianças, que foram jogar futebol em um campo de terra depois que falamos com eles, obviamente não fizeram o que fizeram às mulheres por uma patologia perversa. O modelo freudiano de que o estupro violento é resultado de desvios sexuais individuais simplesmente não explica o uso sistêmico do estupro violento na guerra.

As feministas radicais veem o estupro simplesmente como uma demonstração da relação de poder desigual e assumem como seu mote a afirmação de que tem a ver com poder, e não com sexo. Isso se aproxima mais do que agora creio ser a verdade, mas ainda deixa passar o principal: se tem só a ver com poder, por que envolver o sexo? Por que não apenas bater, ameaçar, matar de fome ou aprisionar uma mulher? Você pode demonstrar seu poder sobre uma mulher de diversas formas que não incluem o sexo.

Mas, se sua meta é quebrar uma mulher psicologicamente, *é muito eficiente praticar a violência contra sua vagina*. Vai quebrá-la mais rápido e completamente do que simplesmente batendo nela — por causa da vulnerabilidade da vagina como mediadora da consciência. A agressão à vagina fica profundamente impressa no cérebro feminino, condicionando e influenciando o resto de seu corpo e mente.

O estupro é parte de uma caixa de ferramentas padronizada na implementação de táticas militares de genocídio. Isso nos permite entender que muitos homens que estupram — e provavelmente a maioria dos que estupram na guerra — não fazem isso por uma perversão pessoal. O estupro é uma estratégia de *controle físico e psicológico sobre as mulheres*, traumatizando por meio da vagina

como uma forma de imprimir as consequências do trauma no cérebro feminino.

Se entendermos isso, entenderemos que o que acontece à vagina de uma mulher é bem mais importante, para o melhor ou para o pior, do que percebemos. Podemos ver que o estupro é um crime muito mais sério do que um "crime sexual" ou uma forma de "violência" que tenha a duração do crime em si e que talvez produza um efeito pós-traumático. Deveríamos entender que, ao mesmo tempo que a cura é possível, ninguém se recupera completamente de um estupro; a pessoa nunca mais é a mesma. O estupro, se entendido apropriadamente, é muito mais uma agressão ao cérebro que uma variante violenta do sexo. O estupro, se entendido apropriadamente, não é direcionado apenas ao órgão sexual feminino, mas também ao cérebro das mulheres.

#### O ESTUPRO FICA NO CÉREBRO DAS MULHERES

De acordo com assistentes sociais, terapeutas corporais e médicos que entrevistei, assim como segundo pesquisas novas e pioneiras sobre trauma, o estupro pode modificar os sistemas cerebrais e corporais femininos de formas complexas e duradouras. Mas será necessário um trauma tão violento como o estupro das mulheres em Serra Leoa para que a vagina chegue a afetar o cérebro? A pesquisa do dr. Burke Richmond sugere que não.

O dr. Richmond é um neurologista da Universidade de Wisconsin, especializado em otorrinolaringologia. Ele estuda problemas neurológicos como tontura crônica, vertigem (a sensação de desequilíbrio) e o tinido (um assobio crônico nos ouvidos). Também tem um consultório clínico para pacientes, a maioria mulheres, que sofrem dessas e de outras doenças. Sua pesquisa sobre distúrbios da percepção já demonstrou que há várias formas em que o estupro ou o abuso sexual infantil fica impresso no cérebro e corpo femininos.

Conheci o dr. Richmond no verão de 2010, no barco de um amigo em comum. Os três filhos do médico brincavam agitadamente no deque do barco. Médico sério, mas espirituoso, na casa dos quarenta, de cabelos escuros e uma expressão focada, contou-me que um número desproporcional de pacientes que sofriam de problemas de equilíbrio tinha histórias de estupro e agressão sexual. Os problemas de equilíbrio, em geral, permaneciam por anos após a agressão. Ele havia concluído que, mesmo que a relação causal ainda não estivesse provada — suas evidências ainda eram baseadas em observação —, havia uma incidência alta o suficiente da correlação entre pacientes com problemas de equilíbrio e pacientes com um histórico de estupro ou agressão sexual, com uma relevância significativa e que pedia mais investigação. Fiquei tão impressionada com as descrições dele sobre o estupro literalmente afetando as capacidades de algumas das pacientes de “ficar em pé sobre suas próprias pernas”, que conversei com ele por duas horas, esquecida do brilho do sol e das escarpas acinzentadas no horizonte distante.

Suas descobertas confirmaram algo que eu havia notado em meus dez anos dando treinamento de voz — para falar em público e fazer apresentações — no Instituto Woodhull, uma academia de liderança para mulheres da qual fui cofundadora. Parte de meu treinamento envolvia ensinar jovens mulheres a ficar em pé, “dominando seu espaço” enquanto falavam — ou seja, como ocupar aquele espaço de um metro quadrado em um palco imaginário. Notei várias vezes, ao longo dos anos, que havia uma minoria de moças que simplesmente não conseguia se manter sobre suas pernas — elas não conseguiam ficar paradas, retas, eretas, não interessa o quanto desejassem fazê-lo, continuavam imperceptivelmente a balançar de um lado para o outro.

Os ombros dessas mesmas mulheres pareciam ceder, com uma ausência de energia, sob minhas mãos, sem a resistência natural que os ombros das outras moças apresentavam quando eu ajustava sua postura. Finalmente, esse mesmo grupo de mulheres tendia a ter uma voz contrita: a tensão na laringe frequentemente fazia que

sua voz fosse aguda e infantil. Quando praticávamos exercícios de voz para abrir a garganta e o diafragma, duas coisas aconteciam quase todas as vezes: sua voz se aprofundava para um registro mais natural e autoritário, e elas explodiam em soluços.

Era frequente que essas moças, depois de chorar profundamente e depois de passar com sucesso pelos exercícios de oratória com sua “nova” voz e abrir sua garganta e peito, passassem por uma incrível transformação — um brilho, uma radiância, uma nova autenticidade e vitalidade, como se houvessem acabado de entrar “em foco”. Percebi várias vezes que as jovens mulheres que apresentavam essa constelação de “sintomas” haviam sofrido agressões sexuais na infância ou adolescência, ou haviam sido estupradas. Notei que esse grupo de sintomas era muito diferente dos apresentados pelas outras jovens do programa que haviam sofrido traumas tão severos quanto as outras, mas que não tinham uma natureza sexual.

Portanto, quando o dr. Richmond compartilhou comigo suas conclusões de que, entre as pacientes que não resistiam a ser “empurradas”, havia uma alta incidência de agressão sexual ou estupro, fiquei petrificada.

O dr. Richmond me contou que algumas de suas pacientes chegavam com um sintoma chamado “balanço postural fóbico” — o que significava que balançavam sob estresse e podiam ser empurradas com muita facilidade. Outras apresentavam um “distúrbio de conversão da marcha” — sua marcha variava, apesar de não haver nada de aparentemente errado com a parte física delas. Outras apresentavam uma “vertigem visual”, ou seja, sentiam-se tontas sem motivo óbvio. Outro grupo de sintomas que ele encontrou frequentemente relacionado ao estupro incluía a sensação de cair continuamente e a náusea matinal.

Em um grupo de mulheres que percebi que caíam com facilidade em um teste no qual as empurrava, eu perguntava se havia um histórico de abuso sexual — e frequentemente havia. Isso é uma tendência: não faço essa pergunta a todas as minhas pacientes. Ou melhor, não pergunto àquelas que não apresentam esses sintomas se foram abusadas sexualmente. Mas é efetivo perguntar sobre abuso



sexual quando esses sintomas aparecem, porque isso pode levar ao teste de diagnóstico correto.

— Ou seja, você pode empurrar mulheres que foram vítimas de estupro e abuso sexual com mais facilidade que outras? — perguntei.

— Sim — dr. Richmond confirmou. — Se eu peço a essas mulheres que fechem seus olhos e fiquem em pé, pode haver um pequeno balanço. A maior parte das pessoas não tem nenhum balanço perceptível. Se você empurra de leve uma pessoa, ela resiste. Ela não dá um passo para o lado ou cai, ou perde o equilíbrio. Mas essas mulheres, sim. Se você as empurra, elas caem repetidas vezes. Você as tem que ajudar a não cair. É uma resposta física desproporcional que não é congruente com seu funcionamento físico. Elas têm força normal, reflexos normais, funcionamento físico normal e não têm déficit neurológico objetivo — não há lesões vestibulares ou cerebrais que poderiam causar achados semelhantes, por exemplo. Essas mulheres não têm evidência física de problemas neurológicos, mas seu corpo reage como se *tivessem* um problema neurológico. Uma vez as instruí a resistir — completou o dr. Richmond sobre suas pacientes —, e aí eu podia empurrá-las com toda minha força, e elas ficavam sólidas como uma rocha.

Isso me surpreendeu: quando você diz a uma sobrevivente de estupro que resista, seu corpo reage de forma diferente.

— Portanto, é aquela coisa entre o corpo e a mente.

— Exatamente, pelo que dá para perceber. Acho que meu papel como médico e autoridade “permite” que elas resistam. A estabilidade está lá, uma vez que elas tenham “recebido a permissão” para resistir. Essas são as mesmas pacientes que, se empurradas, caem com muita facilidade.

Para reafirmar o que o dr. Richmond estava dizendo: as vítimas de estupro são, algumas vezes, literalmente “desestabilizadas” pelo estupro.

Eu me perguntei sobre a relação entre essa informação e a conexão vagina-cérebro: será que a agressão à vagina também afetava o cérebro, ou será que essa era uma impressão não relacionada, mas igualmente intrigante no cérebro, originada do abuso sexual?

— Não há dúvidas de que, quando o trauma alcança níveis extremos, você identifica isso no corpo — prosseguiu o dr. Richmond. — Não pergunto a todas sobre abuso sexual, mas, quando vejo esse padrão e pergunto sobre o abuso, é impressionante a frequência da resposta positiva. Digo que é uma variável interativa. Pode haver outras coisas acontecendo, mas essa questão do abuso sexual precisa ser incorporada ao tratamento se você quiser uma explicação para o motivo de esses sintomas aparecerem para essa pessoa nesse momento. Elas têm várias camadas de problemas médicos que se acumulam ao longo do tempo, de obesidade e enxaquecas a distúrbios de saúde mental.

— Por causa do abuso sexual? — perguntei.

— Sim — respondeu ele.

— Entendo que você está dizendo que não podemos afirmar que apenas uma coisa é a causa. Mas me parece que está dizendo que o efeito do abuso sexual sobre o corpo feminino devia ser um campo de estudo.

Dr. Richmond concordou:

— Ninguém entende plenamente os “distúrbios de conversão” — explicou. — O termo se refere a uma anormalidade física gerada por um estado mental.

A expressão popular para os distúrbios de conversão é hipocondria, ou “está tudo na sua cabeça”. Em um distúrbio de conversão, a pessoa sofre um sintoma real, mas a causa aparentemente não é física.

Diz o dr. Richmond:

— Apesar de aparentemente não haver nada de errado com essas pacientes, precisamos levar a sério o que está acontecendo com essas mulheres. Seus sintomas podem ser causados por uma anormalidade no cérebro, gerada por traços anormais na memória ou um circuito neural anormal. Se uma pessoa é agredida repetidamente, desenvolve toda uma resposta motora comportamental a essa agressão. Pode ser que, mais tarde, a vítima consiga dissociar passivamente e sentir: “alguém está fazendo alguma coisa ao corpo de alguém, mas não é ao meu corpo”.

Segundo o dr. Richmond, uma resposta aprendida a uma agressão pode ser carregada por toda a vida.

Contei a ele que estava estudando a mutilação no nervo pélvico em vítimas de estupro violento em Serra Leoa e a interrupção na entrega de dopamina no cérebro causada pela lesão. Expliquei que queria entender se e como a agressão sexual à vagina poderia ter um efeito físico no cérebro feminino.

— Eu argumentaria — disse ele — que é o cérebro que afeta o corpo após o trauma. Você tem a lesão direta ao nervo durante a agressão vaginal, como no caso de Serra Leoa, mas é o cérebro que afeta todo o sistema depois disso, ou separadamente do trauma maior. No Ocidente, você encontra esses efeitos nas mulheres como resultado de trauma sexual de tipos menos óbvios. O comportamento é uma resposta global: se alguém a está agredindo, seu sistema visual é afetado; seu sistema auditivo é afetado; são todos integrados, e seu cérebro está continuamente aprendendo novas reações ao trauma.

Reafirmei:

— Portanto, é acurado dizer que, se alguém agride uma mulher sexualmente, mesmo que não haja “violência”, há uma agressão física ao cérebro.

— Sim — ele repetiu. — Acho que é justo dizer isso. — Pensou mais um pouco. — Eu tive uma paciente que teve uma história de abuso sexual na infância. Como adulta, ela apresentava aversão a

certos sons: essa é uma doença chamada misofonia, uma resposta emocional espontânea a certos sons. Imagine como você se sente quando alguém arranha um quadro-negro. Para as pessoas com esse distúrbio, um clique ou o som de alguém mastigando pode se tornar intolerável, emocionalmente abrasivo. O distúrbio adulto pode ter alguma ligação original com o abuso sexual que ela sofreu do pai. Ela se lembrava dele em um canto, fazendo esses sons, e essa era uma memória conectada ao abuso.

Falei a ele, como resposta a isso, do quebra-cabeça que havia me perseguido por tanto tempo sobre a recuperação de mulheres vítimas de estupro — tantas mulheres que, por meio da terapia, haviam lidado intensivamente com os efeitos psicológicos do estupro, que tinham uma boa resposta sexual antes do estupro, que tinham parceiros amorosos, carinhosos e seguros e que simplesmente não conseguiam aproveitar o sexo novamente da mesma forma que antes da violação.

— Então — perguntei ao dr. Richmond —, será que essa descalibração do sistema nervoso autônomo após o trauma sexual pode explicar o que observei em sobreviventes de estupro — que podem estar tendo problemas com a excitação e o prazer sexual depois da agressão em parte por causa de mudanças físicas reais no sistema nervoso autônomo devido a esse trauma?

— Se o estupro ou a agressão sexual pode induzir a uma modificação permanente no sistema nervoso autônomo? Pode-se dizer que sim. A literatura confirma isso cada vez mais. Os sistemas de algumas pessoas podem torná-las mais vulneráveis a isso. Pode ser que algumas mulheres sejam mais resistentes que outras, alguns homens sejam mais resistentes que outros contra o distúrbio pós-traumático, em termos de um possível dano ao sistema nervoso autônomo após o trauma sexual. Mas qualquer que seja sua ênfase, fica claro que, quando as pessoas passam por experiências extremas fora do normal, essas experiências vão ter um efeito sobre as populações vulneráveis e vão afetar o sistema nervoso autônomo.

De fato, outros estudos recentes confirmam que as mulheres que passaram por estupro ou foram abusadas sexualmente na infância apresentam diferenças cerebrais mensuráveis fisicamente em comparação com mulheres que não foram abusadas. Essas diferenças incluem alterações no tamanho e ativação do hipocampo e nos níveis de cortisol.<sup>[3]</sup>

Em outras palavras, quando uma mulher é estuprada (e aí pode ser um homem também, apesar de que os dados aqui sejam baseados em vítimas femininas), ou se ela é sexualmente abusada na infância, seu corpo pode ser reprogramado, possivelmente *pele resto da vida*, de formas que vão incutir medo, respostas ao estresse liberadas com maior facilidade e uma aversão ao risco latente no próprio tecido neural de suas respostas ao mundo; e isso, como veremos, no caso das alterações do hipocampo, pode até interromper sua habilidade de processar a memória recente que ajudaria a fortalecer seu sentido de ser atual.

Para pelo menos uma das pacientes do dr. Richmond houve um sintoma vocal associado ao trauma sexual. Ele me disse:

— Tenho um caso muito interessante. Parece que essa paciente tinha episódios de uma “afasia expressiva”: por longos períodos de tempo, ela tinha uma incapacidade completa de falar. Ela havia sofrido um abuso horrendo antes dos dois anos de idade — quando estava na fase pré-verbal. A resposta comportamental e física dessa pessoa a situações de estresse depois de adulta era regressar a essa fase pré-verbal.<sup>[4]</sup>

Um estudo amplo confirmou que muitos problemas de saúde, aparentemente não relacionados ao estupro original, podem aparecer após um crime sexual: Roni Caryn Rabin, que escreveu “Aproximadamente uma a cada cinco mulheres na pesquisa americana declarou que já foi agredidasexualmente” no *The New York Times*, relata que muitos problemas de saúde podem se seguir ao estupro: a Pesquisa Nacional de Violência Sexual e Doméstica, apoiada pelo Instituto Nacional de Justiça e pelo

Departamento de Defesa, disse ela, analisou 16.507 adultos. Um terço das mulheres declarou já ter sido vítima de estupro, agressão física ou assédio moral, ou uma combinação dessas formas de agressão. Nesse estudo, o estupro foi definido como “a penetração completamente forçada, a penetração forçada facilitada pelas drogas ou pelo álcool ou a tentativa de penetração forçada”. Por essa definição, “a cada ano, 1,3 milhão de americanas podem ser vítimas de estupro ou tentativa de estupro”. (Um a cada 71 homens já foi estuprado, segundo o mesmo estudo.) “A maioria das mulheres que declararam ter sido vítimas de violência sexual, estupro ou assédio relatou sintomas de estresse pós-traumático.”

Outros problemas de saúde surpreendentes e aparentemente não relacionados também têm relação com a agressão sexual. As vítimas de violência sexual, em comparação com as outras mulheres, apresentam taxas mais altas de asma, diabetes, síndrome do intestino irritado, dores de cabeça, dores crônicas, dificuldades no sono, limitação da mobilidade ou uma saúde frágil em geral, além de uma maior incidência de problemas de saúde mental. Essa ligação entre a violência sexual e outros problemas crônicos de saúde em outros sistemas corporais aparentemente não relacionados à agressão confirma as descobertas de estudos menores reportados por Lisa James, diretora médica da organização sem fins lucrativos Futures Without Violence: seus dados também sugerem que mesmo um único ato de violência sexual pode afetar cronicamente a vítima com problemas de saúde aparentemente não relacionados. <sup>[5]</sup>

Portanto, será que todo estupro tem a ver com agressão sexual ou neurose masculina? Ou será que a presença constante do estupro também serve para reprogramar as mulheres em um nível físico muito básico, para serem menos corajosas, menos seguras, menos robustas em outros campos e para que passem o resto da vida, potencialmente, com um sentido do ser menos estabilizado?

Logo depois disso, conversei com um guru do Tantra chamado Mike Lousada, com uma osteopata chamada Katrine Cakuls, li um livro escrito por uma especialista em energia chamada Tami Lynn

Kent<sup>[6]</sup> e entrevistei minha própria ginecologista, dra. Coady. Todos eles descreveram uma constrição na musculatura da vagina como resposta ao trauma. A dra. Coady identifica o sintoma como vaginismo. Mike Lousada descreve “nós” na musculatura vaginal de sobreviventes de estupro. Tami Kent observa que a constrição muscular na vagina pode causar outros tipos de desequilíbrio no resto do corpo, além de identificar que ela está presente em mulheres “rígidas” emocionalmente — mulheres que passaram por escândalos sexuais ou experiências piores no passado.

Katrine Cakuls é osteopata craniana em Manhattan, com treinamento altamente especializado na abordagem osteopática craniana, que cura mulheres usando, entre outros tratamentos, um trabalho interno não sexual na vagina. Ela também está certa de que as emoções afetam a sensibilidade vaginal feminina e o tônus muscular e podem exacerbar patologias vaginais e de outros tipos. Com base em sua prática, ela acredita que, quando “libera” a tensão na vagina, possa liberar outras questões emocionais na mente feminina que podem ter ficado presas, soltando áreas da criatividade e saúde sexual de mulheres que sofriam de baixa vitalidade. Tami Lynn Kent, autora do best-seller *Wild Feminine: Finding Power, Spirit & Joy in the Female Body*, é uma terapeuta corporal que faz massagem vaginal não sexual. Ela tem um grupo de seguidores no país todo que compartilham suas crenças e fazem o mesmo trabalho. Sua visão é de que diferentes quadrantes da vagina contêm diferentes tipos de emoções bloqueadas e que estas podem ser liberadas por meio de manipulação interna.

Entrevistei clientes de terapeutas corporais especializados em massagem vaginal não sexual ou ajuste osteopático, e muitos deles disseram que o tratamento íntimo e anticonvencional havia efetuado curas emocionais marcantes. Tudo isso, é claro, teria sido considerado à margem de qualquer tratamento médico formal até muito recentemente. Mas a medicina e a ciência, em alguns lugares, estão começando a considerar as evidências empíricas dos osteopatas cranianos e terapeutas corporais. Yoon *et al.*, como

veremos, concluíram recentemente que o estresse e o trauma de fato afetam o próprio funcionamento da vagina.

Comentei ao dr. Richmond:

— Parece-me que as mulheres que apresentam sintomas que podem resultar de abuso sexual são dispensadas por profissionais da medicina como histéricas quando não há causa física — ou transformadas em casos de loucura patológica pelos psiquiatras.

— Muitas mulheres diriam isso — ele respondeu. — As mulheres não querem ouvir dos seus médicos: “está tudo na sua cabeça”, e, da mesma forma, muitas têm medo de ir ao psiquiatra, pois não querem ser tachadas de loucas devido aos seus sintomas, quando sabem muito bem que não são. Como o campo crescente da neuropsicoimunologia demonstra, a conexão mente-corpo é muito real. A ciência agora está desenvolvendo ferramentas para objetivamente demonstrar essas mudanças e refletir o nosso maior entendimento das respostas complexas entre cérebro e corpo: as formas funcionais como as memórias são estabelecidas e as respostas físicas que acompanham. — E concluiu: — Para mim, é fácil falar: “Está tudo na sua cabeça”. Ou seja, tudo o que é neurológico é real, e pode estar tudo na sua cabeça.

O que o dr. Richmond estava concluindo por meio de sua experiência tem sido documentado em estudos recentes. Há cada vez mais evidências, apesar de preliminares, de que o estupro e o trauma sexual na infância podem de fato “ficar no corpo” — até mesmo permanecer na vagina — e modificá-lo no nível mais íntimo e sistêmico. A recuperação é possível, mas o tratamento deve ser especializado. O estupro e o trauma sexual infantil podem modificar permanentemente o sistema nervoso simpático — tão crucial para a excitação sexual feminina. E se a mulher não tem acesso ao tratamento correto, pode afetar sua respiração, os batimentos cardíacos, sua pressão sanguínea e suas reações instantâneas de uma forma que não está em seu controle consciente.



Pelo menos um grande estudo realizado em 2006 confirma que um histórico de abuso sexual não apenas desregula o sistema nervoso simpático — criando, como o dr. Richmond viu, uma “linha basal” mais elevada para a ativação do SNS em mulheres sexualmente traumatizadas —, mas também pode levar a vagina a reagir diferentemente — menos efetivamente, com menor intumescimento — no exercício e até mesmo na visualização de material erótico nas mulheres estudadas.

As pesquisadoras Alessandra Rellini e Cindy Meston, quando estavam no departamento de psicologia da Universidade do Texas, confirmaram que o trauma sexual na infância pode realmente afetar e danificar não apenas a psicologia, mas também a fisiologia da vagina — e da excitação sexual feminina — anos após o trauma. <sup>[2]</sup> Checaram os níveis de cortisol da saliva de mulheres, elevaram as reações de seu SNS por meio de exercícios e mostraram a elas vídeos eróticos. Mediram o “pulso vaginal” das mulheres — a facilidade de seu intumescimento vaginal — por meio da força do fluxo sanguíneo na região.

Rellini e Meston encontraram diferenças significativas nas medidas de pulso vaginal nas mulheres que passaram por abuso sexual traumático em seu histórico, comparado com as que nunca sofreram abuso.

Rellini e Meston, como o dr. Richmond, encontraram atividade excessiva na linha basal do SNS em mulheres que sofreram trauma por abuso sexual. Esse SNS desregulado, confirmaram, afeta a vida sexual das mulheres posteriormente, já que um SNS equilibrado (e não excessivamente ativado) é crítico para a excitação feminina. As autoras concluíram que mulheres com histórico de abuso sexual apresentam uma atividade aumentada na linha basal do SNS, confirmando o trabalho de outros pesquisadores.

Em outras palavras, as mulheres podem ficar sexualmente excitadas com maior facilidade quando o SNS está funcionando bem; e o trauma do estupro ou abuso infantil parece interferir no equilíbrio do SNS em várias mulheres. (É interessante analisar esses

dados por vários motivos: o corpo de mulheres estupradas não reage da mesma forma a exercícios. Há uma notável diferença de peso entre as mulheres estudadas que sofreram abuso e as que não sofreram. As mulheres que sofreram abuso e estresse pós-traumático são em média quinze quilos mais pesadas que o grupo de controle. Essa diferença poderia certamente ser explicada por vários fatores, mas isso requer mais investigação.)

As autoras chamam a atenção para o fato de que não há muita pesquisa sobre o efeito de trauma sexual sobre os relacionamentos das mulheres e que a pesquisa que existe tende a se focar em tratamentos cognitivos em vez de investigar a biologia do trauma.

A despeito do impacto detrimetoso do distúrbio de estresse pós-traumático nos relacionamentos das mulheres, apenas poucos tratamentos foram desenvolvidos para os casais que sofrem com problemas vividos pelas sobreviventes de abuso sexual infantil com distúrbio pós-traumático. <sup>[8]</sup>

Poucas terapias abordam a disfunção sexual experimentada por essa população. <sup>[9]</sup>

As pesquisadoras fornecem mais explicações para suas descobertas:

Estudos conduzidos em mulheres com um histórico de [abuso sexual infantil e distúrbio de estresse pós-traumático] apresentam atividade aumentada no sistema nervoso simpático em sua linha basal. Durante uma experiência estressante, o SNS é ativado e libera catecolaminas, tais como a noradrenalina, que aumenta a disponibilidade de glicose, o batimento cardíaco e a pressão sanguínea. <sup>[10]</sup>

Após um estressor não traumático, o corpo retorna a seu estado original. Entretanto, após um trauma, a homeostase do indivíduo é frequentemente alterada, e isso é associado com o desenvolvimento do distúrbio pós-traumático. A literatura sobre veteranos e adultos sobreviventes de maus-tratos na infância mostra que os níveis basais de atividade do SNS são mais altos em sobreviventes de trauma com distúrbio pós-traumático que no grupo de controle de mulheres saudáveis. <sup>[11]</sup>

Todos nós já vimos filmes sobre veteranos de guerra que se assustam ao ponto de sentir o coração disparar e hiperventilar com

o mero estouro de um escapamento. De acordo com esse estudo, as sobreviventes de trauma e abuso sexual infantil apresentam o mesmo tipo de desequilíbrio geral e crônico do sistema responsável pela respiração, batimento cardíaco e pressão sanguínea:

“Danos ao eixo hipotálamo-pituitária-adrenal (HPA) também são encontrados em mulheres com distúrbio de estresse pós-traumático; estes incluem altos níveis de hormônio adrenocorticotrófico (ACTH), níveis reduzidos de cortisol e uma regulação baixa dos receptores de glicocorticoide (...) Níveis baixos de cortisol podem levar à atividade excessiva do SNS, que pode causar um alto gasto energético e ajuste mal-adaptado aos estressores subsequentes. [\[12\]](#)”

Esse pode ser o mesmo desequilíbrio e hiperativação à qual se referia o dr. Richmond. Ele e outros já ligaram a ativação elevada do SNS a vários problemas de saúde aparentemente não relacionados ao trauma sexual original, de vertigem e problemas com controle motor a baixo processamento visual, pressão alta e respostas instantâneas elevadas. Tradução: as mulheres que passaram por traumas sexuais passam por modificações cerebrais que danificam o sistema corporal que regula a reação ao estresse.

Como isso se relaciona com a resposta sexual feminina prejudicada ao longo do tempo, resultante do trauma sexual? “Estima-se que o SNS tenha um papel fundamental nos estágios iniciais da excitação sexual feminina”, enfatizam as autoras.

“Um estudo adicional, conduzido por Meston e Gorzalka em 1996, apoia a ideia de que pode haver um nível ótimo para a atividade do SNS na facilitação da excitação sexual e que muita ou pouca atividade do SNS pode ter um impacto negativo sobre as reações sexuais fisiológicas”, apontam elas. Em outras palavras, as mulheres têm que ter um nível equilibrado de atividade do SNS para se sentir excitadas. Sentir-se apavorada, aterrorizada ou ameaçada frequentemente prejudica a resposta sexual feminina. Já que os níveis de atividade do SNS aumentam naturalmente durante o sexo, a hipótese desse estudo é que para as mulheres traumatizadas, cuja linha basal do SNS é elevada, o sexo desequilibra o funcionamento

do SNS e prejudica a excitação. As autoras sugerem isso em linguagem científica:

É concebível que, quando mulheres com distúrbio pós-traumático se engajam em comportamento sexual, suas linhas basais do SNS se tornem excessivamente ativadas (...) Isso pode ter um impacto negativo em suas respostas sexuais fisiológicas. Hipoteticamente, isso poderia explicar a alta incidência de dificuldade de chegar à excitação sexual notada em mulheres com um histórico de abuso sexual infantil e distúrbio de estresse pós-traumático. <sup>[13]</sup>

O estudo buscou investigar essa hipótese — e as autoras concluíram que suas descobertas confirmaram que ela é verdadeira.

Portanto, o trauma do estupro ou do abuso sexual infantil pode levar a um desequilíbrio do sistema nervoso simpático, que, por sua vez, leva a uma incapacidade ou deficiência física da vagina de intumescer com sangue mediante a visualização de material erótico — mesmo que essa excitação esteja acontecendo muitos anos após o ataque original. Em outras palavras, o trauma do estupro e do abuso sexual infantil pode, de fato, prejudicar o funcionamento da vagina. Pode impedi-la de intumescer para o sexo muitos anos depois. Pode afetar o sistema que, no corpo masculino, permitiria que um homem chegasse à ereção em diferentes graus.

O estupro e o trauma sexual podem quebrar o delicado equilíbrio físico que dá suporte ao sistema psicológico da excitação feminina. Parece que o efeito retardado do trauma sexual pode desregular a fisiologia da excitação sexual — deixando de lado a psicologia do evento e seus muitos efeitos emocionais.

O estupro tende a ser entendido, até mesmo por promotores de justiça — caso não haja arma envolvida, nenhuma outra agressão física, nenhum sangue e nenhum ferimento visível —, como se fosse “apenas” sexo forçado, em vez de um ato altamente violento que resulta em danos físicos de longa duração. Mas a nova ciência mostra que o “mero” medo e a “mera” violação, quando impostos à vítima por meio de uma agressão sexual “não violenta”, até mesmo em um estupro durante um encontro, podem deixar impressões e

lesionar o cérebro e o corpo feminino de forma mensurável e duradoura. De fato, a dra. Coady acredita que o abuso e a agressão sexual possam afetar a experiência da dor física mais tarde, durante a vida da mulher, e novos dados correlacionam o trauma sexual à percepção de dor crônica aparentemente não relacionada em alguns casos — ou seja, se você é estuprada ou sofre abuso sexual infantil e mais tarde na vida sofre uma enfermidade “não relacionada”, sentirá mais dor que as mulheres no grupo de controle sem isso no histórico. Ela acredita tanto nesse resultado potencial do estupro que diz que “poderíamos substituir a palavra ‘estupro’ por ‘dor’”.

Com certeza, essa nova ciência nos levará a oferecer algum tipo de apoio às vítimas de estupro que vá além do aconselhamento verbal, emocional. Talvez nos leve ao desenvolvimento de práticas padronizadas para o tratamento de vítimas de estupro “sem violência”, incluindo terapia com profissionais especializados em transtorno do estresse pós-traumático e em tratamentos comportamentais/neurológicos, como os usados no Hospital Bellevue na cidade de Nova Iorque, para ajudar o SNS e o cérebro a se recuperar fisicamente. Outra possibilidade é a de que os processos civis impetrados por vítimas de traumas sexuais passem a utilizar evidências de questões médicas tardias ou testes de reações ao estresse para exigir indenizações de estupradores em casos em que os tribunais não conseguiram o ressarcimento adequado. Esse trauma e suas consequências físicas podem ser tratados — mas isso exige um tratamento que incorpore a ciência do transtorno do estresse pós-traumático.

Se vistos dessa forma e com essas evidências significativas, o estupro e o abuso sexual, com o consequente trauma, devem ser entendidos não apenas como uma forma de sexo forçado, mas também como uma forma de lesão ao cérebro, ao corpo e até como uma variante da castração.

Para que minha tese se tornasse mais sólida, eu precisava de um grupo de controle. Obviamente, seria antiético danificar o nervo pélvico de mulheres ou interferir em seus orgasmos deliberadamente para ver o que acontece com o cérebro feminino quando as substâncias químicas adequadas não chegam a ele pela rede neural pélvica. Estudos assim não existem. Portanto, é preciso estudar o que acontece com as mulheres que sofreram danos a esse sistema mente-corpo por uma doença, ou que passaram pelo trauma de um estupro. Veríamos alterações nos níveis de confiança, criatividade, senso de conexão e esperança dessas mulheres que eu queria investigar? Fazia sentido ter uma conversa com Nancy Fish. Nancy sabe tudo sobre o trauma à vagina, tanto como paciente quanto como terapeuta de vítimas de vulvodínia — que significa “dor vaginal” — e dano ao nervo pélvico. Ela é terapeuta na SoHo Obstetrics and Gynecology, a clínica da dra. Deborah Coady, a mais avançada em vulvodínia nos Estados Unidos. Nancy lidera o grupo de apoio a pacientes de vulvodínia na clínica e é coautora, junto com a dra. Coady, do livro *Healing Painful Sex*.

A vulvodínia é, em geral, uma doença mal compreendida que afeta, em algum momento da vida, um número chocante de mulheres — 16% de todas as mulheres, segundo a pesquisa da dra. Coady e de Nancy Fish. (Uma pesquisa da *Newsweek* revelou que entre 8% e 23% das mulheres relatam elas mesmas sofrerem dores sexuais, e, portanto, os números da dra. Coady e Nancy Fish, que a princípio me pareceram exagerados, são uma média confirmada.)

Quando uma mulher sofre de vulvodínia, isso significa que alguma coisa está inflamando ou irritando uma parte de sua rede neural pélvica, causando dor na vulva, na vagina e até no clitóris, o que leva a um sexo doloroso. Eu sabia, depois de entrevistar várias mulheres que sofrem de vulvodínia, que elas tinham aquela mesma qualidade de “uma luz apagada do olhar” todas as vezes que sua doença piorava e que imediatamente sua radiância retornava quando melhoravam. É claro que essa é uma observação empírica e não científica, e é claro que ficam deprimidas por razões claras quando estão sofrendo. Mas eu precisava saber: será que sua depressão se

devia principalmente à própria dor e à conseqüente miséria de não ser capaz de ter uma intimidade sexual normal? Ou será que envolvia também esse grande desequilíbrio neural do *loop* de *feedback* entre cérebro e vagina?

Em uma manhã de maio de 2011, eu me sentei na varanda de minha casa com Nancy Fish e a entrevistei. Enquanto falávamos, sua voz era baixa — ela própria estava se recuperando de uma cirurgia de liberação do nervo pélvico pinçado —, mas ela afinal conseguiu elevar a voz além do nível que sua energia permitia para responder a todas as perguntas.

Terapeuta treinada na Universidade de Columbia, Nancy Fish tem sua clínica no condado de Bergen, Nova Jersey, trabalhando com mulheres com vulvodínia, além de seu trabalho na clínica do SoHo.

— Vejo mulheres jovens, mais velhas, solteiras, casadas, heterossexuais, bissexuais, de todas as áreas da vida — ela explicou. — Há tal diversidade em minha clínica, que é uma forma de saber que essa é uma doença médica e não psicológica.

Nancy fala abertamente do fato de que ela mesma sofreu essa doença por muitos anos.

Nancy explicou que a vulvodínia é mais uma das conseqüências do nervo pélvico pinçado, mas, em vez de causar uma ausência de sensações, a mulher com vulvodínia experimenta dor. Contei a ela sobre minha teoria de que o nervo pudendo ajuda a transmitir sentimentos de bem-estar ao cérebro feminino, e assim a vagina media o senso que a mulher tem de seu próprio ser.

— Será que isso faz sentido, pela sua experiência? Ou é uma teoria louca? — perguntei.

— Ah, não — ela disse —, isso é inteiramente normal. Sempre que há um problema na região vulvovaginal, isso afeta todo o sentido do ser. Muitas mulheres se sentem *loucas* por achar que todo seu sentido de ser está envolvido com a vagina, mas digo a elas que não estão. Sentir dor ou desconforto nessa parte de seu corpo não é

como ter dor em qualquer outro lugar. As pessoas falam a respeito de dor ciática ou enxaqueca e se sentem muito à vontade falando sobre isso. Mas a maioria das mulheres tem vergonha de falar de dor nessa parte do corpo. Então, além de você andar por aí com essa dor horrível, não pode falar sobre o assunto.

— Imagino que a dor vulvovaginal tenha sido “lida” como psicológica nas últimas décadas.

Nancy concordou:

— O que as mulheres sempre dizem é que é uma coisa da cabeça delas. A ansiedade e a depressão certamente pioram a dor. Mas jamais encontramos uma mulher cujas causas da dor fossem psicológicas. São sempre físicas.<sup>[14]</sup> A maior parte dos médicos não tem ideia do que há de errado com essas mulheres. Uma paciente vai a uma média de sete médicos antes de ter um diagnóstico acurado e frequentemente ouve as coisas mais estranhas. Fui a uma médica louca que trabalha nessa área e que se considera uma verdadeira especialista. Ela me disse que eu tinha uma deficiência severa de vitamina D — ela jamais me examinou internamente! Jamais mencionou o assoalho pélvico! E ela ainda clínica — apesar de eu ter aberto um processo contra ela no Conselho de Medicina.

Eu me perguntei se essa ligação tão forte entre o sentido do ser e o bem-estar da vagina seria evolucionária ou neurobiológica. Já ouvi tantas mulheres de tantas culturas e classes econômicas diferentes dizerem que se sentem um “lixo” quando passam por um trauma ou agressão à vagina.

Fui além:

— Com que frequência você ouve a expressão “Eu me sinto um lixo” de suas pacientes?

— Praticamente de todas as pacientes que vejo — ela respondeu.  
— É quase impossível não dizer isso, acho, em certo ponto.

— Sinto — especulei — que há um sentimento de ter a vagina intacta, saudável, que tem a ver com o âmago de ser feminino. Será



que *isso* é loucura?

— Não — ela me garantiu. — Quando seu pé dói, você pode se sentir deprimida; mas isso não afeta seu sentido do ser como quando sua vagina é machucada ou dói.

— Muitas das suas pacientes se sentem deprimidas? — perguntei.

Estava imaginando se a vagina que não está funcionando bem neurologicamente não leva dopamina ao cérebro das pacientes, o que seria justificado.

— *Todas* elas se sentem deprimidas. *Todastêm* depressão — ela enfatizou.

— Você acha que o dano ao nervo na vagina pode ser a causa fisiológica da depressão? — continuei.

— Quando há dor na vagina, todo seu sistema nervoso central é afetado. Tenho certeza de que há processos biológicos acontecendo.

— Como essa depressão se manifesta em suas pacientes?

— É como se dissessem: “Por que comigo? Eu sou uma boa pessoa”.

— É uma depressão existencial — comentei.

— Sim. Já vi jovens cuja vida foi destruída. Pode acontecer de um momento para o outro. Vão da normalidade à dor severa. Tive uma paciente — continuou —, uma executiva. Um dia antes de embarcar em uma viagem de negócios para a Índia, ela apareceu com uma horrível dor clitoridiana. Seu nervo pudendo inflamou. Ela foi para a Índia desse jeito e passou o tempo todo morrendo de dor. Tentou comparecer a todas as reuniões. No hotel, ela punha um saco de gelo entre as pernas e começava a beber. Ela disse que, se tivesse que passar o resto da vida assim, se mataria. A maior parte das minhas pacientes tem ideias suicidas.

— Você está me dizendo — confirmei — que isso é diferente de pacientes que têm uma dor igualmente severa em outros lugares?

Há outra coisa específica sobre a dor na vagina que faria que essas mulheres quisessem se matar?

— A incapacidade de ter uma intimidade normal torna tudo mais desesperador, apesar de eu já ter conhecido homens incríveis, que dão muito apoio.

— E como é para as mulheres que nunca foram capazes de usar sua vagina de forma saudável?

— Não se sentem completas.

— De uma forma diferente que uma pessoa amputada? — continuei a reformular a pergunta porque queria ter certeza de que estava isolando a dor vaginal da dor física em geral.

— Sim — ela afirmou. — Enquanto estava passando pela vulvodínia, passei também por uma mastectomia lateral. Foi muito fácil em comparação à vulvodínia. Eu me sentia feia, como se meu marido não quisesse me tocar. A certa altura, disse [ao meu marido]: “Por que você não sai por aí e arruma uma amante?”. Eu me sentia tão mal por ele não poder ter uma penetração típica. Minhas clientes me contaram que já disseram a mesma coisa a seus parceiros. As mulheres acham que seus parceiros vão deixá-las. Elas não se sentem mulheres completas.

Perguntei a ela se havia alguma mensagem a respeito da vagina que ela quisesse passar às mulheres que leriam a entrevista.

— As mulheres têm tão pouco entendimento do próprio corpo — porque a ciência deixa a desejar, é o que estou descobrindo — ela disse. — A ciência deixa a desejar. Se as pessoas tivessem um melhor entendimento da biologia das mulheres, essa área seria menos estigmatizada.

— Você está dizendo que a ciência moderna não é distribuída amplamente o suficiente para que as mulheres entendam sua vagina, vulva e pelve, e, portanto, as mulheres não entendem a si mesmas?

— Sim — disse Nancy.

— Portanto, a ciência ainda está na idade das trevas em relação à vagina, e as mulheres também?

— Sim. Estamos *enfiados* na idade das trevas em termos de cuidados médicos e entendimento na área da vagina.

— Eu nem sabia que tinha um nervo pudendo — comentei.

— Ah, meu Deus! Quando eu digo “nervo pudendo”, ninguém sabe do que estou falando. Nem as pessoas da área médica sabem do que estou falando! As mulheres precisam ficar mais à vontade com sua vagina. Quando as mulheres começaram a ir ver a dra. Coady, ninguém havia ouvido falar do nervo pudendo, não sabiam o que eram os músculos do assoalho pélvico, quais eram suas conexões com a vagina e como isso pode afetar sua vida sexual. Algumas mulheres não sabem nem onde ficam os lábios da vagina, ou o clitóris. Deb sempre dá a elas um espelho.

— O que acontece quando as mulheres são curadas e podem usar sua vagina normalmente de novo? — perguntei.

— Leva tempo — ela respondeu. — Algumas mulheres sempre terão algumas precauções com a região.

Nancy explicou que algumas das suas clientes diziam que, mesmo depois de recuperadas, se sentiam como se “sua sexualidade houvesse sido amputada”.

— Elas têm ansiedade — ela continuou. — Têm uma hipervigilância a respeito de tudo que fazem.

— Então, a experiência da dor ou do trauma na vagina, *mesmo depois de encerrada*, deixa algumas cicatrizes psicológicas nas mulheres, ansiedade, hipervigilância, um sentimento de amputação de um aspecto-chave de seu ser, que são difíceis de ignorar, mesmo depois que a vagina já esteja “melhor”? — perguntei.

Pensei de novo em todas aquelas mulheres em Serra Leoa movendo-se como fantasmas em um acampamento fantasma. Pensei em todas as mulheres que conheci no Leste Europeu ou nos

Estados Unidos, que haviam sido estupradas e que ainda andavam por aí “sem a luz no olhar”, como diria Jimmie Briggs.

Perguntei a ela se suas pacientes relatavam alguma diminuição no entusiasmo, excitação ou criatividade quando a vagina delas estava tão — na falta de um termo melhor — desesperada.

— Ah, sim — ela confirmou com um ar de certeza. — Tudo, *tudo* fica sem relevo: os sentimentos a respeito do trabalho, dos amigos, dos parceiros, dos familiares. A percepção delas muda por causa da forma como se sentem a respeito delas mesmas. Começam a se sentir lesionadas e projetam isso em todo o resto. Sem dúvida, o que elas relatam é o desespero: desamparo e falta de esperança.

— Será que alguém fala em perda de criatividade junto com a lesão vaginal? Você experimentou uma perda de criatividade? — perguntei.

— Quando estou nos piores dias, sim, tudo fica prejudicado — ela disse com tristeza. — Eu me sinto menos criativa em tudo: nas interações com as crianças, com amigos.

— E será que as pessoas recuperam a criatividade e a esperança quando melhoram? — pressionei.

— Sim, recuperam — disse ela pensativamente. — Como qualquer outra perda, o trauma permanece com você em algum nível, mesmo depois que melhora. Mas a esperança, a criatividade, a confiança, elas voltam. Quando as mulheres começam a se curar, elas começam a, mais uma vez, apreciar as coisas em um nível mais profundo. — Ficou silenciosa, pensando. — Esperança, criatividade, confiança... — disse quase que para si mesma e ponderou mais uma vez. — Suas emoções são muito diferentes — confirmou finalmente. — Elas começam a se sentir como pessoas completas de novo, não como um lixo. Será que parecem mais entusiasmadas, mais esperançosas? — ela perguntou de novo a si mesma, conectando minhas perguntas, que eram novas para ela, assim como para mim, à experiência clínica dela. — Sim, *definitivamente* — disse depois de uma longa pausa. — Podem ter relações sexuais de novo. Sua

confiança retorna. E quando recuperam a sensação de serem seres humanos intactos de novo, recuperam um sentido de significado mais profundo. Coisas que pareciam insignificantes antes, enquanto sofriam, voltam a ser significativas: as boas coisas, um sentido de conexão com a família e os amigos.

— E esse sentido de conexão com a família e os amigos se perde ou é prejudicado quando estão em sofrimento vaginal? — repeti.

— Sim, desaparece.

— O que estou tentando identificar é se sua experiência clínica confirma o que agora é apenas uma intuição para mim, com alguns aspectos científicos apontando nessa direção.

— Definitivamente, penso que, com base em minha experiência clínica, o que você está dizendo é válido, muito válido — ela disse. — Um dos tratamentos para dor crônica é o ISRS. É claro que sua noradrenalina e serotonina são afetadas pela dor. Se essa química não está funcionando apropriadamente, isso provavelmente vai afetar seu humor. Psicologicamente, quimicamente. Definitivamente, há uma alteração química quando há qualquer tipo de problema na região da vagina ou vulva. Tem que haver uma alteração química no cérebro feminino. Tudo está conectado. Você pode ter dor lá, então, pode ter dor no nervo periférico, e isso pode afetar o sistema de dor no sistema nervoso central. Há toda uma conexão entre mente e corpo — como um círculo vicioso.

— Seu cérebro está conectado à sua vagina — reafirmei, feliz por ela ter confirmado, de seu ponto de vista muito mais profundo, a possível conexão que eu estava investigando.

— Definitivamente sim — ela disse.

— Então, vou dar um salto maior agora — disse eu. — Há países em que todas as mulheres são colocadas em situações de dor vulvovaginal sistematicamente, por meio de mutilação genital feminina, o que inclui clitorectomia e infibulação. Você diria, com base em sua experiência clínica, que isso poria essas mulheres em

um estado de permanente perda de emoções, anedonia (baixa capacidade de experimentar prazer em geral) e depressão?

— Não vejo como isso possa deixar de acontecer. Tem que haver um dano permanente ao nervo pélvico. Tem que haver dano psicológico quando alguém amputa essa parte de seu corpo [Nancy estava usando uma metáfora. O nervo pélvico fica, na verdade, severamente lesionado]: as mesmas coisas que vejo, imagino. Desespero e falta de esperança.

— É uma hipótese razoável? — perguntei.

— Oh, sim, é razoável. <sup>[15]</sup>

— Se eu puder demonstrar as implicações da ligação cérebro-vagina — refleti —, bem, isso parece explicar coisas que foram feitas à vagina ao longo da história e que de outra forma seriam muito estranhas.

O nervo pélvico da vagina — ao qual estou me referindo também como “nervo pudendo” —, em contraste com o nervo pélvico que termina na próstata, reto e pênis masculinos, é terrivelmente vulnerável fisicamente. Pode ser lesionado ou irritado no parto, na episiotomia e de outras formas menos dramáticas. O sistema neural pélvico da mulher é tão delicadamente exposto ao ambiente, tão pouco protegido pelas finas membranas vaginais que, em alguns casos, simplesmente por se sentar por tempo de mais na posição errada, colocando pressão sobre o nervo, pode haver uma lesão permanente nele. A dra. Coady descobriu que muitas mulheres estão sofrendo lesões severas ou permanentes simplesmente pelos alongamentos de perna na ioga e em aulas de dança.

Por causa da diferença na anatomia pélvica feminina e masculina, o nervo pélvico da mulher é muito mais facilmente atacado e lesionado intencionalmente do que o masculino. Você teria que literalmente perfurar um homem pelo períneo para obter o mesmo tipo de dano ao nervo pélvico que acontece durante um estupro violento ou lesão sexual a uma mulher.

O homem sofreria uma interrupção na alimentação de hormônios do tipo opioides ao cérebro caso passasse por uma lesão em seu nervo pélvico, obviamente. E essas lesões de fato acontecem, especialmente em populações carcerárias, nas quais, é importante dizer, o estupro violento masculino é uma prática comum e aceita pelas autoridades e nas quais a passividade dos detentos é valorizada. Mas esse tipo de lesão em homens, por causa da anatomia pélvica mais bem defendida, é muito mais raro.

Será que esse entendimento sobre a forma como o nervo pélvico afeta o cérebro feminino muda nosso entendimento do que é o estupro? Deveria. Na guerra, repetidas vezes ao longo do tempo, as mulheres sofrem a inserção de objetos pontiagudos, garrafas e baionetas em sua vagina. Os estupros coletivos as rasgam no lugar onde estaria a próstata no homem, entre a vagina e o ânus — duas ou três terminações do nervo pélvico. Em diferentes culturas, a clitorectomia também é praticada — cortando e lesionando a terminação final do nervo pélvico feminino.

Por tempo de mais, isso foi considerado um crime sexual. Na realidade, é uma técnica.

#### O ESTUPRO FICA NA VAGINA

Mike Lousada é o ex-banqueiro de investimentos mais bacana do mundo, que acabou se dedicando à cura de questões sexuais. Sua missão, segundo ele, é a cura sexual das mulheres, e ele tem treinamento tanto como terapeuta quanto como praticante de Tantra. Tem uma clínica renomada em Chalk Farm, Londres, onde já curou ou aumentou as respostas sexuais de centenas de mulheres por meio de uma combinação de olhar e toque tântrico com massagem orgástica *yoni*. (*Yoni* é a palavra hindu para “vagina” — significa “local sagrado”.) Lousada faz parte do crescente número de praticantes de várias disciplinas que trabalham com a certeza de que a vagina media as emoções e pensamentos femininos. A taxa de

sucesso obtida por ele é tão consistente, que começou a ser convidado, na Inglaterra e internacionalmente, a frequentar painéis de especialistas médicos que trabalham com baixo desejo sexual e disfunções sexuais nas mulheres. O dr. Barry Komisaruk, que pesquisa o orgasmo feminino em máquinas de ressonância magnética em Rutgers, entrou em contato com ele para estudar sua prática.

Do lado de fora de uma pequena biblioteca no prédio medieval da faculdade, falei no Skype com o homem que eu estava começando a considerar como conselheiro para todas as horas em todas as questões relacionadas à *yoni*.

Conheci Mike um ano antes, quando o entrevistei para um jornal londrino sobre seu trabalho com massagem *yoni*, e queria perguntar qual era seu ponto de vista a respeito do que o dr. Richmond havia me relatado e sobre as questões que apareceram em relatórios recentes sobre os efeitos do estupro no corpo feminino. Será que o trauma sexual permanece na vagina de forma física, segundo a experiência dele? Ele já trabalhou de forma tão íntima com a vagina de tantas mulheres, muitas das quais haviam experimentado alguma forma de trauma. O que ele diria?

Estava sentada em uma protuberância baixa que fazia parte da parede no limite do campo no centro da faculdade. Era o início de junho: rosas carmim perfumavam o ar, soltando pétalas ao longo do caminho que levava à pequena biblioteca de pedra. Cerejas ainda pálidas penduravam-se dos galhos de uma árvore maciça no canto do campo. Essas não eram as cerejas escuras a que eu estava acostumada nos Estados Unidos, mas cerejas rosadas dignas de Shakespeare — uma metáfora comum na poesia elisabetana para bochechas ou lábios adoráveis e para outros aspectos deliciosos das mulheres em geral.

Era a segunda vez que eu conversava com um guru da vagina naquele dia, e ainda não era nem hora do almoço.



Mais cedo, naquela manhã, havia estudado em outra biblioteca. Na universidade onde estava trabalhando, hordas de estudantes focavam-se silenciosamente na análise de Swinburne ou Lawrence. Enquanto tentava abrir um documento em meu *laptop*, havia inadvertidamente pressionado o botão *play* de um arquivo de som com a entrevista que havia feito com Charles Muir, o guru tântrico americano. Charles era o homem que alegava ter trazido a consciência do “ponto sagrado” para as mulheres nos Estados Unidos, nos anos 1970. De repente, no silêncio da biblioteca, uma voz ressoante com o sotaque do Queens saiu de meu computador: “Há *trilhões* de células em uma ejaculação. O homem típico ejacula com tanta força, que...”. Fileiras de rostos curiosos se viraram em minha direção simultaneamente. Tentei desesperadamente pressionar o botão *stop*, clicando freneticamente no *mouse* do computador, mas a cadência confiante de Muir ficava cada vez mais alta: “E *todas* as vezes que ele ejacula...”. Finalmente, agarrei meu computador e, rubra, levei comigo a voz de Charles Muir pelas portas duplas que saíam da biblioteca.

Agora era a voz de Mike Lousada, mais suave e com sotaque londrino, que era transmitida pelo computador, enquanto perguntava a ele se já havia visto, em sua experiência, algum marcador físico do trauma sexual em suas clientes. O dr. Richmond e outros já haviam demonstrado como o trauma vaginal pode deixar uma marca no cérebro e no sistema nervoso. Agora eu me perguntava se, no *loop* de *feedback* que caracteriza a conexão cérebro/vagina, a memória do trauma poderia deixar uma impressão física na vagina.

— De acordo com minha experiência — ele disse —, essa teoria faz muito sentido.

Antes de prosseguir, porém, ele me alertou:

— Quando recebo uma cliente para cura sexual, trabalho com ela em dois níveis: no físico e no espiritual.

Garanti a ele que entendia o que ele queria dizer.

Ele confirmou que o que eu imaginava era de fato verdadeiro: que havia diferenças físicas reais entre as mulheres sem experiência de violência sexual e as que tinham um histórico de estupro ou abuso sexual.

— Como isso acontece? — perguntei. — Por meio de qual mecanismo?

Mike Lousada respondeu:

— A vagina é parcialmente desenhada para o prazer. E aí acontecem nossas experiências de vida. É como se os tecidos da vagina recebessem as emoções que são direcionadas a ela. Com mais experiências, as emoções se tornam compactadas, especialmente se você sentiu dor. A dor, por fim, se torna dormência vaginal, o que é, na verdade, a dessensibilização, que é muito comum.

Pedi a ele que explicasse o processo em termos mais básicos.

— Quando faço a terapia *yoni*, se os tecidos vaginais já atingiram algum nível de dormência, para ajudar minha cliente com seu processo de cura, tenho que tirá-la da dormência para a dor, para a emoção, para o prazer.

Ele também falou sobre algo que reconheceu que é difícil de descrever: uma “desconexão energética” no corpo das mulheres que passaram por estupro ou abuso sexual — a vagina delas parece “energeticamente desconectada” do resto do corpo, mesmo que tenham muitos orgasmos. (Um médico, que analisou para mim a perspectiva de Mike Lousada sobre a vagina dessensibilizada, comentou que não há uma “célula única” para os tecidos da vagina, mas sim uma multiplicidade de diferentes células arranjadas em vários tecidos que formam o órgão como um todo — exatamente como a faringe. Células que secretam muco e altamente sensíveis forram a “cavidade”, com a base de poderosos músculos constritores que estão em constante comunicação com a mucosa superficial, com a medula espinhal e o cérebro. O fluxo sanguíneo, a permeabilidade das membranas celulares, a secreção de fluidos e

feromônio e uma série de outros processos biológicos “locais”, todos interagindo uns com os outros e com o sistema nervoso central. Não me surpreendeu saber que Mike, com toda sua experiência, também era sensível a mudanças nessa sinfonia, com notas dissonantes ou partes da orquestra silenciadas.)

Perguntei a Lousada se era comum em nossa cultura encontrar um estado de relativa falta de sensibilidade da vagina.

— Muito comum — ele repetiu. — Para algumas mulheres, o toque mais leve de uma pena já pode ser orgástico. Mas muitas mulheres nesta cultura precisam de um estímulo semelhante a uma fricção, o que sugere uma perda de sensibilidade para elas.

Lembrei-lhe a variedade da rede neural nas mulheres, mas ele esclareceu que essa diminuição na sensibilidade pode acontecer mesmo se não houver nada fora do comum com a formação da rede neural. Disse também que a sensação vaginal melhora nessas mulheres após o trabalho que faz com elas (que envolve massagem orientada à cura na região da vagina e vulva, frequentemente até chegar ao orgasmo, e outras práticas, como a meditação e visualização). Mike disse que estudos comprovam que praticamente todas as mulheres podem, teoricamente, ter orgasmos. Por causa disso, ele acredita que a relativa dormência ou falta de sensibilidade de muitas vaginas que encontra em seu trabalho seja o resultado de uma vida inteira acumulando experiências negativas, que vão da ridicularização de sua sexualidade na infância ao próprio abuso sexual.

“Como essas mulheres descrevem sua situação?”, eu me perguntei. “Será que acham que suas sensações meio apagadas são normais? Ou será que aparecem na sala de estar de Mike Lousada descrevendo essa falta de sensibilidade como um problema?”

— Em geral, elas não dizem: “Não tenho muitas sensações” — ele enfatizou. — Às vezes elas dizem: “Sabe de uma coisa? Eu nunca tive um orgasmo”. Ou às vezes dizem: “Tenho vaginismo [contração

involuntária e dolorosa da vagina durante o sexo]”. Em geral, elas dizem: “Eu simplesmente não gosto de sexo”.

Pedi a Mike que fosse mais específico sobre as diferenças que ele havia observado em vaginas que passaram por traumas emocionais.

— Algumas não têm lubrificação — ele disse. — Algumas se sentem rígidas — não “rígidas” como antes de ter um bebê, mas a própria qualidade do tecido parece ser mais densa e rígida que o de outras mulheres. Se você massageia a parede da vagina dessas mulheres, há nós nos músculos vaginais. O vaginismo, pela minha experiência, é quase sempre o resultado do trauma sexual.

Custei a processar a narrativa de Lousada — a de que muitas, talvez a maioria, das mulheres de nossa cultura não sentem tanto vaginalmente quanto poderiam sentir, por causa das coisas horríveis que aconteceram a elas emocionalmente.

Eu já sabia, depois de trabalhar com sobreviventes de estupro e abuso sexual, que muitas dessas mulheres chegam a ter dificuldade de ter um sexo carinhoso e consensual, que desejam ter com os parceiros que amam. Deparam-se, repetidas vezes, com uma parede implacável e resistente que se interpõe entre suas intenções e seu próprio prazer sexual.

Essas mulheres estavam em relações amorosas, seguras e estimulantes. Mas, mesmo assim, *ainda* lutavam contra a resistência e a recusa sexual em seu próprio corpo, o que em geral dura anos — ou até mesmo toda uma vida. Será que essa “parede” emocional é, para algumas mulheres, também uma parede física — de músculos rígidos cheios de nós?

Se alguns desses efeitos do trauma emocional na vagina forem também físicos e se não forem tratados, fica claro que persistirão, prejudicando a vida e os relacionamentos. Pedi a ele que se limitasse a definir *trauma sexual* no sentido mais comumente estabelecido e que estimasse a frequência desse fenômeno: perda de sensação vaginal e clitoridiana devido à agressão sexual, estupro ou abuso infantil.

— Olhe — ele disse com tristeza. — De 25% a 30% das mulheres reconhecem que passaram por trauma sexual.

Eu sabia que muitos estudos confirmam que esses números estão corretos.

— A reação mais comum é a perda de sensibilidade na vagina: vaginismo, desconexão, devido ao trauma. Ou, então, elas podem ir para o caminho oposto: há mulheres que podem se tornar completamente orgásticas, apesar do histórico de claro trauma sexual. A atitude é assim: “Ah, tudo bem com o sexo...”. Mas, quando começo o trabalho com a técnica *yoni* e estímulo a vagina, ela tem um ou dois orgasmos, e depois grandes explosões de dor e raiva aparecem. Por tanto, o corpo está usando o orgasmo para mascarar a dor e o sofrimento.

Eu ainda não entendia o mecanismo biológico, além do ponto óbvio que nós contraímos nossos músculos quando temos medo. Como esses efeitos podiam durar tanto tempo no corpo?

Mike me explicou a teoria que ele tem para isso, que disse ser baseada no trabalho do dr. Stephen Porges. “Porges identificou uma base científica para o fenômeno”, ele disse. O dr. Porges é professor de psicologia e bioengenharia na Universidade de Illinois, além de diretor do Brain-Body Center, e desenvolveu uma análise do trauma que é amplamente reconhecida e chamada de “teoria polivagal”. Pesquisei a teoria do dr. Porges.

A “teoria polivagal” enxerga uma conexão entre a evolução do sistema nervoso autônomo e a expressão emocional, incluindo os gestos faciais, a comunicação e o comportamento social. Ele argumenta que por meio da evolução o cérebro experimenta uma conexão entre os nervos que controlam o coração e a face. Essa conexão liga as sensações físicas à expressão facial, à voz e até aos gestos. A clínica dele ensina terapeutas a entender como a “neurocepção falha” pode ter um impacto sobre a regulação autônoma e como os “elementos que engatilham diferentes estados neuroceptivos (segurança, perigo e ameaça de morte)” podem ser

usados, como Lousada os usa, dentro do contexto do tratamento: o objetivo do terapeuta é ativar os “estados neuroceptivos de segurança” no cérebro da paciente.<sup>[16]</sup>

Se o dr. Porges estiver correto — e seu método de tratamento tiver reputação e seguidores dentro da comunidade de atendimento a trauma —, isso significa que muitas dos 16% a 23% das mulheres que passaram por abuso ou agressão sexual em seus anos de formação têm as reações de personalidade tão comuns em mulheres na nossa cultura — vivem em um estado de constante ansiedade, experimentando uma incapacidade de “simplesmente ser”, lutando com vários tipos de defesas e questões de controle, com a voz presa — todos os estados que não conduzem a uma experiência de sexualidade ou poder pleno para as mulheres.

Rapidamente, Mike continuou explicando que temos um cérebro “trino”: um cérebro reptiliano, a amígdala, para lidar com questões de sobrevivência; um cérebro mamífero, ou emocional; e um cérebro neomamífero — o córtex frontal, onde as funções sociais sofisticadas, entre outros processos, acontecem. Quando nos sentimos ameaçados, ele disse, a parte mais antiga do cérebro, a amígdala, assume. Muitos de nós já conhecemos o impulso de “lutar ou fugir”, que é uma das respostas da amígdala a ameaças. Mas Porges identificou duas outras: “paralisar” — às vezes, quando a presa fica paralisada, ela sobrevive, pois o predador pode assumir que já esteja morta; e “proteger e ficar amigo” — “se eu fizer algo que faça você gostar de mim, talvez não me mate”.

Lousada adiciona a esse conjunto de reações ao trauma o que ele chama de “reação de desapareço”. “Se um tigre tem seus dentes cravados em você, e não há nada a fazer, saímos do corpo e vamos para a mente”, ele disse.

Essa reação de “desapeço” já é bem estabelecida pela pesquisa sobre o trauma. Eu já sabia, de meu próprio trabalho com sobreviventes de trauma, especialmente vítimas de abuso sexual infantil, quão comum é essa experiência de “sair do corpo” durante uma agressão. Muitas sobreviventes de agressão sexual com quem

trabalhei quando fui voluntária em um centro de assistência para vítimas de estupro contaram que observaram a agressão sem paixão, especialmente se foi um episódio de abuso na infância, de um estado desencarnado, como se fosse com outra pessoa. Depois de algum tempo, a criança simplesmente aprende a sair do corpo quando está próxima a passar de novo pela experiência.

A vagina “paralisa”, eu quase podia ouvi-lo dizer isso, como na expressão tão comum “ficou paralisado de terror”, e a mulher traumatizada também vai se “desapegar” psicologicamente da “cena do crime” — daquela parte do corpo dela. “Os médicos vão lhe dizer, então, que um sintoma como o vaginismo está no corpo. Mas é o cérebro que diz ao corpo o que fazer. O cérebro manda mensagens para a vagina, dizendo: ‘não é seguro’”, disse Mike. Isso bateu com o que o dr. Richmond havia dito, apesar de mais especificamente sobre a tensão na vagina.

— Então, eu trabalho com a cliente por meio desses estágios do trauma. Se a cliente traumatizada é desapegada de seu corpo e se está em sua mente, ela pode ter dormência ou tensão vaginal. Nós ultrapassamos isso com o toque. Depois, passo a trabalhar com pontos de pressão na vagina. No vaginismo, pode haver espasmos. “Ah, mer..., isso dói!”, a cliente pode dizer nesse momento da cura. E então, há um pulso energético que retorna. E nesse ponto algo é desbloqueado na vagina. Quando elas se sentem seguras o suficiente para passar da “paralisia” ao “lutar ou fugir”, provavelmente passarão da dormência à dor ou aos orgasmos mascarados, à raiva absoluta. Nesse ponto, podem começar a gritar, ou revisitar o trauma. Mas, dessa vez, com um resultado diferente. Dessa vez, pode ser que gritem: “Tire essas mãos nojentas de cima de mim!”. Lembranças podem vir à tona. Talvez passem ao modo de “fuga”: às vezes as pernas começam a tremer involuntariamente. Depois, passam à resposta social: no fim, são capazes de se relacionar com alguém de uma forma diferente. Depois de um tempo, a intimidade não as traumatiza mais. Porges diz que o sistema nervoso traumatizado pode afetar profundamente os relacionamentos. Em uma reação baseada no medo, as pessoas

literalmente experimentam, por exemplo, uma reação neutra como ameaçadora; isso já foi demonstrado cientificamente. Portanto, continuo a curá-las por meio de um toque que transmite empatia, gentileza e amor.

Perguntei a ele se, por sua experiência, uma vagina traumatizada tinha relação com o risco de depressão para a mulher em questão. “Sim”, ele disse, já que, de seu ponto de vista, “a depressão é a raiva reprimida”; e “nas mulheres sexualmente traumatizadas, a reação de luta foi reprimida”, o que levaria à raiva suprimida. Ele disse que cerca de 10% de suas clientes estiveram ou estão sob medicação para tratar a depressão. (Em contraste, os Centros para Controle de Doenças relataram em 2005-2006 que o percentual de pessoas não institucionalizadas com depressão era de 5,4%.)

— Então, o que acontece sexualmente a elas depois, quando já estão curadas? — perguntei. — A vagina chega a mudar?

— Quando são curadas, há definitivamente uma mudança nessa área — ele disse. — Elas sentem a vagina de forma diferente: menos rígida, mais reativa. Ficam mais orgásticas, ou podem se permitir ter orgasmos pela primeira vez. Passam a experimentar a intimidade em seus relacionamentos.

Agradei a Mike Lousada por seu tempo. Ficamos falando sobre tanto sofrimento e dor humanos. Mas, mesmo tendo falado de tanta tristeza, de alguma forma o mundo parecia injetado de esperança e com um brilho que parecia iluminação, algo que parecia ganhar vida com a luz, como uma nuvem iluminada pelo sol do fim da tarde.

— No Tantra — concluiu ele fechando a entrevista e levando minha atenção de volta para o que é o foco espiritual de seu trabalho —, isso é um trabalho espiritual: um homem pode se iluminar somente por olhar a *yoni*. Há rituais tântricos em que um homem olha, mas não toca a *yoni*. Já fiz esse ritual várias vezes. E tive a experiência de ver a divindade dentro da vagina — veio a mim uma imagem da Virgem Maria.



Ele explicou que não havia sido criado no catolicismo, ou em nenhuma outra religião particular, mas que a imagem havia sugerido a ele uma “energia do arquétipo materno”. “No Tantra, a *yonin* não é apenas um local sagrado, mas o ‘trono da divindade’.”<sup>[17]</sup>

A imagem que descreveu era, sem dúvida, arquetípica. Eu tinha uma breve, mas impressionante lembrança: na manhã anterior, dr. James Willoughby, um pesquisador da Universidade de Oxford que trabalhava no registro de antigos tesouros da New College Library, havia gentilmente me mostrado um volume extraordinariamente ilustrado, a versão anglo-normanda do *Apocalipse* de São João que havia pertencido ao nobre britânico Joan de Bohun.<sup>[18]</sup> Havia sido criado no século XIV e valia cerca de um milhão de libras. Era tão adorável, que quase trouxe lágrimas aos meus olhos. Dava para ver os folículos do papel velino na encadernação interna. Depois, descobri que, em várias páginas de pergaminho, havia um cordeiro sagrado com uma auréola que Willoughby havia chamado de “mandorla”. Maria também é retratada em sua auréola, entronada em glória. As maçãs de seu rosto são róseas, a pele é alva, e suas mãos lindamente modeladas se abrem em compaixão. Ela também aparece frequentemente com o que o dr. Willoughby chamou de mandorla. Essa mandorla, acompanhando a curva lateral da cabeça da madona e pontiaguda na parte superior e inferior, continha gradações infinitamente delicadas de todas as cores do arco-íris.

Na ocasião, tive que morder meus lábios para não perguntar mais sobre a origem da mandorla, já que era obviamente um arquétipo de forma feminina. Esse era o arquétipo da energia materna, pensei, do qual emergem todas as cores.

Eu já havia visto aquela forma em outras obras de arte, incluindo outras auréolas ou molduras com duas pontas, curvadas nos lados, na forma de uma amêndoa e também pintadas nas cores do arco-íris: à volta dos santos do budismo nas *Tangkas* clássicas; na imagem famosa da aparição de Maria no México, do século XVI — Nossa Senhora de Guadalupe —, que, segundo relatos contemporâneos, apareceu ao camponês Juan Diego falando em

náuatle, o idioma local. Essa imagem também mostra a Virgem Maria com uma mandorla radiante com uma forma semelhante, mas não idêntica.

Quando fui investigar a origem da mandorla, descobri que de fato era o símbolo da vagina que antecedeu o cristianismo — desde a época de Pitágoras —, mas que também foi usada pelos primeiros cristãos. As primeiras imagens de Jesus retratavam-no como bebê na *vesica* (vesícula em latim), ou mandorla, que representava o útero de Maria. A mandorla também simbolizava a união do céu e da terra na forma de Jesus — parte homem, parte Deus. Representa uma porta ou portal entre mundos. Na Idade Média, fazia parte da geometria sagrada das igrejas. Outras culturas também adaptaram a mandorla. Na cultura hindu, a *yoni* é também o símbolo da mandorla: “A *yoni* é o portal ou a zona de interpenetração, onde há a interseção dos dois círculos”.<sup>[19]</sup>

Podemos ver esse símbolo também horizontalmente, na forma do signo de Peixes, em adesivos de católicos que querem reafirmar sua identidade religiosa. Não há dúvida de que são poucos os que percebem o que o símbolo significava originalmente: uma ilustração esquemática do arquétipo do útero, e relacionado às primeiras ilustrações do arquétipo feminino divino.

Enquanto Mike Lousada e eu conversávamos; caiu a tarde. Quando desliguei a sessão do Skype, já estava escuro e grandes nuvens brancas se destacavam contra o telhado medieval da capela da faculdade. Pareciam castelos sobre castelos, como as nuvens brancas maciças que eu havia visto, pintadas com pincéis minúsculos no papel velino, pelas quais o cordeiro sagrado — ou a linda Maria da Antiguidade — havia subido aos céus, como que explicando o céu à terra, protegida nas curvas duplas perfeitas do arco-íris.

---

1. Jonny Hogg, "400.000-plus Women Raped in Congo Yearly: Study". Reuters, 11 de maio de 2011, citando estudo de American Journal of Public Health, [www.reuters.com/article/2011/05/11/US\\_congo\\_rape\\_iDU5TRE74A79y20110511](http://www.reuters.com/article/2011/05/11/US_congo_rape_iDU5TRE74A79y20110511). Ver também Jeffrey Gettleman, "Congo Study Sets Estimate for Rapes Much Higher", New Iorque Times, 11 de maio de 2011. [www.nytimes.com/2011/05/12/world/Africa/12congo.html](http://www.nytimes.com/2011/05/12/world/Africa/12congo.html). A Campanha das Mulheres do Congo Contra a Violência Sexual confirma números mais baixos, mas informa que quarenta mulheres são estupradas diariamente no leste do Congo: <http://www.rdc-viol.org/site/en/node/35>.<sup>4</sup>
2. Jimmie Briggs, entrevista, cidade de Nova Iorque, 12 de maio de 2010.<sup>4</sup>
3. Douglas Bremner, Penny Randall, Eric Vermetten, Lawrence Staib, Richard A. Bronen, Carolyn Mazure, Sandi Capelli, Gregory McCarthy, Robert B. Innis e Dennis S. Charney: "Magnetic Resonance Imaging-based Measurement of Hippocampal Volume in Posttraumatic Stress Disorder Related to Childhood Physical and Sexual Abuse — A Preliminary Report", *Biological Psychiatry* 1, n. 41 (janeiro de 1997):23-32.<sup>4</sup>
4. Dr. Burke Richmond, entrevista, cidade de Nova Iorque, 20 de novembro de 2011.<sup>4</sup>
5. Roni Caryn Rabin, "Nearly 1 in 5 Women in US Survey Say They Have Been Sexually Assaulted", New Iorque Times, 14 de dezembro, 2011. [www.nytimes.com/2011/12/15/health/nearly-1-in-5-women-in-us-survey-report-sexual-assault.html](http://www.nytimes.com/2011/12/15/health/nearly-1-in-5-women-in-us-survey-report-sexual-assault.html).<sup>4</sup>
6. Tami Lynn Kent, *Wild Feminine: Finding Power, Spirit & Joy in the Female Body* (Nova Iorque: Atria Books, 2011), 51-65.<sup>4</sup>
7. Alessandra H. Rellini e Cindy M. Meston, "Psychophysiological Arousal in Women with a History of Child Sexual Abuse", *Journal of Sex and Marital Therapy* 32 (2006): 5-22. Ver também Cindy M. Meston e Boris B. Gorzalka, "Differential Effects of Sympathetic Activation on Sexual Arousal in Sexually Dysfunctional and Functional Women", *Journal of Abnormal Psychology*, vol. 105, n. 4 (1996): 582-91, e Cindy M. Meston, "Sympathetic Nervous System Activity and Female Sexual Arousal", em "A Symposium: Sexual Activity and Cardiac Risk", *American Journal of Cardiology*, vol. 86 n. 2A (20 de julho de 2000): 30F-34F. Para mais informações sobre a ligação entre relaxamento e excitação sexual feminina e sobre a ligação entre a ansiedade e a inibição sexual feminina, ver Andrea Bradford e Cindy M. Meston, "The Impact of Anxiety on Sexual Arousal in Women", *Behavioral Research and Therapy*, vol. 44 (2006): 1067-77: "Uma alta incidência de disfunções sexuais foi registrada em mulheres com distúrbios de ansiedade". Hannah Gola e outros mostram que as

mulheres que foram estupradas com violência apresentam alterações nos níveis de cortisol em resposta a gatilhos psicológicos: "Victims of Rape Show Increased Cortisol Responses to Trauma Reminders: A Study in Individuals with War- and Torture-Related PTSD", *Psychoneuroendocrinology* 37 (2012): 213-20. [↵](#)

8. Ver Margaret Buttenheim e A. A. Levendosky, "Couples Treatment for Incest Survivors", *Psychotherapy*, vol. 31 (1994): 407-14. São muitos os estudos que documentam os danos do abuso sexual, especialmente na infância, às reações sexuais femininas registradas posteriormente durante a vida. A correlação é forte. Entretanto, a maior parte deles foca-se no trauma emocional e psicológico como o principal inibidor da resposta sexual em mulheres que já foram vitimizadas. *The Abuse of Men: Trauma Begets Trauma*, editado por Barbara Jo Brothers, resume muitos desses estudos: "Courtois (1988) relatou que 80% das vítimas de abuso sexual infantil experimentaram algum tipo de dificuldade nos relacionamentos adultos". Becker, Skinner e Able, citados em Sarwer e Durlak, 1996, calculam em 50% a faixa de relacionamentos afetados: "As dificuldades vão da excitação diminuída à aversão por genitais e sexo doloroso (...) Buttenheim e Levendosky confirmam [essa questão] quando descrevem o casamento assexuado como outra manifestação das dificuldades que as sobreviventes têm com a sexualidade". Barbara Jo Brothers, ed., *The Abuse of Men: Trauma Begets Trauma* (Binghamton, NY: Haworth Press, 2001), 20. Sandra Risa Leiblum, ed., em *Principles and Practice of Sex Therapy*, cita o estudo de 1994 de Levendosky e Buttenheim que postula que a disfunção sexual em um relacionamento que envolve uma sobrevivente de incesto ou abuso sexual é uma "reencenação mútua elaborada" do incesto original. Sandra Risa Leiblum, ed., *Principles and Practice of Sex Therapy* (Nova Iorque: The Guilford Press, 2007), 361. [↵](#)
9. M. F. Barnes, 1995, citado em Abrielle Conway e Amy Smith, "Strategies for Addressing Childhood Sexual Abuse in the Hope Approach", Regent University Hope Research Study, [www.regent.edu/acad/schlou/research/initiatives.htm#hope](http://www.regent.edu/acad/schlou/research/initiatives.htm#hope). [↵](#)
10. J. Douglas Bremner e outros, "MRI and PET Study of Deficits in Hippocampal Structure and Function in Women with Childhood Sexual Abuse and Posttraumatic Stress Disorder", *American Journal of Psychiatry* 160, n. 5 (1º de maio de 2003): 924-32. Esses pesquisadores descobriram que as mulheres com histórico de abuso sexual infantil apresentam alterações mensuráveis na área cerebral do hipocampo — a área do hipocampo passa por diminuição de 16% a 19% e foi encontrada menos ativação do hipocampo em mulheres que passaram por abuso infantil que no grupo de controle. O hipocampo é envolvido nas tarefas da "memória declarativa verbal", assim

como na consolidação de novas memórias e respostas emocionais — o que leva à intrigante questão sobre a possível luz que esse resultado poderia jogar sobre a habilidade do cérebro, em mulheres que passaram por abuso sexual infantil, de experimentar facilmente seu “eu” sem mediação. Esse estudo também poderia demonstrar que o transtorno de estresse pós-traumático induzido por estupro ou abuso sexual pode destruir a capacidade da mulher de “saber o que ela sabe” e reconstituir certo sentido de ser de forma contínua. OBJETIVO: Estudos em animais sugerem que o estresse infantil está associado com alterações no hipocampo, uma área do cérebro que tem um papel crítico no aprendizado e na memória. O propósito deste estudo foi mensurar a estrutura e a função do hipocampo em mulheres com e sem abuso sexual infantil e diagnóstico de transtorno de estresse pós-traumático. MÉTODO: Trinta e três mulheres participaram deste estudo, incluindo mulheres com abuso sexual infantil e transtorno de estresse pós-traumático (N = 10), mulheres com abuso e sem transtorno de estresse pós-traumático (N = 12) e mulheres sem abuso e sem transtorno de estresse pós-traumático (N = 11). O volume do hipocampo foi medido com imagens de ressonância magnética em todos os sujeitos, e sua função foi medida durante a execução de tarefas da memória declarativa verbal usando tomografia de emissão de pósitrons em mulheres abusadas com ou sem transtorno de estresse pós-traumático. RESULTADOS: A falha na ativação do hipocampo e seu volume 16% menor foram registrados em mulheres com histórico de abuso e transtorno de estresse pós-traumático em comparação com mulheres com abuso e sem transtorno de estresse pós-traumático. Mulheres com abuso e transtorno de estresse pós-traumático apresentaram um hipocampo 19% menor em comparação com as mulheres sem abuso e sem transtorno de estresse pós-traumático. CONCLUSÕES: Estes resultados são consistentes com os déficits da função e estrutura do hipocampo em transtorno de estresse pós-traumático relacionado ao abuso.↵

11. R. Yehuda, 2003, e S. M. Southwick e outros, 1999, citado em Thomas Steckler, N. H. Kalin, e J. M. H. M. Reul, *Handbook of Stress and the Brain: Integrative and Clinical Aspects*, vol. 15, *Techniques in the Behavioral and Neural Sciences* (Nova Iorque: Elsevier Science, 2005), 251,272.↵
12. S. M. Southwick, R. Yehuda e C. A. Morgan III, “Clinical Studies of Neurotransmitter Alterations in Post-Traumatic Stress Disorder”, em *Neurobiology and Clinical Consequences of Stress: From Normal Adaptation to PTSD*, ed. M. J. Friedman, D. S. Charney e A. Y. Deutch (Filadélfia, PA: Lippincott-Raven, 1995), 335-49. ↵

13. [Ib.](#)
14. K. Stav, P. L. Dwyer e L. Roberts, "Pudental Neuralgia: Fact or Fiction?" explica o ponto de vista de Nancy Fish. *Obstetrical and Gynecological Survey* 64, n. 3 (março de 2009): 190-99.
15. Nancy Fish, entrevista, Copake, Nova Iorque, 5 de abril de 2011.
16. Veja Stephen Porges, *The Polyvagal Theory: Neuropsychological Foundations of Emotions, Attachment, Communication, and Self-Regulation* (Nova Iorque: W. W. Norton, 2011).
17. Mike Lousada, entrevista, Londres, Reino Unido, 12 de junho de 2011.
18. Dr. James Willoughby, corpo docente da Faculdade de História em New College, Arquivos de New College, Universidade de Oxford, entrevista, 11 de junho de 2011.
19. Juan Eduardo Cirlot e Jack Sage, *A Dictionary of Symbols* (Nova Iorque: Philosophical Library, Inc., 1971), 381.



## *No início a vagina era sagrada*

*No topo do mundo, dou à luz o pai; meu útero está no meio das águas, no oceano. De lá eu expando através de todos os mundos e alcanço o céu distante com minha grandeza (...) o útero de Devi (Yoni), às vezes traduzido como "origem" ou "lar", é seu poder criativo (...) daí emana o universo inteiro.*

Deva Datta k a L i , em *Praise of The Goddess: The Devimahatmaya and Its Meaning*

Seriam necessários muitos volumes para explicar de forma abrangente a história da vagina somente no Ocidente; portanto, isto é necessariamente um resumo conciso, concentrando-se nas mudanças dramáticas de seu significado cultural e representação.

No início a vagina era sagrada. Há símbolos da vagina entalhados em paredes de cavernas nos primeiros povoamentos da história. Os artefatos dos primórdios dos tempos pré-históricos da humanidade representavam vaginas. Estatuetas de terracota da Europa Central, que provavelmente representavam a fertilidade, frequentemente exibiam os órgãos genitais de forma exagerada. Não temos como saber com certeza o que essas vaginas sagradas representavam, mas historiadoras feministas, como Riane Eisler em *O cálice e a espada* e outras, têm certeza de que elas representavam um estado primordial de matriarcado. <sup>[1]</sup> Mas a proeminência dada às representações da vagina quando os seres humanos fizeram os

primeiros trabalhos de arte sugere que a sexualidade feminina e a fertilidade eram vistas como sagradas. De 25000 a 15000 a.C., as estatuetas de Vênus — imagens de fertilidade com vulvas pronunciadas — feitas de pedra ou marfim eram abundantes na Europa, e imagens similares feitas à mão com lama do Nilo eram comuns no Egito. Sir Arthur Evans, que descobriu a civilização minoica na virada do século XX, observou que a grande quantidade dessas estatuetas da fertilidade em tantas diferentes partes do mundo sugeria que a mesma “Grande Mãe (...) cuja adoração sob diversas designações e títulos se estendia em uma grande parte da Ásia Menor e nas regiões mais distantes”, era um “fato mundial”. [2] Tal como consideram várias historiadoras, como Rosalind Miles em *A história do mundo pela mulher*, “desde o início, quando a humanidade emergia da escuridão da pré-história, Deus era uma mulher”. [3]

E desde o início dos registros históricos, cada cultura antiga estudada tinha uma versão da deusa do sexo, desde o épico criacionista sumério de Gilgamés, com Inanna, até as muitas versões de Ashtaroth adoradas na antiga Mesopotâmia; da deusa fenícia Astarte do século VI que surgiu do culto a Ashtaroth, seguindo para as culturas da Antiguidade Clássica, Grécia e Roma.

Há 5 mil anos, onde é agora o Iraque, a vulva de Inanna era adorada como um local sagrado; os hinos sumérios louvavam o “colo de mel” da deusa, comparavam sua vulva a um “barco do paraíso” e celebravam a abundância que “brota de seu ventre”. A conexão de sua sexualidade com a fertilidade da terra era tão direta, que até mesmo os pés de alface eram descritos como sendo os pelos pubianos da deusa. [4] A vagina de Inanna era mágica, um local de pura santidade: “Inanna (...) inclinou-se contra a macieira/ Quando ela se inclinou contra a macieira sua vulva era maravilhosa de ver/ Regozijando-se com sua maravilhosa vulva, a jovem mulher Inanna aplaudia a si mesma/ Ela disse, Eu, a Rainha do Paraíso, visitarei o Deus da Sabedoria (...)”. [5]



O núcleo da religião suméria era um “casamento sagrado” entre o deus pastor Tamuz e Inanna: moedas dessa época mostram Inanna com as pernas bem afastadas em sagradas relações sexuais com Tamuz.<sup>[6]</sup> As mulheres adoradoras dedicavam a Inanna vasos que simbolizavam o útero. Um texto sagrado desse período observa:

Uma vez que a sagrada Inanna houvesse se lavado/ era aspergida com óleo de cedro./ O rei, então, orgulhosamente se aproximava de seu colo sagrado./ Ele orgulhosamente se juntava com o glorioso triângulo de Inanna./ E Tamuz, o noivo, se deitava com ela/ Apertando suavemente seus lindos seios!

A “vagina maravilhosa” de Inanna está relacionada com a busca pela sabedoria. No final, as principais antigas religiões da deusa incluíam um consorte masculino com quem a deusa copularia em sagrado matrimônio.

Kadesh, uma variante no arquétipo de Astarte, a deusa fenícia da natureza, da beleza e do prazer sexual, foi representada como uma mulher nua em pé nas costas de um leão, com um adorno de cabeça de lua crescente. Era frequentemente mostrada segurando cobras ou plantas de papiro na mão direita, representando o pênis; e na mão esquerda, flores de lótus, que representavam a vagina. A simbologia de serpente frequentemente acompanhava representações de deusas do sexo. Estatuetas da deusa-mãe minoica também mostravam-na com os seios nus, segurando uma cobra em cada mão. A história de Eva, tentada pela serpente no pecado original de sua sexualidade feminina vergonhosa, é uma posterior transposição negativa hebraica do sagrado simbolismo da deusa com sua serpente.

Através de todo o Crescente Fértil, a adoração da deusa do sexo Astarte/Ashtaroth era universal no período anterior à ascensão do Deus patriarcal hebraico. A adoração da deusa nesse período identificava Astarte com a geração sexual, mas também com a sabedoria do próprio cosmo. Mas, como o judaísmo se afastou de seus antecedentes da Suméria, todos os aspectos da adoração da deusa se transformaram gradativamente em negativos, enquanto a jovem religião procurava concentrar seus seguidores em uma versão

masculina do Deus Único.<sup>[7]</sup> Quando os hebreus desenvolveram o monoteísmo, fizeram-no no contexto das religiões da deusa, que haviam desenvolvido um sistema de sacerdotisas sagradas. Em certos pontos do calendário, essas sacerdotisas copulavam com adoradores masculinos, uma prática considerada um meio de trazer a ordem e a bondade do divino feminino à comunidade. Os adoradores tratavam as prostitutas sagradas com reverência e, de forma alguma, como trabalhadoras degradadas do sexo. Há muitas estelas que retratam essas sacerdotisas tendo relações sexuais, consideradas sagradas, com seus adoradores masculinos.

A aversão hebraica a essa forma de adoração — que repetidamente tentava as tribos de Israel —, sua luta política para competir com tal religião e a conseqüente hostilidade à tradição da sagrada prostituta são todas evidências do horror com que os cinco livros de Moisés falam da irrestrita sexualidade feminina e particularmente sobre “prostituição”. Os hebreus reformularam o que havia sido considerado uma união divina, vista então como abominação.

A adoração da vagina sagrada e da sexualidade feminina como metáforas para uma divindade maior expandiu-se para a Europa antes da chegada do cristianismo. Na Irlanda pré-cristã, e mesmo na era cristã, construtores entalhavam muitas *Sheela na Gigs* [entalhes de mulheres nuas] nas paredes externas das edificações. Nessas esculturas, mulheres nuas — representando as bruxas sagradas da mitologia celta e, como vimos, simbolizando a liminaridade — são representadas com as pernas abertas e as mãos segurando os lábios vaginais abertos.<sup>[8]</sup> Alguns historiadores de arquitetura acreditam que mesmo as grandes pedras pontiagudas que formam as entradas das catedrais europeias medievais incorporam o imaginário vaginal dessa tradição pré-cristã. (Na verdade, fiquei espantada uma vez, enquanto vagava pela pacífica e tradicionalmente sagrada ilha de Iona, nas Hébridas escocesas, quando olhei para a parte de cima da parede exterior de um antigo convento e vi lábios vaginais grandes e elegantes esculpido na parede de pedra do convento, sem nada em

torno deles.) Mas as deusas do sexo não eram só feitas de doçura e luz: em cada cultura que adorava a deusa, embora esta tivesse um aspecto majestoso e sedutor, também trazia um lado negro e potencialmente destruidor. Muitas culturas têm uma versão do que os antropólogos chamam de “vagina *dentata*”. Isso significa, literalmente, “vagina dentada”. Em *Teogonia*, por exemplo, o poeta grego Hesíodo descreve o deus Cronos, ainda por nascer, estendendo a mão do ventre de sua mãe para castrar seu pai, Urano. Na mitologia hindu, o demônio Adi, na forma da deusa Parvati, tem dentes na vagina. O autor Erich Neumann, em seu relato da adoração da deusa, *A grande mãe*, identifica o tema da vagina dentada na mitologia indígena norte-americana, na qual “um peixe carnívoro habita a vagina da Terrível Mãe”.<sup>[9]</sup> Os mitos inuítes também descrevem mulheres com cabeça de cachorro onde deveria estar a vagina. A associação arquetípica e universal (normalmente estabelecida pelos homens) da vagina com a boca torna a vagina dentada um símbolo universal e atemporal da ansiedade masculina quanto à deglutição e aniquilação por uma mãe ameaçadora — tão universal, que Sigmund Freud explorou esse símbolo em *Três ensaios sobre a teoria da sexualidade*.<sup>[10]</sup> Essas imagens de vagina dentada não refletem uma aversão pessoal ao órgão humano, creio eu; pelo contrário, são imagens arquetípicas de um equilíbrio necessário para a reverência pelos poderes da mulher de dar a vida. Elas abordam o lado negro inevitável da deusa reconhecendo que a destruição é a outra face da geração, que a encarnação — o ventre, o canal do nascimento — é um portal para o ser, mas que também, inevitavelmente, leva à morte.

#### A VAGINA SE TORNA PROFANA

Enquanto uma parte do poder e da sedução associados com as antigas deusas ainda aparecia em narrativas gregas do Eros e do desejo feminino, o *status* de subordinação das mulheres se completou com o estabelecimento das primeiras cidades-estados

gregas. Algum simbolismo antigo da deusa sobreviveu no período clássico; em *Metamorfoses*, de Ovídio, por exemplo, na história de Cadmo e Aretusa, ela se transforma em uma serpente — que representa contraintuitivamente a vulva —; e o homem, em uma fonte, representando o pênis. Outra estatueta que ecoa o simbolismo da poderosa vagina na adoração da deusa na Antiguidade é Baubo, que levanta a saia para mostrar sua vulva e que faz Deméter — que perdeu sua filha, Perséfone — rir mais uma vez. A risada de Deméter ajuda a restaurar a fertilidade em um mundo ameaçado pela esterilidade de sua tristeza.

Nenhum historiador explicou conclusivamente como as mulheres perderam *status* na transição das primeiras civilizações para aquelas da Antiguidade Clássica. Até a época de Platão (427-347 a.C.), a perfeição sexual era considerada como a união entre um homem e um menino; as esposas gregas eram estritamente para reprodução. O prazer para as mulheres era restrito à classe das heteras, ou cortesãs; as esposas eram bem confinadas atrás dos muros das casas particulares, emparedadas em casamentos no papel. Uma exceção era a poetisa Safo, de Lesbos, que celebrava o erotismo feminino, dando-nos as primeiras metáforas vibrantes na tradição poética ocidental para a excitação e o orgasmo femininos.

Até mesmo a natureza do desejo feminino tornou-se hipotética e contestada no período clássico. Hipócrates (c. 460-370 a.C.) acreditava que ambos, homens e mulheres, precisavam chegar ao clímax — ambos “expulsando a semente” — para que ocorresse a concepção; mas Aristóteles (384-322 a.C.) observou, em contrapartida, que as mulheres não precisavam se excitar para conceber.

O médico romano Galeno (c. 129-200 d.C.) acreditava que a vagina era um pênis do avesso: como Thomas Laqueur expressa o paradigma galênico, “as mulheres (...) são invertidas e, conseqüentemente, menos perfeitas que os homens. Elas têm exatamente os mesmos órgãos, mas exatamente nos lugares errados”.<sup>[11]</sup> A influência de Galeno se estendeu por séculos após sua

redescoberta na Idade Média. (Ele também recomendava que as mulheres solteiras se masturbassem para o bem de sua saúde.) Os gregos defendiam um conceito do útero flutuante — acreditavam que o útero viajava pelo corpo da mulher e desenvolveram a noção de que o aspecto nervoso e outras doenças femininas eram causados por essas agitações do útero, crença essa que os romanos adotaram (a raiz do termo histeria — *hyster* — vem da palavra grega para “útero”).

#### A VAGINA JUDAICO-CRISTÃ: A EVOLUÇÃO DA VERGONHA

*A mulher é defeituosa e vil.*

Tomás de Aquino, *Suma teológica*

Enquanto a Bíblia hebraica tinha a intenção de condenar a “devassidão” das prostitutas sagradas das religiões politeístas que dominavam o Crescente Fértil, como vimos, ela quase nunca menciona a vagina diretamente, exceto eufemisticamente. Mas contém passagens que eloquentemente expressam o desejo sexual feminino. O *Cântico dos cânticos* contém muitas metáforas sutis da excitação e do orgasmo femininos. A tradição hebraica não havia promovido uma separação entre corpo e mente, e o sexo ainda era sagrado dentro dos limites do casamento.

A exegese rabínica no período pós-exílio insistia que um homem devoto devia satisfazer sexualmente a sua mulher pelo menos semanalmente, dependendo de sua profissão.

Mas Paulo, um judeu helenizado, introduziu nas comunidades judaico-cristãs e pagão-cristãs do século I d.C., ao redor do Mediterrâneo, o conceito helênico de que a mente e o corpo estão em guerra um com o outro. Suas cartas codificaram a noção — tão influente nos dois milênios seguintes — de que o sexo é vergonhoso e errado e que a sexualidade feminina desenfreada, mesmo dentro do casamento, é particularmente vergonhosa e errada. Com a

ascensão da Igreja na Europa e a expansão do sacro império romano, os ensinamentos de Paulo se tornaram sinônimos do cristianismo; e o cristianismo, da própria cultura ocidental.

#### OS PAIS DA IGREJA — A VAGINA ODIOSA

A ascensão de uma ideologia ocidental que classificou a vagina como especialmente odiosa e que retratou a sexualidade feminina em geral como uma isca tóxica para a perdição atingiu seu ponto de formação com Paulo e depois com os Pais da Igreja dos quatro séculos subsequentes. A Bíblia hebraica certamente condena a sexualidade feminina que viola os limites do casamento — você pode apedrejar sua filha até a morte por fornicação, por exemplo —, mas ela também contém palavras duras condenando a infidelidade masculina e o excesso. Dentro do casamento, a sexualidade feminina e masculina são vistas como bênçãos. A vagina é abordada no Levítico e na Mishná em termos de impureza menstrual: as mulheres devem se abster do sexo, tomar banhos rituais, e a Mishná diz que devem usar “trapos de teste” nas “dobras e depressões” da vagina para assegurar que fiquem livres de sangue após a menstruação e antes do sexo. <sup>[12]</sup> <sup>[13]</sup>

Mas a vagina que é odiosa mesmo dentro do casamento e o ideal de virgindade feminina como *status* social surgiram apenas nos quatro séculos pós-paulinos, especialmente ao redor da África do Norte. Os Pais da Igreja, que praticavam formas muito extremas de ascetismo em ambientes exclusivamente masculinos e degradavam a carne de várias maneiras, tentavam superar uns aos outros insultando a carne das mulheres como seres sexuais em particular. Paulo havia escrito: “Digo, porém, aos solteiros e às viúvas, que lhes é bom se ficarem como eu [sem sexo]. Mas, se não podem conter-se, casem-se. Porque é melhor casar do que abrasar-se” (1Cor 7:9). Mas Tertuliano levou essa ideia paulina mais adiante: agora as relações sexuais eram somente para a geração de filhos; e lançou as mulheres como sedutoras, atraindo os homens para o abismo

satânico da sexualidade.<sup>[14]</sup> Para ele, a vagina era um “templo construído sobre um esgoto”, o “portão do Diabo”.

E sabem que [cada] uma de vocês é uma Eva? A sentença de Deus sobre esse seu sexo vive nesta era: a culpa vive também da necessidade. Vocês são o portão do diabo; vocês são a descoberta daquela árvore [proibida]: vocês são as primeiras desertoras da lei Divina (...) por conta de *seu* deserto — ou seja, morte —, mesmo o Filho do Homem teve que morrer. E vocês pensam adornar-se?<sup>[15]</sup>

A equação de uma “virgem” mulher com alguém que seja “bom” e “puro” é tão profundamente impressa em nós, que mal pensamos se esses termos têm alguma relação com a realidade; supomos que a equação é uma noção antiga, mas a ideia da “pura” virgem cristã é bastante recente. Estudiosos da Bíblia geralmente concordam que a ideologia da sagrada virgindade de Maria era uma construção mental muito tardia da Igreja e que não pode ser confirmada nos textos originais do Novo Testamento, que sugerem que Maria teve vários filhos. O credo complexo sobre a virgindade de Maria que herdamos foi aceito, na verdade, somente cinco séculos após os eventos descritos ou narrados no Novo Testamento — oficialmente, somente em 451 d.C., no Concílio de Calcedônia.<sup>[16]</sup>

Pouquíssimas provas sobrevivem acerca de como a vagina foi retratada ou entendida na Idade das Trevas, e o pouco que existe vem de textos médicos. Apesar dos Pais da Igreja, durante os primeiros 1.500 anos da era cristã, considerava-se que as mulheres ocidentais tinham a necessidade de satisfação sexual se a reprodução acontecesse. A frustração sexual nas mulheres foi compreendida durante um milênio e meio como causa de doença e sofrimento mental; na era de Hipócrates, os médicos usavam massagem genital em suas pacientes ou incumbiam uma parteira de realizar a terapia. A prática de prescrever massagem genital para o orgasmo, como remédio para “histeria”, perdurou até os períodos Tudor e Stuart na Inglaterra.

Como observado anteriormente, Galeno, cuja influência ressurgiu na Idade Média, desenvolveu um modelo da genitália feminina como



sendo uma versão da masculina de fora para dentro. Os antigos gregos também sustentaram que as mulheres ejetavam sêmen, contribuindo para a concepção. Como se entendia que o útero migrava pelo corpo, considerava-se que mulheres que não tinham nenhum escape sexual corriam o risco de sofrer por causa do sêmen não expelido em seus ventres, corrompendo seu corpo e enviando “vapores imundos ao cérebro”.<sup>[17]</sup>

Na Idade Média, uma afeição informal alternava-se com a condenação oficial da vagina. Uma quantidade razoável de folclore e obscenidades da época trata a vagina com um tipo de afeição coloquial — como no jogo com a palavra *queynte* em “O conto da mulher de Bath”, de Geoffrey Chaucer, e “O conto de Miller” em *Os contos de Canterbury*, que data do fim do século XIV. Em “O conto de Miller”, linha 90, lemos: “Discretamente ele a agarrou pela boceta (*queynte*)”.<sup>[18]</sup> (Em 1380, *queynte* pronunciava-se cunt = boceta.) Em *Os contos de Canterbury*, Chaucer usa a palavra *boceta* não como obscenidade, mas como era comumente usada naquela época — de uma forma simplesmente luxuriante e descritiva.

Essa época, apesar de ideais do amor cortês, também viu o início de práticas destinadas a prejudicar ou restringir ainda mais a vagina. O cinto de castidade, por exemplo, foi inventado no início da Idade Média. Seu uso continuou durante a alta Idade Média. Não eram peças delicadas, mas travas para o corpo, feitas de metal. O dispositivo envolvia os quadris de quem o usava com duas bandas de ferro, e uma terceira ficava entre as pernas. Essa banda era fechada com uma tranca. O marido de uma mulher o qual desejasse viajar ou estivesse partindo para a guerra literalmente trancaria a vagina de sua mulher e levaria a chave consigo. O dispositivo não impedia relações sexuais simplesmente; também tornava a higiene difícil, causando abrasão severa, e foi mais visto como instrumento doméstico de tortura.

Nos séculos XIV e XV, a “caça às bruxas” varreu a Europa. Seu efeito era atacar a sexualidade feminina de novas formas terríveis e múltiplas. De comunidade em comunidade, as mulheres identificadas



como bruxas pelos inquisidores ou por seus companheiros aldeões eram frequentemente aquelas vistas como demasiadamente sexualizadas ou livres, e as formas de tortura focavam sua sexualidade. A pera da angústia era um dispositivo de tortura usado em vítimas de todos os gêneros. Era um objeto em forma de pera feito de ferro que se expandia dentro da vítima conforme o torturador virava os parafusos. Quando infligido em homens, era introduzido dentro da boca. Mas, quando usado em mulheres acusadas de bruxaria ou de induzir o aborto, era inserido dentro da vagina e expandido. Durante a caça às bruxas na Europa do século XV ao XVII, a vagina das mulheres era o alvo das buscas pela “marca das bruxas” ou “marca do diabo”, procurada nas cavidades de seu corpo. Os inquisidores mutilavam a vagina das suspeitas de heresia. <sup>[19]</sup>

O período do Renascimento na Europa testemunhou a ascensão do estudo de anatomia e, uma vez mais, o redescobrimto do clitóris. Nesse período, as mulheres eram vistas como sexualmente incansáveis, e a sexualidade feminina era tida como mais forte que a resposta sexual masculina. Ainda se dava como certo que as mulheres tinham que chegar ao orgasmo para conceber.

A dra. Emma Rees, uma acadêmica literária britânica da Universidade de Chester que escreveu sobre a vagina na literatura elisabetana e vitoriana, argumenta que os elisabetanos intencionalmente confundiam o significado dos lábios faciais e vaginais. Ela mostra a similaridade entre duas tecnologias de controle daquela época — cintos de castidade e “mordanças de repreensão” — e argumenta que as plateias elisabetanas viam a licença verbal e sexual por parte das mulheres exatamente da mesma forma. O cinto de castidade trancava os órgãos genitais femininos rigidamente, argumenta ela, forçando a mulher à inatividade e ao silêncio sexual. Da mesma forma, a “mordança de repreensão” era um dispositivo feito de ferro e couro, que trancava a cabeça da mulher tagarela ou argumentativa, amordaçando sua boca. <sup>[20]</sup>

Shakespeare, o eterno neologista, inovou criando dezenas de termos de gíria para a vagina, desde “escuridão” em *Otelo*, a “barco” em *Rei Lear*. A dra. Rees analisa todas as vaginas de Shakespeare: ela cita, por exemplo, o “poço que bebe sangue, escuro e detestado” de *Tito Andrônico*. Nessa peça, a heroína, Lavínia, é estuprada, e seus estupradores cortam sua língua. A dra. Rees argumenta que, nessa mutilação, as imagens dos lábios da boca e dos lábios vaginais colidem: ambas, a boca de Lavínia e a vagina, são atacadas em atos repetidos de silenciamento e controle. <sup>[21]</sup>

A ideia do corpo feminino como topografia e da vagina como um poço sulfuroso nessa paisagem ou como fonte bucólica também se tornou um padrão da retórica do Renascimento. Para uma versão mais agradável da vagina/analogia paisagística, veja “Vênus e Adônis”, de Shakespeare, quando ela se oferece a ele:

*Eu serei o parque e você será meu cervo*

*Alimente-se onde desejar, na montanha ou no vale*

*Paste em meus lábios, e se estas colinas estiverem secas*

*Perca-se mais embaixo, onde estão as fontes agradáveis.* <sup>[22]</sup>

Em *Rei Lear*, a dra. Rees interpreta a resistência de Cordélia de fazer aquilo em que seu pai insiste no contexto da palavra elisabetana *nada* como gíria para a vagina. A teoria da dra. Rees é que em Shakespeare há frequentemente um jogo de palavras com a palavra vagina, e é usada como metáfora para a “diversidade” da feminilidade, a rebeldia da sexualidade feminina e as naturezas “doentes” e “contaminadas” de ambos, o corpo e o discurso femininos, como eram entendidos na época.

CORDÉLIA: *O que Cordélia falará? Ame e fique em silêncio.*

(Ao lado)... *nada, meu Senhor.*

LEAR: *Nada?*

CORDÉLIA: *Nada.*

LEAR: *Como nada virá do nada. Fale novamente.*

CORDÉLIA : *Infeliz que sou, não posso ter meu coração em minha boca. Eu amo vossa majestade de acordo com meu vínculo, nada mais nada menos.* [23]

“A vagina”, escreve a dra. Rees, é “emblemática do caos, do ‘can’t’ — esta é a pronúncia de Midlands para *cunt* (boceta); a dra. Rees faz um jogo de palavras dirigido ao “coração da peça”. Ela escreve:

*Nada* é forçado a assumir a forma de *algo* por meio do fascínio e insistência de Lear, antes de sua agonia na charneca: “Nada pode ser feito de Nada” (l.iv. 130). Mas o que permanece como o tema da peça é o fato de que algo *pode* ser feito do nada: se a vagina é a cifra, a ausência, então, o que dizer quando ela dá à luz uma criança? Quando o Louco diz a Lear “você é um O sem corpo” (l.iv. 183-84), o “O” pode ser lido como emblema da vagina e pode sugerir o sentido cada vez mais presente da emasculação que Lear experimenta. [24]

A emasculação de Lear, escreve ela, levou-o a amaldiçoar os órgãos de reprodução de uma de suas duas filhas:

*Que em seu ventre se transmita a esterilidade*

*Que sequem nela, os órgãos do aumento*

*E que de seu corpo decaído [degenerado] nunca floresça*

*Um bebê para honrá-la* (l.iv. 270-73)

Nesse discurso, a vagina e o inferno se tornam um só lugar: “Abaixo está o demônio/ Há inferno, há escuridão (...) mau cheiro (...)”

*Eis que a distância a dama sorrindo timidamente*

*Cuja face entre seus garfos pressagia neve*

*Que esmaga a virtude e faz tremer a cabeça*

*Para ouvir o nome do prazer* [IV.vi 116-19]

*Da cintura para baixo elas são centauros, embora mulheres em toda a parte de cima*

*Mas se para a cintura herdarem os deuses, abaixo é tudo do demônio:*

*Há inferno, há escuridão, há o poço sulfuroso, queimando, escaldante, fedor, consumo!*

*Credo, credo, credo! Dê-me uma onça da algália, bom boticário para adoçar minha imaginação.* <sup>[25]</sup>

A habilidade especial da vagina para servir como um *Rorschach* cultural — refletindo a atração que os outros sentem por ela assim como as ansiedades frequentemente contraditórias — estreou com o início do período moderno. A habilidade da vagina de significar paraíso, inferno e absolutamente “nada” — a suposta ausência existencial feminina — foi estabelecida no Ocidente por volta dessa época.

Em *Rei Lear*, os tropos ao redor da vagina revelam que, no período elisabetano, a perspectiva cristã paulina sobre a natureza hedionda e infernal do órgão sexual e da sexualidade femininos estava fortemente incorporada na cultura, da mesma forma que o trabalho de outros autores de letras mostra que, ao mesmo tempo, outra corrente de referências mais clássicas identificava o mesmo órgão com deleite pastoral e encanto natural. “O poder simbólico da vagina é fundamental para entender não somente as preocupações de Shakespeare, mas também do Renascimento de maneira mais ampla”, escreve a dra. Rees. Na época de Shakespeare, *boceta* (*cunt*) e *xoxota* (*twat*) eram ambas consideradas obscenas; o que levou os dramaturgos da época a usar jogo de palavras e alusão para comunicar seu significado de maneira suficientemente direta — embora aparentemente indireta. Nessa passagem bem-humorada do ato 3, cena 2 de *Hamlet*, o subtexto é a vagina de Ofélia. A dra. Rees destaca: “No inglês elisabetano, a palavra *colo* podia significar regaço, como usamos a palavra atualmente, ou podia significar ‘vagina’ em código. E lembre-se de que ‘nada’ era entendido, na época, como significado de ‘vagina’”.

HAMLET: *Senhora, devo deitar-me em seu colo?* [deitando-se aos pés de Ofélia]

OFÉLIA: *Não, meu senhor.*

HAMLET: *Quer dizer, minha cabeça sobre seu colo?*

OFÉLIA: *Sim, meu senhor.*

HAMLET: *A senhora acha que me refiro a assuntos campestres?*

OFÉLIA: *Não acho nada, meu senhor.*

HAMLET: *É um pensamento justo, deitar-se entre as pernas de donzelas.*

OFÉLIA: *Como, meu senhor?*

HAMLET: *Nada.*

OFÉLIA: *O senhor está feliz, meu senhor.*

HAMLET: *Quem, eu?*

OFÉLIA: *Sim, meu senhor.* <sup>[26]</sup>

“Assuntos campestres” significava, para uma plateia elisabetana, assuntos sexuais, ou seja, assuntos animais. Quando Hamlet pergunta a Ofélia o que ela está pensando e ela responde “Nada” — querendo dizer que não está pensando em nada, que é intelectualmente submissa ou neutra —, Hamlet responde incisivamente: “É um pensamento justo, deitar-se entre as pernas de donzelas”. O órgão genital — o “nada” — é atraente por si só, mas também é atraente quando não há um pensamento no cérebro feminino, nem experiência ou sabedoria nos órgãos genitais femininos. Quando Ofélia responde “Como, meu senhor?” — ou seja, o que é um pensamento justo, deitar-se entre as pernas de uma donzela? Qual é uma maneira apropriada de ser sexualmente feminina? — e quando Hamlet responde “Nada”, ele está dizendo que uma vagina — implicitamente, vagina ignorante, sem experiência, nunca experimentada — é a coisa certa, uma coisa atraente de achar entre as pernas de uma donzela (da virgem). Shakespeare conseguiu brilhantemente um espelhamento duplo da conexão entre o cérebro feminino e a vagina e refletiu a compreensão elisabetana da conexão entre os dois — brincando

com sua ênfase no fato culturalmente compreendido de que nada é mais atraente que “nada” na mente de uma mulher jovem e que “nada” em termos de experiência sexual era a prova certa para achar no “nada”, a vagina, que está entre as pernas de mulheres jovens ou virginais. A aparente ignorância de Ofélia dos duplos significados de todo o jogo de palavras apenas eleva a mensagem culturalmente compreendida sobre a atração da ignorância sexual e intelectual das mulheres “em ambas as extremidades”.

Para o rei Lear, a vagina era um poço sulfuroso; para o poeta John Donne, que também usava uma metáfora subterrânea, era um tesouro natural abençoado e uma bênção do Novo Mundo, uma “mina de pedras preciosas”. Em uma época de grandes descobertas de novas paisagens, minerais valiosos e gemas além-mar, Donne, em seu poema, “Elegia XIX: Indo para a cama”, compara a parte inferior do corpo de sua amada, e sua vagina, aos tesouros de um império recentemente descoberto:

Concede uma licença à minha mão errante,Para ir ao meio, em cima, embaixo, atrás,  
adiante.Oh, minha América! Oh, meu novo continente,Meu reino, a salvo porque um  
homem tens à frente.Tenho aqui minhas minas, meu império aqui;Que abençoado  
sou por descobrir a ti!Este acordo liberta a quem ele segura;Onde coloco a mão, eu  
deixo a assinatura.<sup>[27]</sup>

O significado sexual da vagina como um “reino, em toda a segurança, conduzido por um homem” está claro. “Onde eu coloco a mão, eu deixo a assinatura” é outra terna metaforização da vagina: embora seja verdade que o corpo feminino é conquistado, como novas terras estavam sendo conquistadas e consagradas à Inglaterra ou Espanha naquela época com o plantio fálico de estandartes imperiais, não obstante, a conquista, neste caso, é festiva e amorosa. O poeta está acariciando a vagina de sua amante com a mão, e se você entender o que a “assinatura” significava para um leitor na época elisabetana — um anel selo, na época, seria pressionado em cera, para criar uma marca pessoal, uma assinatura —, a consideração erótica de Donne a respeito da vagina é explícita. Embora ele esteja reivindicando a vagina como sendo “sua” ao

metaforicamente imprimir um “selo” nela, também é verdade que a cera deve ser levemente aquecida e derretida para receber e reter a impressão do anel selo.

Essa tensão quanto à natureza infernal ou paradisíaca da vagina era refletida no fato de que, exatamente quando a anatomia começou a se estabelecer firmemente como uma disciplina do Renascimento, também o clitóris como órgão começou um processo que durou um século — que o historiador Thomas Laqueur identificou e ao qual fiz referência em meu livro *Promiscuidades: a luta secreta para ser mulher* — de ser repetidamente perdido e achado por anatomistas. A história cultural da anatomia ocidental não revela nenhum deslocamento contínuo ou “esquecimento” da localização, do papel ou da função de outros órgãos no corpo humano. O pâncreas, sem falar no escroto, uma vez identificado no corpo e suas funções uma vez entendidas, *permanece* localizado e entendido — na verdade, o entendimento da função de outros órgãos só tem melhorado ao longo dos últimos quatro séculos, enquanto o entendimento do papel do clitóris se dissipa e se degrada novamente.

Essa jornada intelectual sobre o clitóris, “Aonde ele foi?”, “Para o que era mesmo?”, também nos reflete a ambivalência cultural ocidental sobre seu papel não somente como um gatilho para a excitação sexual feminina, mas também como a porta de entrada ou o catalisador da coragem e da confiança femininas. A ambivalência sobre a identificação, de uma vez por todas, do clitóris — onde se localiza e como funciona — pode, certamente — agora sabemos por causa da conexão cérebro-vagina —, refletir a ambivalência de dar às mulheres, de uma vez por todas, as chaves do reino da assertividade pessoal e do desejo de liberdade.

O clitóris tem sido descoberto, “perdido” e redescoberto consistentemente desde 1559. Naquele ano, Realdo Colombo identificou o local que ele chamou de “eminentemente a sede do deleite feminino”:

Se tocá-lo, verá que ele se torna um pouco duro e oblongo, a tal ponto que se mostra como um tipo de membro masculino (...) visto que ninguém discerniu essas projeções e seu funcionamento, se me é permitido dar nomes a coisas por mim descobertas, deveria chamar-se o amor ou a doçura de Vênus.

Ele acrescentou que, “se o esfregar vigorosamente com o pênis, ou tocá-lo com seu dedo menor, sêmen mais célere que o ar voa por causa do prazer (...) sem essas protuberâncias, as mulheres não experimentariam o deleite em abraços venéreos nem conceberiam nenhum feto”. Em 1671, a parteira Jane Sharp o identificou mais uma vez observando que ele “se ergue e cai como o pênis e torna as mulheres sensuais, deliciando-se na cópula”.<sup>[28]</sup> *The anatomy of human bodies*, um livro médico didático escrito por William Cowper em 1697, mostrou-o pela primeira vez como um órgão distinto. E Laqueur cita outro livro do século XVII, em francês, que aponta que o clitóris está “onde o Autor da Natureza colocou a sede da volúpia — como o fez na glândula do pênis —, onde se localiza a sensibilidade mais requintada e onde colocou as origens da lascívia nas mulheres”.<sup>[29]</sup>

Mas esses “esquecimentos” e redescobertas meramente prenunciam o maior “esquecimento” que ainda está por vir.

---

1. Riane Eisler, *The Chalice and the Blade: Our History, Our Future* (Nova Iorque: HarperOne, 1988), 51. [Edição brasileira: *O cálice e a espada*; São Paulo, Palas Athena, 2008.]<sup>↵</sup>
2. Veja J. A. MacGillivray, *Minotaur: Sir Arthur Evans and the Archaeology of the Minoan Myth* (Nova Iorque: Hill and Wang, 2000).<sup>↵</sup>
3. Rosalind Miles, *The Women’s History of the World* (Londres: Paladin Books, 1989), 34-37. [Edição brasileira: *A história do mundo pela mulher*; Rio de Janeiro, LTC, 1989.]<sup>↵</sup>
4. Asia Shepsut, *Journey of the Priestess: The Priestess Traditions of the Ancient World* (Nova Iorque: HarperCollins, 1993), 62-79.<sup>↵</sup>
5. *Ib.*, 16.<sup>↵</sup>



6. *Ib.*, 72. [↵](#)
7. *Ib.*, 69. [↵](#)
8. Catherine Blackledge, *The Story of V: A Natural History of Female Sexuality* (New Brunswick, NJ: Rutgers University Press, 2004), 30. [↵](#)
9. Erich Neumann, *The Great Mother: Analysis of an Archetype* (Princeton, NJ: Princeton University Press), 168. [Edição brasileira: *A grande mãe*; São Paulo, Cultrix, 1996.] [↵](#)
10. Sigmund Freud, "Three Essays on The Theory of Sexuality", *The Freud Reader*, ed. Peter Gay (Nova Iorque: W. W. Norton, 1989), 239. [Edição brasileira: *Três ensaios sobre a teoria da sexualidade*; Rio de Janeiro, Imago, 1997.] [↵](#)
11. Thomas Laqueur, *Making Sex: Body and Gender from the Greeks to Freud* (Cambridge, MA: Harvard University Press, 1990), 26. [↵](#)
12. Levítico 15:19, [www.come-and-hear.com/editor/america\\_3.html](http://www.come-and-hear.com/editor/america_3.html). [↵](#)
13. Talmude babilônico, Tractate Kerithoth 2B Soncino Edição de 1961, 1, [www.come-and-hear.com/editor/america\\_3.html](http://www.come-and-hear.com/editor/america_3.html). [↵](#)
14. Tertuliano, "One the Apparel of Women", [www.public.iastate.edu/~hist.486x/medieval.html](http://www.public.iastate.edu/~hist.486x/medieval.html); veja também Kristen E. Kvam, Lina S. Scheuring e Valerie H. Ziegler, *Eve and Adam: Jewish, Christian, and Muslim Readings on Genesis and Gender* (Bloomington, IN: Indiana University Press, 1999), 131. [↵](#)
15. Morton M. Hunt, *The Natural History of Love* (Nova Iorque: Minerva Press, 1959), 187. [↵](#)
16. *Ib.*, 207. Para relato completo sobre a ascensão da ideia de Maria assexuada, veja Jacques Delarun, "The Clerical Gaze", *A History of Women: the Silences of the Middle Ages*, ed. Christiane Klapisch-Zuber (Cambridge, MA: Harvard University Press, 1992), 15-36. [↵](#)
17. Mary Roach, *Bonk: The Curious Coupling of Science and Sex* (Nova Iorque: W. W. Norton, 2008), 214-15. [↵](#)
18. Geoffrey Chaucer, *The Canterbury Tales*, ed. Nevill Coghill (Nova Iorque: Penguin Classics, 2003), 285. No texto original em inglês em "The Miller's Tale", um dos ajudantes diz a Alison: "If I don't have my wish, for love of you, I will die". "And prively he caughte hire by the queynte, /And Seyde, 'Ywis, but if ich have my wille, /For deerne love of thee, lemman, I spille", Prólogo, 88. No Prólogo de "The Wife of Bath", a mulher de Bath diz a um de seus maridos: "For, certeyn, olde dotard, by youre leve,/ Ye shul have quente right ynogh at eve". Mais tarde, ela se refere à sua própria vagina como "belle chose" (em francês, belle chose, coisa bonita). [↵](#)

19. "Case Study: The European Witch-Hunts, c. 1450-1750", [www.gendercide.org/case\\_witchhunts.html](http://www.gendercide.org/case_witchhunts.html).<sup>↵</sup>
20. Dra. Emma Rees, "Cordelia's Can't: Rhetorics of Reticence and (Dis)ease in King Lear", *Rhetorics of Bodily Disease and Health in Medieval and Early Modern England*, ed. Jennifer Vaught (Londres: Ashgate, 2010), 105-16.<sup>↵</sup>
21. Rees, "Cordelia's Can't", 105-16.<sup>↵</sup>
22. William Shakespeare, *The Complete Works*, ed. G. B. Harrison (Nova Iorque: Harcourt, Brace and World, 1958), 1546.<sup>↵</sup>
23. Rees, "Cordelia's Can't", 110.<sup>↵</sup>
24. *Ib.*<sup>↵</sup>
25. *Ib.*<sup>↵</sup>
26. *Ib.*<sup>↵</sup>
27. John Donne, *The Complete Poetry and Selected Prose of John Donne*, ed. Charles M. Coffin (Nova Iorque: Modern Library, 2001), 85. [Trecho em português extraído da tradução de Augusto de Campos].<sup>↵</sup>
28. Naomi Wolf, "Lost and Found: The Story of the Clitoris", em *Promiscuities: The Secret Struggle for Womanhood* (Nova Iorque: Random House, 2003), 143-53. Também, Catherine Blackledge, *The Story of V: A Natural History of Female Sexuality* (New Brunswick, NJ: Rutgers University Press, 2004), 125. [Edição brasileira: *Promiscuidades: a luta secreta para ser mulher*; Rio de Janeiro, Rocco, 1998].<sup>↵</sup>
29. Laqueur, *Making Sex*, 4, 239.<sup>↵</sup>



## *A vagina vitoriana: medicalização e subjugação*

*O estado de excitação, que ocorria com muita frequência (...) cessou completamente depois da cirurgia (...) em 6 de Janeiro de 1865, o ferimento estava completamente curado; e a paciente, em boas condições (...) e não foi mais incomodada pela excitação sexual.*

Ginecologista Gustav Braun, em "A amputação do clitóris e dos pequenos lábios: uma contribuição ao tratamento de vaginismo", 1865

A concepção ocidental "moderna" da vagina, tal como a conhecemos hoje — cheia de vergonha, sexualizada de um modo restrito e funcional, dessacralizada e cientificamente escrutinada —, foi desenvolvida no século XIX. Como ressalta Michel Foucault em *História da sexualidade*, esse foi o século do controle medicalizado da sexualidade em geral.<sup>[1]</sup> A vagina era medicalizada e controlada de maneiras altamente específicas nessa era como jamais havia sido, mas isso persiste desde então — e nos foi transmitido, frequentemente, de forma intacta.

A industrialização e o aumento do nível educacional deram origem a uma crescente classe de mulheres cada vez mais combativas e engajadas, e novas formas de subjugação trabalharam para reprimi-las. Forças culturais crescentes procuravam manter as mulheres ignorantes de suas anatomias e reações sexuais, para desenvolver um estado de "eliminação da paixão" sexual. Muitas forças novas geraram essa pressão repressiva: comentaristas de jornais, manuais

m é dicos e a ascensão da ginecologia como uma especialidade médica.

Essa época viu a disseminação da teoria de que o clitóris era uma causa de corrupção moral, que ler romances poderia deixar jovens garotas enlouquecidas com um desejo incontrolável e que as “boas” mulheres não tinham qualquer sentimento sexual (especialmente clitoridiano), mas que as mulheres “más” poderiam ser arruinadas por seu apetite sexual.<sup>[2]</sup> Paradoxalmente, esse período também assistiu à explosão de tratamentos para que as mulheres tivessem orgasmos sem perder o *status* social, porque o faziam pelas mãos de médicos. Alguns médicos simplesmente anunciavam “massagem uterina” para problemas nervosos — e fizeram fortunas masturbando suas clientes, damas da alta sociedade, em seus divãs de tratamento. Alguns médicos, sem dúvida exaustos pela alta demanda, até desenvolveram máquinas de masturbação elétricas que atingiam o “relaxamento nervoso” das mulheres. Muitos tipos de vibradores elétricos foram desenvolvidos naquela época também, todos indicados para propósitos eufemistas.<sup>[3]</sup>

A ideia profundamente arraigada de que herdamos “boas” e “más” vaginas — a primeira, que seria protegida pela sociedade e pelo Estado, e a segunda, um inimigo legítimo merecedor de punição e violência — descende desse momento. Foi nesse período que nossa ansiedade singularmente moderna — de que a vagina “boa” ou respeitável, que por meio de sua respeitabilidade poderia reivindicar alguma proteção social, não “se degradasse” por nossa própria libertinagem, atraindo todas as punições que se aplicassem às “más” vaginas — se tornou codificada. Em meados da era vitoriana, o discurso médico sobre a vagina de mulheres “respeitáveis” e a pornografia ou a legislação punitiva visando às vaginas “de má índole” eram praticamente os únicos dois discursos nos quais os órgãos em questão apareciam em comentários públicos ou particulares.

Nunca é demais ressaltar quantas de nossas ansiedades atuais sobre a vagina e o prazer sexual feminino foram introduzidas

socialmente naquele tempo e chegam até nós, nos dias de hoje, em modos reconhecidamente remanescentes daquele período.

Até meados do século XIX, o endemoniamento da mulher — ou, de maneira menos preconceituosa, sua luxúria — era visto como parte integrante dela. Essa visão unificada, não especialmente positiva, da sexualidade feminina mudou para sempre por volta de 1857, e foi uma mudança drástica. Antes de 1857, o ano da primeira Lei das Publicações Obscenas (*Obscene Publications Act*) na Grã-Bretanha, uma onda de litografia erótica, assim como gírias e linguagem chula descreviam a vagina de formas que descendiam da tradição obscena, mas divertida, de descrever a vagina — a vagina luxuriosa, ativa — como nos clássicos eróticos do século XVIII, como *Fanny Hill* ou *Memórias de uma mulher de prazer*, de John Cleland de 1748. Mas a fase vitoriana criou nossa dualidade: uma vagina “boa” e medicalizada, e uma vagina “má”, prostituída e pornográfica. Os ideólogos de gênero vitorianos rejeitavam o meio-termo obsceno mais integrado, às vezes idolatrando a vagina e o clitóris, que no século anterior era tido por certo. A nova disciplina da ginecologia reformulava a masturbação feminina, que até o momento havia sido raramente divulgada e debatida, um buraco da vergonha alvo de demasiada obsessão e degradação; e também reformatava o prazer feminino no ato sexual, que naquela época era desconsiderado, sendo algumas vezes violentamente atacado como uma quimera, um estigma proclamado ou uma aberração degradante.

Isso pode ter sido também uma expressão cultural inconsciente de um reconhecimento inato da conexão dopamina-vagina-cérebro: naquela época, as mulheres de classe média estavam reivindicando com sucesso um maior acesso a direitos e influências de todos os tipos. Fizeram campanha pelo direito de se divorciar de maridos violentos (Lei de Propriedade das Mulheres Casadas, 1857); opuseram-se à detenção e deportação de mulheres acusadas de prostituição, que eram então submetidas a exames pélvicos brutais (Lei das Doenças Contagiosas de 1864, 1866, 1869); lutaram por maior controle sobre seus próprios ganhos e heranças no casamento (Lei de Propriedade das Mulheres Casadas, 1870) e buscavam o

direito de sair de um casamento com seus bens e a guarda de seus próprios filhos (Lei de Propriedade das Mulheres Casadas, 1882). No final do século, estavam sendo admitidas nas faculdades femininas em Oxford e Cambridge e lutando para ingressar em suas profissões. Dado o nexos dopamina-vagina-cérebro, não é absurdo pensar, agora, em retrospecto, que surgiria uma ideologia — mesmo que inconscientemente — que progressiva e rigorosamente impediria essas mesmas mulheres ocidentais de classe média recentemente educadas, que estavam buscando e obtendo tantos direitos novos, de compreender como sua própria vagina funcionava e que de fato as puniria de muitas formas se simplesmente considerassem tocar vagina e clitóris de formas que liberariam mais da substância subversiva da disciplina, a dopamina.

Em 1850, os formadores de opinião vitorianos na área médica e social estavam convictos de que a masturbação, para ambos os sexos, levava perigosamente a “um espectro de doenças psicológicas terríveis”, que acabariam por levar o masturbador a um estado de loucura. Mas as preocupações com os perigos da masturbação feminina levaram à violência. A obsessão vitoriana pela erradicação da masturbação feminina era frequentemente atrelada ao receio de educar as mulheres e geralmente ligada a imagens de jovens mulheres sendo seduzidas pelo ato da leitura. (Nos séculos XVII e XVIII, praticamente não havia tal preocupação com uma potencial conexão entre leitura e masturbação feminina.) No mundo pré-vitoriano no qual até mulheres da elite em regra não eram educadas e não tinham direito à propriedade, de fato não importava muito a ninguém se elas se masturbavam ou não. Essa obsessão do século XIX com os perigos da masturbação feminina, que surgiu em uma época na qual as mulheres auferiram sucessivas vitórias legislativas envolvendo o acesso a direitos, pode ser compreendida como uma reação contra os perigos da emancipação feminina para a sociedade patriarcal.

O ginecologista William Acton assegurou, em seu importante tratado de 1875, *Functions and Disorders of the Reproductive Organs*, que a “masturbação pode ser mais bem descrita como uma

incontinência habitual eminentemente produtora de doença”. Declarou, no entanto, que a maioria das mulheres (felizmente para elas) não se sentia muito incomodada com sentimentos sexuais de qualquer tipo. Acton também acreditava que, “via de regra, uma mulher casta raramente deseje qualquer gratificação sexual para si. Ela se submete ao envolvimento do marido, mas principalmente para gratificá-lo (...) a mulher casada não tem o desejo de ser colocada na condição de uma amante”. <sup>[4]</sup>

Muitas mulheres, hoje, sentem que sua sexualidade é algo distinto do resto de seu caráter e acabam por privar-se dela em prol de outros papéis mais admiráveis, como o de mães, esposas ou profissionais; algumas se sentem inibidas na cama por achar que seu apetite sexual, de algum modo, as diminui. Esse conjunto de crenças não é uma constante humana — nem mesmo é antigo; isso foi essencialmente inventado quando os críticos culturais na Europa e Estados Unidos ficaram alarmados pela emancipação feminina, e a sexualidade da mulher foi entregue a um profissional masculino, o ginecologista. Isso foi amplamente codificado pela primeira vez cerca de 160 anos atrás. Não estamos empacados nesse dualismo desde sempre.

O período vitoriano assistiu a uma transição completa sobre como a vagina e clitóris das mulheres eram tratados em termos médicos. Essa mudança transferiu a saúde sexual e reprodutiva das mulheres de classe média das mãos de parteiras para as de médicos homens. Esses médicos criaram associações profissionais de modo a marginalizar as parteiras. A abordagem das parteiras quanto à sexualidade e à reprodução era de aconselhar e ajudar nos processos naturais; a forma dos médicos homens de lidar com a vagina e o útero era, preferivelmente, a do “heroísmo médico”, ou de intervenções precipitadas, às vezes violentas.

Nos Estados Unidos, Ephraim McDowell, W. H. Byford e J. Marion Sims também expandiram os limites da nova profissão de domínio masculino: a ginecologia. Sims criou uma técnica para o reparo de fístulas vesicovaginais; mas seu legado ambíguo é que ele a

desenvolveu praticando em mulheres escravizadas — sem o uso de qualquer tipo de anestesia. Simultaneamente, no Reino Unido, Robert Lawson Tait e William Tyler Smith foram os pioneiros da ginecologia dominada por homens. Essa dominância masculina em um campo de cuidados médicos que por milênios esteve nas mãos de parteiras ou doulas não foi questionada até o final dos anos 1890, quando uma das primeiras mulheres ginecologistas, Helen Putnam, começou a clinicar em Providence, Rhode Island. Em duas gerações, os britânicos e americanos transformaram completamente as antigas e caracteristicamente delicadas práticas das parteiras. Deram início a algumas inovações, como o parto reclinado, que era mais confortável para o médico que a posição em que parteiras e suas pacientes podiam estar mais ativas (o parto reclinado exige que o bebê se mova contra a força da gravidade, para cima no canal de nascimento, uma postura de maternidade desconhecida para o parto fora da medicina ocidental), mas que é muito mais prejudicial para o períneo e canal de nascimento da mulher. Esse posicionamento, que desastrosamente herdamos, foi disseminado em uma época de novos tipos de lesões ginecológicas entre as mulheres de classe média que podiam pagar pela assistência médica no parto. Os ginecologistas vitorianos também convencionaram os exames pélvicos por trás de um manto ou véu; era proibido aos médicos realmente observar visualmente a vagina ou o colo do útero. Eles tinham que efetuar seus diagnósticos apenas pelo toque. Por fim, um novo discurso permeado pelo julgamento e pela vergonha se construiu à volta desse lugar altamente contestado, a vagina. O tratado de William Acton promovendo a eliminação da paixão feminina foi reeditado oito vezes em vinte anos; o historiador Carl Degler o classificou como “indubitavelmente, um dos livros mais amplamente citados” sobre a questão sexual feminina “no mundo de língua inglesa”.<sup>[5]</sup>

Com o avanço do século XIX, mais e mais debates públicos sobre o papel das mulheres as rotulam como completamente mediadas por seus sistemas reprodutivos. O útero da mulher foi cada vez mais responsabilizado por uma influência negativa sobre o humor de suas



portadoras, assim como sua força cerebral em geral. A menstruação das mulheres foi apresentada por ginecologistas em matérias escritas em jornais populares como a razão pela qual uma educação de maior nível debilitaria as mulheres jovens. Em 1890, a educação feminina, por sua vez, era responsabilizada por afetar o sistema nervoso sexual das mulheres, dando origem à “Nova Mulher” que insistia em uma educação masculina, infértil, na visão de alguns “especialistas”; ou sexualmente insaciável, nas palavras de outros, a mulher peluda e fadada à “solteirice”.

“Embora a ideia de esferas separadas não fosse nova no século XIX”, as historiadoras Ema Olafson Hellerstein, Leslie Parker Hume e Karen M. Offen escreveram, em *Victorian Women: A Documentary Account of Women’s Lives in Nineteenth-Century England, France, and the United States*:

A forma obsessiva como as culturas [francesa, americana e britânica] insistem nessa separação parece novelesca (...) qualquer mulher que, mesmo longinquamente, rejeitasse o papel que a cultura vitoriana lhes imprimiu parecia nociva e ameaçadora para seus contemporâneos, como a revolucionária política e a anarquista social.<sup>[6]</sup>

A sexualidade feminina, elas argumentam, era vista como uma ameaça tão profunda à ordem social estabelecida como o terrorismo ou anarquismo:

Como a sociedade vitoriana queria dar uma experiência educacional às mulheres jovens, mas não a experiência de ser uma pessoa educada, queria que elas tivessem (nas bases maritais permitidas para os propósitos reprodutivos) experiência sexual, mas não a experiência de ser uma pessoa sexual.<sup>[7]</sup>

De 1860 a 1890, a brutalidade e a natureza punitiva das práticas ginecológicas masculinas atingiram seu ápice. Nesse período, o uso da clitorectomia se tornou, se não comum, pelo menos não mais inédito no “tratamento” de garotas que insistiam naquele vício pavoroso, a masturbação feminina. O dr. Isaac Baker Brown introduziu a clitorectomia na Inglaterra em 1858, e ainda era muito praticada por ele dez anos depois.<sup>[8]</sup> O dr. Brown se tornou famoso e muito procurado por sua “cura”, que aplicada em garotas fogosas,

após a excisão de seu clitóris, fazia que voltassem para suas famílias em um estado de docilidade, mansidão e obediência — um resultado que podemos agora compreender como inquestionavelmente resultante do trauma e também da interrupção da ativação neural.

E até mesmo para garotas que não eram ameaçadas com a excisão do clitóris como punição pelo “vício solitário”, havia manuais morais e até publicações populares repletas de advertências sobre como uma mulher masturbadora, incitada por “romances franceses” ou “novelas sensacionalistas”, poderia ser facilmente identificada por sua lascívia, apatia, palidez, olhos febris e aspecto geral de dissimulação e insatisfação. Havia o entendimento de que a masturbação levava as garotas a uma trajetória cada vez mais descendente, com formas ainda piores de “vício” e lascívia moral; os pais eram aconselhados a ser vigilantes e rígidos com as garotas que persistissem.

Jeffrey Moussaieff Masson analisou trezentos periódicos médicos europeus de 1865 a 1900. Escreveu:

Essas leituras, todas retiradas de publicações profissionais renomadas e padronizadas, ilustram como homens com poder sobre a vida das mulheres, em especial sua vida sexual, usam impropriamente esse poder para desvirtuar, arruinar, inibir e até destruir o (...) ser sexual das mulheres. <sup>[9]</sup>

O desconhecimento feminino sobre sua própria anatomia, associado ao intenso estigma em torno da sexualidade feminina, com frequência levou a terríveis resultados. Um médico francês, Démétrius Alexandre Zambaco, teve uma jovem paciente que, ele acreditava, estava engajada em um “vício” — masturbação — que, ele notou, “se tornou mais e mais profundamente arraigado”. Ele relatou sentir que era “necessário mudar as táticas e tratá-la com severidade, até mesmo com a mais cruel brutalidade. Castigos corporais foram indicados, em particular o chicote”. <sup>[10]</sup> Alfred Poulet, o cirurgião-chefe do Hospital Val-de-Grâce em Paris, publicou em 1880 o segundo volume de seu *Treatise on Foreign Bodies in Surgical Practice*. Ali, ele listou os objetos que haviam sido

removidos da vagina de jovens mulheres sob seus cuidados e incluiu em seu relato casos similares aos que haviam sido relatados na Inglaterra e Estados Unidos. Poulet relatou que havia removido de útero, uretra e vagina de suas pacientes desde carretéis de costura, potes de pomada, grampos de cabelo, escovas de cabelo até objetos como supositórios vaginais e esponjas. Ele acreditava que “malícia” e “insanidade” tornavam as mulheres adictas no “vício solitário” e as levavam a se masturbar com esses objetos.

Poulet conta uma história apavorante: uma mulher de vinte e oito anos de idade estava se masturbando com sua escova de cabelo de cabo de cedro. Quando alguém entrou repentinamente no quarto, ela rapidamente saltou sobre a escova e se sentou nela de forma a ocultar o que estava fazendo, e a escova — prepare-se — “foi repentinamente empurrada através da parede posterior da vagina para o interior da cavidade peritoneal”. Ela estava tão embaraçada, já que uma “mulher recatada” nos termos do discurso médico vitoriano jamais se masturbaria, que manteve seu ferimento em segredo por oito meses, quando o pedaço de madeira já havia penetrado seus intestinos. Finalmente, quando a dor era grande demais para suportar, procurou seu médico e contou a ele: a escova foi removida, mas ela morreu de peritonite quatro dias depois.

Poulet argumenta que nove em cada dez perfurações com que lidou foram ocasionadas por objetos pontiagudos na vagina, introduzidos pela masturbação das pacientes. Mas estudiosos contemporâneos acham que isso é improvável e que, de fato, muitos dos relatos daquele tempo que nos parecem bizarros são de mulheres sendo feridas por objetos pontiagudos na vagina resultante de seus esforços para provocar o aborto. Em *Ninfomania: História*, Carol Groneman vindica que “as evidências físicas (...) poderiam suscitar múltiplas explicações, incluindo abuso sexual ou tentativa de aborto. Em vez disso, muitos médicos viram essas mulheres como incitantes, e não vítimas”. Groneman afirma que os médicos veem o que escolhem ver e que Poulet via “obstinação (...) hábitos perniciosos” e “práticas obscenas” como causas desses ferimentos, com “pouca distinção” entre estas e a vitimização ou desespero na

profissão médica daquela época. Groneman afirma que havia pouca diferença “entre o abuso, aborto e masturbação”.<sup>[11]</sup>

De acordo com a historiadora da Universidade de Yale dra. Cynthia Russett, prolapsos uterinos eram extremamente comuns no problemático século XIX em razão das demandas da moda. Por volta de 1840 até 1910, as mulheres elegantes usavam espartilhos apertados de barbatana de baleia. Russett ressalta que corpetes ou espartilhos, pela nossa experiência, são feitos de elástico ou borracha; mas, quando feitos de barbatana de baleia, não dobravam com facilidade. Esses corpetes — como se pode imaginar — apertavam a cintura e ao fazê-lo também forçavam os outros órgãos abdominais e pélvicos (intestino delgado, útero, bexiga) severamente para baixo, exercendo continuamente pressão sobre eles. Esperava-se das mulheres que permanecessem fortemente atadas e mantivessem a cintura até mesmo quando grávidas, o que naturalmente forçava e empurrava o útero distendido para baixo também, colocando, assim, a mais terrível pressão no assoalho pélvico. Pessários cervicais eram feitos de objetos metálicos circulares como diafragmas e introduzidos na vagina de mulheres que sofriam de prolapso, ocupando o lugar do assoalho pélvico danificado para mecanicamente evitar que o útero e outros órgãos caíssem sobre o canal vaginal. Em artigos, livros e poesia, muitas mulheres escritoras fizeram apelos fervorosos pela mudança na moda, para que a vida das mulheres não fosse “deformada” — um termo de uso frequente — em modelos artificiais de propriedade. Elas falavam de uma realidade física, assim como psicológica — uma moda que geralmente levava à destruição da integridade do útero e do assoalho pélvico.

Essa epidemia de ferimentos vaginais e uterinos, e a invalidez que causavam, foi o pano de fundo para as maiores romancistas e poetisas vitorianas — de Brontë a George Eliot, Elizabeth Gaskell e Elizabeth Barrett Browning — todas fantasiaram sobre a liberdade física e emocional das mulheres.

Em 1857, a primeira Lei das Doenças Contagiosas foi promulgada na Inglaterra e ampliada em 1864. Isso deu ao Estado o poder de encarcerar qualquer mulher suspeita de ser uma prostituta e interná-la compulsoriamente em uma instituição na qual era compelida a submeter-se a um exame pélvico e vaginal contra sua vontade — aparentemente, para prevenir a propagação da sífilis, gonorreia e outras doenças venéreas.

O legado dessas leis foi muito mais influente no inconsciente coletivo das mulheres do que a história geralmente sugere. Em toda a Inglaterra, especialmente nas cidades militarizadas, as mulheres que eram vistas como possíveis prostitutas — uma categoria profissional tão imprecisamente definida no período vitoriano que compreendia quase todas as mulheres que tivessem cuidado com a aparência, ou parecessem ou se comportassem como sexualmente ativas fora do casamento — poderiam ser levadas por agentes masculinos agindo sob disfarce. Efetivamente sequestradas, elas poderiam, então, ser mantidas sob captura sem nenhum processo em instituições mais parecidas com prisões, chamadas *lock hospitals* (hospitais de isolamento). Lá, eram reprimidas e forçadas a passar por exames clínicos — realizados por homens desconhecidos. Eram, então, clinicamente tratadas contra sua vontade. Essas mulheres podiam ser presas — legalmente — por até oito meses e mantidas afastadas de seus familiares e de seu trabalho. <sup>[12]</sup>

O governo britânico planejou expandir esse programa de prisão e detenção de mulheres jovens que parecessem ter atividade sexual. Deveria se expandir de cidade em cidade e chegar até Londres. Como o historiador britânico A. N. Wilson afirma em *The Victorians*, a imensa escalada desses sequestros e a disseminação do terror entre as mulheres que isso gerou refletem-se no fato de que o próprio médico oficial encarregado da expansão do programa em Londres argumentou contra ele, porque, se fosse mantida a proporção do número de prisões que aconteciam no restante do

país, teriam que ter sido inaugurados doze grandes hospitais na capital somente para acomodar as mulheres que seriam recolhidas e aprisionadas. <sup>[13]</sup>

O terror dessa situação, acredito, imprimiu-se profundamente na consciência feminina anglo-americana, ainda que poucas de nós hoje conheçam essa história.

Por que nós, ainda nos dias de hoje, no Ocidente anglo-americano, sentimos com tanta frequência que, se reportarmos um estupro ou crime sexual, nosso tratamento dependerá de termos tido ou não algum tipo de atividade sexual em nosso passado? Que, se “admitirmos” alguma atividade sexual em nosso passado, no contexto de um caso de estupro, isso levará a um terrível constrangimento público de longa duração? Por que as investigações de crimes sexuais, além dos processos e condenações, tão frequentemente espelham essa situação, com sentenças maiores em casos em que se possa provar um passado “puro” ou “inocente” da mulher — mesmo em contextos completamente diferentes do estupro em si? Por que ainda sentimos que, se formos abertas sobre nossos desejos e atividades sexuais, isso pode atrair consequências catastróficas?

Josephine Butler, uma das primeiras feministas, promoveu uma campanha vitoriosa contra a Lei das Doenças Contagiosas, por retratar as mulheres aprisionadas em uma narrativa cheia de “sedução e traição” — elas não eram objetos sexuais, mas sim inocentes vítimas de abuso.

Dada a importância da experiência cultural de uma das primeiras vitórias políticas de uma feminista, não é de causar espanto que o feminismo e as campanhas feministas em geral tão frequentemente baseiem suas reivindicações em uma situação de mulheres como “inocentes abusadas”, especialmente quando se referem a questões sexuais. Nossa história não permitia um contexto mais matizado. Esse sucesso se tornou uma faca de dois gumes. As feministas descobriram que conseguiriam simpatia social, *status* e vitórias judiciais pela construção de uma narrativa de desamparo e

vitimização sexual feminina pelos predatórios homens brutais. Eu chamo isso de “erros” de narrativa. Se, por um lado, havia muitas situações que certamente se adequavam àquela narrativa, o problema para nós é que ela praticamente impediu que se criasse um discurso paralelo que englobasse o desejo e a atividade sexual feminina.

Ainda vivemos com as consequências dessa história intelectual. Quando eu busquei discernir em 2011, no caso das acusações de estupro contra Julian Assange, o que aconteceu com o consentimento sexual dela até certo nível e o que ela alegava ter acontecido sem seu consentimento depois de certo ponto, fui atacada pelas feministas como a “traidora da irmandade”. O problema é que a maioria dos casos de estupro de hoje acontece após um encontro cheio de nuances — no qual uma mulher quer isso, mas enfaticamente não quer aquilo. Se formos incapazes até de falar sobre um encontro sexual sem ter o receio de que duvidem de tudo que falarmos daí em diante, jamais conseguiremos processar e sentenciar os estupradores com sucesso.

#### RESISTÊNCIA

A despeito da brutal supressão da vagina, útero e clitóris naquela época, muitas mulheres e homens vitorianos procuraram criar contranarrativas para a vagina nociva e medicalizada. As vitorianas ainda tentavam usar os romances e a arte para representar as mulheres em si, a sexualidade feminina e a vagina — mesmo que obliquamente — em uma vertente positiva e atraente, que dissesse a verdade sobre o desejo sexual e o prazer femininos. Com frequência, essas explorações e imagens eram altamente metafóricas.

Na obra de George Eliot *The Mill on the Floss*, por exemplo, Maggie Tulliver está depressiva e isolada; mas ela é atraída por seu pretendente, Philip Wakem — em segredo e contra a vontade de

seus pais — para uma parte da paisagem que é chamada de Red Deeps (profundezas vermelhas). Nesse contexto, que acontece em uma configuração de vulva, o desejo sexual é conectado com o anseio feminino de aprender, de poder e de um mundo mais vasto:

Em seus dias de infância, Maggie lembrava esse lugar, chamado de Red Deeps, com enorme incredulidade (...) visões de ladrões e ferozes animais assombravam cada canto escuro. Mas, agora, havia o encanto para ela que qualquer fenda no chão, qualquer pedra ou ravina produzem para os olhos que em tudo se detêm (...) Em junho, também, as rosas-caninas estavam em sua plenitude, e aquela era uma razão adicional pela qual Maggie deveria direcionar seus passos para a Red Deeps, mais que para qualquer outro lugar, no primeiro dia em que era livre para vaguear a seu gosto — um prazer que adorava tanto, que algumas vezes, em seus ardores de renúncia, pensava que deveria negar a sua regular indulgência.

Eliot descreve esse “passeio” como intensamente prazeroso, “o retorno do prazer em um fluxo profundo”. Maggie se pergunta se o segredo com o qual ela explora a Profundezas Vermelhas é uma “maldição espiritual” — “algo que ela temeria que a descobrissem fazendo” — a mesma frase que regularmente descreve a masturbação feminina na época; mas, “mesmo assim, a música aumentava novamente, como sinos interiores tocando sob a brisa recorrente”.<sup>[14]</sup> Aqui, o desejo feminino e o autoconhecimento são como a música que “aumenta”: como em muitas cenas similares, a imaginação artística ou literária feminina, o mundo da sensualidade natural e o despertar da sensibilidade da vulva estão todos juntos.

Cavidades sedutoras, lindas caixas e valiosos baús de tesouro aparecem com nítidas implicações sugestivas em todos os romances clássicos de mulheres em meados do século XIX também. A dra. Rees, em “Narrating the Victorian Vagina: Charlotte Brontë and the Masturbating Woman”, analisa o romance *Villette* — que conta a história da quieta e humilde governanta Lucy Snowe e de como ela triunfa sobre seus adversários em uma escola na Bélgica e encontra a paixão sexual e finalmente o amor conjugal — e estuda o uso de metáforas da vagina por Charlotte Brontë.<sup>[15]</sup>



Dr. John, o pretendente amoroso “errado” que seduz Lucy antes que ela encontre um colega mais adequado, dá a ela cartas de amor ilícito, e Lucy furtivamente as enterra sob uma pereira: “Eu limpei a hera e encontrei o buraco; ele era suficientemente largo para receber a caixa, e a coloquei no fundo”. “Eu não estava”, escreve Lucy, “somente escondendo um tesouro — também queria enterrar uma dor.” “Lucy compulsivamente esconde objetos em caixas, gavetas e mesas... como as pacientes de Poulet, ela precisa esconder seus desejos.”

Lucy Snowe sinaliza para Paul — o amante “certo” — que ela está pronta para iniciar uma relação romântica com ele entregando-lhe sua preciosa “caixa” que “estava pronta em seu colo”:

E pegando a pequena caixa aberta da mesa, coloquei-a na mão dele. “Ela estava pronta em meu colo esta manhã”, continuei; “e se o senhor houvesse sido mais paciente... — talvez eu devesse dizer também, se eu houvesse sido mais calma e mais sábia — poderia tê-la, então, entregado.”

Ele olhou para a caixa: Eu vi que seu matiz quente e claro e o contorno azul-brilhante satisfizeram a seu olhar. Eu disse a ele que a abrisse.

Não se poderia imaginar uma sensação mais clara de prazer e propriedade da vagina, ainda que as convenções sociais vitorianas fizessem que essas cenas fossem descritas por meio de metáforas e alegorias.

Conforme o século XIX progrediu, a irmandade pré-rafaelista — que começou a publicar sua revista *The Germ* em 1850 — desenvolveu iconografias explícitas para a vagina. Esse tema era muito nítido nas pinturas populares de Dante Rossetti, irmão de Christina Rossetti. Dante Rossetti, em geral, pintava romãs labiais e vaginais botanicamente incorretas, mas anatomicamente corretas. Em seu retrato de meio-corpo de Beatrice, ele mostra a linda moça segurando uma romã — com um corte na pele da fruta e lábios abertos em cada lado do corte — e a mesma romã labial aparecia nas xilogravuras da irmã Christina Rossetti em um épico altamente erótico da tentação feminina, *Goblin Market*.<sup>[16]</sup> Mesmo que os pré-

rafaelistas se posicionassem como renegados e dissidentes sexuais, é tentador interpretar sua preocupação com a pintura da vagina — de fato, graficamente elevando-a e liberando-a de seu contexto usual repressivo do século XIX — como parte de seu impulso maior no sentido de uma liberdade social e abertura na expressão criativa.

Em 1860, as mulheres britânicas adoravam um gênero de romance chamado “romances sensações”. Nesse tipo de ficção, a heroína não era passiva e zelosa — como na ficção masculina clássica vitoriana e nos romances de Dickens —, mas, em vez disso, era voluntariosa e determinada. Esses romances davam aos leitores muitas passagens cheias de descrições sensuais detalhadas dessas mulheres com sentimentos “voluptuosos”. Os romances sensações eram vistos culturalmente como extremamente ameaçadores, especialmente para as mulheres — especialmente para as garotas e mulheres jovens —, porque eram compreendidos como sexualmente excitantes para elas. “Romances de leitura”, especialmente os franceses, tendiam a ser ainda mais explícitos sobre sexualidade feminina e o desejo — eram considerados como metáforas de um portal para a perdição moral das mulheres, descritos em termos mais usados para advertir às jovens mulheres que se afastassem da masturbação. Na realidade, os romances sensações para mulheres e a masturbação feminina eram em geral associados.

#### A VAGINA ESTÉTICA

Com o passar das décadas de 1880 e 1890, o esteticismo se transformou em um influente movimento vanguardista, e o esteticismo de vaginas fez suas aparições. O ilustrador Aubrey Beardsley usou motivos padronizados da vagina como pano de fundo para as litografias das peças de Oscar Wilde, tais como sua obra censurada sobre o avassalador e até assassino desejo sexual feminino, *Salomé* (1892), assim como nos contos populares dele. (Havia, ainda, motivos de vagina assustadores nesse período também: autores anônimos, incluindo possivelmente Oscar Wilde,

escreveram em 1893 o romance erótico *Teleny*, no qual a vagina é retratada algumas vezes como deliciosa e em outras como sendo viscosa, nociva e monstruosa.)

A década de 1890, que viu massivas mudanças em termos de educação e liberação social das mulheres da Europa e Estados Unidos, também viu vaginas padronizadas, na forma da figura icônica da pena de pavão e do papiro, um tema que evoluiu para o triângulo invertido da *art nouveau* e *art déco*. A pena de pavão era representada tecnicamente como se fosse uma vulva aberta com o “coração” da pena como o “coração”, ou o que os doutores chamariam de “introitos” da vulva.

As décadas de 1880 e 1890 foram um período revolucionário na Europa e Estados Unidos, com o “esteticismo” e então a “decadência”, movimentos que subverteram ou questionaram as convenções sociais e sexuais, tornando-se uma grande tendência. As escritoras do movimento New Woman, como Kate Chopin em *O despertar*, Olive Schreiner e George Egerton (uma mulher que escrevia sob um pseudônimo masculino), começaram a escrever sobre o desejo sexual feminino. A figura da nova mulher, que se tornou foco de discussão pública, era vista como sexualmente emancipada e ameaçadora.

Rumando ao final do século XIX, o véu da repressão da sexualidade feminina foi sendo levemente retirado pelos sexólogos, inclusive Richard von Krafft-Ebing, que escreveu em 1886 *Psychopathia Sexualis*, — mesmo que tenha rotulado o desejo feminino “excessivo” na categoria de “ninfomania” e argumentado que a maioria das mulheres bem educadas deveria ter níveis de desejo “reduzidos”; “se assim não fosse”, ele escreveu, “o mundo todo se transformaria em um bordel”<sup>[17]</sup> — e Havelock Ellis, mais liberal, autor de *Studies in the Psychology of Sex* em 1889.

Sigmund Freud e seus seguidores, é claro, introduziram uma grande mudança na sexualidade feminina e na forma como a vagina foi mais uma vez reinterpretada. Embora os comentaristas conservadores vitorianos vissem a vagina como um sistema de entrega mecanicista para reprodução e houvessem definido que o clitóris transformava as mulheres em obscenas e o útero em loucas e inaptas para a educação superior, Freud redefiniu a vagina em termos psicodinâmicos. Em *Três ensaios sobre a teoria da sexualidade* (1905), ele apresentou o dualismo clitóris-vagina que tanto influenciou os anos 1970 e tanto nos afeta: “Se quisermos compreender como uma pequena garota se transforma em uma mulher, devemos acompanhar as vicissitudes dessa excitabilidade do clitóris”, escreveu.<sup>[18]</sup> Antes de Freud, o clitóris e a vagina eram vistos, mesmo que nem sempre com admiração, como diferentes aspectos do mesmo sistema sexual/reprodutivo. Freud popularizou a ideia de que havia uma espécie de luta entre eles em termos de desenvolvimento feminino e que existem tipos de orgasmos femininos moralmente “melhores” e “piores”. Segundo seus termos, mulheres “maduras” tinham mais orgasmos vaginais, ao passo que “imaturas” tinham orgasmos clitoridianos, uma posição com a qual seus discípulos concordariam e que ampliariam em meados do século XX — fazendo que muitas mulheres da geração de nossas mães e avós duvidassem de si próprias ao longo do caminho.

Mas ele também argumentou, em seu ensaio sobre a inveja do pênis, que os homens viam a vagina como primordialmente castradora; em outro lugar, descreveu a vagina como a matriz escura dos psicodramas de Édipo. Depois de Freud, a noção de uma vagina devoradora e castradora como fonte das neuroses masculinas se tornou uma forte influência durante todo o século XX.

Outros — médicos e psicólogos — levantaram o argumento de que a vagina e o clitóris tinham uma relevância política e psicodinâmica. No livro de 1926, *A mulher fria: estudo minucioso da frigidez feminina*, de Wilhelm Stekel, um capítulo denominado “A luta dos sexos” atribui ao feminismo o papel de negar o prazer sexual às

mulheres; o autor acreditava que o que ele chamou de “anesteticismo sexual” feminino se devia aos desejos da mulher contemporânea de dominação sobre os homens. Ele também viu as necessidades emocionais e espirituais das mulheres como ligadas a seu potencial de resposta sexual; o homem deve agradar a algum tipo de espiritualidade feminina, ele escreveu, antes de ela poder atingir o orgasmo, ao passo que a mulher “moderna” não pode atingir o orgasmo a menos que seja tratada como uma “nova mulher”, que é — observou — o “problema de Ibsen com Nora!”. “Com essa exigência preenchida”, concluiu, “cada inibição que prejudicar sua sexualidade é eliminada.”<sup>[19]</sup> É admirável que, já bem adiante no século XX, as dificuldades femininas de atingir o orgasmo fossem, em regra, atribuídas pelas autoridades do assunto a uma instabilidade emocional da mulher — mais que à ausência de sedução ou técnica masculina.

Mas, ainda que Freud e outros estivessem buscando novos termos — dessa vez, mais psicodinâmicos que médicos — com que controlar e às vezes condenar a vagina e o clitóris, depois da Primeira Guerra Mundial algumas mulheres artistas, dançarinas e cantoras foram à procura de formas de liberar seus significados.

- 
1. Michel Foucault, *The History of Sexuality*, vol. 1, *An Introduction* (Nova Iorque: Vintage, 1990), 12. [Edição brasileira: *História da sexualidade*; Rio de Janeiro, Graal, 1988.][↵](#)
  2. Jeffrey Moussaieff Masson, *A Dark Science: Women, Sexuality, and Psychiatry in the Nineteenth Century* (Nova Iorque: Noonday Press, 1988), 63-65.[↵](#)
  3. Erna Olafson Hellerstein, Leslie Parker Hume e Karen M. Offen, eds., *Victorian Women: a Documentary Account of Women’s Lives in the Nineteenth-Century England, France and the United States* (Palo Alto, CA: Stanford University Press, 1981), 5.[↵](#)
  4. William Acton, *A Complete Practical Treatise on Venereal Diseases* (Londres: Ibotson and Palmer, 1866), citado em *Suffer and Be Still: Women in the Victorian Age*, ed.

- Martha Vicinus (Bloomington, IN: Indiana University Press, 1973), 82-83, 84.[↵](#)
5. Steven Seidman, *Romantic Longings: Love in America, 1830-1980* (Nova Iorque: Routledge, 1993), 33.[↵](#)
  6. Hellerstein, Hume e Offen, *Victorian Women*, 3.[↵](#)
  7. *Ib.*, 5.[↵](#)
  8. *Ib.*[↵](#)
  9. Masson, *A Dark Science*, 3.[↵](#)
  10. *Ib.*, 65-90.[↵](#)
  11. Dra. Emma Rees, "Narrating the Victorian Vagina: Charlotte Brontë and the Masturbating Woman", *The Female Body in Medicine and Literature*, ed. Andrew Maugham (Liverpool: Liverpool University Press, 2011), 119-34.[↵](#)
  12. Peter T. Cominos, "Innocent Femina Sensualis in Unconscious Conflict" e E. M. Sigsworth e T. J. Wyke, "A Study of Victorian Prostitution and Venereal Disease" em Vicinus, *Suffer and Be Still*, 77-99, 155-72. Veja também *A New Woman Reader*, ed. Carolyn Christensen Nelson (Nova Iorque: Broadview Press, 200).[↵](#)
  13. Veja A. N. Wilson, *The Victorians* (Nova Iorque: W. W. Norton, 2003). *A History of Private Life*, vol. 4, *From the Fires of Revolution to the Great War*, ed. Michelle Perrot (Cambridge, MA: Harvard University Press, 1990), 261-337. Havia contracorrentes à hostilidade vitoriana e eduardiana em relação à vagina: na França vitoriana e eduardiana, um homem prestes a se casar mandava à noiva flores que lembravam o intumescimento vulvar nas vésperas do casamento: "Seguindo um costume oriental, alguns homens escolhiam flores que gradualmente ficavam mais vermelhas e na véspera das bodas se tornavam roxas, como um símbolo de seu amor ardente. Os manuais de etiqueta declararam que essa nova moda era do pior gosto possível". *Ib.*, 311.[↵](#)
  14. George Eliot, *The Mill on the Floss* (Londres: Penguin, 1979), 318, 338.[↵](#)
  15. Rees, *Narrating the Victorian Vagina*, 119-34.[↵](#)
  16. Christina Rossetti, *Poems and Prose*, ed. Simon Humphries (Oxford, Reino Unido: Oxford World Classics, 2008), 105-19.[↵](#)
  17. Veja Richard von Krafft-Ebing, *Aberrations of Sexual Life: The Psychopathia Sexualis* (Londres: Panther, 1951); Havelock Ellis e John Addington Symonds, *Sexual Inversion* (Nova Iorque: Arno Press, 1975).[↵](#)
  18. *Freud on Women: A Reader*, ed. Elisabeth Young-Bruehl (Nova Iorque: W. W. Norton, 1990), 137.[↵](#)

19. Wilhelm Stekel, *Frigidity in Woman*, vol. 2, *The Parapathiac Disorders* (Nova Iorque: Liveright, 1926), 1-62. [Edição brasileira: *A mulher fria: estudo minucioso da frigidez feminina*; São Paulo, Civilização Brasileira, 1941.][↵](#)



## *Modernismo: a vagina "liberada"*

*Cara Janet em cinza e branco... obrigada pelo buquê. O prazer é indescritível — como todo o encantamento, e há algo triste em ser incapaz de contar o segredo do prazer...*

Dolly Wilde a Janet Flanner

**N**o fim do século XIX, mulheres escritoras lutaram para trazer metáforas e narrativas do desejo erótico feminino à luz do dia. As mulheres vitorianas se referiam à sexualidade feminina por meio de códigos e alusões, mas as modernistas, em seu impulso de quebrar barreiras e estabelecer o novo, começaram a articular os temas da vagina de forma mais direta.

Nas duas ou três décadas iniciais do século XX, a contracultura liberacionista começou a defender a sexualidade feminina. Com o modernismo, as mulheres faziam declarações políticas, sociais e artísticas a respeito de sua sexualidade. De 1890 a 1920, as autoras mais ousadas da literatura de aconselhamento conjugal começaram a separar o sexo da reprodução para mulheres. Criticavam o egoísmo sexual masculino e descreviam técnicas direcionadas a dar mais prazer às mulheres. O grande *best-seller* de Theodore van de Velde, *Ideal Marriage* (1926), lamentava a infelicidade conjugal que resultava de não saber "o abc do sexo" e repudiava o código de silêncio vitoriano a respeito desses assuntos. A popularidade do livro também pode ser atribuída à abundância de detalhes sobre o



cunilíngua e à atenção dada às técnicas de como efetivamente dar o que chamou de “beijo genital”<sup>[1]</sup> às esposas.

Gertrude Stein, em seu volume de poesia *Tender Buttons* (1912), fez referências oblíquas ao “botão macio” do clitóris.<sup>[2]</sup> Seu famoso verso “uma rosa é uma rosa é uma rosa” é muito mais erótico e complexo quando lido em seu contexto original. O verso está em um poema em prosa em que a “rosa” parece sexual — de fato, multiorgástica — e os ritmos do discurso ecoam a falta de fôlego e as cadências de ondas de intensidade tão características da excitação feminina, que as poetisas vêm tentando capturar desde a época da “língua de fogo” de Safo:

Suponha, por supor, suponha que uma rosa é uma rosa é uma rosa é uma rosa

Para supor, supomos que apareça aqui e ali e aqui e ali apareça uma instância de saber que há aqui e há ali o que vão preparar, e que querem vir de novo.

E assim virão.

Aqui, outra potencial rosa/vagina steiniana: “ROSAS VERMELHAS: Uma fria rosa vermelha e um róseo corte rosa, um colapso e um buraco vendido, um pouco menos quente”.<sup>[3]</sup>

A artista Josephine Baker, uma dançarina afro-americana que era a queridinha das casas noturnas parisienses em 1925, apresentou-se com uma saia feita de bananas artificiais — uma referência sutil à sua própria confiança sexual, sugerindo que o “dela” era tão bom quanto qualquer número dos “deles”. Sua personalidade brilhante e confiante — o que seguramente definia a sexualidade feminina como exótica e “outros” — era um novo tipo de iconografia para a sexualidade das mulheres: uma sedutora que não tinha a menor vergonha, que era aberta em relação a seu corpo, segura em seus prazeres. As coreografias de dança moderna de Loie Fuller nos anos 1900 — nas quais combinava seus passos inovadores com o movimento de sedas que mais pareciam véus — causaram sensação em Londres e Paris. Os críticos contemporâneos interpretaram sua dança como uma declaração sobre o desejo feminino, com os

vértices de tecido de Fuller ondeados em marolas sensuais pelo palco, quase em movimentos labiais, com a própria Loie girando no centro de tudo. Os contemporâneos viam Fuller, escreve a historiadora literária Rhonda Garelick, como uma artista que começava e terminava seus espetáculos com uma “violência profundamente feminina, semelhante ao nascimento”, com uma “ferida floral sangrenta”. “Enquanto gira à volta de uma espiral de luz vermelho-sangue, Fuller parece ter ateado fogo ao próprio ar, abrindo violentamente uma ruptura distintamente feminina, até mesmo vaginal — uma flor em sangue — no espaço plano ao seu redor.”<sup>[4]</sup>

A pintora Georgia O’Keeffe deixou a fazenda de sua família em Wisconsin construiu sua própria vida e carreira como jovem boêmia em Manhattan na década de 1910. Posou audaciosamente para as fotos de nus aspergidos com água em formas geométricas de seu amante, Alfred Stieglitz, deixando o público e os críticos de artes chocados e estarecidos. Suas pinturas de flores, frequentemente interpretadas como estudos da estética da vagina, aparecem no início da década de 1920, quando Georgia começa a ser identificada como “musa” de espírito livre para os modernistas americanos e os rebeldes do Greenwich Village e a personificar o interesse dessa subcultura pela liberdade sexual feminina. Críticos de arte de ambos os gêneros reagiram às suas flores com surpresa, afirmando que as pinturas diziam verdades sobre a sexualidade feminina que nenhuma mulher havia ousado revelar até então, apesar das declarações de sua biógrafa, Hunter Drohojowska-Philp, de que Georgia negava terminantemente o conteúdo sexual dessas imagens. Georgia se distanciava da natureza vaginal das imagens, segundo Drohojowska-Philp, porque achava que a imagem altamente sexualizada que os críticos faziam de sua pessoa poderia obscurecer a seriedade de suas intenções como artista.<sup>[5]</sup>

A poetisa Edna St. Vincent Millay, também uma participante da cena boêmia do *demi-monde* do Greenwich Village de 1920, rotulava-se conscientemente como defensora artística da liberdade

sexual feminina. Esteve entre as primeiras mulheres a levantar a bandeira da sexualidade transcendentalista e liberacionista que havia sido postulada por Walt Whitman sessenta anos antes, em sua escandalosa publicação de 1855 do poema em prosa *Folhas de relva* — no que foi seguido por outros escritores, de Walter Pater a Oscar Wilde, que desenvolveram essa visão liberacionista e mística da sexualidade inspirados nele. Millay ficou famosa por escrever a quadra de título sugestivo “Primeiro Figo” (1922), de sua coleção *A Few Figs from Thistles*:

Minha vela queima dos dois lados;

E não vai durar a noite toda;

Mas, ah, meus amigos, oh, meus inimigos —

Que luz adorável ela dá!<sup>[6]</sup>

Essa imagem destemida da renegada sexual entusiasta e descuidada, que faz suas próprias escolhas e não se arrepende de nenhum dos seus erros — porque aprecia o valor da experiência —, está na outra ponta do espectro da tradição de seriedade e foco na vítima das narrativas sexuais de “sedução e traição” na ficção vitoriana feita para mulheres. A narradora que voluntariamente, até mesmo alegremente, jogava tudo para cima — papel social, identidade, a própria vida — por lealdade a uma paixão sexual violenta estava muito distante dos sonetos afetados de Elizabeth Barrett Browning de setenta anos antes, quando a paixão sexual feminina se escondia muito abaixo da superfície da linguagem.

Essas tendências artísticas coincidiram com o simultâneo aparecimento de motivos vaginais na arte e na arquitetura: o papiro *art déco* estilizado em repetições de triângulos invertidos, o ícone da parte exterior do púbis feminino desde o início das artes visuais feitas pelos homens. Essas imagens foram incorporadas em prédios, papéis de parede, objetos domésticos e cartazes publicitários. Nas décadas de 1910 e 1920, quando as “novas mulheres” e posteriormente as *flappers* começaram a se rebelar contra os mandamentos da geração de suas mães, a loucura por tudo que

vinha do Egito na arquitetura, cinema e *design* de móveis também estilizava o triângulo do púbis por toda parte.

Uma repentina explosão de informações acuradas e positivas sobre a sexualidade feminina agora substituía o discurso médico impreciso e moralista de Van de Velde no período vitoriano. As mulheres começaram a poder fazer amor em seus próprios termos por um motivo muito simples: a tecnologia. Em 1920, métodos mais confiáveis de contracepção foram disponibilizados: Marie Stopes abriu sua primeira clínica de controle de natalidade em Londres em 1921, na mesma época em que Margaret Sanger abriu sua clínica no Lower East Side de Manhattan.<sup>[7]</sup> O sexo casual se tornou muito menos perigoso para as mulheres, simplesmente por causa dos avanços no processamento da borracha que levaram a uma disponibilidade e eficácia de preservativos e diafragmas. Os *best-sellers* da dra. Marie Stopes *Married Love, What Every Girl Should Know* e *What Every Mother Should Know* também apareceram na década de 1920. As mulheres passaram a obter informações acuradas de fontes públicas e não censuradas a respeito de suas próprias respostas sexuais, pela primeira vez na história do Ocidente.

Mas nem todos os homens modernistas se moveram na mesma velocidade. Eles certamente viam a sexualidade como algo conectado à criatividade — mas era a sexualidade *masculina* e a criatividade *masculina* que lhes interessava. O dr. Michael H. Whitworth, em uma palestra em 2011 na Universidade de Oxford sobre “O Modernismo e o Gênero”, cita o “Translator’s Postscript” de Ezra Pound para a edição de 1922 de *The Natural Philosophy of Love*, de Remy de Gourmont. Pound identificava a criatividade como sexual e masculina:

O cérebro em si é, em sua origem e desenvolvimento, apenas um tipo de grande coágulo de fluido genital mantido em suspensão (...) Há traços dele no simbolismo das religiões fálicas, com homens golpeando, cabeça ereta, com o falo ou o espermatozoide, o caos feminino (...) A própria pessoa pode sentir, levar qualquer

nova ideia para a grande vulva passiva de Londres é uma sensação análoga ao que os homens sentem na cópula. <sup>[8]</sup>

Da mesma forma, para Henry Miller, toda a matriz da realidade era um "útero" no qual ele se insere: "Quando tudo se retirar de novo para o útero do tempo, o caos será restabelecido, e o caos é a página sobre a qual a realidade está escrita (...) Eu ainda estou vivo, dando pontapés em seu útero, uma realidade sobre a qual escrever".

<sup>[9]</sup> Quando os homens modernistas possuíam e inseminavam a vulva do cosmo com suas ideias, a vulva e o útero eram vistos como positivos; mas, quando as mulheres, com suas ideias próprias, tentavam possuir sua própria vulva e útero, esses mesmos órgãos as degradavam. Em *Trópico de câncer*, de Miller (1961), quando as mulheres eram criativas, ele tendia a reduzi-las a "bocetas" e a apetites sexuais; quando Elsa o visita em sua casa e toca Schumann, Miller escreve: "Uma boceta que toca como ela tem que ter mais noção e parar de trepar com qualquer cara de pau grande que apareça em seu caminho". Ou descreve as artistas expatriadas como "bocetas americanas ricas com caixas de tintas penduradas nos ombros. Um pouco de talento e uma bolsa polpuda". <sup>[10]</sup>

O dr. Whitworth destaca que os homens modernistas identificavam "o feminino como um submarino e o masculino como a terra firme".

<sup>[11]</sup> Em contraste com as imagens dinâmicas de Pound e Miller das ideias masculinas eretas, Pound, assim como T. S. Eliot, tendia a caracterizar a obra de suas colegas mulheres em metáforas vaginais negativamente molhadas, flácidas ou trêmulas. Eliot acusou a poetisa do imagismo Amy Lowell, por exemplo, de "flacidez generalizada", uma flacidez que tinha, segundo os termos desse movimento literário, "ido longe demais". O dr. Whitworth observa que o crítico Conrad Aiken encoraja os leitores a "passar levemente sobre (...) o tremor tentacular de Mina Loy", dando preferência aos "dotes masculinos" de Eliot e Stevens. <sup>[12]</sup>

Quando os homens modernistas de fato escreviam sobre a sexualidade feminina ou sobre o clitóris e a vagina, faziam-no em

respostas que demonstravam o dualismo freudiano emergente: suas reações iam de uma admiração fria — como na referência de Samuel Beckett à “grande vagina cinza do universo” — ao aparente espanto de D. H. Lawrence mediante o potencial transcendental do êxtase sexual feminino, como nas cenas de amor em que Mellors desperta as sensações vaginais de *lady* Chatterley, até uma resistência irritada; como na descrição das “bicadas” clitoridianas da “nova mulher” em outra cena de sexo em *O amante de lady Chatterley* (1928). Mas, além das reações ansiosas por parte dos homens às questões do clitóris e uma eventual descrição positiva da sensualidade da vagina nessa era, aparece um novo ponto no espectro, estabelecido primeiramente por Henry Miller: o dispensável, desprezível e pornográfico “buraco”. Em sua falta de importância, diferia dos infernais poços de cobras repletos de pecados de Tertuliano; é a vagina pornográfica moderna: uma coisa vulgar e barata, que simplesmente não importa.

Na obra de Lawrence, as cenas de excitação clitoridiana têm frequentemente uma qualidade ameaçadora e em geral são ligadas ao que ele descreve como a natureza excessivamente intelectualizada das renegadas e feministas sociais do movimento Nova Mulher: “Você quer uma vida de pura sensação e ‘paixão’”, diz o personagem Rupert para a “nova mulher” Hermione em *Mulheres apaixonadas* (1920),

mas a paixão é uma mentira (...) Não é paixão em absoluto, é sua vontade (...) Você não tem nenhum corpo real, nenhum corpo escuro e sensual cheio de vida (...) Se seu crânio rachasse, talvez se pudesse extrair uma mulher espontânea e apaixonada de dentro de você, com sensualidade real. Nessa circunstância, o que você quer é pornografia — olhar para si própria em espelhos (...) para que possa (...) tornar tudo mais mental. <sup>[13]</sup>

A “nova mulher”, com sua sexualidade liberada, até mesmo exigente, não foi uma imagem facilmente acolhida pelos modernistas.

## A DIVISÃO MODERNISTA: TRANSCENDENTAL OU “SÓ UMA BOCETA”?

O dualismo — será que a vagina é o *locus* do transcendentalismo ou “só uma boceta”? — é o que herdamos hoje. Desde a década de 1940, a interpretação do “só uma boceta” ganhou ascendência — temporariamente, espera-se.

Nos anos 1940, Anaïs Nin, contemporânea e amante de Henry Miller, produziu dentro da tradição sexual transcendentalista das artistas modernistas, que reverenciavam o potencial imaginativo da vagina. Para Nin, a vagina melhora a mulher; ela expressa a vontade e sensibilidade da mulher e jamais está separada dela, sendo ela própria um objeto enquadrado em um contexto amável e delicado. Nin foi a primeira voz ativa da sexualidade feminina a contribuir para o corpo da literatura de língua inglesa quando começou a escrever material erótico por dinheiro, por tantos francos a página. Em sua coletânea de contos *Delta de Vênus*, escrita em vários momentos da década de 1940 e publicada após sua morte em 1978, ela frequentemente ligou o Eros feminino à consciência feminina, buscando explorar todas as dimensões da sexualidade ocultas em uma mulher. Suas histórias revelam detalhadamente todas as delícias do banquete sexual que constitui a dança da deusa (que explorarei na última seção deste livro) — olhar, acariciar, admirar, lubrificar, derreter, abrir e assim por diante — e contrastam fortemente com a obra de Henry Miller, assim como com a de seus contemporâneos do sexo masculino.

Em seu conto “Mathilde”, Nin narra a aventura sexual de uma mulher que se apaixona por um viciado em drogas, Martinez. Mathilde

lembrou-se de Martinez, do jeito dele de abrir o sexo como um botão de flor, as pancadinhas de sua língua ligeira cobrindo a distância entre os pelos púbicos e as nádegas, terminando na covinha na base da espinha dela. Como ele amava aquela covinha, que fazia que seus dedos e língua seguissem a curva descendente e desaparecessem entre os dois amplos montes de carne.

Mathilde se pergunta como Martinez a vê, senta-se em frente a um espelho e abre as pernas:

A visão era encantadora. A pele era perfeita; a vulva, rosada e plena. Pensou na vulva como uma folha de grindélia, com seu leite secreto, que a pressão de um dedo podia trazer à superfície, a umidade odorosa que surge como a umidade das conchas do mar. Foi assim que Vênus nasceu do mar, com essa pequena amêndoa de mel salgado dentro dela, que apenas as carícias podiam retirar dos recantos ocultos de seu corpo. <sup>[14]</sup>

Mathilde muda de posição em frente ao espelho.

Agora podia ver o sexo pelo outro lado (...) A outra mão foi para o meio das pernas (...) Essa mão alisou o sexo para frente e para trás (...) A aproximação do orgasmo excitou-a, começou a fazer gestos convulsivos, como que para puxar o último fruto de um galho, puxando, puxando o galho para trazer tudo abaixo em um orgasmo selvagem, que veio enquanto se observava no espelho, vendo as mãos se movendo, o mel brilhando, o sexo e a bunda brilhando, inteiramente molhada entre as pernas.

O tratamento que Anaïs Nin dá à vagina — delicado e reverente — apresenta um contraste violento com o dispensado por Henry Miller ao mesmo tema. Miller ajudou a introduzir o “contexto pornográfico” que cerca a vagina até hoje — no qual a vagina é rebaixada e rebaixa a mulher, completamente descontextualizada do resto dela. Esse contexto nos é tão familiar, que já o tomamos pela realidade, mas a verdade é que, historicamente, ele é bem recente. Miller criou o modelo para esse contexto em uma passagem famosa de *Trópico de câncer* — avidamente lida por gerações de meninos de escola — em sua descrição da vagina da prostituta Germaine. Germaine “avançou alegremente para mim”, Miller escreve:

(...) começou a esfregar a vagina afetuosamente, segurando-a com as duas mãos, dando-lhe palmadinhas, acariciando-a, acariciando-a. Em sua eloquência naquele momento e na maneira como jogava aquela roseira sob meu nariz, havia algo que permanece inesquecível; falava dela como se fosse um objeto estranho, um objeto que adquirira por alto preço, um objeto cujo valor aumentara com o tempo e que agora prezava acima de tudo no mundo. Suas palavras impregnavam-na de uma fragrância peculiar; não era mais apenas seu órgão privado, mas um tesouro, um



tesouro mágico e potente, uma coisa dada por Deus — nada perdendo por negociá-la dia após dia em troca de algumas moedas de prata. Quando se jogou na cama, com as pernas bem abertas, pôs as mãos em concha sobre ela e deu-lhe mais algumas palmadinhas, murmurando todo o tempo, com aquela sua voz rouca e dissonante, que era boa, bonita, um tesouro, um pequeno tesouro. E era boa, aquela sua vaginazinha! (...) E de novo aquela sua coisa grande e cabeluda mostrou florescência e magia. Ela começava a ter uma existência independente — para mim também. Havia Germaine e havia aquela sua roseira. Eu gostava das duas separadamente e gostava delas juntas (...) Um homem! Isso é o que ela queria. Um homem tendo entre as pernas alguma coisa que pudesse deleitá-la, que pudesse fazê-la se contorcer em êxtase, que a fizesse agarrar aquela sua vulva cabeluda com ambas as mãos e esfregá-la alegremente, jactanciosamente, orgulhosamente, com um senso de conexão, um senso de vida. Esse era o único lugar onde ela experimentava alguma vida — ali embaixo, onde segurava com ambas as mãos (...) descia-lhe ardendo entre as pernas, onde as mulheres devem arder, e lá estabelecia aquele circuito que nos faz sentir de novo a terra sob os pés. Quando ficava lá deitada com as pernas abertas e gemendo, ainda que gemesse daquele jeito para todo mundo, era bom, era uma demonstração apropriada de sentimento. <sup>[15]</sup>

Não estou argumentando sobre que tipo de texto é mais excitante. Algumas mulheres vão reagir mais ao de Anaïs, outras ao de Miller — algumas, sem dúvida, aos dois ou a nenhum. Minha intenção, em vez disso, é chamar a atenção para o fato de que são formas culturais muito diferentes de representar a vagina. A visão masculina modernista das mulheres está toda aqui quando o narrador vê a vagina de Germaine. A mulher tem desejos sexuais, mas não faz distinção entre os favores sexuais comprados ou dados de graça. Ela é retratada como morta em todos os locais, menos em seu centro sexual. É identificada com a vida e com o vigor, e há metáforas atraentes — “roseira”, “tesouro” —, mas ela tem uma existência separada de sua vagina e de sua relação com o narrador masculino. A vagina em si é separada da mulher, em vez de integrar outra dimensão feminina, como acontece de forma tão delicada no “portal transcendentalista” de Nin.

## A VAGINA DO *BLUES*

Os primeiros anos do século XX abriram caminho para outra vertente: o florescimento do *ragtime* na virada do século e depois o *jazz* e o *blues* afro-americanos nas décadas de 1920 e 1930. Esse desenvolvimento musical atravessou os Estados Unidos e chegou à Inglaterra e Europa Ocidental. O *ragtime*, o *jazz* e o *blues* eram vistos como presságios da novidade e da liberdade. Os estilos de dança espontâneos que acompanharam esses novos ritmos foram identificados com outros tipos de vanguardas, incluindo novos tipos de rejeição das tradições independentemente de classe e, claro, liberdades sexuais. Os brancos sofisticados ouviam as vozes e letras afro-americanas de uma nova forma, assim como novas formas musicais.

O *ragtime*, o *jazz* e o *blues* também introduziram uma nova franqueza na discussão sobre a vagina e a sexualidade feminina em geral. As letras do *blues*, em particular, estão repletas de gírias afro-americanas para a vagina. Por meio dessa gíria, muito discurso direto sobre a vagina e a resposta sexual feminina em geral chegou aos salões da sociedade americana e europeia. Essas gírias eram, em geral, codificadas em metáforas: o clitóris era um sino que precisava ser tocado; a vagina era uma chapa quente, ou um naco de manteiga que precisava ser batido, ou um pãozinho de cachorro-quente no qual só faltava a salsicha. Assim, os brancos de classe média e alta fora da boêmia — homens e mulheres cujas normas sociais ainda os proibiam de discutir a vagina ou a sexualidade feminina em público — podiam cantar as letras, divertir-se e repetir seus duplos significados, sem penalidades sociais.

A penetração das letras dos *blues* afro-americanos na sociedade branca e mista foi tão importante, em parte, por causa da grande diferença entre o contexto que essa música dava à vagina e o contexto criado pelas tradições ocidentais dominantes. Diferentemente dos ginecologistas daquela época, a gíria do *blues* não “medicaliza” a vagina. Diferentemente de Freud, ele não

“psicologiza” uma resposta sexual “melhor” ou “pior” para as mulheres. Em contraste com a teoria de Freud da ansiedade masculina da castração, mas também em contraste com os modernistas como Lawrence, a gíria do *blues* não tem medo da vagina. Em vez disso, as metáforas que tanto cantores quanto cantoras de *blues* usavam sobre a vagina projetam consistentemente uma imagem do desejo feminino como forte, estável, positivo e às vezes muito engraçado — assim como o desejo sexual masculino, que muitas vezes é retratado como engraçado — e, obviamente, necessitado de gratificação, assim como merecedor de satisfação. A vagina do *blues* não é envergonhada. As palavras que a cercam não são associadas com neurose. A vagina do *blues* praticamente nunca é descrita como uma “fenda” ou um “nada”, ou uma fonte de vergonha ou doença. As metáforas que o *blues* usa para a vagina descrevem algo que é delicioso, atraente ou simplesmente divertido. Na tradição do *blues*, essas metáforas incluem geleia, gelatina, açúcar e doce, frigideira ou chapa, manteiga, sino, pão e tigela. Nas letras do *blues*, as mulheres não são vitimizadas por ter vagina, mas são, em geral, retratadas como em plena posse de sua própria sexualidade e gostando de sua vagina. A sexualidade das afro-americanas foi possuída e comercializada por outras pessoas durante 400 anos, mas, apesar disso, ou talvez por causa disso, essas letras de música enfatizam que sua sexualidade pertence a elas mesmas. De forma muito diferente dos romances vitorianos com suas temáticas de “sedução e traição”, nos quais a mulher “boa” é a vítima sexual passiva e quase não há narrativa de ação sexual feminina positiva, na tradição do *blues* a ação sexual feminina é a história predominante. As mulheres quase nunca são retratadas como vitimizadas via sua sexualidade, apesar de que o amor possa sempre partir seu coração.

No *blues*, os letristas masculinos tendem a mostrar as mulheres em pleno controle “daquilo”; a mulher é frequentemente descrita como tendo certa maestria em lidar com sua “coisa”, e o observador/narrador masculino na música é descrito como o público embasbacado por sua habilidade e poder sexual. Não se pode dizer

que esses papéis — a mulher exibindo sua habilidade e maestria com sua “coisa”; o homem trovador jactando-se da capacidade dela com “sua coisa” — sejam inerentemente misóginos. Eu diria que são filóginos, na realidade — em geral, o narrador masculino dessas músicas parece amar as mulheres. As letras dos *blues* são frequentemente filóginas.

Nas letras das famosas cantoras de *blues* dos anos 1920 aos 1940, há dezenas de termos codificados para vagina. Lil Johnson cantou a frustração feminina em “Press My Button (Ring My Bell)”, uma canção em que lamenta a inabilidade do amante excessivamente confiante em localizar seu clitóris:

*Meu homem achava que tinha mandado bem*

*Eu disse, Me dê isso aqui, você não entende*

*Onde colocar essa coisa,*

*Onde colocar essa coisa,*

*Aperte meu botão, toque meu sino!*

*Venha cá, meu bem, vamos nos divertir*

*Coloque sua salsicha no meu pão*

*E terei aquela coisa, aquela coisa*

*Aperte meu botão, toque meu sino!*

*Meu homem está lá fora, na chuva e no frio*

*Ele tem a chave certa, mas não encontra o buraco*

*Ele diz, “Onde está aquela coisa? Aquela coisinha?”*

*Tenho apertado seu botão, mas seu sino não toca!”*

*“Vai fundo, garoto! Venha e molhe meu botão!*

*Está meio enferrujado!”*

*Agora me diga, papai, o que quer dizer isso*

*Tentando ligar a ignição, com uma chave gasta*

*Não posso usar essa coisa,*

*Essa coisinha*

*Tenho apertado seu botão, mas seu sino não toca!*

*Ouçá-me amor, estou sem fôlego*

*Trabalhei a noite toda, mas não fiz nada ainda*

*O que tem de errado com essa coisa? Essa coisinha?*

*Tenho apertado seu botão, mas seu sino não toca!*

*Ouçá-me amor, estou de joelhos*

*Quero um homem gentil para ouvir minha súplica*

*E me dar aquela coisa*

*Aquela coisinha*

*Aperte meu botão, toque meu sino!* <sup>[16]</sup>

Em sua canção de 1936/37 “Hottest Gal in Town”, Lil Johnson descreve o forte desejo feminino em um conjunto de metáforas domésticas, até mesmo comestíveis, em que a vagina ansiosa é descrita em diferentes momentos como leite, creme de leite e biscoitos em que o desejo feminino é comparado a uma caldeira acesa. Em sua música, Lil descreve seu amante ideal, que dedica seu tempo a acordar cedo todas as manhãs para acender a tal caldeira, aumentando a intensidade de seu calor, e que deve ter boa aparência e um corpo bom. Em sua série de metáforas, ele vai bater seu leite, transformar em creme e assar os biscoitos. Ela se foca em suas características físicas — sua altura e força — e insiste que ele é semelhante a um canhão. Explica que todas essas qualidades são o motivo de ela o querer em sua vida — afinal, gaba-se, ela é a mulher mais gostosa da área. A repetição de diferentes metáforas que caracterizam o desejo e o prazer sexual mútuos enfatiza a centralidade da reciprocidade em uma experiência sexual satisfatória e as formas múltiplas em que o desejo feminino busca e manifesta o prazer.

As grandes cantoras do *blues* por vezes também lamentaram a perda do prazer sexual. Em "If You See My Rooster", de 1936, a legendária Memphis Minnie cantava:

*Se você vir meu galo, mande-o de volta para casa.*

*Se você vir meu galo, mande-o de volta para casa.*

*Não achei nenhum ovo em minha cesta, eeh hee, desde que meu galo se foi.* <sup>[17]</sup>

Memphis Minnie lamenta por sua "cesta vazia". Um ano depois, Bessie Smith, uma sensação imediata, cantaria "I Need a Little Sugar in My Bowl". Ela precisa de açúcar, mas precisa também de uma salsicha em seu pão, precisa que seu amante mexa um pouco seu dedo, precisa de algo que "se pareça com uma cobra" e algo para colocar em sua tigela:

*Cansada de ser sozinha, cansada de ser triste*

*Queria ter um homem bom, para quem contar meus problemas*

*Parece que o mundo todo está errado, desde que meu homem se foi*

*Preciso de um pouco de açúcar em minha tigela*

*Preciso de uma salsicha em meu pãozinho*

*Preciso de um pouco de amor, preciso tanto*

*Eu me sinto engraçada, triste*

*Preciso de um pouco de vapor em meu chão*

*Talvez eu possa consertar as coisas, e elas desaparecerão*

*Essa é a questão, papai, venha salvar a alma da mamãe*

*Pois eu preciso de um pouco de açúcar em minha tigela*

*É isso aí*

*Preciso de um pouco de açúcar em minha tigela*

*Preciso de uma salsicha em meu pãozinho*

*Você está diferente, me disseram*

*Mexa seu dedo, ponha algo em minha tigela*

*Preciso de um pouco de vapor em meu chão*

*Talvez eu possa consertar as coisas, e elas desaparecerão*

*Levante-se daí, não vejo para onde você está indo!*

*Está escuro aí!*

*Parece uma cobra!*

*Venha até aqui e ponha algo em minha tigela!*

*Deixe de ser bobo e ponha algo em minha tigela!* [\[18\]](#)

Bo Carter respondeu a essas vozes femininas tão assertivas com sua própria contra-argumentação cheia de metáforas sexuais. Em contraste com a forma de ver a sexualidade das brancas vitorianas, cheia de “erros” e “sedução e traição” — a dominância masculina e a reticência feminina —, no pareamento de pênis e vagina nas letras dos *blues*, os dois órgãos ganham um *status* de igualdade: são interdependentes e trabalham juntos; cada um precisa do outro. O mundo sexual do *blues* é cheio de afeição e intensas necessidades físicas mútuas, no qual nem o homem nem a mulher estão necessariamente “por cima”. Em “Banana in Your Fruit Basket”, Carter implora ao seu público por uma mulher que, ao assar seu pão, faça uso de seu “forno novinho”. Ele jura que, se a dama em questão o deixar pôr sua “banana” na “cesta de frutas” dela, isso será suficiente para ele. Segue uma série de metáforas que descrevem pares de objetos que funcionam não apenas reciprocamente, mas que se encaixam. Carter observa que ele é dono de uma tábua de lavar roupa, e sua amada tem uma tina — e que, juntos, o casal pode “esfregar, esfregar, esfregar” —, é claro que tábua de lavar roupa sem a tina correspondente (na qual ela se encaixa) não tem utilidade. Carter faz uma comparação semelhante quando fala de sua pá de bater manteiga. Não é por acaso que sua amada tem o recipiente onde a manteiga é batida. A canção continua em suas descrições lascivas e adoráveis: Carter tem uma agulha, e a garota tem um pano, juntos podem costurar “até que os

dois possam senti-lo". Essa série de conjunções descreve relacionamentos recíprocos nos quais nenhum dos objetos é útil sem o do parceiro. As metáforas enfatizam a necessidade mútua no sexo. Carter fecha a música dizendo que, se sua garota tem a "carne", ele tem a "faca" — e que, se ela o deixar "fazer seu corte", isso vai "resolver" a vida dele.

A cantora de *blues* Blu Lu escreveu e interpretou a sensual "Don't You Feel My Leg" em 1938 — uma canção tão quente e com uma letra tão obviamente focada no desejo sexual do ponto de vista feminino, que foi proibida durante algum tempo.

*Você não sente minha perna?*

*Porque, se você tocar minha perna, vai querer a coxa.*

*E se tocar minha coxa, vai querer subir mais.*

*Então, não quer tocar minha coxa?*

*Você não vai comprar um drinque?*

*Porque, se comprar um drinque, vou ficar bêbada.*

*E se eu ficar bêbada, você vai me contar uma mentira.*

*Não quer me fazer ficar bêbada?*

*Você disse que ia me levar para sair e me tratar bem.*

*Mas sei que há algo que você tem em mente.*

*Se você continuar bebendo, vai ficar fraquinho.*

*E vai acabar pedindo um bom peru marrom...*

*Você não sente minha perna? [Refrão]*

*Não quer sentir minha perna agora, você sabe por quê.*

*Porque não vou deixar você tocar minha perna*

*Porque você pode querer subir... [Refrão]<sup>[19]</sup>*



Artistas femininas transformaram uma mesma letra sexualmente explícita em versões ainda mais gráficas, em gravações posteriores. Georgia White gravou “I’ll Keep Sittin’ on It” (If I Can’t Sell It) em 1936. A música usa o motivo de uma cadeira para expressar orgulho e autoestima sexual, assim como humor — algo que facilitava a aprovação pela censura. A música descreve uma mulher decidindo se vai vender uma cadeira, mas apenas se for pelo preço certo. Se ela não puder vender sua cadeira, diz White, vai decidir simplesmente continuar a se sentar nela. O ouvinte *tem* que comprar a cadeira dela, já que a quer tanto — White não vai dá-la de graça, independentemente do desejo do candidato a comprador. De fato, ela se recusa terminantemente a considerar a possibilidade. A letra pede ao comprador que se manifeste e mostre que ele a valoriza. Georgia canta com orgulho a beleza do estofamento, feito para durar. Ela observa que, se o comprador deseja algo de boa qualidade, se espera que contribua com dinheiro, e ela promete que ele jamais se arrependerá de sua decisão. Ela insiste que não está falando por falar: faz questão de deixar isso claro. No contexto, a ideia de trocar “dinheiro” pela “cadeira” não sugere uma metáfora para trabalho sexual, em uma troca literal de sexo por dinheiro, mas sim uma reafirmação do valor que Georgia dá a sua própria sexualidade — ela não vai tratá-la como algo sem valor.

A versão de Ruth Brown de quatro anos depois é ainda mais explícita.

*Tenho uma loja de móveis de segunda mão*

*E acho que meus preços são justos.*

*Mas, um dia, chegou esse homem bem sovina*

*Viu a cadeira e quis comprá-la*

*Mas não quis — disse que o preço estava muito alto.*

*Aí, olhei-o bem nos olhos,*

*E esta foi minha resposta...*

*Se eu não puder vendê-la, vou me sentar nela.*

*Não vou dá-la de graça.*

*Agora, querido, se você a quer, vai ter que comprar.*

*E quero dizer justamente isso.*

*O que você me diz de encontrá-la*

*Todas as noites esperando-o em casa?*

*Só foi usada uma ou duas vezes, mas ainda é linda e firme...*

*Você não vai encontrar um par de pernas melhor na cidade*

*E um traseiro assim? Nem a quilômetros de distância...*

*Porque foi feita para seu conforto,*

*Feita para durar.*

*Onde mais você vai achar uma cadeira melhor?*

*É luxo, maciez, conforto e lustro.*

*Meu bem, uma peça de alta classe não custa pouco...*

*Olhe o lindo traseiro.*

*Não cai bem aos olhos?*

*Garantia de qualidade*

*Para qualquer tamanho e preço.*

*Se não puder vender... [20]*

A tradição do *blues* afro-americano continuou influenciando a música popular americana: seus descendentes incluem o *rock n'roll* e o *hip-hop*. Mas o humor e caráter explícito do *blues*, que davam como certa a natureza positiva essencial do desejo sexual feminino, não sobreviveram nas tradições musicais que descenderam desse estilo musical. Os produtores brancos, que empacotaram a música afro-americana para o público branco na década de 1950, limpam todas as referências nas letras que comercializaram para as massas, e quando o *rock* e o *hip-hop* levaram adiante sua própria iniciativa

de cantar sobre o sexo, essa tradição das letras amistosas às mulheres já havia desaparecido havia muito tempo.

#### A VAGINA AUTODEFINIDA DA SEGUNDA ONDA

Os anos pós-guerra, como Betty Friedan documentou em seu clássico de 1963, *A mística feminina*, foram anos de regressão.<sup>[21]</sup> Os analistas freudianos começaram a se espalhar pelos Estados Unidos, as mulheres de classe média, pelo menos, e para sua própria frustração, lutavam para se encaixar em uma satisfação doméstica centrada em um modelo freudiano (ou seja, não clitoridiano) de “maturidade” e “ajuste”. Não obstante, tudo mudou novamente em 1965, com a descoberta da pílula anticoncepcional e o início do que passou a ser chamado de “revolução sexual”.

Em 1976, Shere Hite publicou o *The Hite Report: A Nationwide Study of Female Sexuality*.<sup>[22]</sup> Esse livro criou uma perspectiva radicalmente diferente de tudo que o precedeu, particularmente o modelo freudiano, já que olhava diretamente para as experiências das mulheres durante o coito e as apresentava em suas próprias palavras, em vez de prescrever o que elas *deveriam* experimentar. O que Hite descobriu, como mencionado anteriormente, é que dois terços das mulheres não conseguiam chegar ao orgasmo somente pela penetração do pênis. Essa conclusão foi uma revelação para milhões de mulheres que, tendo lido Freud ou a neofreudiana Karen Horney, se achavam insuficientemente amadurecidas se não conseguiam gozar pela penetração apenas.

As frases coletadas por Shere Hite das mulheres que têm orgasmo com a penetração — *versus* as que precisam de estímulo clitoridiano para chegar lá — estabeleceram uma dualidade política que ainda está entre nós. Temos que entender agora, como disse na primeira parte do livro, que o clitóris, a vagina e sem dúvida todos os muitos centros sexuais femininos (por falta de termo melhor; é mais que um “órgão”) são todos parte do mesmo conjunto neural complexo. E

os dados mais recentes mostram que o ponto G é provavelmente *parte* da estrutura do clitóris.

Mas, nos anos 1970, em uma nova acalorada argumentação com Freud, muitas feministas defenderam o clitóris como se ele estivesse em oposição à vagina. Feministas como Anne Koedt, em *The Myth of the Vaginal Orgasm* (1970), tentaram desbancar a superioridade da vagina sobre o clitóris estabelecida pelo pai da psicanálise. Essas feministas, em sua defesa bastante razoável da atenção merecida pelo clitóris, argumentavam que a ideia do prazer vaginal fazia parte de um enredo patriarcal sinistro. Esse enredo, argumentavam, tentava persuadir as mulheres de que a vagina era o *locus* da verdadeira feminilidade; e o clitóris, insignificante. Se as mulheres fossem persuadidas disso, segundo as feministas, passariam pela lavagem cerebral da dependência dos homens — e os homens teriam carta branca para ser preguiçosos e ignorar as necessidades femininas de atenção ao clitóris.

O sucesso de Shere Hite em 1976 trouxe de volta o *glamour* do clitóris e reforçou as muitas formas de estimulá-lo e manipulá-lo descritas por Alex Comfort em *Os prazeres do sexo* (1972), que também marcou uma geração. Com todos esses novos rótulos, a vagina acabou um pouco relegada, pelos trinta anos que se seguiram, a um segundo plano cultural. A partir dos anos 1970, a vagina foi redefinida como retrô, característica das donas de casa e ultrapassada — até a redescoberta do ponto G em 1981, por Beverly Whipple. (No século XXI, o interesse da indústria pornô pela ejaculação feminina trouxe de volta a atenção à vagina.) Essa polarização deu às duas partes do sistema sexual feminino — que, de fato, formam uma única rede — identidades culturais muito diferentes. Por trinta anos, o clitóris foi visto como *mais legal* que a vagina, e, mais uma vez, as mulheres se viram submetidas a uma falsa escolha que minimizava sua própria complexidade sexual. O clitóris, se fosse personificado, seria Gloria Steinem, glamorosa em sua minissaia. A vagina seria Marabel Morgan, com seu penteado ligeiramente ultrapassado, que escreveu o *best-seller* antiquado *A mulher total* (1970).

Logo, a Segunda Onda do feminismo saiu em missão de ensinar as mulheres reprimidas de classe média a localizar seu clitóris, exigir igualdade orgástica e se masturbar. Em 1973, Betty Dodson, ativista do feminismo e educadora sexual, começou a oferecer *workshops* às mulheres para ajudá-las a “apreciar a beleza de seus genitais, além de explorar variadas experiências de orgasmo por meio da prática de habilidades masturbatórias”.<sup>[23]</sup> Sua missão era ensinar mulheres “pré-orgásticas” a se masturbar até chegar ao orgasmo, e foi bem-sucedida. Betty é uma mulher que tem os pés no chão e uma presença não ameaçadora. Seus *workshops* ganharam ampla cobertura da imprensa tradicional e da *Ms. Magazine*, levando as mulheres a se familiarizar com a ideia de que é uma demonstração de poder sentar-se com as pernas abertas de frente a um espelho e conhecer melhor sua vulva e vagina.

A década de 1970 também viu um grande alarde feminista ao redor do complexo vaginal — isto é, vagina, lábios e clitóris. Germaine Greer, que atraiu atenção internacional com seu manifesto retumbante *The Female Eunuch* (1970), entendeu a conexão implícita entre vagina e liberdade. Devotou um capítulo de seu livro *The Madwoman's Underclothes* (originalmente publicado em 1986) à “Política da Sexualidade Feminina”, publicada em 1970, à vagina e à sua derrogação e conclamou, em um ensaio praticamente mimeografado na revista *Suck*, “Mulheres, amem suas bocetas”.<sup>[24]</sup>

A vagina feminista, assertiva e autodefinida também estreou na literatura nesta década primordialmente feminista. Erica Jong, é claro, publicou *Medo de voar* em 1973, cunhando o famoso termo que, brinca ela, será inscrito em nossas lápides: “*zipless fuck*”, ou a foda sem zíper, que, como argumenta em seu romance, é a meta fantasiada por toda mulher liberada: sexo bom sem amarras sexuais e sem bagagem. A heroína de Jong, Isadora Wing, também conecta o despertar de sua vagina ao seu próprio renascimento criativo e à sua individualidade como agente de sua vida, no lugar da dependência passiva de vários homens. O romance de Jong foi publicado em quatorze países. Foi tão popular precisamente porque

foi o primeiro *bildungsroman* a identificar, em termos paralelos, a jornada do despertar sexual feminino com a do despertar psicológico e criativo. O seco e fisicamente reprimido dr. Wing, marido de Isadora, quem ela trai abundantemente com amantes masculinos sensuais, jamais conseguiu despertar a escritora/aventureira latente na esposa. A cena final do livro, na qual Isadora — agora profundamente engajada em sua própria jornada sexual e criativa — contempla seus próprios pelos púbicos loiros deitada na banheira, é um tropo da conexão entre a vagina e a imaginação:

Flutuei levemente na banheira profunda, sentindo que algo estava diferente, algo estranho (...) Olhei para meu corpo. O mesmo corpo. O V rosado das minhas coxas, o triângulo de pelos cacheados, o fio do Tampax pescando na água como um herói de Hemingway, a barriga branca, os seios meio à tona (...) Um belo corpo Meu. Decidi mantê-lo. Abracei-me. O que estava faltando era meu medo (...) Independentemente do que acontecesse, sabia que sobreviveria. Sabia, acima de tudo, que continuaria a trabalhar.<sup>[25]</sup>

A heroína recentemente liberada e criativa contempla seu próprio corpo, sua própria vagina — e pensa em sua renovada dedicação ao trabalho criativo: essa cena é uma metáfora para o despertar sexual que também é criativo, assim como físico, e o despertar criativo, que é sensual, assim como cerebral.

Nas artes visuais, Judy Chicago levou sua exposição *The Dinner Party* a museus de todo o país em 1974. Judy retratou trinta e nove mulheres míticas e reais ao longo da história pintando suas vaginas em pratos colocados em mesas de jantar triangulares — o triângulo como arquétipo feminino ou o formato da vulva. Falou do tema da “vulva-borboleta” como tropo da criatividade feminina. O propósito das várias vaginas era expressar os caracteres individuais dessas mulheres e representar sua obra. Ela publicou a coleção de pratos como livro de fotos em 1979. Essa exposição e o livro chocaram na época, atraindo uma variedade de reações críticas e virulentas. Essas representações das vaginas hipotéticas de Mary Wollstonecraft e Emily Dickinson não poderiam ter retratado a conexão vagina-

criatividade mais literalmente — mesmo que a natureza dessa conexão ainda permanecesse intuitiva.

Foi, portanto, uma boa década para a vagina, trazendo à tona sua importância como *locus* de prazer em uma definição mais estrita. Os resultados foram positivos para as mulheres: no final dos anos 1970, a revista *Redbook* relatou que 70% das respondentes femininas declararam estar “satisfeitas com o aspecto sexual de seus casamentos”; 90% relataram ter um papel ativo no sexo pelo menos metade das vezes, e, em vários casos, “sempre”; 64% declararam que chegavam ao orgasmo regularmente durante o sexo e que sentiam que podiam comunicar claramente suas necessidades sexuais a seus parceiros. (O número de mulheres que chegam ao orgasmo durante o sexo não aumentou nas décadas subsequentes à “revolução sexual” e com a proliferação da pornografia; e os dados de mulheres que relataram que são honestas em expressar necessidades sexuais aos parceiros homens caíram.)<sup>[26]</sup>

O movimento feminista que defendia a vulva e a vagina não se restringiu à literatura, pintura e prosa não fictícia. O mercado também aderiu entusiasticamente: a cultura notou a atenção de consumidores voltada para a vagina em produtos eróticos, como as produções *Vive*, que faziam vídeos pornográficos para mulheres (ritmo lento, mais envolvimento emocional, mais romantismo) — um gênero que logo se tornou obsoleto, pois as mulheres se adaptaram à masturbação com o pornô convencional —, e lojas de brinquedos eróticos para mulheres proliferaram, como as butikues *Babeland* em Nova Iorque e as iluminadas e agradáveis lojas da *Good Vibrations* em São Francisco. (A gerente da filial do Brooklyn da *Babeland* — anteriormente *Babes in Toyland* — relatou que novos brinquedos sexuais desenhados para estimular o ponto G e encorajar a ejaculação feminina são continuamente desenvolvidos e que os estoques voam das prateleiras. “Por que a tendência?” — perguntei. Ela respondeu que a pornografia havia se focado intensamente na ejaculação feminina, levando as mulheres a querer explorar o estímulo de seu ponto G.)

Mas há uma diferença real entre esse modo de defender a sexualidade feminina e o do início do século XX, que, como vimos, testemunhou uma guinada nas vozes e imagens de mulheres em relação ao prazer sexual feminino. Loie Fuller, Edna St. Vincent Millay, Georgia O’Keeffe e Edith Wharton escreveram ou pintaram ou dançaram como formas de expressar verdades sobre o desejo feminino; mas o desejo sexual, na obra delas, não está separado da transcendência, inspiração e alegria femininas em outras áreas da vida das mulheres. É um meio para uma transcendência e criatividade maiores, mais plenas e abrangentes. A defesa da sexualidade feminina pós-1970, em contraste, é bastante mecânica. Não tem a ver com o espírito. É muito mais degradada. É sobre o que vibra e como. É diminuída, acredito, pelo discurso médico de autores como Masters e Johnson, que enquadram a sexualidade feminina e masculina como uma questão de “carne”, e também distorcida por pressões da indústria pornográfica que floresceu juntamente com a revolução sexual.

O historiador da sexualidade Steven Seidman destaca que as décadas de 1960 e 1970 introduziram a noção de “diversão” — não apenas prazer — como uma importante parte da vida sexual, especialmente nos manuais de sexo mais vendidos do mercado.<sup>[27]</sup> Ele cita David Reuben, o médico de *Tudo que você queria saber sobre sexo* (1969), Alex Comfort, de *Os prazeres do sexo*, e “M”, de *The Sensuous Man* (1971), como defensores do sexo consensual como “uma forma adulta de brincar”; todas as práticas sexuais, incluindo a flagelação, agressão e fetichismo, ele escreve, passam a ser vistas como igualmente válidas, e qualquer tipo de fantasia — não importa quão “selvagem ou sanguinária” — deve ser valorizado e explorado. É claro que isso é um modelo radicalmente diferente do portal para o paraíso ou inferno da Renascença, ou do dever sóbrio dos vitorianos, ou da conexão com o divino dos transcendentalistas estéticos. “Esse sexo pode ser classificado como libertário”, escreve ele, de modo persuasivo.



Essa é a nossa ética sexual. Não há nada de errado com a “diversão”, é claro. Mas esse modelo do “para que serve o sexo” — ou para que serve a vagina — deixou muitas perguntas profundas sobre o papel da sexualidade como meio para uma intimidade profunda ou profundas alterações de consciência. E o modelo “sexo como diversão” também levanta todas as questões tocadas pela ética do “vale-tudo” — por que não, mesmo se a pessoa está em um relacionamento, assistir a um filme pornô? Por que não ir a um clube de *striptease*, ou frequentar salas de bate-papo de sexo? Por que não sexo a três, ou contar detalhes das fantasias ao parceiro, envolvendo uma terceira pessoa? O que seria, dentro desse modelo libertário, o raciocínio para traçar qualquer tipo de limite para manter a energia sexual “sagrada”, de certa forma, entre duas pessoas?

Essa visão da sexualidade “libertária”, “sexo como diversão” e o papel da vagina dentro disso tudo é nosso complexo legado. Ao que parece, o sexo libertário pode não ser exatamente a mesma coisa que uma verdadeira liberação sexual. “Esses manuais [como *Os prazeres do sexo*]”, continua Seidman, “encorajam o leitor a não resistir [a qualquer tipo de fantasia] desde que a esfera sexual represente um cenário ideal para experimentar desejos, medos e tabus (...) Não bloqueie [suas próprias fantasias] e não tenha medo das fantasias de seu parceiro; esse é o sonho no qual você está.”

Nesses manuais, observa Seidman, “para colocar o leitor à vontade”, garante-se a ele ou ela que o comportamento sexual não é um marcador da verdadeira natureza da pessoa. Essa ideologia — descendente de Walt Whitman e Oscar Wilde, via (de uma forma degradada) Friedrich Nietzsche — argumenta que a sensação, até mesmo a mais extrema sensação, é boa por si só. Essa “vontade de prazer” sexual, adornada por uma boa porção do argumento de Freud de que o indivíduo tem um “passe” para fazer o que quer que o inconsciente crie — já que a pessoa não pode ter responsabilidade, e, portanto, não pode ter culpa, pelos desejos inconscientes —, encaixa-se perfeitamente à economia consumista e imediatista do pós-guerra no Ocidente. Prepara um solo fértil para o

enraizamento da experiência pornográfica do sexo e da vagina em particular. Acabou se tornando a forma como pensamos que “é o sexo” — em vez de nos deixar entender que essa forma de pensar sobre o sexo é apenas mais uma dentre as muitas ideologias sexuais possíveis. E abriu caminho na mente de homens e mulheres para a aceitação e posterior interiorização cada vez mais selvagem do nivelamento moral, dispersão e fixação da pornografia.

Mas será que o que você faz na cama com outra pessoa — com todas as esperanças, intimidades e possibilidades de dor envolvidas — não passa de “um sonho no qual está”? As próximas três décadas questionariam essa visão global do sexo e da fantasia inconsequentes.

---

Portanto, as ativistas do feminismo dos anos 1970 estavam tentando expressar uma relação com a vagina que foi descontextualizada pela pornografia produzida em massa, pelos manuais de sexo libertário e pelos cientistas sexuais. (Os pôsteres da *Playboy* eram “rosa” — significa que mostravam pernas abertas e lábios internos visíveis — já no início dos anos 1970.) Quando a assim chamada revolução sexual dos anos 1970 tomou seu rumo, até mesmo o discurso feminista sobre a vagina era enquadrado de uma forma bastante estéril ou “pornô”, já que as associações do modernismo e do *blues* à volta da sexualidade feminina, refletindo um mistério mais profundo que a mera carnalidade e um êxtase que era mais que físico, haviam sido perdidas.

O discurso otimista sobre a sexualidade feminina que caracterizou o trabalho de Germaine Greer e Erica Jong não durou muito. As coisas voltaram às trevas na década de 1980. Em 1985, *Intercourse*, de Andrea Dworkin, retratou a vagina como sendo — intrinsecamente — um local de violência sexual masculina. Em um argumento denso de pessimismo sexual, ela defendia que a relação sexual hétero tem sempre a ver com a dominância masculina e a submissão feminina:

A pequena e íntima sociedade criada para o coito, uma vez ou muitas, a unidade social que é a foda em ação, deve proteger a dominância masculina (...) O pênis precisa da proteção da lei, do encantamento, do poder. A rebelião, aqui, no coito é a morte de um sistema de hierarquia de gênero baseado na vitória sexual sobre a vagina. <sup>[28]</sup>

Nesse ponto, a efervescência dos anos 1930 e 1940, com as bananas e cestas de frutas, as agulhas e o tecido, o cachorro-quente e a salsicha e a manteiga batida das letras do *blues* — metáforas sobre a dependência ou energia mútua, em vez da dominância e submissão —, havia se perdido no tempo. Para Andrea, a penetração masculina da vagina sempre foi inerentemente um ato de agressão. Segundo seu ponto de vista, é impossível que uma mulher queira livremente ser penetrada. Caso ela de fato deseje a penetração, seria o resultado de ter interiorizado uma “falsa consciência” sobre a natureza de seu desejo, por ter interiorizado as normas de seu opressor. Paradoxalmente, da mesma forma que as mulheres foram atacadas pelos misóginos da era elisabetana por serem “feridas”, Dworkin fez — na defesa das mulheres — a mesma alegação. Na obra de Dworkin, a vagina é relegada de volta ao seu *status* elisabetano de ferida alegórica, de uma “fenda”, de lesão pronta à espera do homem agressor. <sup>[29]</sup>

Mas outros tipos de defesa também apareceram nas décadas de 1980 e 1990. Em 1993, Joani Blank editou *Femalia*, uma coleção de fotos coloridas em *close* de várias vaginas, incluindo as de algumas mulheres muito conhecidas. (O livro foi publicado pela Down There Press.) Foi uma atualização do livro de colorir da ativista Tee Corinne de 1973. As duas mulheres quiseram inserir na cultura imagens da imensa variação entre vaginas, pois achavam que as mulheres sentiam vergonha de suas próprias formas de lábios e vulva com demasiada frequência. *Os monólogos da vagina*, originalmente uma peça de 1996 de Eve Ensler, produziu um grande impacto: Eve usou os monólogos de mulheres reais sobre sua própria vagina para chamar a atenção para questões que ainda eram tabus sobre a sexualidade feminina e o estupro. Em 1998, Inga Muscio escreveu

*Cunt: A Declaration of Independence* — tentando reaver a palavra e o conceito, transformando-o de negativo em emblema de poder.

E hoje? Dependendo de onde se olha, há um movimento generalizado de mulheres musicistas, artistas e escritoras pintando, tirando fotos, narrando, liderando e “problematizando” — como se diz na academia — a vagina. *E-mails* me alertaram para um círculo de crochê em Toronto, no qual jovens mulheres, em busca da aquisição de poder, criam vaginas de lã. Uma artista dinamarquesa pedala em volta de Copenhague com uma escultura de vagina de gesso de dois metros presa à sua bicicleta. O *site* de jovens feministas Feministing.com tem uma seção chamada “I Love My Vagina”. Outro *site*, Vulvavelvet.com, com muito charme encoraja as mulheres a postar imagens de sua própria vagina para que nenhuma mulher se sinta “estranha”. A diversidade labial nas fotos que as mulheres enviam ao *site* é verdadeiramente impressionante, e a ampla faixa do que é “normal” para as mulheres certamente desafia a uniformidade cirúrgica, assim como a assustadora infantilidade da vagina pornográfica. Como Tee Corinne e Joani Blank, as fundadoras do *site* também querem que as mulheres aceitem nelas mesmas a grande variedade das variações normais e simetrias e assimetrias complexas nos arranjos labiais. (Vulvavelvet.com também tem uma página fascinante na qual as mulheres escrevem dicas e truques para uma masturbação satisfatória. As sugestões variam do uso de uma variedade de vegetais — excluindo os suspeitos usuais — a formas criativas de se sentar em máquinas de lavar e coreografias complexas envolvendo o chuveirinho. Em seu tom informativo e informal — tente isso em casa! —, se parece muito mais com as “dicas da Palmirinha”, programa de tevê com dicas culinárias, que o fórum da Penthouse.)

É como se houvesse um *zeitgeist* em curso, e as mulheres no ambiente público e no mundo cultural desejassem se juntar a um movimento vago e não específico em direção a um novo tipo de defesa da vagina — mais delicada, gentil ou engraçada.

É claro que a motivação para tudo isso é positiva. Mas será uma demanda profunda o suficiente?

---

1. Steven Seidman, *Romantic Longings: Love in America, 1830-1980* (Nova Iorque: Routledge, 1993), 76-77.[↵](#)
2. Elizabeth Sprigge, *Gertrude Stein: Her Life and Work* (Nova Iorque: Harper and Brothers, 1957), 128.[↵](#)
3. *Ib.*, 94.[↵](#)
4. Rhonda K. Garelick, *Electric Salome: Loie Fuller's Performance of Modernism* (Princeton, NJ: Princeton University Press, 2007), 164-65. [↵](#)
5. Hunter Drohojowska-Philp, *Full Bloom: The Art and Life of Georgia O'Keeffe* (Nova Iorque: W. W. Norton, 2004), 115, 135. Sarah Greenough, ed., *My Faraway One: Selected Letters of Georgia O'Keeffe and Alfred Stieglitz* (New Haven, CT: Yale University Press, 2012), 127.[↵](#)
6. Edna St. Vincent Millay, *Collected Poems of Edna St. Vincent Millay*, ed. Norma Millay (Nova Iorque: HarperPerennial, 1981), 19. [Trecho extraído da tradução de Carlos Machado.] [↵](#)
7. Ellen Chesler, *Woman of Valor: Margaret Sanger and the Birth Control Movement in America* (Nova Iorque: Simon and Schuster, 1992), 272, 343.[↵](#)
8. Remy de Gourmont, *The Natural Philosophy of Love*, trad. Ezra Pound (Londres: Casanova Society, 1992), 205-6.[↵](#)
9. Henry Miller, *Tropic of Cancer* (Nova Iorque: Grove Press, 1961), 2. [Edição brasileira: *Trópico de câncer*; São Paulo, Ibrasa, 1963.][↵](#)
10. *Ib.*, 24, 31.[↵](#)
11. Michael Whitworth, "Modernism" (Palestra, Departamento de Língua e Literatura Inglesa, Universidade de Oxford, 10 de maio de 2011).[↵](#)
12. Mina Loy, *The Lost Lunar Baedeker*, ed. Roger L. Conover (Nova Iorque: Farrar, Straus e Giroux, 1997), xv.[↵](#)
13. D. H. Lawrence, *Mulheres apaixonadas*. São Paulo: Abril, 1973.[↵](#)
14. Anaïs Nin, *Delta of Venus* (Nova Iorque: Penguin Modern Classics, 1977), 8-19.[↵](#)
15. Miller, *Tropic of Cancer*, 31.[↵](#)
16. Paul Garon, *Blues and the Poetic Spirit* (Londres: Eddison Press, 1975), 69.[↵](#)

17. Memphis Minnie, "If You See My Rooster", Bluesistheroots, [www.youtube.com/watch?v=UxSjUmGweqg](http://www.youtube.com/watch?v=UxSjUmGweqg).<sup>↵</sup>
18. Bessie Smith, "I Need a Little Sugar in My Bowl", [www.lyricstime.com/bessie\\_smith\\_i\\_need\\_a\\_little\\_sugar\\_in\\_my\\_bowl\\_lyrics.html](http://www.lyricstime.com/bessie_smith_i_need_a_little_sugar_in_my_bowl_lyrics.html).<sup>↵</sup>
19. Merline Johnson, the Yas Yas Girl, "Don't You Feel My Leg", 1938, [www.jazzdocumentation.ch/audio/rsrf/high.ram](http://www.jazzdocumentation.ch/audio/rsrf/high.ram).<sup>↵</sup>
20. Ruth Brown, "If I Can't Sell It I'll Keep Sittin' on It (Before I Give It Away)", 1940, Essential Women of Blues, compact disk, Hill/Razaf, Joe Davis Music.<sup>↵</sup>
21. Veja Betty Friedan, *The Feminine Mystique* (Nova Iorque: W. W. Norton, 2001). [Edição brasileira: *A mística feminina*; Rio de Janeiro, Vozes, 1971].<sup>↵</sup>
22. Veja Shere Hite, *The Hite Report: A Nationwide Study of Female Sexuality* (Nova Iorque: Macmillan, 1976).<sup>↵</sup>
23. Betty Dodson, "Getting to Know Me", *Ms. Magazine*, 1974, em Jeffrey Escoffier, *Sexual Revolution* (Nova Iorque: Running Press, 2003), 698.<sup>↵</sup>
24. Germaine Greer, *The Madwoman's Underclothes: Essays and Occasional Writings* (Nova Iorque: Atlantic Monthly Press, 1994), 74-89.<sup>↵</sup>
25. Erica Jong, *Fear of Flying* (Nova Iorque: Signet, 1974), 310-11. [Edição brasileira: *Medo de voar*; São Paulo: Nova Cultural, 1973].<sup>↵</sup>
26. Siedman, *Romantic Longings*, 150-51.<sup>↵</sup>
27. *Ib.*<sup>↵</sup>
28. Andrea Dworkin, *Intercourse* (Nova Iorque: Free Press, 1997), 188.<sup>↵</sup>
29. *Ib.*<sup>↵</sup>



*Quem dá nome à vagina?*



## *A pior palavra que existe*

— *O que é boceta?* — *ela perguntou.*

— *És tu, verás: e vai muito além de um animal, não é?*

*Há até o sexo? Boceta! Essa é a sua beleza, querida!*

D. H. Lawrence, *O amante de lady Chatterley*

*O desprezo que temos por nós mesmas se origina nisto: saber que somos uma boceta.*

Kate Millett, *Sexual Politics*

**S**e entendermos a conexão entre o cérebro e a vagina e como a vagina liberada se relaciona com a mente e o espírito potencialmente liberados nas mulheres, podemos também começar a reconhecer por que as palavras, quando empregadas em relação à vagina, são sempre mais que “meras palavras”. Por causa da sutileza da conexão mente-corpo, as palavras sobre a vagina são também o que o filósofo John Austin, em seu livro de 1960 *How to Do Things with Words*, chama de “enunciados performativos”, frequentemente usadas como forma de controle social. Um “enunciado performativo” é uma palavra ou expressão que de fato realiza algo no mundo real. Quando um juiz diz “culpado” a um réu, ou um noivo diz “aceito”, as palavras alteram a realidade. <sup>[1]</sup>



As palavras sobre a vagina criam ambientes que afetam diretamente o corpo das mulheres. As palavras que as mulheres ouvem sendo usadas em relação a suas vaginas mudam, para melhor ou pior, o que elas implicam ou descrevem. Por causa de seu efeito no sistema nervoso autônomo, as palavras sobre a vagina podem ajudar ou prejudicar a reação vaginal. Como vimos, estudos recentes mostram que o sistema nervoso autônomo nas mulheres está diretamente conectado ao bom funcionamento da excitação sexual nos tecidos vaginais, na circulação e na própria lubrificação — portanto, ameaças verbais ou expressões de admiração ou elogios podem afetar diretamente o funcionamento sexual da vagina. Outro estudo recente, que exploramos a seguir, sugere que um ambiente estressante pode realmente afetar negativamente os próprios tecidos vaginais. Esse estresse “negativo” que afeta a vagina pode também inibir o orgasmo e reduzir os níveis de confiança, criatividade e otimismo nas mulheres.

As mulheres reagem fortemente ao insulto verbal masculino contra sua vagina e a ameaças implícitas de estupro, mesmo que se tratem de “somente piadas”, por essas razões — apesar de a maior parte de nós não ter conhecimento da ciência por trás de nossas “reações intuitivas”, do fato de que esse tipo de insulto é realmente muito pesado para todas nós.

Essa tática é comum: o filme *Terra fria* (baseado no livro de 2002 *Class Action: The Story of Lois Jenson and the Landmark Case That Changed Sexual Harassment Law*, de Clara Bingham e Laura Leedy Gansler, descrevendo o processo de Jenson *versus* Eveleth Taconite Company) conta o caso de mineiros de carvão na Pensilvânia e sua resistência contra a entrada de trabalhadoras mulheres nas minas. Em certo ponto, as trabalhadoras entram em seu vestiário, e a palavra *bocetas* está pichada em letras garrafais nas portas dos armários. Na Universidade de Oxford, em fevereiro de 2012, um dos clubes universitários criou um “jogo” no qual jovens alunos caçavam alunas vestidas sumariamente de raposas (nas caçadas britânicas, cavalheiros perseguiram raposas com matilhas de perdigueiros; quando a raposa era capturada, era morta pelos cachorros). Em um

*site* de humor colegial no Reino Unido, os editores postaram uma piada que dizia que apenas alguns casos de estupro levavam à condenação e que, portanto, “nossas chances são boas”. “Quem colocou pentelhos em minha Coca?”, teria dito Clarence Thomas a Anita Hill em 1991, alegação esta que ele negou. Mas, se for verdadeira, com certeza a fez se sentir desconfortável. A comediantes Roseanne Barr descreveu o comportamento dos redatores de tevê do gênero masculino toda vez que uma mulher tenta entrar na carreira: ela conta que odeia ir à casa de redatores porque sempre aparecem piadas de “boceta malcheirosa” nos três primeiros minutos. Quando uma mulher enfrenta um ambiente de trabalho no qual não é bem-vinda, palavras ou imagens semelhantes são usadas para atacar ou insultar a vagina: pôsteres de mulheres com as pernas abertas, com o rosto da mulher em questão superposto no corpo nu sempre aparecem em algum lugar público.

É claro que há toda uma motivação cultural e psicológica por trás desse tipo de assédio. Mas o papel da manipulação do estresse feminino no ataque à vagina não pode ser ignorado. Esse comportamento de ridicularização da vagina faz sentido instintivamente. Esses atos são frequentemente impessoais e táticos — estratégias para fazer pressão sobre as mulheres que não são entendidas conscientemente, mas que podem ser intuídas e que sobrevivem na memória popular como uma reação neuropsicológica a esse “estresse negativo” que debilita as mulheres.

Em 2010, estudantes do sexo masculino de Yale se juntaram em um evento chamado “Take Back the Night” (reconquiste a noite), no qual suas colegas marchavam como um grupo em protesto contra o assédio sexual. Os meninos cantaram contra as meninas que protestavam: “Não significa sim, e sim significa anal”.<sup>[2]</sup> Algumas das jovens processaram a universidade, argumentando que este comportamento criava um ambiente educacional desigual. Eticamente, estão em seu direito e, neurobiologicamente também estão certas. Praticamente todas as mulheres que tiverem que enfrentar um grupo de colegas homens cantando *slogans* assim se

sentirão instintivamente em pânico. Em algum nível, entenderão a mensagem de que podem estar na presença de estupradores em potencial — tornando quase impossível ignorar os comentários imaturos, como frequentemente se pede que as mulheres façam. Sentem que há um risco maior ao qual estão expostas, e de fato há, mas não apenas o risco de assédio sexual. Se forem regularmente expostas a esse tipo de estresse, vão deprimir toda a sutil e delicada rede de gatilhos e reações neurobiológicas que as fazem se sentir bem, felizes, competentes e com uma sensação de autoconhecimento.

Em muitos casos de assédio sexual em ambiente escolar ou profissional, a vagina é insultada, ameaçada ou ridicularizada. Por que será que essa tática é tão uniforme, aparecendo em universidades de elite e em ambientes operários independentemente da classe social e de qualquer outra barreira?

É comum porque é uma forma de agressão verbal contra as mulheres que afeta, isto é, causa efeitos físicos reais que são mais profundos que outros tipos de xingamento. O dr. Burke Richmond, como vimos, aponta a conexão mente-corpo em termos de danos duradouros às percepções sensoriais de algumas mulheres como resultado de trauma sexual. Mais pesquisa tem identificado novos tipos de danos permanentes ou disfunções em vários outros sistemas femininos como resultado do “estresse negativo” sexual — o que um estudo chamou, usando uma nomenclatura para o que está sendo reconhecido como um padrão médico reconhecível em algumas mulheres, de “desregulação multissistêmica”.

O corpo feminino reage da mesma forma ao “estresse negativo”, quer o contexto seja a sala de parto, a universidade ou o escritório. Se o cérebro feminino sente que o ambiente não é seguro, sua resposta de estresse inibe todos os mesmos órgãos e sistemas, independentemente do cenário. Muitos dos sinais que incendeiam ou reduzem o desejo feminino têm a ver com a pergunta feita pelo cérebro das mulheres: é seguro aqui?

Portanto, se uma mulher vai trabalhar ou estudar em uma atmosfera ameaçadora dia após dia, corre o risco — por causa do efeito acumulativo de longo prazo do “estresse negativo” — de inibir a reação de relaxamento, criatividade e abandono mesmo fora de seu ambiente de trabalho e estudo. A vida reprodutiva e materna de uma mulher pode ser afetada pelo estresse crônico que ameaça a sexualidade. O estresse inibe não apenas a capacidade da mulher de se excitar, ficar lubrificada e chegar ao orgasmo, mas também de dar à luz efetivamente e amamentar seu bebê. Com o tempo, se sua vagina for agredida verbalmente, seus batimentos cardíacos, pressão sanguínea, circulação e vários outros sistemas sofrerão de forma crônica. O estresse ameaça a sexualidade, pois libera cortisol na corrente sanguínea, que é relacionado à gordura abdominal nas mulheres, com seu risco colateral de diabetes e problemas cardíacos; estar na parte receptora desse “estresse negativo” também aumenta a probabilidade de doença cardíaca e AVC.

Se uma mulher é sexualmente estressada além de certo ponto, com o tempo, outras partes de sua vida passam a se desviar do rumo; terá dificuldade de relaxar na cama, assim como na sala de aula ou no escritório. Por sua vez, isso inibirá a liberação da dopamina que receberia se não fosse por isso, que, por sua vez, evita também a liberação no cérebro de outras substâncias químicas que a fariam confiante, criativa, esperançosa, focada — e efetiva, o que é relevante se ela está competindo acadêmica ou profissionalmente com alguém. Tendo essa dinâmica em mente, a frase “vou fodê-la” ganha um outro significado.

H. Yoon e seus colegas, pesquisadores coreanos que publicaram “Efeitos do estresse sobre a função sexual em ratas fêmeas” no *International Journal of Impotence Research* em 2005, concluíram que o “estresse físico crônico modifica o comportamento sexual de ratas por meio de um mecanismo que se acredita que envolva alterações complexas nos hormônios sexuais, fatores endócrinos e neurotransmissores”.<sup>[3]</sup> Sugerem que

muitas mulheres com estresse experimentam algum tipo de dificuldade sexual, tal como a libido diminuída, dificuldade de excitação ou de chegar ao orgasmo. Entretanto, nenhuma pesquisa foi conduzida em relação a alterações no clitóris e vagina quando mulheres são submetidas a um estresse prolongado. Será que apenas um fenômeno psicológico que ocorre em uma área cortical do cérebro controla as atividades sexuais? Ou ocorre alguma alteração significativa na vagina, clitóris ou outros órgãos de resposta sexual que leva à dificuldade de excitação ou orgasmo?

Esse primeiro estudo a analisar o efeito do “estresse negativo” sobre a excitação de ratas fêmeas — apesar de vários estudos terem focado como o estresse inibe a vida sexual de ratos machos — descobriu a “metralhadora química” que explica por que as mulheres precisam relaxar para se sentir excitadas. É evidente que o óxido nítrico (NO) e a síntese de óxido nítrico (NOS) têm um papel importante no intumescimento vaginal e clitoridiano — ajudando o músculo mole da vagina a relaxar e os tecidos vaginais a inchar em preparação à excitação e ao orgasmo —, e essa substância química e suas ações são inibidas quando as mulheres são estressadas negativamente.

Explicam os autores:

Neste estudo, propomo-nos a investigar o efeito do estresse físico sobre a função sexual medindo as alterações em comportamentos sexuais, níveis hormonais no soro e nas concentrações de NOS neuronal (nNOS) e NOS endotelial (eNOS) nos tecidos vaginais, ambos marcadores importantes do relaxamento dos músculos moles e intumescimento vascular e, portanto, da excitação sexual.<sup>[4]</sup>

Dividiram sessenta e três ratas em três grupos iguais, todas em período estral (ou seja, em circunstâncias normais, ansiosas para acasalar). Um corrimento mucoso foi extraído do tecido vaginal de cada rata. “Um rato macho foi, então, gentilmente introduzido na jaula, e o comportamento sexual foi observado. Todos os experimentos de comportamento sexual foram gravados em vídeo, os resultados receberam um escore e foram analisados por um observador cego aos detalhes do estudo.” Os pesquisadores checaram a “receptividade” das ratas registrando suas respostas de “lordose”, as costas arqueadas, patas para cima em sinal de que a

fêmea está interessada em acasalar. Qualquer chute defensivo, empurrão ou corrida foi considerado uma resposta de rejeição. Justo.

Por todo o caminho abaixo na escala de mamíferos, cientistas como os liderados por Yoon estão confirmando que colocar as fêmeas “no espírito correto” é um processo cientificamente mais complexo e mais “mente-corpo” que o análogo em machos:

Em geral, a resposta sexual nas fêmeas requer reações mentais e físicas recíprocas, que são mais complicadas que nos machos. Portanto, os efeitos do estresse físico e psicológico na atividade sexual podem ser muito maiores nas fêmeas que nos machos (...) Trabalhamos com a hipótese de que o estresse físico crônico possa afetar a função sexual feminina e buscamos identificar alterações fisiopatológicas induzidas pelo estresse crônico. Além disso, investigamos como essas alterações poderiam ocasionar dificuldades na excitação e no orgasmo. <sup>[5]</sup>

Os cientistas encontraram exatamente o que estavam procurando: as ratas estressadas não foram gentis com seus parceiros e não queriam fazer amor: “As ratas sob estresse demonstraram uma redução significativa na receptividade a seus parceiros machos”, escreveram os cientistas; as ratas também exibiram graus mensuráveis de agressão e irritabilidade. O estresse diminuiu a capacidade física das fêmeas de se excitar; diminuiu seu fluxo sanguíneo genital:

Em estudos em modelo animal, o estresse mental ou físico aumenta o nível de catecolaminas no soro, causando, assim, contração vascular, que, por sua vez, reduz o fluxo sanguíneo e leva à disfunção sexual (...) Como o estresse é concomitante a uma contagem aumentada de catecolaminas no sangue (...) pode-se concluir que o fluxo sanguíneo nos órgãos genitais é reduzido durante períodos de estresse (...) medimos a noradrenalina como um índice indireto do nível de catecolamina e concluímos que ela aumentou no grupo de estresse e diminuiu no grupo de recuperação. Esse resultado indiretamente confirma a sugestão de que o estresse afeta o fluxo sanguíneo genital. <sup>[6]</sup>

O estresse mexe com os hormônios sexuais em ratas e, segundo a hipótese dos autores, interfere nas ações vaginais basais —

neurotransmissão, relaxamento dos músculos moles e intumescimento dos vasos sanguíneos — necessárias para a excitação sexual feminina:

O nível de estradiol foi significativamente reduzido no grupo de estresse. É amplamente sabido que os hormônios sexuais têm papel preponderante na resposta sexual de machos e fêmeas. Nossos dados mostram que a expressão de nNOS e eNOS vaginais no grupo de estresse foi reduzida em comparação com o grupo de controle (...) Portanto, postula-se que os níveis menores de nNOS e eNOS causam a neurotransmissão reduzida, menos relaxamento nos músculos moles e uma redução no fluxo sanguíneo vascular em resposta ao estímulo sexual no tecido vaginal. Além disso, isso é clinicamente expresso como uma dificuldade de resposta de excitação e orgasmo. [7]

Não apenas concluíram que o “estresse negativo” abaixa os níveis de hormônios sexuais em ratas fêmeas e interfere em seu processo de excitação, mas também projetaram que as alterações nesse nível fisiológico, se sustentadas ao longo do tempo, afetam o próprio tecido vaginal. As ratas mal-humoradas, estressadas e propensas à rejeição sexual, juntamente com as mais receptivas e desestressadas do grupo de controle, foram todas mortas; e todos os tecidos vaginais, preparados para amostragem: “Os tecidos foram congelados em nitrogênio líquido e armazenados (...) até requeridos”. Os resultados da análise de tecido vaginal mostraram alterações *mensuráveis biologicamente* no funcionamento sexual vaginal das ratas; os cientistas da equipe de Yoon chegaram a projetar que as alterações no tecido vaginal das ratas causadas pelo estresse aumentariam ao longo do tempo: “Se esse perfil hormonal desequilibrado persistir por um longo tempo, alterações em tecidos secundários poderiam ocorrer na vagina”.

Essa é uma versão do entendimento relatado empiricamente por Mike Lousada, Katrine Cakuls e outros terapeutas vaginais: *“estresse negativo” pode aparentemente afetar o próprio tecido vaginal.*

Mike Lousada não especulou sobre a ciência por trás das alterações no tecido vaginal. Mas os cientistas têm uma hipótese:

“No presente estudo, o estresse físico em ratas fêmeas induziu a alterações na expressão da NOS vaginal e hormonal e causou alterações comportamentais sexuais observáveis. Acreditamos que essas alterações resultem de reações multifatoriais”. Em outras palavras, o estresse em ratas afeta o sistema neuroendócrino, e isso induz várias alterações na vagina que afetam a função sexual. “Em ratas fêmeas sob estresse crônico, os comportamentos sexuais foram alterados. Sugerimos que alterações nos hormônios sexuais no soro, catecolaminas e expressões de subtipos de NOS em tecidos vaginais participem na resposta multifatorial em ratas fêmeas estressadas cronicamente.”<sup>[8]</sup>

Em outras palavras: ratas estressadas e, mais cedo ou mais tarde, o funcionamento de sua vagina — com seu potencial de liberar hormônios de prazer no cérebro mamífero feminino — sofrerão também.

As mulheres experimentam algo parecido com o pânico quando percebem que estão presas dentro de um ambiente no qual comentários sexualmente degradantes são direcionados a elas aleatoriamente. Intuem que sofrerão com essa situação quando estão presentes ou distantes dela, quando estão tentando se relacionar com seus filhos e amigos, quando estão tentando se focar em seus maridos ou amantes na cama, ou quando voltam a seus instrumentos de trabalho. Estão certas.

Como vimos na diferença entre a proteção dos nervos pélvicos feminino e masculino, a mulher é muito vulnerável fisicamente quando está de pernas abertas — mais vulnerável que um homem. Por causa disso e porque os homens são geralmente maiores e mais fortes, a sensação de segurança pode não ser tão importante para a resposta sexual masculina quanto para a feminina. A vagina reage à sensação de segurança feminina no sentido que a circulação aumenta quando a mulher se sente segura; mas os vasos sanguíneos da vagina sofrem uma constrição quando ela se sente ameaçada. Isso pode acontecer antes que a mulher conscientemente interprete seu ambiente como ameaçador.



Portanto, se você ameaça ou diminui continuamente a vagina em um ambiente universitário ou profissional, envia um sinal contínuo ao cérebro e corpo femininos de que ela não está segura. O estresse negativo aumenta diariamente seu batimento cardíaco, jogando adrenalina em seu sistema, circulando catecolaminas e assim por diante. Esses insultos verbais, na verdade, tornam mais difíceis para elas as tarefas profissionais ou acadêmicas que têm pela frente.

Nos Estados Unidos, o Título IX é a legislação que rege a igualdade de gêneros que proíbe a criação de "ambientes de trabalho hostis". Quando uma mulher enfrenta piadas, imagens, insultos ou ameaças implícitas relacionadas à sua vagina no trabalho ou na escola, torna-se mais difícil para ela focar em seu trabalho ou nos livros do que para seus pares masculinos sem distrações desse tipo. Isso *de fato* cria uma desvantagem material para elas que tende a ser discriminatória, simplesmente pela forma como o cérebro e o corpo são formados. Na verdade, cria um "enunciado performativo" — palavras que criam um efeito real no mundo real.

A neurociência contemporânea diz que o trauma ou ameaças verbais repetidos reconectam o cérebro: um cérebro que ouve insultos verbais em geral se torna mais reativo. Ouvir a vagina sendo degradada parece, em nível de amígdala, uma ameaça de agressão sexual ou outro tipo de perigo. Insultos verbais ou ameaças de violência ferem o cérebro. Esse efeito de reconexão é outro motivo pelo qual a linguagem direcionada à vagina e à sexualidade feminina é tão ofensiva. Agredir a vagina verbalmente é uma forma — e uma forma socialmente aceitável — de insultar e atingir o cérebro feminino. Se as mulheres jamais ouvissem uma linguagem sexualmente ofensiva, seu cérebro seria menos reativo a ameaças. Politicamente, a mesma coisa poderia ser dita de outra forma: uma mulher que jamais sofreu *bullying* por meio de insultos à sua vagina terá seu cérebro menos intimidado que o cérebro de uma mulher cuja vagina é regularmente atacada.

E a palavra considerada como a mais derogatória, mais violenta, mais ofensiva? Na língua inglesa, a palavra *cunt*. De alguma forma,

cada indignidade que uma mulher sofre passa a ser simbolizada em uma sexualidade cuja responsabilidade é dela mesma, é sua vergonha... pode ser resumida nessa única palavra. E a palavra não é *foda*, é *boceta*. “Nossa baixa autoestima se origina aí: em saber que somos uma boceta”, escreve Kate Millett em *The Prostitution Papers*.<sup>[9]</sup> A tese de doutorado do filólogo Matthew Hunt traça a etimologia de como a palavra *cunt* se tornou sinônimo “da pior coisa de que você pode chamar alguém”. “A censura que se aplica tanto à palavra ‘boceta’ quanto ao órgão que ela representa é sintomática de medo generalizado — e nojo — da vagina em si”, conclui Hunt.<sup>[10]</sup> Ou será que é, como eu argumentaria, também um sintoma de medo e nojo do potencial poder feminino? Se você nomeia algo de forma a impedir o orgulho, a exploração e a descoberta, diminui a probabilidade de uma mulher liberar a química da confiança, criatividade e tudo o mais que essa descoberta poderia trazer.

As citações da tese de Hunt confirmam o fato de que a vagina é considerada, filologicamente, “a pior coisa possível”, pelo menos na tradição ocidental: “A vagina, de acordo com várias escritoras feministas, é um tabu tão forte, que é praticamente invisível na cultura ocidental”, escreve a estudiosa de mitologia comparativa Lynn Holden. “*Cunt* é provavelmente o palavrão mais ofensivo e censurado da língua inglesa.”<sup>[11]</sup> Ruth Wajnryb comentou em 2004: “De todas as palavras de quatro letras, *cunt* é certamente a mais ofensiva”. A jornalista Zoe Williams escreveu: “É a palavra mais rude que temos em toda a língua”, e o comentarista Nick Ferrari concorda: “É a pior palavra do mundo (...) é verdadeiramente grotesca (...) gutural, chocante, nojenta”.<sup>[12]</sup> Em seu estudo sobre as pichações em prisões australianas, Jacqueline Z. Wilson escreve que “*cunt* é a palavra de maior confronto no inglês australiano e talvez nas principais variedades de inglês falado no mundo todo”. Sarah Westland a classifica como “o pior insulto na língua inglesa”, “a palavra mais grosseira e suja”, “a degradação maior” e “a palavra mais horrível que a pessoa pode pensar”.<sup>[13]</sup> Em seu artigo de 2011, “The C-Word: How One Four-Letter Word Holds So Much Power” [A

palavra com C: como uma palavra de quatro letras tem tanto poder], Christina Caldwell classifica *cunt* como “a mais nojenta entre as palavras nojentas”.<sup>[14]</sup>

Entendeu? É o pior do pior. Mas a palavra *cunt* não veio de toda essa infâmia. De fato, suas origens etimológicas são, como a própria vagina, muito específicas ao contexto, e variou de uma palavra neutra muito positiva a uma muito negativa. O linguista Eric Partridge escreveu que o prefixo *cu* é uma expressão de “a quintessência da feminilidade”: “Na linguagem pré-histórica não escrita indo-europeia, ‘cu’ ou ‘koo’ era uma base de palavra que expressava ‘feminino’, ‘fecundo’ e outras noções relacionadas”.<sup>[15]</sup> O linguista Thomas Thorne aponta que “cu” na língua proto-indo-europeia é também um cognato para outros termos femininos/vaginais, assim como o “cus” hebreu; os árabes “cush”, “kush” e “khunt”; o nostrático “kuni” (mulher); e o irlandês “cuint” (“cunt”). “Coo” e “cou” são gírias modernas para a vagina, baseadas nesses sons arcaicos.<sup>[16]</sup>

A mesma raiz está relacionada a *gud*, que em indo-europeu é “recipiente”; refere-se também a *cucuteni* ou “vaso romano em forma de útero”. *Cu* tem associações com “conhecimento” também: *can* e *ken* — ambos significam “saber” e possivelmente “cognição” — são, segundo Thorne, relacionados a esse *coo*. *Sexo* e *conhecimento* compartilham uma forte conexão linguística: *ken* é “saber” e “dar à luz”. *Ken* — que se relaciona ao *cyn* do inglês arcaico e ao gótico *kuni* — também traz a conotação de vagina: “[Kin] significava não apenas relações sanguíneas matrilineares, mas também uma fenda ou fissura, a abertura vaginal da deusa”. O historiador Gordon Rattray Taylor explora as ligações entre a feminilidade e o conhecimento: “A raiz *cu* aparece em incontáveis palavras que vão de *cowrie* (cauri = molusco), *Cypris* até chegar a *cow* (vaca); a raiz *cun* tem duas linhas de descendência, uma que enfatiza a mãe; e outra, o conhecimento: *Cintia* e *cunt*, por um lado, e *cunning* (sábua), do outro”.<sup>[17]</sup> Na Índia, o nome da deusa Cunti-Devi sugere que as variantes de “cunt” não se originaram

como insultos, mas como termos de grande respeito. *Quefen-t*, uma variante de *cunt*, foi usada pelo faraó egípcio Ptah-hotep quando falava de uma deusa. A mais antiga citação de *cunt* no *Oxford English Dictionary* mostra a palavra como parte de um nome de rua em Londres: por volta de 1230, no bairro chamado Southwark, havia uma rua chamada Gropecunte Lane, onde trabalhavam as prostitutas. <sup>[18]</sup>

De forma interessante, muitas palavras relacionadas a *cunt* eram originalmente ligadas à água: *cundy* é um “canal de água subterrânea”; já menos interessante, *cuniculus* significa “passagem” e era usado pelos antigos romanos para descrever seus sistemas de drenagem. (*Cunnilingus*, cunilíngua em português, ou “lamber a vagina” é uma das palavras relacionadas a *cuni*, é claro). Em sânscrito, *cushi/kunthi* significam tanto “vala” quanto “vagina”. Mas os ecos neutros e positivos de *cunt* não sobreviveram amplamente em nossa gíria. Mesmo o grego e o latim usavam uma linguagem acerca da vagina que começou como bastante neutra, mesmo que centrada no masculino: *vulva* simplesmente significa, em grego, “matriz”; *vagina* é a palavra em latim para “bainha”; *lábium* em latim é “lábios”. (Apesar de que *puendum* é a palavra em latim para “vergonha”.) O desprezo e o nojo não predominavam nos nomes ocidentais para a vagina até que a gíria vitoriana a transformou em cognato para “o pior”. Sempre houve nomes negativos para a vagina, assim como positivos; mas o nojo não está necessariamente implícito na linguagem dela.

Muitas de nós sentem uma espécie de tremor existencial quando vemos a reiterada conexão moderna entre as palavras *cunt* e *disgusting* (nojenta), *stupid* (burra) e *hateful* (odiosa) — ou quando as mulheres são reduzidas a meras bocetas. Pedem-nos continuamente para “simplesmente relaxar” a respeito de tal linguagem tão derogatória, mas há boas razões, relacionadas ao poder dessas palavras representando atos sexualmente ameaçadores, que podem causar a “desregulação multissistêmica” em nós, tornando esse “relaxamento” fisiologicamente impossível.

Experimentei, em primeira mão, o impacto poderoso que as palavras usadas para comunicar sobre a vagina podem ter no cérebro feminino. O contrato para este livro acabava de ser assinado com uma editora, e eu estava eufórica, em termos criativos, para pesquisar e escrever o livro. Ao mesmo tempo, estava ansiosa para abordar um tabu social tão forte. Em certo ponto, um amigo — que eu chamarei de Alan e descreverei como executivo, que tem um senso de humor complicado e adora criar espetáculos sociais que geram tensão — disse que queria dar uma festa para celebrar o acordo sobre meu livro. A festa virou o tema da conversa entre os amigos dele, sempre com uma sombra de divertimento — com algo oblíquo implícito.

“Alan” me disse que serviria uma massa italiana, com a qual os convidados poderiam fazer a forma da vagina. Achei a ideia charmosa e engraçada, possivelmente um tributo ao tema do livro, ou pelo menos não era horrorosa, apesar de não ser uma vertente que eu mesma teria escolhido.

Quando cheguei à festa, entretanto, havia um movimento ligeiramente malicioso e ameaçador na outra ponta do *loft* onde estava a cozinha. Alan estava ali, cercado por um grupo de convidados. Fui até lá com certa excitação. Enquanto andava até Alan, passei pela mesa onde a máquina de fazer macarrão estava montada. Um grupo de pessoas estava em volta da máquina — criando, sem dúvida, pequenas vulvas feitas à mão. Os objetos tinham uma doçura: como a coisa real, as pequenas esculturas de massa variavam — com a experiência de cada pessoa (ou talvez o corpo) alimentando a interpretação do convidado ou convidada. Havia uma energia de respeito e certa forma de celebração vinda da mesa, envolvendo homens e mulheres. O prato de massa ali na mesa parecia ter sido arrumado com certo amor: florais ou emplumadas, em forma de flauta ou mais arejadas, cada pequena escultura era detalhada e distinta: ador á veis objetos brancos minúsculos contra a pintura azul da cerâmica italiana.

Alan apareceu ao meu lado. “Chamo-as de ‘cuntini’”, disse ele rindo, e meu coração se contraiu. Um surto de tensão cruzou o rosto de muitas das mulheres presentes. Os rostos masculinos, que haviam estado tão abertos, e alguns até gentis, tornaram-se impassíveis. Algo de doce e novo, que mal havia começado a aparecer, se fechou.

Ouvi um som de algo queimando. Olhei para a cozinha: o som vinha de várias dezenas de salsichas enormes, arrumadas em uma enorme chapa de ferro em um fogão industrial. Entendi: Ah, salsichas para combinar com as “cuntini”. Notei que a energia dos convidados de todos os gêneros presentes ali já não era tão simples. A sala havia ficado mais tensa — essa tensão que já me era familiar, naqueles momentos em que as mulheres se sentem diminuídas, mas espera-se que “entrem no espírito da coisa” e encarem tudo com bom humor. Meu coração se contraiu mais ainda.

Finalmente, alguém chamou minha atenção para a atração final do cardápio da noite. Nas bocas traseiras do fogão, vários filés de salmão foram arrumados em outra grelha. Mais uma vez, entendi a piada. As mulheres e seu cheiro característico. Cheiro de peixe. Fiquei vermelha, sentindo um tipo de desespero que era certamente psicológico — uma depressão por um amigo achar que isso tudo era engraçado —, mas que também me pareceu uma sensação física.

Mas não foi isso que me pareceu realmente interessante sobre aquela noite. Eu poderia lidar com uma piada inapropriada se essa fosse a única consequência do evento daquela noite. O que foi realmente interessante para mim foi que, depois da festa das “cuntini”, não consegui mais escrever uma palavra do livro — nem mesmo notas de pesquisa — por seis meses, e jamais havia tido um bloqueio criativo assim. Senti — tanto no nível criativo quanto no físico — que havia sido punida por “ir a um lugar” aonde as mulheres não deviam ir.

Por causa das evidências das consequências físicas de estressores sexualizados nas mulheres, entendo melhor agora o que criou a conexão entre a “comédia” visual, o insulto olfativo público e meus

dedos incapazes de digitar. Mas, na época, os seis meses de bloqueio criativo foram um mistério.

O tema da “mulher abusada” com sua vagina servindo de alvo em vez de seu cérebro ainda é um tema universal — tanto nas democracias emergentes quanto no Ocidente “avançado”. No Egito, que já fez parte do império britânico, essa prática ainda acontece: mulheres protestando com papéis determinantes na Primavera Árabe e no movimento da praça Tahrir em 2011/12 — e essas mesmas mulheres “indisciplinadas” agora tornaram-se alvo do estado que as força a fazer exames vaginais.

Samira Ibrahim, 25 anos de idade, jovem manifestante egípcia, processou o exército do país em 2011 alegando que havia sido presa na praça Tahrir durante o protesto e forçada a fazer um exame vaginal contra sua vontade. Grupos de direitos humanos relatam que isso é sistemático: confirmam que várias manifestantes foram forçadas a passar pelo “exame” vaginal — ou seja, abusadas pelo exército egípcio ao ser levadas sob custódia. Samira publicou seu relato em uma conta do YouTube, descrevendo como ela e outras manifestantes primeiramente apanharam, foram eletrocutadas, acusadas de ser prostitutas (novamente o caso da Lei de Doenças Contagiosas de 1864-66 na Inglaterra) e forçadas a passar por um exame vaginal, o “teste da virgindade” realizado por um soldado uniformizado do exército em frente a dezenas de estranhos. Um porta-voz do exército defendeu os “exames” vaginais forçados: “Não queríamos que elas nos acusassem de estupro ou assédio sexual, então, queríamos provar que elas já não eram virgens quando chegaram”, explicou uma fonte do exército ao *site* de notícias *Al Jazira*.

“Quando saí, estava destruída, física, mental e emocionalmente”, disse Samira.<sup>[19]</sup>

Conhecendo o delicado funcionamento do SNA nas mulheres, a conexão da vagina ao cérebro e o papel do trauma sexual na biologia do sofrimento crônico, será que esse não era exatamente o objetivo dos “exames”? Será que isso não é apenas um sinal de

brutalidade aleatória, mas sim uma técnica para suprimir a revolução, acabar com a formação química de uma revolta potencial?

No Ocidente, onde a agressão vaginal ou "exames" sexuais traumáticos não são legais, a insurreição verbal feminina é muitas vezes combatida com ameaças de estupro e ataques contra a vagina. (Contudo, os Estados Unidos podem estar se movendo em direção à agressão física pelo estado contra a liberdade de decisão das mulheres, via violação da vagina, em forma de uma proposta recentemente feita aos estados americanos para legislar um ultrassom transvaginal invasivo obrigatório se a mulher estiver considerando a hipótese do aborto.)

As mulheres que "se manifestam" no Ocidente também experimentam essa agressão direcionada ao sexo: Vanessa Thorpe e Richard Rogers, do jornal inglês *The Observer*, relataram que as comentaristas femininas recebem frequentemente ameaças de agressão sexual. Caroline Farrow, blogueira do *Catholic Voices*, contou que recebe "pelo menos cinco e-mails com ameaças sexuais todos os dias", que ela vê como resultado de assumir a responsabilidade por seus pontos de vista postando sob seu próprio nome, com uma foto que, segundo ela, parece fazer que os agressores a vejam como "um alvo sexual legítimo". Ela observa que "um dos 'menos obscenos' dizia o seguinte: 'Você vai gritar quando receber o que está pedindo. Puta'". A comentarista do *The Guardian* e romancista Linda Grant e a escritora feminista de não ficção Natasha Walter reportaram que, como resultado de comentários sexualmente violentos direcionados aos seus textos, escrevem com menos frequência *on-line* desde então. A jornalista do *New Statesman* Helen Lewis-Hasteley confirma que as ameaças de estupro são a forma mais prevalente de assédio *on-line* contra as escritoras inglesas: "Sei que muitas pessoas vão dizer que todo comentarista na Internet é atacado, mas o que realmente ficou claro para mim quando eu estava analisando a questão [a experiência de outras mulheres jornalistas] era o *modus operandi* dos agressores, que era a ameaça de estupro". "A ameaça de violência sexual é um



ataque em si”, conclui o artigo do *The Observer*. <sup>[20]</sup> A ciência agora confirma porque isso está correto.

O medo sexualizado tira a criatividade das mulheres porque extrai uma reação de tensão; e especialmente nossa criatividade, por causa do papel do SNA, demanda uma reação de relaxamento. Todas as vezes que a sexualidade de uma mulher é insultada, sua criatividade sofre — pois o mesmo estado de relaxamento e foco tem que ser protegido para que essas fontes irracionais sejam exploradas: o mesmo relaxamento e o mesmo foco permitem que ocorram a excitação e os orgasmos, os bebês, os livros, as obras de arte, a crítica e a música. Quando você honra a sexualidade de uma mulher e seu sexo, contribui para o funcionamento ótimo de sistemas físicos que apoiam sua criatividade intelectual; quando você ameaça e insulta sua sexualidade e seu sexo, faz exatamente o oposto.

---

1. John Austin, *How to Do Things with Words* (Cambridge, MA: Harvard University Press, 1975), 12. [↵](#)
2. Sarah Forman, “Yikes!... Yale Edition”, *Yale Daily Herald Blog*, 24 de outubro de 2010, [blog dailyherald.com/tag/yale](http://blog.dailyherald.com/tag/yale). [↵](#)
3. H. Yoon e outros, “Effects of Stress on Female Rat Sexual Function”, *International Journal of Impotence Research: Journal of Sexual Medicine* 17 (2005): 33-38. [↵](#)
4. [Ib. ↵](#)
5. [Ib. ↵](#)
6. [Ib. ↵](#)
7. [Ib. ↵](#)
8. [Ib. ↵](#)
9. Veja Kate Millett, *The Prostitution Papers: A Candid Dialogue* (Nova Iorque: Avon Books, 1973). [↵](#)
10. Matthew Hunt, “Cunt: The History of the C-Word”(PhD), abstract [www.matthewhunt.com/cunt/abstract.html](http://www.matthewhunt.com/cunt/abstract.html); veja também [www.matthewhunt.com/cunt/references.html](http://www.matthewhunt.com/cunt/references.html). [↵](#)

11. Ib. Veja também [encyclopedia.jrank.org/articles/pages/657/Cunt.html](http://encyclopedia.jrank.org/articles/pages/657/Cunt.html) para história adicional sobre a palavra cunt. [↵](#)
12. Hunt, "Cunt". [↵](#)
13. Ib. [↵](#)
14. Christina Caldwell, "The C-Word: How One Four-Letter Word Holds So Much Power", *College Times*, 5 de março de 2011. [↵](#)
15. Citado em Hunt: "Cunt". [www.matthewhunt.com/cunt/abstract.html](http://www.matthewhunt.com/cunt/abstract.html); veja também [www.matthewhunt.com/cunt/references.html](http://www.matthewhunt.com/cunt/references.html). [↵](#)
16. Ib. [www.matthewhunt.com/cunt/abstract.html](http://www.matthewhunt.com/cunt/abstract.html); veja também [www.matthewhunt.com/cunt/references.html](http://www.matthewhunt.com/cunt/references.html). [↵](#)
17. Veja Gordon Rattray Taylor, *Sex in History* (Nova Iorque: Vanguard Press, 1954). [↵](#)
18. Russell Ash, citado em Hunt, "Cunt". [www.matthewhunt.com/cunt/abstract.html](http://www.matthewhunt.com/cunt/abstract.html); veja também [www.matthewhunt.com/cunt/references.html](http://www.matthewhunt.com/cunt/references.html). [↵](#)
19. "Egypt Bans Forced Virginity Tests by Military", *Al Jazira* 27 de dezembro de 2011, [www.aljazeera.com/news/africa/2011/12/20111227132624606116.html](http://www.aljazeera.com/news/africa/2011/12/20111227132624606116.html). [↵](#)
20. Vanessa Thorpe e Richard Rogers, "Women Bloggers Call for a Stop to 'Hateful' Trolling by Misogynist Men", *The Observer*, 5 de novembro de 2011. [www.guardian.co.uk/world/2011/Nov/05/women-bloggers-hateful-trolling](http://www.guardian.co.uk/world/2011/Nov/05/women-bloggers-hateful-trolling). [↵](#)



## *Foi engraçado?*

*P: Qual a diferença entre xoxota e boceta?*

*R: A xoxota é uma coisa doce, suculenta, quente, divertida e útil. A boceta é a dona da coisa.*

jokes4us.com, "Piadas sobre a Vagina"

Quanto mais eu entendia sobre a vagina e quão sensível ela é ao ambiente emocional — e também quão francamente precioso é o seu bem-estar criativa e intelectualmente —, menos capaz eu era de ignorar, repudiar ou ficar insensível aos insultos casuais e abusos que mesmo as pessoas mais simpáticas em nossa cultura aceitam como verdadeiros em uma discussão banal. Depois de ter viajado à Inglaterra na primavera de 2011 e ter terminado minhas entrevistas com o dr. Richmond, Nancy Fish e Mike Lousada, e ter visto a pesquisa conduzida por H. Yoon e seus colegas sobre o efeito do estresse na vagina, e a pesquisa de Alessandra Rellini e Cindy Meston sobre como o trauma sexual eleva as respostas do sistema nervoso basal das mulheres, e os novos dados sobre trauma sexual e desregulação multissistêmica e sua relação com a dor crônica em muitas mulheres, senti que havia chegado a um entendimento mais profundo da sensibilidade emocional da vagina e sua conexão com a sensibilidade emocional e intelectual nas mulheres em geral. Estava continuamente reavaliando o significado do estupro e novamente

percebendo seus efeitos sob uma luz muito mais complexa e permanente.

Fui profundamente afetada por minha entrevista pelo Skype com Lousada, sob as árvores, na belíssima faculdade medieval, e senti que ela havia me transformado de alguma forma. Retornei a Nova Iorque em junho daquele ano, sentindo-me excepcionalmente aberta e livre. Não estava absolutamente interessada em Lousada, romanticamente falando — estava muito apaixonada por outra pessoa. Mas havia algo sobre ele ser um homem que estava tão empenhado em realmente testemunhar o sofrimento sexual das mulheres e tão dedicado à sua libertação sexual, que me fez sentir existencialmente mais esperançosa de que os homens e as mulheres poderiam finalmente se entender quanto a essas questões. Alguma coisa em sua discussão sobre como o trauma “tranca” a mente e o corpo femininos destrancou algo em mim. Embora eu nunca tenha sido atacada sexualmente, já experimentei minha parte do assédio típico que vemos por aí e algumas situações assustadoras. Estou cercada, como qualquer mulher, por uma cultura de desprezo sexual (e vaginal). Eu havia retornado sentindo-me esperançosa, mas também estranhamente vulnerável e indefesa.

Uma noite, fui até as docas perto de Battery Park para me encontrar com amigos no mesmo barco em que eu havia entrevistado o dr. Richmond no ano anterior. Era uma noite fresca de final de primavera. Duas mulheres jovens eram convidadas do passeio daquela noite, e três amigos meus, que eram mais velhos que as mulheres jovens, também estavam a bordo. As mulheres jovens não estavam saindo com nenhum dos homens, mas essa possibilidade pairava no ar. Saímos da área do ancoradouro junto ao parque e aceleramos no escuro Hudson sob uma lua quase cheia. Lembro como me senti — renovada, de uma maneira estranha; leve, rica e fértil de ideias, mas indefesa. Navegamos ao longo das luzes brilhantes da cidade, passando pelos canhões efervescentes do baixo Manhattan. Nuvens passavam rapidamente pela face néon brilhante da lua. Eu batia papo com um amigo que passarei a chamar de Trevor, um dos três homens a bordo. Ele é um homem

carinhoso e gentil, um cidadão com boa situação financeira, com três filhos e uma esposa adorável. Um amigo, Alex, estava controlando as cordas. Perguntei a Trevor o que ele estava lendo ultimamente.

— Histórias de guerra — confessou ele. — Tive que parar de ler ficção moderna. Percebi que a maioria dos livros de ficção moderna é escrita para mulheres, e não consigo me envolver. Tive que enfrentar o fato de que não era para mim e que eu gosto de histórias de guerra. Gosto de histórias sobre combate, tática e sexo.

— Geralmente não há sexo em uma história de guerra — observou nosso amigo Stephen, que estava pilotando o barco.

— Há estupro — brincaram Trevor e Alex simultaneamente.

Ambos os homens são simpáticos. E parte de meu cérebro, imediata e rotineiramente, declarou: "Isso foi apenas uma brincadeira. Deixe para lá". Mas alguma coisa havia acontecido comigo na Inglaterra. Eu tive um vislumbre de um mundo no qual os homens respeitavam o que, por falta de uma linguagem melhor, eu estava começando a pensar como sendo o Sagrado Feminino — ou até mesmo como "a deusa" — e vi os danos que tal linguagem podia fazer a mim e às mulheres à minha volta. Dessa vez, não fiquei entorpecida diante das piadas de sempre, aquelas piadas de estupro, aquelas piadas de xoxota. Senti seus danos destrutivos. Um grande nó se fez em minha garganta. Pedi licença para descer à cabine.

Deitei-me em um dos beliches. A cabine balançava sob mim enquanto eu era conduzida sobre o rio escuro. Fechei os meus olhos. Senti a dor das palavras cortando novamente, como uma faca rasgando o que eu só posso descrever como meu campo de energia; uma dor que eu nunca teria nem mesmo notado antes de me recusar a ouvir aquelas palavras, ou "discutir" intelectualmente com os piadistas. Eu estava em contato com minhas próprias "emoções pélvicas", suponho, de uma maneira não mediada e, então, senti a violência daquelas palavras — palavras que não tinham sequer a

intenção de malícia —, um descuido que só piorava a situação, de certa forma; palavras que eram “meramente” tão insensíveis a ponto de ferir a natureza feminina, como eu mesma o havia sido em outras ocasiões.

Respirei profundamente algumas vezes — mas uma coisa muito estranha aconteceu. Lágrimas começaram a escorrer sob minhas pálpebras fechadas, rolando por minhas faces. Eu não estava soluçando. Estava simplesmente inundada por sentimentos. Estava deitada, perfeitamente em silêncio, mas as lágrimas escorriam cada vez mais por meu rosto e espirravam em meu pescoço e minha garganta, de uma maneira que nunca havia acontecido antes. Fiquei deitada assim — relaxada, sem soluçar, cheia de lágrimas mais uma vez, jorrando lágrimas — por quinze a vinte minutos. Pensei nas mulheres jovens no deque acima, que também haviam ouvido aquelas palavras e que, agora eu sabia, seriam para sempre transformadas por elas; que se sentiriam para sempre mais fechadas fisicamente, ou para sempre feridas espiritual ou criativamente por essas palavras. Senti essa dor.

As ameaças sexuais codificadas em linguagem hostil centrada na vagina fazem mais que desencadear reações de estresse em nosso corpo. Conceitos culturais são incorporados no corpo e cérebro de uma mulher de maneira perceptiva. Como demonstrou o psicólogo da Universidade de Michigan Richard E. Nisbett, em seu livro *A geografia do pensamento*, o cérebro de pessoas de diferentes culturas *neurologicamente codifica diferenças culturais na percepção*, por meio da prática diária, ao longo do tempo. Por exemplo, sua pesquisa mostrou que os ocidentais tendem a perceber os elementos por meio de um estreito foco em objetos singulares, ao passo que os orientais usam uma lente grande angular e veem os objetos como incorporados no contexto.

Então, a “concepção” cultural de uma mulher sobre sua vagina também molda seu cérebro.<sup>[1]</sup> Se uma mulher ouve durante toda a sua vida que sua vagina é uma “boca” ou uma “fenda”, então, a percepção de sua vagina se tornará neurologicamente codificada

desse jeito em seu cérebro; mas, se ela ouve, por exemplo, que sua vagina é “o Portão de Jade”, seu cérebro e suas percepções se moldam em volta dessa sensibilidade.

Durante a dinastia Han (206 a.C. a 220 d.C.) na China, ou na Índia de 1.500 anos atrás, ou no século XIII no Japão, quando a vagina era retratada como o ponto mais sagrado no templo mais sagrado em um universo sagrado, era assim que o cérebro das mulheres experimentava seu órgão sexual. Quando, na Europa medieval, durante a caça às bruxas, a cultura anunciou que a vagina era o parque de diversões do diabo e porta de entrada para o inferno, a mulher naquela cultura se sentiu construída em volta de um núcleo de vergonha existencial. Se, como na Inglaterra elisabetana, uma cultura retrata a vagina como um buraco, uma mulher dessa cultura sente que está centrada no vazio e na ausência de valores; se, como na Alemanha, na Inglaterra e na América pós-Freud, a cultura da mulher classifica as reações da vagina como um teste de feminilidade, ela corre o risco de sentir-se insuficientemente feminina. Quando a cultura da mulher — como vemos nas revistas femininas atuais de atletismo sexual ocidental — lança a vagina ideal como uma fábrica de múltiplos orgasmos em eterno plantão, ela se sente submetida a um teste contínuo e impossível. Quando a cultura de massa representa qualquer vagina como apenas um em dez milhões dos orifícios disponíveis, como na indústria pornográfica atual, a mulher sente seu ser sexual como algo substituível, sem importância e longe da sacralidade.

E tudo isto não é superficial: essas percepções são construídas no nível das sinapses neuronais. Em outras palavras, o cérebro feminino se transforma fisicamente, com o passar do tempo, em resposta a esse tipo de gatilho no ambiente.

Esses gatilhos também afetam sua confiança e seu senso de esperança. Em uma palestra que dou sobre sexualidade feminina, há um momento em que peço às mulheres na sala que recordem os nomes usados em relação à sua vagina que ouviram pela primeira vez quando tinham quatorze ou quinze anos — ao passar por

canteiros de obras ou ao caminhar pelas ruas. Posso sentir o profundo desconforto de, digamos, 800 mulheres todas de uma vez relembrando onde estavam naquele momento quando, iniciadas na condição de mulher, ouviram pela primeira vez — a elas dirigidas — expressões como “senta na minha cara” ou “me dá um pouco dessa coisa” (ou como uma jovem asiático-americana lembrou, “me dá um pouco dessa boceta asiática”). “Como você se sentiu?” — perguntei. “Fez que sentisse: é isso que eu sou, essa coisa vergonhosa — ou vulgar?” Depois — com aquelas emoções ainda à flor da pele na sala —, tenho o prazer de ler para elas uma lista de outros termos de outras culturas para *vagina*. “Lótus de Ouro”, leio, em uma das poesias de amor das dinastias chinesas Han e Ming. “Sala perfumada.” “Portões do Paraíso.” “Pérola preciosa.” Os termos taoístas chineses são sempre bem poéticos: nos textos taoístas sagrados, tal como *Art of The Bedchamber*, faz-se referência à vagina como “Portão Celestial”, “Bola Vermelha”, “Lugar Oculto”, “Porta de Jade”, “Portão de Jade”, “Vale Misterioso”, “Portão Misterioso” e “Tesouro”.<sup>[2]</sup>

Poderíamos ir mais longe: nos textos sagrados tântricos, a vagina é classificadas em categorias, mas todas bastante afetuosas: a *Chitrini-Yoni* (a *yoni* de uma “mulher elegante”) é “redonda e macia, fácil e rapidamente lubrificada, com poucos pelos pubianos. Diz-se que seu suco de amor é excepcionalmente quente, tem cheiro doce e gosto de mel”. A *Hastini-Yoni* é “grande e profunda e desfruta com grande estimulação do clitóris”. A *yoni* da *Padmini* (“mulher-lótus”) é “como uma flor e gosta de absorver os raios do sol — ou seja, ser vista à luz do dia — e da carícia de mãos fortes. Seus sucos têm a fragrância de uma flor de lótus recém-desabrochada”. A *yoni* da *Shankhini* (a “fada” ou “mulher-concha”) é “sempre úmida (...) coberta com muitos pelos (...) e adora ser beijada e lambida”.<sup>[3]</sup> A iconografia hindu relacionada à vagina às vezes se refere a uma conexão vagina-mente que o Ocidente parece determinado a obscurecer: um sinônimo hindu para vagina é: “Lótus de sua sabedoria”.



“E se fosse sempre assim?”, pergunto à minha plateia. “E se as palavras que vocês sempre ouviram quando meninas e jovens mulheres fizessem que pensassem em si mesmas — no sentido mais íntimo, sexual — como uma fonte de sabedoria, como preciosa, perfumada, um tesouro? Cercar as mulheres com uma linguagem reverente e apreciativa sobre sua sexualidade as tornaria não somente mais abertas sexualmente, mas também mais capazes de funcionar no mundo de formas que aumentariam sua criatividade, força e senso de conexão.

Frequentemente leio para as mulheres da sala uma passagem da obra-prima chinesa da dinastia Ming, *The Golden Lotus*, que é bem erótica.<sup>[4]</sup> Mas é um tipo diferente de Eros daquele a que elas estão acostumadas: os filósofos e cortesãos da dinastia Han viam a sexualidade feminina gratificada como a força que mantinha o universo em ordem harmoniosa. Acreditavam que o auge da saúde, sabedoria e potencial dos homens pudesse ser alcançado apenas por meio da maestria em satisfazer às mulheres, desfrutando, assim, da potente essência *yin* que emanava somente das partes íntimas de uma mulher verdadeiramente excitada e plenamente satisfeita. Quando acabo de ler a passagem — quando minha plateia ouve a linguagem de admiração com que os poetas da dinastia Han descrevem a arte do amor e, no meio dela, sua adoração pela vagina —, a face de todas está corada, e as mulheres tendem a manifestar um rompante espontâneo.

Certamente há algo de erótico em pensar sobre nossa própria sexualidade — nossa própria vagina — em um contexto tão terno e admirador, mas há também algo de fortalecedor no ato. Tendo feito uma viagem imaginária a outros tempos, lugares e contextos em que a vagina é referida com reverência, essas mulheres contemporâneas deixam a sala sentindo-se diferentes. Saem energizadas e levemente atordoadas, como se recém-apossadas de um segredo maravilhoso. Posso sentir que elas tomarão decisões diferentes, desfrutando de si próprias de novas maneiras.

A linguagem é poderosa. Como disse Virginia Woolf, falando sobre outro tipo de excitação — excitação intelectual —: “Não se pode pensar bem, amar bem, dormir bem, se não jantou bem. A lâmpada na coluna não se acende com carne bovina e ameixas secas”.<sup>[5]</sup> Ela quis dizer — e tinha razão — que o corpo e a imaginação são interdependentes.

Em nossa cultura, a imaginação sexual do corpo feminino tem que se acender com uns poucos gravetos linguísticos: a própria palavra *vagina* é difícil de dizer. É uma palavra antierótica de certa forma (aquele zum-zum irritante do *v*, aquele *g* desagradavelmente suave). Quando se pensa *vagina* em nossa cultura (ou se busca a palavra no Google ou na Amazon), encontram-se associações clínicas frias ou repugnantes (“herpes vaginal”, “corrimento vaginal”), ou pelo menos tediosamente relacionadas à saúde (“tônus vaginal”). No outro extremo do espectro das associações, é só pornografia. É quase impossível sentir diariamente a essência de ser excitante como mulher, misteriosa, profunda e complexa, se a linguagem que ronda o centro de nosso ser é brega ou medicalizada, hostil, redutora e pesada.

Se você é mulher, faça sua própria experiência. Releia os trechos de Anaïs Nin e Henry Miller no início do livro. Observe o que acontece dentro de você enquanto lê o texto — mesmo que lhe cause algum estresse. Ao comparar os de Nin aos de Miller, observe o que acontece com a sensação de relaxamento ou tensão em seus músculos e com a frequência cardíaca — ela baixa ou aumenta, ou não há mudança? Preste atenção ao seu pulso vaginal, se estiver consciente dele; preste atenção à sua respiração e se sente uma sensação generalizada de calma ou ansiedade.

Ao longo da pesquisa deste livro, notei que, enquanto lia textos que descrevem a vagina de diferentes maneiras, as descrições afetavam diretamente minha sensação de energia e bem-estar generalizado. Após ler Nin pela manhã, por exemplo, o mundo brilhava. Depois de uma tarde lendo Miller — sentada na mesma cadeira, ao sol, com a mesma buganvília tremulando sobre minha

cabeça —, eu me senti mal e fraca, com muita vontade de tomar uma ducha.

Quão longe chegamos do mel e das conchas das mulheres modernistas... O Onlineslangdictionary.com, um dicionário *on-line* que agrega gírias, lista os seguintes termos contemporâneos violentos para *vagina*: "ferida de machado", "ferida de machado de guerra", "ferida aberta" e "soldado ferido".<sup>[6]</sup> Em resposta à consulta: "quais são as gírias para vagina?", as respostas no Yahoo.com incluíram termos de sonoridade violenta como "buraco", "boca", "talho", "fenda" e assim por diante.

A seguinte conversa aconteceu em um *site* de discussão de gênero misto quando foram pedidas gírias para *vagina*. Não foram pedidas "gírias hostis para *vagina*". Apesar de os entrevistados serem autosselecionados, o *site* é aberto a todos. Repito aqui a discussão original, pontuada, para maior clareza. Ouçam a linguagem de violência e menosprezo.

Andy : Eu vi algumas indicações para a melhor gíria para "vagina" aqui e ali, então, pensei que seria melhor escrevê-las em um lugar. As minhas duas favoritas são "boca" e "xereca". A melhor coisa para boca é que você pode acrescentar outras palavras a ela para descrever o nível de excitação de uma mulher.. "boquinha nervosa"; "A temperatura da boquinha dela está tão alta que deve estar toda melada".

...

David : "Cortina de carne".

Zoe : "Sanduíche de carne comido pela metade", "coelho vomitado", "carne louca com molho branco"... "broca", "xana", "aranha".

Lewis : "Lata de lixo do açougueiro".

Steve : "Buraco negro".

Steven : "Abafador de microfone", "afoga-ganso", "amansa-corno", "...pomba".

Anna : [uma das poucas mulheres no *site*, comentando ironicamente]: "Xô, xereca": hahahaha.

Josh : [não impedido por esse suave protesto autoirônico]: “perseguida”.

Kin : “Mexilhão cabeludo”, “peixinho”.

Steve : “Perereca”.

Daniel : A mais normal, “aranha cabeluda”, é claro. “Sanduíche de atum”, “bombril”; “kebab”; “bolsa de truta”; mas, pessoalmente, acho que deveria haver mais palavras para “suco [lubrifico ção vaginal]”.

Andy : “Morcego comedor de fruta” poderia ser usado para uma mulher com grandes lábios; “bolsa de salsicha de veludo rosa”, “buçanha”.

Steve : “Aguilera” é com certeza da hora, e tem também “xana”, que eu vi no filme *Elizabeth*.

Andrew : Eu gosto de “kebab malpassado” para uma malcuidada. Mas as melhores são as antigas: xoxota, xereca e boceta. “Buçanha peluda” é legal.

Andy : Ainda não vi “concha” (ou é “conxa”?) em nenhum lugar aqui ainda... “Mostre a concha para nós, linda.”

Daniel : Ah, esqueci, “bacalhau”.

Penso que a maioria das mulheres concordaria que os termos acima variam do tipo horrível para realmente horrível — de se ouvir ou até mesmo de pensar. (Outro *site* acrescenta o termo igualmente repulsivo “amigo de bunda” e “ostra barbada”.)

É impressionante como muitas das gírias dos jovens do sexo masculino para vagina nesses fóruns de discussão têm a ver com carne: imagens violentas de carne preparada para consumo, como em “lata de lixo do açougueiro” (na tradição britânica, o “caixote do lixo do açougueiro” é onde os restos de carne indesejados e descartados acabariam), ou de mais baixo calão, *junkfood*, carne industrializada, também preparada para o consumo: “kebab malpassado”, “bolsa de salsicha”, “taco mexicano cor-de-rosa”, “comedora de sêmen”. Aqui não se está invocando champanhe ou caviar, mas esses termos tampouco têm os ecos insultantes sociais pesados (“boceta”) do passado recente. Em vez disso, a maioria dos termos é meio bruta, grosseiramente engraçada e apenas denota

algo carnudo que não desperta o apetite sexual. Outros *sites* listam gírias contemporâneas que não são violentas ou que fazem referência à carne, mas que são um pouco tolas: “biscoito de biquíni”, “racha”, “butchaca”, “barbuda”, “birosca”, “aranha”. Os termos levemente positivos ou enternecedores que vi em *sites* de gírias contemporâneas foram “madressilva”, “pomba”, da era elisabetana, o afetuoso “cale-se, cachorrinho” e “lamba-me, por favor”; e o carinhoso “maracujá” ou “fruto da paixão” e “Bela do Sul”. “Mapa de Tassie/Mapatazi [Mapa da Tasmânia]” é popular na Austrália, evidentemente — a ilha da Tasmânia é um triângulo invertido. Outros *sites* trazem o miserável “pastel de pelo”, “sanduíche de *bacon* vertical” e “triângulo de velcro”.

Outros pouquíssimos *sites* de gíria têm raros termos menos terríveis. No Blackchampagne.com, ficamos conhecendo gírias para *clitóris* que incluem “amêndoa açucarada” e a linda gíria afro-americana “língua em pérola”.<sup>[2]</sup>

Essas gírias sugerem que atualmente as mulheres ocidentais não identificam a vagina com a magia negra do passado nem com suas associações insultantes mais cruéis; em vez disso, a maioria dos termos denota baixo calão, *junk food* produzida em massa, e não implica um grande efeito emocional. Essa mudança tem a ver com a maneira como a pornografia retrata a vagina: ou seja, exatamente como uma “bolsa de salsicha”. Tem a ver com a maneira como a pornografia é produzida — em massa, como *junk food*? Ou com a maneira como o sexo é representado na pornografia, rápido e substituível, como *junk food*? E com a maneira como a pornografia é consumida, especialmente por essa geração que foi sexualmente iniciada nela — casual e repetitivamente, como *junk food*?

Será que essa gíria revela que a pornografia alcançou o oposto do que Andrea Dworkin temia? Em vez de incitar os homens a freneticamente estuprar a vagina, a pornografia leva muitos jovens nela criados a considerar o órgão com uma distância emocional relaxada ou mesmo dessensibilizada, como algo apenas um pouco

mais atraente, mas com uma embalagem pior do que um burrito de micro-ondas?

As mulheres estão tentando “responder” ou “retribuir o xingamento”. Um *site* de força jovem feminina, Tressugar.com, lista termos femininos gentis para vagina — sem dúvida, para combater os termos de gíria negativa que existem em abundância. O *site* foi montado por mulheres ocidentais na casa dos vinte anos. Pode-se ver claramente que essas jovens de nosso contexto pós-revolução sexual, pós-feminismo, não veem sua vagina como obscura ou agourenta, nem como potente sedutora e esmagadoramente atraente. Em vez disso, elas a veem como bonitinha e não ameaçadora: a vagina é a amiguinha fofa da Hello Kitty, ou um doce presente; metáforas se mesclam, como uma caixa de jujubas embalada com peles e *glitter*.

O *site* também encoraja as mulheres a enviar seus próprios termos para *vagina* para combater gíria hostil ou desagradável proveniente dos homens. Alguns dos termos favoritos das jovens evocam seu caráter delicioso: “yamy-yamy”, “pote de mel”, “balinha”; outros se referem a acessórios de pele ou animais domésticos fofos: “pelúcia”, “castor”, “gatinha”. Outras lexicógrafas jovens parecem dar nomes à sua vagina como se fosse uma irmãzinha engraçadinha, do mesmo modo que os homens têm apelidos afetuosos para seu pênis: “caixinha”, “pombinha”.

Um anúncio de revista feminina atual para desodorante vaginal, reembalado como “higiene” vaginal — sim, esse produto ressurgiu diretamente das trevas dos anos 1960 —, mostra uma modelo ruiva sorridente em uma minissaia amarela brilhante com seus braços para cima, em uma atitude de “poder de suas partes secretas femininas” saudando e dizendo animada “U-hu para minha Frufu!”. O anúncio vai adiante: mini, flor, linda, *yoni*, jardim feminino...”, e continua para alertar (sempre o alerta)

Você sabia que alguns géis de banho e sabonetes comuns, se usados em suas partes íntimas, podem diminuir suas defesas naturais, causando secura e irritação? Com sua fórmula de pH balanceado, especialmente desenvolvida para a pele íntima, Femfresh

é uma das maneiras mais suaves de cuidar de sua gina, moitinha, Laurinha, Julieta!  
Qualquer que seja o modo como você a chame, certifique-se de que a ama.

Os criadores do *slogan* se despedem acrescentando que Femfresh oferece “Cuidado extra para as partes baixas”.

O mote da vergonha-da-vagina-que-cheira-mal dos anos 1960 foi substituído por uma animadora linguagem de poder feminino para mais um produto inventado; mas será que “U-hu, Frufru” ou até mesmo “pelúcia”, “gatinha” ou “yamy-yamy” é o mais longe que queremos chegar em nossa viagem ao “jardim da dama”? (Não pude evitar pensar nos personagens do programa de televisão infantil *Teletubbies*, criaturas infantis coloridas brilhantes, chamadas Tinky Winky, Ditsy, Laa Laa e Po.)

Recentemente, nos tabloides ou na imprensa popular, outras abordagens de poder feminino para dar nomes à vagina vieram à tona: Marian Keyes, a popular romancista irlandesa, chamava sua vagina, hilariamente, de “croquete de carne”. Um tabloide americano informa que Jennifer Love Hewitt, a estrela do programa de sucesso da televisão *Ghost Whisperer*, “cristaliza” sua vagina — ou seja, põe cristais em volta dela — antes de um encontro.

Qual o motivo para falar em um contexto de mídia e oferecer nomes mais positivos para a vagina? Dar nomes em público é diferente de uma ação privada — tem um elemento político: nomear constrói a realidade. E como as mulheres sofreram calmamente ao longo dos séculos, é compreensível que agora desejem fazer valer o direito de dar nomes que são afetuosos, encantadores, ou pelo menos não tão terríveis.

Há perdas e ganhos no modo como essas mulheres aparentemente fortalecidas chamam a vagina: o lado positivo é que ela não é mais o abismo, ou a porta de entrada para o inferno; o negativo é que continua não sendo muito poderosa, e muito menos o centro do universo.

Alarmante, descartável ou “bonitinha”, as vaginas estão em toda parte na cultura, como um papel de parede. Mas a magia e o poder

da vagina não estão em quase nenhum lugar na cultura ou nomenclatura ocidental — ou são muito difíceis de perceber.

Segundo os antropólogos, algumas pessoas no Sri Lanka acreditam que, com a chegada da luz elétrica, os fantasmas, com seus presságios, fugiram, levando junto seus maus agouros. Na Irlanda, algumas pessoas dizem que as fadas, com suas bênçãos, recuaram em face da vida moderna. Da mesma forma, em nosso vocabulário contemporâneo, a vagina tem sido desnudada de todo seu mistério, não mais assombrada por fantasmas e demônios, nem mais encantada com a magia.

---

1. Richard E. Nisbett, *The Geography of Thought: How Asians and Westerners Think Differently... And Why* (Nova Iorque: Free Press, 2003), citado em Marcia Beauchamp, "Somasophy: The Relevance of Somatics to the Cultivation of Female Subjectivity", (PhD diss., California Institute of Integral Studies, São Francisco, 2011), 301-3.[↵](#)
2. Douglas Wile, *Art of the Bedchamber: The Chinese Sexual Yoga Classics, Including Women's Solo Meditation Texts* (Albany, NY: State University of New Iorque Press, 1992), 9.[↵](#)
3. Sunyata Saraswati e Bodhi Avinasha, *Jewel in the Lotus: The Sexual Path to Higher Consciousness* (São Francisco: Kriya Jyoti Tantra Society, 1978), 180-81: "É só por meio da mulher que o homem pode se iluminar, pois ela é o princípio divino. Portanto, no Tantra, a energia feminina, simbolizada pela mãe divina, é adorada".[↵](#)
4. Veja Clement Egerton, *The Golden Lotus*, Trad. Lanling Xiaoxiaosheng (Londres, Tuttle, 2011).[↵](#)
5. Virginia Woolf, *A Room of One's Own* (Nova Iorque: Mariner Books, 1989), 18.[↵](#)
6. [Onlineslangdictionary.com/thesaurus/words+meaning+vulva+\('vagina'\),+female+genitalia.html](http://onlineslangdictionary.com/thesaurus/words+meaning+vulva+('vagina'),+female+genitalia.html).[↵](#)
7. [Blackchampagne.com/wordpress/](http://blackchampagne.com/wordpress/).[↵](#)





## *A vagina pornográfica*

*Houve provavelmente uns dias em que vi 300 vaginas antes de sair da cama.*

Músico de *rock* John Mayer, *Playboy*

**N**ão só a vagina perdeu um pouco de sua magia: os homens que estão envolvidos com ela estão perdendo um pouco de sua própria magia. Torna-se cada vez mais claro que uma infinidade de vaginas de plantão faz que alguns homens fiquem um pouco loucos, e não de uma maneira positiva; a pornografia, onipresente agora, parece reformatar o cérebro masculino.

Um problema crescente para a vagina, e para toda a vida da mulher que a possui, é que a pornografia afeta os homens neurologicamente, em detrimento deles. Há provas de que ela está também habituando muitos homens a ficar entediados com a “dança da deusa” — os muitos gestos e carícias que o sistema nervoso autônomo (SNA) das mulheres necessita —, e o resultado é que avançam rapidamente pulando vários passos para chegar até ela.

O sexo “comum” já não é estimulante o suficiente para muitos homens que são grandes usuários de pornografia. Então, há uma tendência para a penetração anal (frequentemente violenta) e o clímax anal como o “objetivo” da ação sexual.

Comecei a perceber em que problema sistêmico isso poderia estar se transformando quando dei palestras em dois diferentes *campi* universitários no espaço de poucos meses. Em uma faculdade liberal

do estado de Massachusetts, onde vale tudo, depois de uma discussão focada na cultura do sexo anônimo sob o efeito do álcool no *campus* universitário, coloquialmente chamado de “ficadas rápidas”, uma estudante de terapia na área da saúde, angustiada, levantou-se e perguntou-me o que eu poderia fazer para ajudá-la com um terrível problema que ela estava presenciando: o problema médico número um que as mulheres jovens apresentavam em sua clínica era, para meu espanto, fissuras anais.

“Fissura anal” é um eufemismo para o rasgo anal, um ferimento que as mulheres jovens podem sofrer devido ao sexo inábil, impessoal, inexperiente, às vezes inseguro, frequentemente sob o efeito do álcool que é comum em uma cultura de “ficadas rápidas”. Essas jovens haviam repetidamente dito à terapeuta que os rapazes no *campus* esperavam esse tipo de sexo por causa da pornografia e que elas se sentiam obrigadas a se dispor a fazê-lo assim, especialmente se quisessem que essa ficada se transformasse em um encontro ou relacionamento futuro.

No mês seguinte, fiz uma apresentação em uma universidade religiosa mórmon conservadora no Centro-Oeste. Outra estudante, terapeuta de saúde corporal, levantou-se e me perguntou o que eu poderia fazer para ajudá-la com o problema médico número um que as mulheres jovens apresentavam em sua clínica — fissuras anais. Naquele *campus*, havia forte pressão social para que as jovens preservassem sua virgindade até o casamento. Os rapazes estavam incitando as jovens ao sexo anal como uma maneira de transar, preservando ao mesmo tempo a “virgindade” das jovens.

Não estou estigmatizando o sexo anal entre adultos com consentimento mútuo e quando sabem o que estão fazendo (embora o rasgo pélvico de qualquer tipo não seja bom para a rede neural da mulher ou do homem). Mas existem cada vez mais provas substanciais de que a onipresença e a facilidade de acesso à pornografia contemporânea — que se afastou dos tipos de carícias e estimulação que excitam as mulheres — degradaram a vagina e valorizam a penetração violenta frequente; promovem o tipo de

amor que aumenta a insatisfação sexual e emocional das mulheres — insatisfação essa que vimos nas pesquisas nacionais de satisfação sexual dos anos 1997 e 2004. A exposição dos homens à pornografia (e, de forma crescente, a exposição das mulheres) tem aumentado em quantidades meteóricas de modo a ser quase que não mensuráveis desde o *Relatório Hite* sobre a sexualidade feminina. A satisfação sexual da mulher e a honestidade sexual sobre as necessidades femininas diminuíram. Poderia haver uma conexão?

Se, como sugere o estudo relatado acima no *Daily Mail*, em qualquer grupo de cem casais, 85% dos homens acham que sua parceira sexual atingiu o clímax — mas apenas 61% das mulheres na verdade atingiram —, será que a frequentemente bizarra representação pornográfica teatral da resposta sexual feminina poderia estar conduzindo muitos homens a interpretar mal suas próprias situações íntimas?

O perigo aqui não é apenas como o consumo da pornografia pelos homens pode afetar sua percepção dos sinais do desejo feminino, excitação e satisfação no ato sexual imediato. A pornografia também parece apresentar outro problema menos óbvio, embora grande para as mulheres heterossexuais também: a prova está no fato de que a masturbação crônica com a pornografia dessensibiliza sexualmente os homens de forma geral. Quando muitas mulheres reagem instintivamente contra o uso da pornografia por seus companheiros masculinos, elas podem se sentir irracionais — especialmente porque nossa cultura tem uma atitude em relação ao consumo da pornografia de “relaxe e goze”, ou “é inofensivo”, ou até mesmo “é positivo; apimenta sua vida sexual”. Mas, de fato, dados recentes mostram que exatamente o oposto acontece: a pornografia lesa a virilidade dos homens, e está confirmado que assistir a ela é potencialmente viciante para muitos homens que têm uma vulnerabilidade a esse tipo de resposta aditiva em geral.

Uma vagina heterossexual feliz requer, para afirmar o óbvio, um homem viril. Atualmente, a suposição geral é que o que acontece no cérebro do homem quando ele se masturba com a pornografia é de

sua própria conta e de mais ninguém. Mas, de fato, neurologicamente, o que acontece no cérebro masculino naquele momento pode, no final das contas, ter um efeito negativo em seu corpo e, assim, no corpo de sua parceira — e depois em seu cérebro também. As mulheres não estão erradas quando reagem instintivamente — frequentemente com ciúmes — contra o interesse de seus parceiros pela pornografia, pois ela é, na verdade, neurologicamente, um rival destrutivo da mulher, lutando pelas capacidades sexuais de seu homem. Quanto mais sintonizado com a pornografia um homem estiver, menor vigor sexual ele poderá ter, no final das contas, para ele mesmo ou para sua amante humana.

Em 2003, escrevi um ensaio chamado “O mito da pornografia” na revista *New Yorque* que apontou que os terapeutas e conselheiros de sexo estavam percebendo uma correlação entre o aumento do uso da pornografia dentre os rapazes e o aumento nos problemas de disfunção erétil e ejaculação retardada no mesmo grupo.<sup>[1]</sup> Esses rapazes que não tinham nenhum motivo orgânico ou psicológico para apresentar problemas de virilidade, conforme relataram seus médicos e terapeutas, estavam tendo problemas para manter ereções, tinham a ejaculação dificultada ou retardada. A hipótese dentre esses especialistas era que o uso intenso de pornografia estava progressivamente dessensibilizando esses homens sexualmente. A ciência por trás dessa evidência qualitativa não foi ainda completamente estabelecida.

Após a publicação desse artigo, fui inundada por *e-mails* angustiados — e angustiantes — de homens relatando que o que eu descrevera havia acontecido a eles. Estavam desesperados. Escreveram-me dizendo que, com o passar do tempo, eles sentiam a necessidade de cada vez mais assistir à pornografia para conseguir se excitar; sentiam cada vez menos o poder de escolha quanto ao seu uso ou não; e estavam enfrentando crescentes dificuldades sexuais na cama com suas namoradas ou esposas por quem haviam se sentido muito atraídos anteriormente. Esses homens eram uma amostra perfeitamente “normal” de pessoas sem aparentes

segundas intenções; não tinham nenhuma objeção ideológica ao uso da pornografia em geral e nem eram seus “defensores” — estavam simplesmente assustados e sofrendo. O que realmente me impressionou quanto aos seus *e-mails* foi o sentido inquietante que muitos tiveram da perda de escolha: eram frequentemente homens que estavam no controle perfeito da maior parte ou todas as outras áreas de sua vida e estavam escrevendo para mim porque se sentiam à mercê de algo acerca do qual se sentiam impotentes.

Desde que esse texto foi publicado, uma grande quantidade de novos dados tem se acumulado sobre o efeito da pornografia no sistema de recompensa do cérebro masculino, o que explica mais concretamente a infelicidade sexual autorrelatada desses homens e a perda de virilidade. Masturbar-se com a pornografia proporciona um forte impulso de dopamina de curto prazo no cérebro masculino, que, por uma ou duas horas depois, melhora o humor dos homens e os faz se sentir bem em geral. Esse efeito funciona ao longo do mesmo circuito neural, digamos, como os jogos de azar ou a cocaína. Mas, como os jogos de azar e o uso da cocaína podem acionar comportamento viciante, da mesma forma o uso da pornografia também pode quando se torna parte do que o dr. Jim Pfaus chama de “resposta do tipo TOC” (transtorno obsessivo-compulsivo) da masturbação crônica com a pornografia que os pesquisadores estão registrando como cada vez mais comum.<sup>[2]</sup> Pode parecer linguagem vitoriana, mas os pesquisadores do vício pornográfico masculino descrevem a “masturbação crônica do tipo TOC” com a pornografia como a situação em que os homens se sentem atraídos a se masturbar muitas vezes seguidas, ou finalmente perdem o interesse por outros aspectos de sua vida e se sentem incapazes de restringir sua necessidade de ver a pornografia no contexto da masturbação compulsiva.

O dr. Pfaus explica a neurociência do vício pornográfico:

A cada ejaculação, como com o orgasmo, você ativa um período refratário. Sofre os efeitos do opioide, serotonina e endocanabinoide. Isso produz êxtase, saciedade e sedação. A cada ejaculação sucessiva, para os masturbadores crônicos, a inibição se

torna mais forte — devido ao aumento da serotonina — tornando menos provável que esses homens consigam outra ereção e muito menos outra ejaculação. Para neutralizar isso, esses indivíduos necessitam de acesso aos estímulos que ativarão cada vez mais seu SNS. É por essa razão que as pessoas que se masturbam cronicamente com a pornografia se habituem ao material erótico e necessitam cada vez mais de imagens interessantes que ativem o SNS. A razão pela qual isso acontece a algumas pessoas e não a outras é a frequência do uso. É como fumar ou beber — o uso eventual é bom; mas o uso crônico, neurológico ou frequente pode viciar. E o vício é absolutamente sempre um risco do uso. O perigo aqui é “crônico” e é a natureza do distúrbio obsessivo-compulsivo da masturbação. Não é a pornografia por si só, mas seu uso na masturbação crônica ou obsessiva. O vício não é, na verdade, em pornografia, mas no orgasmo e na previsibilidade da recompensa. <sup>[3]</sup>

Acrescente a essa imagem o fato de que alguns homens (e mulheres) nascem com o que é chamado por aqueles que tratam o vício pornográfico de “buraco de dopamina”: seu cérebro não produz recompensa com a mesma eficiência que outros cérebros, assim, essas pessoas são muito mais propensas a se tornar mais facilmente viciadas em pornografia extrema (e outros estimulantes). Essa situação pode tornar alguns homens com essa vulnerabilidade impotentes ou levá-los a sofrer ejaculação retardada após a masturbação consistente com a pornografia. Mas, para outros homens, essa vulnerabilidade combinada com altos níveis de masturbação com pornografia pode afetar o controle do impulso sexual. Alguns homens desafortunados podem sofrer de *ambos* os problemas como resultado da desregulação de dopamina.

Tal como acontece com qualquer vício, é muito difícil, por razões neuroquímicas, que um viciado pare de fazer até mesmo as coisas mais destrutivas que lhe permitem obter a próxima recompensa. Um homem com processo de desregulação da dopamina, que se masturba cronicamente com pornografia, pode se tornar mais viciado em salas de bate-papo de sexo que outros homens, ou envolver-se em outros tipos de simulação sexual dos quais se envergonha e deseja controlar. Mas, muito mais sério, em termos do nosso foco aqui, a masturbação com pornografia pode levar os

homens em geral a desenvolver problemas sexuais “habituais” — a dessensibilização que leva a problemas de ereção ou sua manutenção, ou problemas com a ejaculação. Quanto maior a quantidade de vaginas com que o homem se masturba em um formato *on-line*, sem mediação, por meio do *mouse* do computador, tanto mais habituado ele se tornará a esse estímulo e tanto menos será capaz de se envolver no despertar lento da atenção sustentada e paciente da dança da deusa que o “orgasmo profundo” da mulher requer.

O biólogo Robert Sapolsky explicou a biologia do desejo e da saciedade em seu livro *Por que as zebras não têm úlceras*:

Explosões artificiais de experiência, sensações e prazer sintéticos evocam altos níveis artificiais de habituação. Isso tem duas consequências: primeiramente, logo quase não mais notamos os sussurros fugazes do prazer causados pelas folhas outonais, ou pelo olhar demorado da pessoa certa, ou pela promessa de recompensa que virá após uma tarefa longa, difícil e valiosa. A outra consequência é que, depois de um tempo, até mesmo nos habituamos a esses dilúvios de intensidade artificiais (...) Nossa tragédia é que apenas nos tornamos mais famintos.

Graças à maneira como nosso cérebro funciona, a excessiva estimulação crônica falha em satisfazer e pode deixar uma pessoa quase ávida [por mais níveis de estimulação]. Esse homem passaria a se perguntar automaticamente sobre cada mulher: “Será que ela se envolveria em...?”. Também, qualquer diferença entre sua realidade virtual e a física pode levantar dúvidas quanto ao seu parceiro/união, tornando-o estranhamente irritável e absorvido em si mesmo. Ele vai focar naquilo que seu relacionamento não oferece, e não no que ele oferece. E a insatisfação não necessariamente para por aí. Os humanos tendem a projetar tais sentimentos automaticamente em outros aspectos da vida também (...) Tristemente, a percepção distorcida que nasce da desregulação neuroquímica pode tornar uma pessoa extremamente resistente a compreender o que realmente a incita ou o que aliviaria seu sofrimento. Seu cérebro límbico o convence firmemente de que apenas a sua droga predileta vai proporcionar as sensações boas.

Pode levar um ou dois meses de desconforto para restaurar a percepção normal após a excessiva estimulação habitual. Mas, à medida que os sentimentos vorazes diminuem, é mais fácil encontrar satisfação em todos os aspectos da vida. <sup>[4]</sup>

Essa escalada da necessidade de estimulação para atingir o mesmo nível de excitação é a razão pela qual as tendências na pornografia são para imagens cada vez mais extremas. A luz relativamente suave e o ritmo não violento do filme *Emanuelle* para adultos dos anos 1980 deram lugar a *sites* pornográficos que satisfazem ao desejo por sexo bastante violento, ou o sexo com mulheres aparentemente muito jovens, ou situações incestuosas que antes eram consideradas bastante marginais ou fetichistas. Algumas dessas mudanças no conteúdo podem ocorrer porque nossa cultura é, em geral, mais sexualmente aberta e menos investida de julgamentos morais quanto à vida sexual dos indivíduos do que foi outrora; mas algo dessa escalada de imagens extremas também é, de acordo com a ciência, o resultado da dessensibilização geral dos usuários de pornografia. A natureza do TOC da masturbação crônica com a pornografia significa que a próxima vez que um usuário de pornografia vir aquela imagem que o excitou, ela não vai excitá-lo tanto. É por essa razão que as tendências da pornografia estão se tornando cada vez mais extremas com o passar do tempo — para, digamos, migrar da posição de sexo consensual tradicional para o estupro anal violento, ou para imagens que despertam o SNS por meio da quebra de tabus tais como o incesto ou a sexualização de menores.

Todos os anúncios de clubes de *striptease* rapidamente evoluíram na direção de imagens mais extremas. Em Manhattan, o clube masculino Private Eyes anuncia em placas colocadas nos tetos de táxis. Há alguns anos, o rosto das mulheres nesses anúncios simplesmente parecia provocante e sedutor. Há cerca de um ano, as mulheres passaram a olhar para a câmera com um olhar simplesmente amedrontado ou furioso, como se estivessem confrontando algum tipo de violação. Recentemente, notei que, sutil, mas certamente, em um anúncio do clube de *striptease* Private Eyes em um táxi amarelo nas ruas da cidade — ou seja, não em um *site* de fetiche ou escondido em uma publicação sórdida —, na maçã do rosto de uma linda moça havia agora uma única gota. Seria uma lágrima?



É comum condenar homens heterossexuais por seu interesse em olhar para mulheres que não são suas parceiras. Mas, de acordo com o *Sex at Dawn*, de Christopher Ryan e Cacilda Jethá, os homens têm que lidar com o “efeito Coolidge”, um fenômeno biológico pelo qual os homens podem responder sexualmente a uma nova parceira com grande excitação. (As mulheres têm um pico semelhante na excitação com um novo parceiro.) Tem sido demonstrado o efeito Coolidge em ratos machos; nada anima um rato macho mais prontamente que a introdução em sua gaiola de uma fêmea desconhecida. Nos humanos, como demonstrou também a dra. Helen Fisher em *Anatomia do amor*, a excitação erótica dispara quando um homem ou uma mulher faz sexo com um novo parceiro, mas essa excitação diminui com o passar do tempo.<sup>[5]</sup> (Poucas pessoas sabem que, se tudo estiver igual, os ratos machos escolhem a novidade, mas, se eles estiverem condicionados a associar um perfume com um bom sentimento pós-orgástico, escolherão suas parceiras pelo perfume que lhes é familiar — que estão associadas a esse bom sentimento em vez de uma “esposa” nova ou mais jovem.)

[6]

O problema para os homens contemporâneos é que o efeito novidade das novas parceiras não se desenvolveu em um ambiente em que centenas de milhares de mulheres nuas ou copulando surgiram a um sinal deles para se exhibir visualmente até que eles atingissem o orgasmo com a visão delas. Em vez disso, o cérebro masculino evoluiu em um contexto em que a visão de uma mulher nua ou copulando era extremamente rara, à qual normalmente se chegava de maneira árdua — tornando-se, assim, muito emocionante. Essa excitação e a resposta da dopamina estavam ligadas a fazer sexo de verdade com mulheres reais após toda uma corte que elevava os níveis de dopamina.

YourBrainOnPorn.com, que monitora a ciência do uso e vício em pornografia, apresenta evidências que confirmam que a pornografia tem o mesmo efeito no cérebro que a *junk food* tem no corpo, tudo isso confirmado no livro *Cupid's Poisoned Arrow*, de Marnia

Robinson, que administra o *site* junto com Gary Wilson.<sup>[7]</sup> Gary Wilson também apresentou um sumário da pesquisa sobre a pornografia e os problemas sexuais masculinos em uma TED conferência: "The Great Porn Experience". A ciência mostra que, com a ativação da dopamina e a liberação de opioides, os homens que usam pornografia estão se viciando cada vez mais nela.

Robinson escreve:

Como o psiquiatra Norman Doidge narra em *O cérebro que se transforma*, os adultos não fazem ideia da medida em que a pornografia remodela seu cérebro. Seus pacientes relatam crescente dificuldade de se excitar com suas parceiras sexuais, namoradas e esposas, embora eles ainda as considerem objetivamente atraentes. Eles tentam convencer suas amadas a atuar como estrelas pornô e estão cada vez mais interessados em "foder" em vez de "fazer amor". A humanidade está executando uma experiência maciça, descontrolada, e ainda não conhecemos os resultados. Entretanto, há indícios crescentes de que nada é de graça.<sup>[8]</sup>

Ao oferecer "amostras grátis" em abundância, os *sites* pornô intencionalmente procuram incitar essa resposta viciante, a fim de usá-la para aumentar os lucros. A tática é bem-sucedida: a indústria pornográfica agora é maior que a de filmes convencionais, CDs, livros e vídeos juntos (e as vendas de Viagra constituem uma indústria multimilionária em dólar por ano só nos EUA). A vagina pornográfica, de avanço rápido, produzida em massa está para a vagina real assim como os alimentos geneticamente modificados ou altamente processados estão para os alimentos orgânicos ou cultivados lentamente; e ela tem efeitos negativos paralelos nos consumidores.

Devemos lidar com o dilema do homem moderno — estimulado pelas indústrias de massa a ter uma relação viciante com a pornografia — com empatia em vez de hostilidade. Quase ninguém alertou os homens adequadamente sobre os problemas que podem ter com sua virilidade — e muito menos seu livre-arbítrio — uma vez que introduzem esse fluxo de imagem grátis e atraente em seu ambiente neurológico. Os homens que escreveram para mim sobre seu vício em pornografia e problemas de disfunção erétil não eram

monstros; eram homens que estavam sofrendo, eram maridos e namorados amorosos que odiavam a dor que estavam causando a suas parceiras e que estavam envergonhados do que então sentiam como sendo sua inadequação sexual. Depois que escrevi um novo artigo, em 2011, sobre o efeito viciante da pornografia no cérebro masculino, recebi vários *e-mails* de conselheiros do ensino médio e de escolas de período integral preocupados, pedindo-me mais informações sobre programas de reabilitação para a pornografia, pois estavam vendo cada vez mais jovens adolescentes do sexo masculino sofrendo de vícios em pornografia tão graves que, aos 16 ou 17 anos, estavam interferindo em outros aspectos da vida dos adolescentes, tais como escola, esportes e amizades.<sup>[9]</sup> Em uma faculdade na Virgínia, onde me apresentei em 2012, uma estudante afirmou que a maioria dos homens jovens que ela conhecia eram, em sua opinião, viciados em pornografia já no momento em que haviam se formado no ensino médio e que havia forte pressão sobre as mulheres jovens para aceitar essa situação como sendo “o novo normal”.

No Reuniting.info, um *site* que oferece aos usuários de pornografia preocupados ciência e informação para reabilitação, Marnia Robinson e Gary Wilson relatam, confirmando a análise de Robert Sapolsky, que os membros de sua comunidade descrevem mudanças “graduais” e “sutis” em sua percepção após o “desmame” do vício em pornografia. Eles notam que mudanças similares na percepção podem surgir, como a recuperação da função erétil, que eles chamam de “um sintoma muito tangível que cada vez mais os grandes consumidores de pornografia relatam desde que vídeos grátis da Internet se tornaram amplamente disponíveis, há cerca de cinco anos”.<sup>[10]</sup> Os autores procuraram comparar o testemunho dos usuários após vários meses de redução ou interrupção completa do uso de pornografia com relatos de homens que estavam usando a pornografia de maneira intensa, para ver se surgiu alguma diferença.

Após vários meses cumprindo etapas para se desabituarem do uso de pornografia, muitos dos homens que viram os mesmos vídeos

pornográficos que haviam despertado seu interesse no passado acharam que eram curiosamente decepcionantes ou até mesmo desagradáveis.

Um homem desligou seu navegador e observou sua própria reação emocional:

Agora, percebo que muito da pornografia a que tenho assistido ou não é muito emocionante, ou é basicamente exploração. Minha atitude está mudando. No passado, eu normalmente adiantava rapidamente qualquer sexo vaginal ou interações emocionalmente positivas para as partes de sexo anal. Também no passado, eu sentia forte ressentimento por minha esposa não querer imitar a pornografia. Mas, hoje, sinto remorso pela maneira como a tratei e gratidão por ela ainda parecer me amar incondicionalmente. Bem, não incondicionalmente, mas sim de modo não egoísta.

Outro viciado que está se reabilitando da masturbação com pornografia relata no *site*:

Até recentemente, eu acreditava que não podia fazer sexo o suficiente e que era infeliz porque me casei com uma mulher que prefere sexo no máximo uma vez em dias alternados e não se adapta à penetração indiscriminada em cada orifício. Mas, então, eu consegui ficar trinta e um dias sem assistir à pornografia, masturbando-me apenas minimamente, tentando apreciar genuinamente minha mulher por sua sexualidade em seus próprios termos, ativamente suprimindo a fantasia/impulsos obsessivos que progressivamente se insinuaram em minha personalidade na última década.

Após essa redução experimental de minha "expressão sexual", tornou-se evidente que a ênfase que nossa cultura coloca na (...) atividade sexual, que eu estava "livre" para desenvolver como um membro de nossa cultura, tem sido prejudicial para meu desenvolvimento emocional, meu casamento, minha atitude fundamental com as mulheres como categoria, e isso restringiu minha amplitude de experiência.

Ainda não calculei a quantidade de tempo que devotei à masturbação, à pornografia, à fantasia, projetando insatisfação sexual como insatisfação com a vida etc., mas provavelmente perdi anos. Ainda não estou livre da compulsão sexual, mas realmente sinto, pela primeira vez em provavelmente dezesseis anos, que minha vida ainda tem o potencial de oferecer experiências profundas, significativas, sem também incluir um

componente sexual hiperativo. Essa visão da liberdade da compulsão é completamente nova.

A fantasia e a insatisfação básica com minha vida sexual não voltaram com sua força habitual. Minha percepção de minha mulher está mudando também. Ela parece cada vez mais atraente. Isto só pode ser um desenvolvimento positivo!<sup>[11]</sup>

Adicione a tudo isto, ainda, outra complicação: os centros de agressão e desejo sexual no cérebro estão próximos um do outro. Muitas das mulheres que escreveram para mim ou que me confiaram sobre o uso de pornografia por seus namorados ou maridos estavam menos chateadas pela nudez das mulheres envolvidas que por sua degradação; elas não podiam acreditar que pessoas de sua própria espécie, parceiros carinhosos, gozavam assistindo a homens urinando em mulheres, ou degradando-as de outras maneiras. Quando os homens veem, com o passar do tempo, imagens que ligam o sexo à violência ou à degradação, podem se tornar cada vez mais despertados pela conexão do sexo à violência ou à degradação. Isso também pode ser verdadeiro para as mulheres. A vulnerabilidade a esse tipo de desregulação límbica não é um defeito moral existencial nos homens, como as escritoras feministas Catharine MacKinnon e Andrea Dworkin propuseram. Não é porque a maioria dos homens gosta, como regra geral, de ser violenta ou de degradar as mulheres na vida real. Muitos homens que estão nos *sites* das “comunidades de reabilitação”, tentando reduzir seu vício em pornografia com o apoio de outros homens solidários, nem mesmo gostam desse aspecto de sua vida masturbatória. O elo potencial entre o desejo sexual e a agressão é um aspecto do cérebro masculino que uma nova tecnologia está clinicamente manipulando, objetivando o lucro, à custa dos homens.

As mulheres heterossexuais estão se adaptando — com algum sacrifício de sua própria riqueza sexual — à ofensiva do ritmo pornográfico masculino no ambiente. Vimos como a masturbação com pornografia pode dessensibilizar os homens com relação à vagina. Mas será que dessensibiliza as mulheres com relação à sua própria vagina? Estudos recentes indicam que sim. A masturbação

feminina com a pornografia também *pode dessensibilizar as mulheres com relação à sua própria vagina*. As mulheres que entraram em contato comigo também relataram sua própria dessensibilização depois da masturbação com a pornografia. Como resultado, elas não respondem mais sexualmente às versões mais simples de imagens eróticas. Elas também precisam dar um *fast-forward* para chegar ao sexo *hard-core*, ou à parte mais violenta, para ficar excitadas como as mulheres costumavam ficar nos estudos da geração anterior, com cenas mostrando a nudez feminina, beijos, afagos, carícias nos genitais e assim por diante. A resposta sexual feminina está se adaptando ao ritmo pornográfico masculino — com os consequentes problemas da libido e da excitação nas mulheres sob estímulos sexuais menos intensos e em detrimento da sexualidade de ambos os gêneros e sentido de conexão.

Marnia Robinson enviou-me um comentário que uma leitora postou em sua última publicação do *Psychology Today* sobre disfunção erétil:

Tenho esse exato problema, com a exceção de que não tenho pênis.

Ao ler isso, percebi que é do que estou sofrendo. Eu não sabia que a pornografia era meu problema. Assisto à pornografia e sou viciada desde muito, muito jovem. Tenho apenas vinte e quatro anos, e minha vida amorosa é uma luta, na melhor das hipóteses. Meu marido entende um pouco, mas nunca pude realmente lhe dizer o que isso estava causando. Não lhe contei sobre meu vício. Começou de maneira normal, e minha sensibilidade ao toque diminuiu exponencialmente desde que comecei a assistir à pornografia. Além disso, como disse o artigo, a pornografia que eu via também aumentou na "cruza" das imagens. Eu costumava me excitar com a nudez e agora [estou] em um estágio no qual me preocupo com minha sanidade mental.

Tenho dificuldade de chegar a qualquer tipo de orgasmo sem estimulação clitoridiana e muita força de pensamento de minha parte. Tenho saudades de poder ter relações sexuais e sentir-me bem sem muito esforço.

Não assisto à pornografia há muito tempo e acabo de recomeçar, e o tempo de afastamento não aumentou minha libido, mas poderia explicar por que não a tenho.

Eu tinha uma libido extrema e mal podia controlá-la, agora nem mesmo gosto de ser tocada.

Penso que, em meu caso, renunciar à pornografia e aos auxílios visuais seria uma longa e difícil jornada. Sinto que levaria anos para minha sensibilidade voltar. Só me resta esperar! Obrigada por escrever isso e trazê-lo não só à minha atenção, mas também à de muitos outros!

Espero que as autoras entendam que as mulheres, juntamente com os homens, usam a pornografia para se masturbar. Aposto que as mulheres, em segredo, estão muito perto da quantidade e do nível de gravidade de seu uso pelos homens, e talvez seja por isso que muitas mulheres necessitem de algum tipo de estímulo para chegar a qualquer coisa. Os vibradores são o demônio, e vou me livrar do meu, com certeza.  
[\[12\]](#)

Isso pode não ser uma situação tão rara: de acordo com um estudo publicado no *Journal of Adolescent Research*, enquanto nove de cada dez rapazes dizem usar pornografia, um terço das mulheres jovens admite a mesma situação.  
[\[13\]](#)

Verifiquei com Pfaus os relatos que estava recebendo das mulheres, dizendo que o uso da pornografia e de vibradores parecia estar correlacionado à dessensibilização delas também. Ele observou que os vibradores dessensibilizam as mulheres com o passar do tempo devido a um fenômeno de habituação natural — o circuito da coluna vertebral se habitua aos mesmos estímulos repetidos. Então, na verdade, para as mulheres, as tecnologias de pornografia e dos vibradores não oferecem substitutos neurobiológicos de longo prazo a um amante atento e inventivo, ou à própria pessoa que seja inventiva, atenta e imaginativa. A tecnologia está criando seus próprios problemas.

Há mais maneiras negativas nas quais a pornografia intervém e distorce o sentimento das mulheres sobre sua própria vagina. Labioplastia — a reconstrução cirúrgica dos lábios vaginais — é uma nova indústria importante na cirurgia cosmética. A variação natural das dobras e do arranjo, e até mesmo da simetria, dos lábios vaginais internos e externos é bastante extensa entre as mulheres. É

muito comum que os lábios vaginais de uma mulher não se pareçam nem remotamente com as versões padronizadas dos que aparecem em revistas pornográficas e *sites*; conseqüentemente, muitas mulheres que são completamente normais acham que há algo muito incomum ou até mesmo uma deformação em seus lábios vaginais longos “demais”, complicados “demais” ou assimétricos “demais”.<sup>[14]</sup>

O dr. Basil Kocur, do Hospital Lenox Hill, defensor de seus próprios princípios e renomado especialista em problemas do assoalho pélvico, que faz as “verdadeiras” vaginoplastias, licenciadas, credenciadas e medicamente justificadas, para ajudar as mulheres a se recuperar do prolapso do assoalho pélvico (afrouxamento das paredes vaginais após o parto e na meia-idade, que pode envolver o prolapso de outros órgãos), explicou em uma entrevista que a cirurgia do assoalho pélvico é a onda do futuro na cirurgia: a população feminina está envelhecendo, e cada vez mais as mulheres querem reconquistar as sensações sexuais positivas da juventude e ter uma melhor função da região, que pode ser devolvida pelo aperto corretivo das paredes vaginais e suporte do assoalho pélvico. (Ele também alertou sobre o fato de que existem “açougueiros” não credenciados lá fora, explorando o desejo das mulheres por esse tipo de reconstrução.) Mas também observou que, nos últimos anos, às vezes, quando tem uma paciente com cirurgia de assoalho pélvico ou vaginoplastia marcada, ela lhe entrega uma página da revista *Penthouse* ou *Playboy* e pede uma labioplastia também, para “ficar assim” — sendo que não há nada errado com seus lábios vaginais. Ele acredita que a pornografia deu a muitas mulheres uma ideia irreal de como sua vulva deve parecer, porque os lábios vaginais perfeitos e simétricos das modelos pornô frequentemente foram cirurgicamente reconstruídos.<sup>[15]</sup>

#### ANALFABETISMO PORNOGRÁFICO E VAGINAL

Em minhas apresentações, quando elucido a distinção entre a pornografia viciante centrada no homem em oposição ao discurso



oriental e ao erotismo que provocam a dança da deusa, jovens moças e rapazes falam muito francamente sobre como a onda da pornografia à sua volta causou um curto-circuito em sua vida sexual e emocional. Parece claro, pelo que agora entendo sobre a importância do SNA feminino, que a pornografia pode causar um curto-circuito na resposta orgástica feminina também.

As mulheres jovens também são diretas, nessas conversas, sobre como a sexualidade feminina é retratada na pornografia — e como a própria vagina é retratada na pornografia — e tem exercido, em sua opinião, um efeito acentuadamente negativo sobre a compreensão do assunto vagina por parte de seus homens e sobre o que os jovens deveriam idealmente fazer para as mulheres do ponto de vista sexual. A pornografia está levando os homens a se tornar amantes mais pobres para as mulheres e, mais especificamente, treinando os jovens a tratar inadequadamente ou a ignorar a vagina.

Um grupo de mulheres jovens que conversei comigo, no que eu chamarei, para proteger identidades, de centro comunitário na Costa Oeste, foi até mais específico: “Eu fico tão brava”, disse Lisa, uma jovem adorável usando calça *skinny* e botas de motociclista. Estávamos tomando café em volta de uma mesa dobrável, e, enquanto falava, ela batia, cada vez com mais força, no café derramado sobre a mesa. Ela disse:

Eu tive um amante de quem gostei muito em todos os outros sentidos. Mas ele sempre queria fazer amor com o vídeo ligado e sempre avançava o vídeo direto para o clímax da relação. E eu só queria pegar o controle remoto dele e fazê-lo assistir a tudo — ou seja, inclusive as preliminares — ou até mesmo *desacelerá-lo*.

Fiquei surpresa por ela evitentemente não se importar que o vídeo ficasse em primeiro lugar. As mulheres mais jovens à mesa não reagiram com absolutamente nenhuma surpresa ao que Lisa estava dizendo. Eu, é claro, sendo duas gerações mais velha, fiquei estarrecida por Lisa sentir que o vídeo e seu *timing* mediavam o que ia acontecer a ela sexualmente, em vez de sua sexualidade se inflamar ou se distrair com o vídeo. Mas os comentários que tenho ouvido de muitas jovens mulheres (e rapazes) agora são que, de

fato, o vídeo pornográfico — seu *timing*, suas opções de atividades, suas posições — é o *script* dominante para o que se espera entre jovens amantes ocidentais contemporâneos. Agora, para os jovens, a luta pela pornografia e pelo controle remoto frequentemente é, na verdade, uma luta pelo comportamento sexual e pelo ritmo.

Ao mesmo tempo que nos dizem que vivemos em uma época de liberação sexual, isso pode apenas significar mais sexo, ou até mesmo só mais imagens de sexo — e não um sexo melhor e “mais livre”. Pois é bem provável que, de fato, a sofisticação dos conjuntos de habilidades e o nível de habilidade geral ensinados aos homens, de geração em geração, por sua cultura e seus pares, sobre como agradar às mulheres na cama tenham caído vertiginosamente desde a metade do século passado, quando se generalizou a pornografia pública e quando a educação sexual masculina passou de histórias de seus pares e suas próprias experiências com mulheres reais para o modelo apresentado na nova mídia de mercado de massa.

*Fanny Hill*, ou *Memórias de uma mulher de prazer*, de John Cleland, escrito e publicado como pornografia em 1748, está recheado da dança da deusa: foi claramente considerado um guia para os homens do século XVIII sobre como excitar as mulheres, e a vagina não podia ser descrita com mais apreço em ambas as vozes, masculinas e femininas:

Diz Fanny Hill ao descrever sua própria vagina:

Esse meu ponto que agora queima inflamou o centro de todos os meus sentidos (...) o cabelo ondulado que cobre sua fronte de deleite (...) os lábios poderosamente divididos desse canal sedento de prazer (...) uma parte minha tão vital (...) uma dobra tão rigorosa! Uma sucção tão feroz! (...) essa glutona delicada, minha boca de baixo.

Contemplando a vagina da amante, o narrador descreve:

Essa fenda de carne deliciosa (...) uma entrada úmida e convidativa (...) delicadamente macia e fazendo beicinho (...) Agora com a mais terna atenção a fim de não chocar, ou alarmá-la muito repentinamente, ele, gradualmente, roubou um pouco sua anágua (...) depois, ficou deitada exposta, para dizer mais corretamente,

exibindo o maior desfile na natureza dos encantos femininos. O conjunto todo (...) parecia deslumbrado, surpreso e encantado como qualquer um poderia estar (...) Belezas tão excessivas podiam tão somente desfrutar dos privilégios da novidade eterna (...) não! Nada na natureza pode ser de um corte mais bonito que o umbral escuro do macio musgo primaveril que a domina (...) um calor comovente, um final terno, além da expressão das palavras (...) com uma mão ele suavemente revelou os lábios daquela deliciosa boca da natureza (...) o macio laboratório do amor (...) ele acordou, despertou e tocou-lhe assim o coração (...) até as picadas furiosas do prazer, subindo em direção ao ponto, deixou-a selvagem com suas sensações insuportáveis (...) deitada, perdendo-se no doce transporte. [16]

O erotismo do século XVIII e do início da era vitoriana — que era equivalente à pornografia em seus dias, concebida para os homens, sem pretensões morais ou literárias, com o propósito de excitá-los para o orgasmo — é impressionante em termos do quanto da dança da deusa encontra-se dentro dele. Mesmo tendo a vagina sido degradada no discurso público, no erotismo privado consumido pelos homens ela ainda estava recebendo muita atenção positiva. As mulheres, nesses romances ilícitos publicados anonimamente, são continuamente beijadas profundamente, sensualmente afagadas, apaixonadamente acariciadas e ameigadas; seus seios e mamilos são admirados; sua vulva, tocada e penetrada manualmente, beijada e lambida; é vista e descrita em tons de admiração; sua própria excitação é observada cuidadosamente; e seu próprio clímax, descrito com grande delicadeza e atenção. Aproximadamente um terço da descrição da atividade sexual em geral consiste na atenção à dança da deusa, e o ritmo não classifica essa atenção como sendo parte do temido conceito das “preliminares”, mas como uma parte sensual, mais demorada e deliciosa do banquete sexual propriamente dito. Cleland escreve que os homens deveriam tratar as amadas com

mil pequenas e ternas atenções, presentes, carinhos, confidências e esgotá-las com invenção (...) que modos, que refinamentos de prazer aos quais eles não têm recurso (...) Quando, durante a provocação, se preocupam (acariciando), manipulando, em passatempos luxuriantes, movimentos lascivos (...) acendem uma chama no objeto de sua paixão.

Só então podem os homens buscar sua própria satisfação. E a voz feminina desse mesmo livro confirma essa atenção à excitação feminina: “Beijar-me em todos os lugares, o mais secreto e crítico, tão longe de ser o esperado (...) seus toques eram tão requintadamente (...) libertinos, distribuídos com opulência, e, penetrando às vezes, ele me fez perfeitamente esbravejar em explosões de fogo do prazer”.<sup>[17]</sup> Mas, nos *sites* PonHub ou Porn.com, há pouco desse tipo de toque que, 260 anos antes da “revolução sexual”, levou Fanny Hill a “perfeitamente esbravejar em explosões de fogo do prazer”.

Os revolucionários sexuais da década de 1960, incluindo defensores de materiais “adultos”, tais como Hugh Hefner e Al Goldstein, representaram para nós a pornografia como um grande radicalizador social. Mas uma nação de pessoas que se masturbam olhando telas em vez de se olhar — que estão consumindo sexo como qualquer outro produto e que estão reformatando seu cérebro para achar cada vez menos abandono e alegria nos braços uns dos outros e para se ligar cada vez mais aos *pixels* — é uma população subjugada e não liberada.

Não é de se estranhar que o capitalismo corporativo avançado, que na verdade não libera nem os homens nem as mulheres, goste tanto de pornografia, permitindo que ela colonize o espaço público. Imagens de nudez virtual que teriam sido consideradas adequadas para a *Playboy* na década de 1980 são agora cinco andares de anúncios da Calvin Klein na Times Square. Cenas sexuais bastante gráficas não são omitidas em filmes para adultos exibidos em voos nos quais as crianças estão sentadas, e a pornografia é visível para crianças que passam por bancas de jornais. Filtros de Internet são difíceis para os pais entenderem e instalarem. A pornografia, assim, invade a imaginação das crianças e penetra sistematicamente o entretenimento popular. Os pais não são, na verdade, livres para inculcar um modelo de sexo na educação de seus filhos que não seja esse modelo, que é mais gráfico e chegou lá primeiro. Há muito dinheiro em jogo, mas parte da razão pela qual quase não houve nenhuma reação contra a colonização do espaço público pela

pornografia — mesmo que até os anos 1960 debates comunitários ativos estabelecessem limites aos materiais obscenos — é que o vício pornográfico serve amplamente ao *status quo*. A pornografia põe as pessoas para dormir, conceitual e politicamente, bem como eroticamente.

Os conservadores sociais sempre temeram um despertar sexual real porque a vitalidade erótica tem o poder de conduzir as pessoas a outros tipos de resistência às normas sufocantes e às rígidas opressões políticas, sociais e de classe. Eros sempre teve o potencial de verdadeiramente excitar as pessoas, espiritual e política, assim como fisicamente. A pornografia é, na verdade, uma droga, mas é um tipo de droga que diminui a individualidade, a imaginação e o prazer em vez de liberá-lo. O resultado é que a pornografia, no final das contas, tira a sensualidade do sexo dando lugar à selvageria.

Os “revolucionários” sexuais dos anos 1960 rotularam a pornografia como sendo um grande liberador da libido — um supressor de repressão, um grande desmistificador da “vergonha” da sexualidade. Mas — na maior dentre as grandes ironias — estamos descobrindo que, com o passar do tempo, a pornografia diminui, em vez de aumentar, a libido; seu efeito no falo é, em última análise, castrador e depressivo; seu efeito na vagina provoca um curto-circuito do intenso potencial erótico — o que significa, também, o intenso potencial criativo — inerente a toda mulher.

- 
1. Naomi Wolf, “The Porn Myth”, New Iorque Magazine, 20 de outubro de 2003, [nymag.com/nymetro/news/trends/n\\_9437](http://nymag.com/nymetro/news/trends/n_9437).<sup>↵</sup>
  2. Dr. Jim Pfaus, entrevista, 29-30 de janeiro de 2012.<sup>↵</sup>
  3. *Ib.*<sup>↵</sup>
  4. Veja Robert Sapolsky, *Why Zebras Don't Get Ulcers: An Updated Guide to Stress, Stress-Related Diseases, and Coping* (Nova Iorque: W. H. Freeman, 1998). [Edição brasileira: *Por que as zebras não têm úlceras*; São Paulo, W11 Editores, 2011.].<sup>↵</sup>

5. Dra. Helen Fisher, *The Anatomy of Love: A Natural History of Mating, Marriage and Why We Stray* (Nova Iorque: Ballantine Books, 1992), 182-84. [↵](#)
6. Dr. Jim Pfaus, entrevista, Montreal, Quebec, 29-30 de janeiro de 2012. [↵](#)
7. Marnia Robinson, *Cupid's Poisoned Arrow: From Habit to Harmony in Sexual Relationships* (Berkeley, CA: North Atlantic Books, 2009), 133-66. [↵](#)
8. *Ib.*, 137-66. Para mais informações sobre vício em pornografia, veja J. M. Bostwick e J. A. Bucci, "Internet Sex Addiction Treated with Naltrexone", *Mayo Clinic Proceedings* 83, n. 2 (fevereiro de 2008): 226-30. Veja também Marnia Robinson e Gary Wilson, "Santorum, Porn and Addiction Neuroscience", *Psychology Today*, 26 de março de 2012, [www.psychologytoday.com/blog/cupids\\_poisoned\\_arrow/201203/santorum-porn-and-addiction-neuroscience](http://www.psychologytoday.com/blog/cupids_poisoned_arrow/201203/santorum-porn-and-addiction-neuroscience). [↵](#)
9. Naomi Wolf, "Is Pornography Driving Men Crazy?" *Project Syndicate*, 13 de junho de 2011, [www.project-syndicate.org/commentary/is-pornography-driving-men-crazy](http://www.project-syndicate.org/commentary/is-pornography-driving-men-crazy). [↵](#)
10. [Reuniting.info/science/articles/sexual\\_neurochemistry#reward](http://Reuniting.info/science/articles/sexual_neurochemistry#reward). [↵](#)
11. *Ib.* [↵](#)
12. [www.psychologytoday.com/blog/cupids-poisoned-arrow/201107/porn-induced-sexual-dysfunction-is-growing-problem](http://www.psychologytoday.com/blog/cupids-poisoned-arrow/201107/porn-induced-sexual-dysfunction-is-growing-problem). [↵](#)
13. Jason S. Carroll e outros, "Generation XXX: Pornography Acceptance and Use Among Emerging Adults", *Journal of Adolescent Research* 23, n. 1 (janeiro de 2008): 6-30. [↵](#)
14. No Reino Unido, o número de labioplastias realizadas no Serviço Nacional de Saúde aumentou em 70% em 2009. <http://www.guardian.co.uk/lifeandstyle/2009/nov/20/cosmetic-vulva-surgery>. [↵](#)
15. Dr. Basil Kocur, entrevista, Nova Iorque, 26 de fevereiro de 2011. [↵](#)
16. John Cleland, *Memoirs of a Woman of Pleasure* (Oxford: Oxford University Press, 2008), 116-17. [↵](#)
17. *Ib.*, 139. [↵](#)



*A dança da deusa*



## *"O ser amado sou eu"*

*Sentada sob um lótus, com um lótus nas mãos, é Lakshmi, a deusa (...) trazida em carruagens a deusa surge (...)*

Devi Kavacham, escritura sagrada hindu

*Como responder-te, la plus belle Katherine du Monde, mon tres cher et divin deesse?*

William Shakespeare, *Henrique V*

**V**oltemos aos anos 1970, quando o feminismo de Betty Dodson e Shere Hite e a oportunidade de mercado explorada por Hugh Hefner e seus colegas pornógrafos nas décadas seguintes "estabeleceram" nosso modelo ocidental de sexualidade feminina.

Esse modelo da vulva e vagina feministas — agregado posteriormente à sua elaboração pornográfica — foi o utilizado na formação das mulheres de minha geração. A vagina e a vulva foram principalmente entendidas como mediadoras do prazer sexual. O que importava era a técnica — as técnicas de masturbação da própria mulher e as habilidades que ela ensinava a seu parceiro. Tanto as feministas quanto os pornógrafos definiram a vagina e a vulva em termos de mecânica para se chegar ao orgasmo.

Porém, embora a técnica seja importante, esse modelo deixa de fora boa parte do "significado" da vagina e da vulva. Deixa de lado as ligações que a vagina tem com a espiritualidade e a poesia, a arte



e o misticismo e o contexto de uma relação na qual o orgasmo pode ou não ocorrer. Certamente ignora a grande questão da qualidade da relação da mulher que se masturba *com ela mesma*.

O modelo Dodson da mulher independente ajudou bastante, mas também causou alguns problemas. O lado bom é que o feminismo daquela era teve que desbancar a ideia de que o despertar sexual de uma mulher heterossexual dependia de um homem. O lado ruim é que aquele feminismo dessa era acabou definitivamente com a ideia de que o despertar sexual de uma mulher heterossexual depende de um homem. “Uma mulher precisa de um homem, assim como um peixe precisa de uma bicicleta”, dizia um adesivo feminista dos anos 1970. O modelo feminista de sexualidade — que mulheres héteros podem foder como homens ou se virar com um ótimo vibrador sem nenhuma outra atenção dada ao amor-próprio e ser simplesmente instrumentalistas em relação a seu prazer — acabou criando uma nova gama de ideais impossíveis, imposta, na melhor das intenções, às mulheres “livres”. O feminismo evitou a questão mais complicada de todas: como ser uma mulher heterossexual livre e aceitar a forte necessidade física da conexão com um homem. Do jeito como a natureza pensou as coisas, idealmente nós temos um parceiro para dançar. Se não tivermos um parceiro, temos que dedicar mais amor a nós mesmas como forma de autocuidado. A simples declaração de que a dança mudou não resolve o dilema existencial das mulheres héteros, a tensão entre nossa necessidade de dependência e nossa necessidade por independência.

O problema com esse modelo de sexualidade feminina é que ele reafirma uma tendência cultural fragmentada e comercializada de ver as pessoas, incluindo as “mulheres sexualmente livres”, como unidades isoladas e narcisistas e de ver o prazer como algo que se adquire da mesma forma que se compra um sapato novo, em vez de como uma forma de profunda intimidade com o outro, ou consigo mesmo; ou como um portal para uma dimensão superior e mais imaginativa que inclui e afeta todos os aspectos da vida da pessoa.

Dados recentes coletados em 2009 pelo sociólogo Marcus Buckingham, derivados de pesquisas realizadas em vários países, mostram que a mulher ocidental apresenta níveis cada vez mais baixos de felicidade e satisfação, mesmo com o aumento de sua liberdade e de suas opções, em relação aos homens.<sup>[1]</sup> Tanto feministas quanto antifeministas tentaram encontrar respostas para essa tendência amplamente difundida: as feministas tentaram argumentar que isso é culpa da desigualdade, das diferenças de salário nos locais de trabalho e da “segunda jornada” no lar — mas as pesquisas foram ajustadas para levar em conta a discriminação de gênero. Os antifeministas obviamente argumentaram que isso é culpa do feminismo, que faz que as mulheres busquem a realização em esferas profissionais, o que não faz parte da natureza delas.

Acredito que seja completamente possível, a julgar pela enorme quantidade de dados que temos visto sobre as necessidades psicológicas das mulheres (necessidades essas que, no geral, não estão sendo atendidas), que elas estejam dizendo que estão insatisfeitas porque os “modelos disponíveis de sexualidade” — os modelos pós-Dodson, pós-Hefner, pós-pornô, casada, dois empregos, atarefada, ou jovem e solteira bêbada com um estranho em um bar ou em um quarto de república — são, em longo prazo, fisicamente insustentáveis. Esses modelos de sexualidade feminina — deixados para nós por uma combinação de pressões que vão desde o desenvolvimento incompleto do feminismo nos anos 1970, de um mercado que gosta de nos ver sobrecarregadas e dessexualizadas, até a aceleração do ritmo sexual estabelecida pela pornografia — condenam as mulheres à dor emocional provocada pela dor fisiológica. Esses modelos de sexualidade feminina são simplesmente insatisfatórios física, emocional e existencialmente. (Esse modelo de sexo também pode prejudicar os homens heterossexuais ocidentais de outras formas, algo que merece seu próprio livro.)

Agora que sabemos que a vagina é a porta para a felicidade e criatividade da mulher, podemos criar e nos dedicar a um modelo

totalmente diferente de sexualidade feminina, que a estime e valorize. É aí que entra o modelo da deusa, um que se concentra na dança da deusa — um conjunto de comportamentos e práticas que devem preceder e acompanhar o ato sexual. Porém, onde é possível encontrar o modelo da deusa no mundo contemporâneo?

Minha busca para encontrar um modelo funcional da deusa me levou primeiramente ao passado, às diferenças históricas entre as atitudes ocidentais e orientais em relação à sexualidade feminina. É claro que as mulheres são subjugadas no Oriente assim como no Ocidente, porém, em duas culturas em particular — na Índia dos tântricos, cerca de 1.500 anos atrás, e na dinastia Han, cerca de mil anos atrás —, as mulheres foram, por algum tempo, elevadas a outro nível e gozaram de uma relativa liberdade. Essas duas culturas viam a vagina como provedora de vida e sagrada, e, como destaquei, acreditavam que o equilíbrio e a saúde dos homens dependiam da excelência com que tratavam a vagina — e a mulher. Ambas as culturas parecem ter compreendido aspectos da resposta sexual feminina a que a ciência ocidental só está chegando agora.

Tantra é uma palavra que vem do sânscrito e pode ser traduzida como doutrina. Surgiu na Índia medieval. O Tantra vê o universo como uma manifestação da consciência divina em um estado de brincadeira divertida, expresso por meio do equilíbrio das energias feminina e masculina: *Shakti* e *Shiva*. Desenvolveu-se um braço do Tantra que usou a sexualidade como caminho para a realização do Divino. No Tantra, a vagina é o assento do Divino, e o fluido ( *kuladravya* ) ou néctar ( *kulamrita* ) originados nos céus.

Do século II depois de Cristo até o século XVIII, foram desenvolvidas na China uma tradição taoísta de práticas sexuais semelhantes e uma filosofia sexual relacionada. No Tao, a vagina também era vista como divina e uma fonte de vida. Encorajavam-se os homens a levar a mulher ao orgasmo com grande cuidado e habilidade, para que se beneficiassem das essências energéticas do *yin*. O pênis era visto como um receptor da longa vida concedida pelos fluidos vaginais femininos. Os homens recebiam treinamento

com base nos textos clássicos do ioga sexual (“a educação do pênis”) para garantir que satisfizessem a suas mulheres e concubinas sexualmente com longas preliminares e a penetração cuidadosamente ritmada, já que a harmonia pessoal e cósmica, juntamente com a prole saudável, eram vistas como dependentes do êxtase sexual feminino.

Como o historiador Douglas Wile descreve em seu livro *Art of the Bedchamber: The Chinese Sexual Yoga Classics*, “no mínimo, o homem deve retardar seu clímax para se ajustar à diferença no tempo de excitação entre ‘fogo e água’ para garantir a plena satisfação da mulher”. Wile elucida a filosofia taoísta ainda mais:

Diz-se que a mulher ama a lentidão (*hsu*) e a duração (*chiu*), detesta a pressa (*chi*) e a violência (*pao*) (...) A mulher expressa seus desejos por meio dos sons (*yin*), movimentos (*tung*) e sinais (*cheng* ou *tao*). Em suas respostas sexuais, ela é comparada ao elemento água, “demora a aquecer e demora a esfriar” (...) Longas preliminares são uma pré-condição fundamental para o orgasmo.<sup>[2]</sup>

Os textos taoístas sobre sexo asseguram que a intensidade sexual feminina é maior que a de seu parceiro do sexo masculino, e, portanto, foi necessário que os homens tivessem um treinamento sexual para harmonizar essas desarmonias inatas. As técnicas ensinadas cultivaram o controle sexual masculino e a crença em um “fluido de jade” produzido pela mulher que proporcionava saúde.

Os textos taoístas sobre sexo acreditam que as mulheres liberem fluidos medicinais de diferentes partes do corpo, inclusive debaixo da língua, dos seios e da vagina. O objetivo do homem, pelo bem de sua saúde, era provocar a liberação desses fluidos preciosos: o texto sagrado taoísta *The Great Medicine of the Three Peaks* explica que o seio feminino fornece “suco de jade”, que, ao ser sugado pelo homem, nutre seu baço e sua medula espinhal. Ao sugar os mamilos, ele também abre “todos os meridianos femininos” e “relaxa a mente e o corpo da mulher”. Essa ação penetra o “poço florido” e estimula o “portal misterioso” inferior, fazendo que os fluidos do corpo e o *chi* (energia) transbordem. “Dos três objetivos de absorção”, escreve o autor, “essa é sua primeira tarefa.” Quando a

relação sexual ocorre, as emoções da mulher são voluptuosas, seu rosto enrubesce e sua voz se torna trêmula. Nesse momento, seu “portal” se abre, seu *chi* é liberado e as secreções fluem. Se o homem empunhar sua “haste de jade” alguns centímetros e assumir a postura de “dar e receber”, ele, então, estará aceitando o *chi* e absorvendo as secreções dela, fortalecendo assim seu próprio “*yang* primário” e nutrindo seu espírito.<sup>[3]</sup>

Esses termos, tão estranhos à nossa cultura, merecem atenção. Uma mulher que pensa em sua vagina e sexualidade dessa forma — na qual a essência que flui de sua vagina durante o sexo oral é considerada uma fonte de saúde ao parceiro; na qual o parceiro aprendeu que seu primeiro dever é relaxar o corpo e a mente da mulher antes de fazer amor com ela — estaria livre das pressões que muitas mulheres ocidentais sofrem quando recebem atenção sexual, que vão desde a ansiedade pela demora de chegar ao orgasmo até a culpa por seu egoísmo sexual. E esse relaxamento, como já vimos inúmeras vezes, é a chave para a abertura sexual da mulher.

O islamismo, que o Ocidente considera repressor para as mulheres, possui uma rica tradição de literatura erótica e de cuidadosa atenção à vagina: o clássico erótico do século XVI *The Perfumed Garden* relata pelo menos vinte tipos diferentes de vaginas: *El addad* é a “amarga”; *El aride*, “a grande”; *El cheukk* significa “a fenda”, ou “a dura *yoni* de uma mulher muito magra” sem “nenhum vestígio de carne”; *El hacene* é “a bela”, ou uma vagina “que é branca, firme e arredondada, sem nenhuma deformidade” e “abobadada como uma cúpula”. *El hezzaz*, ou “a incansável”, é a vagina “em constante movimento de uma mulher sedenta por atividade sexual”. *El merour*, ou “a profunda”, “sempre tem a boca aberta”. *El neuffakh* é “a inchada”. *El relmoune* é a vagina de uma virgem que tem sua primeira relação sexual. *El taleb*, ou “a ansiosa”, significa a vagina de “uma mulher que ficou em abstinência por muito tempo ou que naturalmente precisa de mais sexo que seu parceiro”. *El keuss*, ou “a vulva”, é “normalmente usado para o órgão macio, sedutor, perfeito” e de odor agradável de uma jovem mulher; arredondado “em todas as direções, com longos

lábios e uma grande fenda”. Nessa cultura, quando se sonhava com a vulva de uma mulher, isso era um bom presságio: *The Perfumed Garden* diz que a pessoa que sonhar ter visto a vulva, *feurdj*, de uma mulher, saberá que,

se ele estiver com problemas, Deus o libertará; se estiver confuso, logo a situação será esclarecida; e, por fim, se estiver pobre, logo se tornará rico.

Considera-se um sinal de sorte sonhar com uma vulva aberta (...) Se a vulva estiver aberta de forma que ele possa ver dentro dela, ou mesmo que esteja escondida, mas ainda assim seja possível penetrá-la, ele conseguirá cumprir com sucesso as tarefas mais difíceis mesmo depois de ter fracassado a princípio, e isso ocorrerá em um curto período de tempo, com a ajuda de uma pessoa inesperada.

No geral, ver uma vulva nos sonhos é um bom sinal; assim como é um bom agouro sonhar com o coito, e aquele que se vê no ato e o termina com a ejaculação terá sucesso em todos os seus feitos.<sup>[4]</sup>

Apesar de nem todos esses termos serem poéticos ou positivos, esse panorama cultural diferente em torno da vagina mostra um direcionamento não ocidental de níveis elaborados de atenção cultural masculina às sutilezas e à estética da vagina de diferentes mulheres, seus humores, seus apetites variados e suas relações com a vida da mulher em questão; e uma conscientização nada ocidental de que a vagina é pluralística, individualista e possui desejos e intenções próprios.

Depois de perceber como a mulher ocidental ainda sofre sexualmente, de acordo com os dados disponíveis, mesmo depois da “revolução sexual” e depois de aprender com minha pesquisa mais sobre como o Tantra e as tradições taoístas veem a vagina de uma forma tão diferente do Ocidente, eu me convenci de que o Tantra responde a algumas questões em relação a como a sexualidade feminina pode ser mais bem compreendida, especialmente em relação à ligação do cérebro com a vagina. Cada vez mais, muitos estudos — tanto históricos quanto neurobiológicos — apontam a centralidade do “ponto G” — ou “ponto sagrado” em termos tântricos — na mediação da relação entre a sexualidade e a

consciência feminina. No Tantra, entender o “ponto sagrado” é fundamental para entender a natureza da deusa, que é vista como uma parte inata de toda mulher.

Sendo assim, a fim de encontrar um tesouro tântrico de sabedoria, fui até um dos mais conhecidos e conceituados *workshop* tântricos que aborda especificamente a “massagem do ponto sagrado”. O *workshop* de dois dias é ministrado por Charles Muir — cuja voz metálica ecoou na mente de todos aqueles universitários na biblioteca da faculdade — juntamente com sua ex-mulher, Caroline Muir (divorciados amigavelmente). O casal realiza o *workshop* da “massagem do ponto sagrado” há vinte e cinco anos.

Confesso que, antes de participar do *workshop* dos Muir, considerava o Tantra intimidador. Antes de conhecê-lo melhor, quaisquer tesouros que ele pudesse guardar pareciam obscuros perto de toda aquela ladainha esotérica praticada por pessoas com excesso de pelos faciais. Eu não tinha dúvida de que aprenderia coisas interessantes e úteis, mas, para mim, uma mulher ocidental muito ocupada, o Tantra era uma *complicação* distante e trabalhosa, que envolvia não só meu conhecimento sobre toda uma nova gama de abordagens, como o envolvimento de meu também muito ocupado parceiro. Será que eu poderia absorver a base do que o Tantra ensinava sobre a sexualidade feminina — e passar adiante de uma forma acessível para mulheres que não queriam adotar um novo modo de vida que consumisse ainda mais tempo?

---

No final de semana em que participei do *workshop*, ele foi oferecido em um grande hotel em Midtown, que, apesar de ainda ser elegante, já teve dias melhores. Durante todo o final de semana, os quarenta participantes, homens e mulheres, aprenderiam habilidades tântricas voltadas para o bem-estar da mulher. No sábado à noite, após um dia de conversas e instruções, a mulher caminhou entre os participantes reunidos para escolher o homem (ou homens) que lhe faria a “massagem no ponto sagrado” naquela

noite em um quarto privado do hotel. A massagem seria feita de acordo com cuidadosas instruções dadas em um seminário só para os homens, ministrado por Charles Muir. O tema do seminário? A massagem do ponto sagrado coloca a mulher em primeiro lugar.

Pareceu claro na discussão que levou à ação em si que esse modelo — o homem tântrico completamente focado em liberar as energias sexuais e emocionais da mulher, em todas as suas variações e extravagâncias, e em fazer que a mulher simplesmente receba esse cuidado sem se preocupar com a reciprocidade — foi o fator aparentemente transformador para todos os participantes envolvidos. As pessoas que passaram pelo treinamento descreveram essa experiência, de uma maneira nada fetichista, como tendo mudado sua vida em aspectos muito além dos “meramente” sexuais. Isso parece ter confirmado o que eu já sabia sobre as necessidades neurofisiológicas femininas.

No começo da tarde do sábado, eu me juntei a um grupo de participantes do *workshop* para almoçar em um restaurante vegetariano indiano próximo ao hotel. Fiquei olhando aquela reunião de homens e mulheres, a maioria entre trinta e cinquenta anos, conversando atentamente. Um brilho de erotismo emanava da mesa como o vislumbre de uma miragem ao sol. Olhei para aquele cenário, com sua atmosfera altamente excitante, e tentei descobrir o que ele tinha de tão diferente. Daí, minha ficha caiu: todos os homens olhavam diretamente nos olhos das mulheres e davam a impressão de estar dando a elas atenção exclusiva.

Notei ainda outra coisa: enquanto todas as mulheres eram convencionalmente atraentes, muitos dos homens não eram, mas, mesmo assim, eles hipnotizavam as mulheres. Será que homens com algum tipo de desvantagem física no jogo da sedução eram atraídos a finais de semana e práticas como essas para que pudessem adquirir habilidades extras? Não pude deixar de notar que os homens que não eram convencionalmente atraentes pareciam se aproximar das mulheres, não importa o quão convencionalmente atraente elas fossem, com um raro tipo de confiança — não



arrogância, mas um tipo de certeza de seu próprio valor para uma mulher. Homens altos e com cara de *nerd*, com canetas presas no bolso da camisa, olhavam com confiança nos olhos de mulheres magras e sofisticadas; homens mais velhos e grisalhos olhavam nos olhos de mulheres de todas as idades; homens de todas as formas, tamanhos e condições físicas eram extremamente atenciosos com as mulheres e tranquilamente seguros, de forma que, independentemente de serem ou não dotados dessa qualidade por natureza, pareciam ser excepcionalmente charmosos. Pensei: incrível o que o conhecimento de uma massagem no ponto sagrado pode fazer pelo nível de confiança de um cara.

Comecei a conversar com um modesto empresário australiano de cabelos castanhos, casado com uma belga. Ele havia viajado meio mundo para participar do evento: explicou que sua esposa, após vinte e quatro anos de casados, confessou não sentir mais desejo por ele; ela estava tardiamente entrando em contato com sua própria sexualidade e se deu conta de algo catastrófico — ela havia, de alguma forma, secado. Fiquei surpresa com a maneira sincera do homem de encarar o problema do casal.

“Como eu amo minha companheira”, disse ele, “sempre esperei que as coisas melhorassem. Foi muito doloroso. Essa caminhada tem tido várias etapas.” Para não perder seu casamento, esse homem estava ali, no *workshop* da massagem do ponto sagrado, para aprender algo que pudesse reacender a chama do casal.

Ele disse que o Tantra já estava ajudando o casal. “Começamos com o toque da cura — uma massagem não sexual”, confidenciou ele, surpreendentemente disposto a compartilhar suas descobertas e não hesitando quando peguei meu bloquinho amarelo e minha caneta. “É uma forma de conexão sem expectativas ou sem a obrigação do ato, do sexo. O dar e receber de um toque não sexual é tão poderoso”, explicou ele. A abordagem tântrica da massagem não sexual o ajudou a “ser mais amigo de sua esposa”. Segundo ele, o casamento deles se tornou

uma ilusão — não era real em relação ao amor íntimo. Estávamos tão ocupados com a família e com a criação dos filhos — atendendo às expectativas do mundo à nossa volta. Eu era sempre o doador caloroso; e ela, sempre fria. É ótimo que [a prática tântrica] finalmente permitiu que ela recebesse, sexualmente e em outros aspectos. Estou aqui porque quero saber mais sobre a arte do amor: quero aprender essa habilidade. Como garotos e homens, somos ensinados a ejacular em vez de aproveitar o momento. Somos ensinados que frequência é tudo. A ideia de querer criar momentos íntimos fica em último lugar, quando na verdade é o que deveríamos realmente buscar.

Outro homem que entrevistei reiterou seu desejo por intimidade não sexual, um desejo que constituía a base de sua abordagem tântrica. Começamos a conversar depois que percebi que ele estava sorrindo maliciosamente para mim — ele era totalmente careca, um tanto atarracado e, no geral, charmosamente inofensivo. Cruzei meus braços, identifiquei-me como jornalista — o anafrodisíaco universal — e perguntei o que o levou àquele final de semana.

Ele abriu um sorriso maior ainda.

Ele já havia participado do *workshop* quatro vezes e estava de volta, segundo ele, porque “minhas amantes dizem que estou ficando cada vez melhor”.

— Qual é o segredo? — perguntei a ele.

Não pude deixar de sorrir também para sua bravata pueril.

— Eu transmito energia, amor e carinho com meu toque sem fazer algo necessariamente sexual — disse ele. — É a arte de aproveitar o momento, em vez de apenas “chegar lá”. Sentir e manter uma conexão, e não fazer algo de forma ensaiada para satisfazer a uma determinada pessoa, ou para satisfazer a si mesmo. Todos os homens deviam aprender a técnica tântrica com vinte anos.

Perguntei a ele por que ele havia começado a buscar essas habilidades.

— Descobri que a intimidade sexual sem amor faz me sentir vazio. Não quero mais passar por essa situação. Descobri que não é uma

questão de ejacular [a princípio].

“Na abordagem tântrica do desejo feminino”, disse ele, “você presta atenção... você não está em seu próprio mundo. Como isso pode dar errado?” Ele disse que “os homens sempre reclamam que as mulheres são emocionalmente voláteis, mas a massagem no ponto sagrado”, disse ele, “ajuda a construir um alicerce emocional para a mulher”:

— Se você [como homem] estiver presente e der espaço para as emoções dela, impossível não ter sucesso na relação com uma mulher. As mulheres [que recebem a massagem no ponto sagrado de um homem] conseguem construir um alicerce para si mesmas, deixam de se apegar a coisas pequenas e de criar histórias, como: “Você nunca me dá atenção”. Você presta atenção, pede permissão para entrar. Os professores tântricos falam sobre quantas terminações nervosas existem nos lábios vaginais. A maioria das terminações nervosas está localizada nos primeiros centímetros. Você dá mais atenção. É uma experiência totalmente diferente. Você passa a apreciar aquela região e não fica apenas tentando entrar o mais rápido e o mais fundo possível. O que é o pornô? Fundo, rápido, ejaculação. Por outro lado, o Tantra é: devagar, conexão, explorar cada centímetro do que você está fazendo.

— Você acha que a maioria dos homens em nossa cultura conhece a vagina? — perguntei.

— Os homens de nossa cultura não conhecem nem o pênis nem a vagina — disse ele. — Afinal, com que frequência os homens de nossa cultura exploram esses órgãos? É entrar, fazer o serviço e sair. A maior parte de nossa sensibilidade também está nos primeiros centímetros — na cabeça. Charles Muir fala sobre as sete áreas do pênis — cada uma relacionada a um chacra, mas os homens não aprendem sobre controle em nossa cultura, nem em relação a seu próprio prazer. O orgasmo pode ser mais longo, para alguns homens pode durar dias. Você acha que a maioria dos homens de nossa cultura sabe que o ponto sagrado da mulher pode ser acessado de diferentes formas, que talvez você tenha que fazer uma curva ou

tentar um ângulo diferente? Por que eles saberiam disso? — Riu ele. — Ângulo, profundidade, ritmo: cada um desses fatores cria uma resposta diferente. Mesmo que você não fique excitado no momento, estará explorando; é um jogo que pode acabar sendo uma das partes mais intensas da noite.

E prosseguiu:

— Especialmente hoje em dia, os homens mais jovens aprendem com os filmes pornô. Você fica assistindo a pessoas se colocando em posições um tanto quanto esquisitas. Ficando sujeito a todas aquelas imagens, você começa a comparar a pessoa que está com você com um par de seios ou pernas; você entra nesse lance de comparação; e também fica se comparando com centenas de caras no mundo com pênis de vinte e cinco ou trinta centímetros. Os homens não falam muito sobre sexo, quer dizer, sobre técnicas, detalhes ou emoções. Eles podem até dizer: “Nossa, estávamos no telhado e foi uma loucura”. Mas não falam muito sobre o que é realmente útil em relação às mulheres. A maioria dos homens não conhece essas coisas, porque não está disponível em lugar nenhum dentro de nossa cultura.

Perguntei ao meu novo amigo tântrico o que surgia na mente dele quando pensava na vagina. Como muitas pessoas para as quais fiz essa pergunta, ele riu. E depois disse:

— Ela é ótima. Incrivelmente divertida, um mistério a ser explorado. Um lugar de diversão, alegria, magia... e confuso, às vezes: se elas [as mulheres] não chegam ao orgasmo, nós, homens, que somos muito presos ao processo, podemos pensar: “Mas isso deu certo *da última vez!*”. É um lugar maravilhoso; por outro lado, é atormentador ao mesmo tempo.

Ele ponderou:

— Se as mulheres se conhecessem melhor, poderiam explicar o que está acontecendo: comunicando-se com elas mesmas ou com o parceiro, a fim de melhorar a conexão entre eles. Seria muito bom

se mais mulheres dissessem o que querem — oferecessem, usassem o reforço positivo.

No sábado à noite, entrei no salão de festas do hotel onde a seleção para a massagem do ponto sagrado aconteceria. Eu estava ainda mais curiosa depois das conversas que tive durante a tarde.

Um *tangka*, uma tapeçaria sagrada, estava pendurado na parede do palco. O *tangka* tinha a deusa Shakti em pé dentro de um triângulo invertido, o símbolo feminino universal. Shakti tinha cabelos longos, pretos e ondulados; segurava um lótus rosa aberto em cada uma das quatro mãos; e havia uma aura em volta dela. Ela parecia a irmã mais mundana e morena da radiante Maria do manuscrito de New College.

No grande e decadente salão de festas no porão do hotel, fora montado um pódio decorado com rosas amarelas, e havia almofadas confortáveis espalhadas no chão. Mulheres e homens de todas as idades se esparramavam ou se sentavam nelas para prestar atenção às instruções. Charles Muir estava em pé no pódio, falando sobre como os homens deveriam tocar a *yoni*. Ele tinha um sotaque seco de Borscht Belt e abria um sorriso a cada frase de efeito. Ressaltou os mesmos pontos gerais que Mike Lousada abordara em nossas conversas e que eu também já havia ouvido nas fitas de áudio do próprio Muir: carinho, paciência, respeito, cuidado, atenção.

Existe um ponto na mulher chamado *yoni-nadi*, que está localizado dentro dela: atrás dos pelos pubianos fica o osso púbico; se você penetrar a vagina e curvar seu dedo contra o osso púbico dela, há um tecido erétil e intumescido de aproximadamente cinco centímetros quadrados. Quando a região é estimulada, o ponto fica proeminente e se manifesta provocando um orgasmo vaginal. Esse é o ponto que liga “a parte de baixo” com o cérebro — já que existem muitos circuitos neurológicos ali. Esse é o polo sul do clitóris, que, por outro lado, é o norte da energia sexual da mulher. (Eu diria que isso confirma as últimas descobertas anatômicas ocidentais sobre a verdadeira relação do clitóris com o ponto G — eles são o polo norte e sul da mesma estrutura anatômica.) Paramos no clitóris, pois há muito prazer ali, mas do outro lado do clitóris existe o ponto G.

Durante todo o *workshop*, notei que, sempre que a massagem no ponto sagrado era discutida, era apresentada mais como uma prática para liberar emoções que como uma forma para dar prazer. Caroline Muir explicou que Charles ensinaria aos homens

como estar presentes para uma mulher enquanto ela liberava tudo que precisasse liberar — a manter seu amor mesmo ela estando com raiva (...) Os homens receberão treinamento sobre essa arte da cura sexual (...) O incentivo, permissão e convite feito por um homem para que ela expresse sinceramente o que quer que esteja sentindo, e isso leva a uma ótima preliminar, pois ela poderá confiar em você de verdade. Caso algum dano nos seja causado pelas mãos de um homem, o que já aconteceu com quase todas as mulheres, precisamos confiar que um homem é capaz de estar com nosso corpo e nossa *yoni* sem precisar trepar. São suas mãos, coração, lábios e espírito que trazem a cura.

Charles Muir acrescentou, em relação aos homens: “Sua mensagem é: ‘Hoje servirei a você. Não importa sua aparência ou o tamanho dos seus seios, eu servirei à deusa em você’. E as mulheres perguntarão: ‘A deusa me motiva a escolher um desses homens para receber dele a massagem no ponto sagrado?’”.

Os homens ficaram bem animadinhos.

“A ciência diz que leva quatorze dias para que novas vias neurais sejam processadas. Eu acho isso uma bobagem. Esse ponto é um fulcro com tantas terminações nervosas que levam ao cérebro... Será que isso vai virar algo sério? Ele é um curandeiro, não um amante. Essa é uma coisa só de uma noite.”

Risos.

Charles Muir levou os homens para fora — estavam indo para o quarto 1750. “Quando voltarem, eles saberão das coisas”, sorriu para as mulheres que continuaram no salão. “Vocês os verão com mais respeito.”

Os homens acompanharam Muir. Conforme eu os via passar — um grupo de homens prestes a se reunir para assistir a um vídeo sexualmente explícito mostrando um corpo feminino —, notei que

era um grupo diferente de qualquer grupo de homens que sairia em uma noite qualquer para ir a um bar, por exemplo. Eles pareciam — não sei como dizer isso de outra forma — estar se preparando para tocar o corpo feminino de uma maneira que era, sim, sexual, mas também *respeitosa*.

Depois que os homens saíram, Caroline Muir subiu ao palco. Uma mulher loira, engraçada e atraente de uma forma surreal que parece ter uns quarenta e três anos, mas que na verdade tem sessenta e poucos — um fato que, quando revelado, gerou surpresa na plateia, agora composta apenas por mulheres. Naquela noite, o cabelo dela estava enrolado em mechas soltas, e ela usava uma bata salmão, *jeans* branco e sandálias delicadas. Suas unhas dos pés estavam pintadas de rosa.

“Sim, nós mimamos a deusa”, começou Caroline Muir, que em seguida iniciou uma discussão sobre a “ejaculação feminina”, o termo terrível para definir o líquido que sai em jatos da uretra de muitas mulheres durante o orgasmo, que em sânscrito se chama *amrita*.

— O *amrita* vem dos domínios celestes — explicou ela —, de acordo com a tradição tântrica, e sai de nós pela vagina. A energia desce cada vez mais. Você pode se deixar ir, se tiver uma toalha por perto. Pode passá-lo em seu próprio rosto. Seu parceiro pode beber e se sentir mais vivo. Sexo oral não é recomendável tarde da noite, pois ele ficará andando para lá e para cá enquanto você dorme como um bebê.

— Por quê? — perguntou uma mulher de amarelo. — Tem cafeína nisso?

— É sua força vital. Filmes pornôis reduziram-no de uma experiência sagrada para: “Fiquei sabendo que você ejaculou. Eu nunca ‘ejaculei’”. Eu liberei muito *amrita*. O néctar da deusa — disse ela, com certo orgulho.

Sentei e fiquei imaginando se aquilo ficaria menos bizarro, e ficou.

— O Tantra — ela explicou — diz que você perde o barco do amor quando vive no hemisfério esquerdo do cérebro, pois o amor é uma experiência mística que só acontece no hemisfério direito. Faremos uma [*niyasa*] em um ponto do corpo chamado *yoninadi*. Ele dá acesso ao núcleo da energia do segundo chacra — é o ponto que os homens tântricos pressionam para controlar a ejaculação. Acho que as mulheres têm essa mesma região. Na loucura dos anos 1960, conheci algumas mulheres escorpianas triplas; naquela época, vi pela primeira vez uma mulher que tinha orgasmos múltiplos e que ejaculava. Vi minhas amigas despertarem! Vi mulheres ganharem vida e emoções malucas aflorarem. Eu as vi sair do estado de dormência para o despertar, ou dos orgasmos para orgasmos vivos, para dançar no céu. Quando liberavam a energia do segundo chacra, a paixão pela vida acendia: por seus filhos, pelo trabalho; você se torna capaz de viver toda sua vida com paixão.

Agora que havia apenas mulheres na sala, uma atmosfera íntima de segredos compartilhados começou a prevalecer. “A massagem no ponto sagrado começará a acordar o que está adormecido”, disse Caroline Muir às mulheres, agora mais próximas umas das outras, sentadas em suas almofadas como em uma festa do pijama para todas as idades. “As pessoas geralmente exploram o clitóris, mas, na região do ponto G ou ponto sagrado — que é, mais uma vez, intimamente ligado ao clitóris —, entraremos nas profundezas da alma de sua sexualidade.” A massagem do ponto sagrado, continuou ela

é uma ativação do segundo chacra e uma limpeza dos resíduos sexuais do passado. Todos os motivos dos bloqueios — culpa, medo, vergonha — se localizam nesse chacra. E você aprende a fazer amor com homens que nunca aprenderam a fazer amor. Com essa massagem, a questão é: que parte de sua psique vamos tocar?

Para 25% dos homens que vêm ao retiro da massagem do ponto sagrado, quando tocam a vagina pela primeira vez, o resultado é: nada. Nos lábios, é como visitar Utah: “Nada acontece por aqui”. Está dormente; está adormecido. Trinta minutos depois, com a mesma *yoninadi*: É o Rio de Janeiro! Mardi Gras!



Esses [vaginas, lábios] são locais de paranoia e desconfiança. Ninguém diz a você, quando é jovem e se toca: “Dê amor à sua *yoni*”. Essa prática [da massagem do ponto sagrado] limpa toda a sujeira que você acumulou em sua *yoni* durante toda sua vida.

Era como ouvir a neurociência que a dra. Coady havia me apresentado; os estudos sobre a desregulação multissistêmica nos casos de dor vaginal; a desregulação dos sistemas do resto do corpo causada pelo trauma sexual; os estudos que mostram que o estresse afeta até tecido vaginal de ratas fêmeas; a experiência clínica do dr. Burke Richmond de que o trauma sexual pode causar uma desregulação perceptível. Eu estava ouvindo as delicadas descrições tântricas do que parecia ser o mesmo fenômeno. A ideia de que a vagina possui um banco de memória rico e cheio de nuances e, sim, uma biografia física e emocional própria havia sido, enfim, confirmada por dois paradigmas culturais diferentes.

Caroline Muir continuou:

O clitóris faz analogias ao pênis. Ele quer o alívio. Você se sente melhor após o alívio. Nós aprendemos a nos excitar rápido e acabar logo antes que o homem termine. Eu só conseguia chegar ao orgasmo por meio do clitóris. Orgasmos vaginais eram um mistério para mim. Outras amigas diziam: “Nossa, é como sentir o *réveillon* de Copacabana lá dentro”.

Descobrimos nosso prazer sexual porque é úmido e gostoso lá embaixo — você gosta. Porém, sua mãe, ou religião, fez que você sentisse vergonha disso. Não existe uma publicidade ou divulgação muito boa em relação ao prazer feminino, como dominá-lo e saber que você o merece, aprender o bastante sobre seu prazer para ensinar um homem a proporcioná-lo.

Quando você começa a despertar por dentro, a região do ponto sagrado revela a você mais sobre sua verdadeira natureza feminina divina. Quando você se apaixona por seu ser feminino divino, nada será mais precioso para você. Ela nunca a abandonará, “ela” sendo sua essência. Quando esse ponto e o clitóris despertam todo seu potencial, é como uma montanha-russa. Não se espera apenas que você chegue ao orgasmo; isso apenas prova, durante o processo, que as coisas estão funcionando bem. Muitas mulheres sentem muito mais prazer vaginal com essa massagem;

mulheres, acordem! É possível apreciar melhor a claridade quando a janela está limpa. Isso não é ensinado no curso básico do sexo: "Você tem uma *yoni*, sabia? Não é só uma xoxota".

Caroline Muir demonstrou a técnica da massagem do ponto sagrado curvando os dedos indicador e médio da mão esquerda. Ela mostrou como a mão direita é posicionada no clitóris enquanto a esquerda se movimenta no "ponto sagrado".

"O pênis gosta de intensidade mais que a *yoni*; somos mais delicadas, como as pétalas destas rosas." E apontou para as flores em frente a ela.

Você não deve arrancar essas pétalas para pôr algo lá dentro. Se somos mulheres heterossexuais, não exploramos outras mulheres. Se você tem a oportunidade de explorar com uma amiga como é uma *yoni* que não seja a sua e as sensações que ela proporciona, esse é um dos grandes rituais de passagem. "Nossa, a sua é bem pequena, mal consigo ver seus lábios internos." "Nossa, seus lábios internos são tão voluptuosos!" Precisamos abençoar a *yoni* sob uma perspectiva feminina.

Essas são as histórias que contamos a nós mesmas:

1. Eu sei que não vou gozar.
2. Eu sei que não vou ficar molhada.
3. Tenho certeza de que ele está ficando entediado.
4. Tenho certeza de que ele quer que termine logo.
5. Tenho certeza de que tenho um cheiro ruim.
6. Tenho certeza de que ele está pensando que minha *yoni* é feia.

E todas essas coisas que dizemos para nos convencer de que não somos bonitas, nem desejáveis.

Os homens não vão tirar a roupa e ficar nus esta noite. Eles devem ir embora depois de uma hora e meia. A prioridade aqui são vocês.

Caroline Muir abriu a sessão para perguntas.

Uma mulher com uma tatuagem no bíceps e uma bandana vermelha na cabeça disse:

— Meus orgasmos não são mais tão intensos. Agora eles são diferentes, sem contração, são orgasmos de corpo inteiro, ondas de pulsação, não a coisa tradicional.

Ela levantou a mão e a fechou formando em punho, para demonstrar “a coisa tradicional”.

Caroline Muir respondeu:

— Essas são ondas de energia orgástica. Quando se tem vinte anos, os orgasmos são fortes e rápidos. Quando somos mais velhas, eles são mais suaves e mais intensos. As vias neurais entre os genitais e o cérebro tiveram mais tempo para despertar. Existem mais vias, então, é diferente do orgasmo clitoridiano rápido e forte.

— Sinto-me perdida — disse a mulher tatuada — porque eu quero os dois.

— Isso é totalmente normal — disse Caroline. — E mulheres de vinte e poucos anos, quando não são mães, não precisam colocar toda sua energia nos filhos.

Uma mulher bronzeada vestindo uma roupa cara e usando longas tranças disse:

— Tenho trinta e quatro anos. Quando estava saindo da casa dos vinte, parei de ter orgasmos poderosos. Eu era viciada em sexo... Usei vibradores constantemente por anos, todos os dias. Será que causei algum dano a mim mesma? Já faz anos. Não consigo ter aquilo de volta.

Ela começou a chorar. Fiquei chocada — havia acabado de começar a receber *e-mails* de informantes que sabiam que eu estava escrevendo sobre a questão da dessensibilização por meio da pornografia e dos vibradores.

Caroline Muir respondeu gentilmente:

— Toda vez que nos acostumamos com a velocidade do vibrador e depois tentamos usar os dedos, temos que nos ajustar. — Uma loura alta segurou o braço da mulher que estava chorando. — O vibrador é aquela energia jovem, forte e rápida. As *yonis* não gostam disso.

— Você acha que eu causei algum dano a mim mesma? — perguntou a mulher, ainda com lágrimas nos olhos.

— Não — disse Caroline.

— Tenho cinquenta e cinco anos — disse uma mulher de cabelos curtos de aparência matronal usando uma blusa de estampa floral clara.

Todos os meus estereótipos estavam ruindo: essa mulher, com sotaque do sul, se encaixaria perfeitamente em um piquenique da igreja Batista.

— Eu não consigo mais usar um vibrador — disse ela. — Toda vez que tento, é como ir ao McDonald's. Eu não queria estar comendo lá.

Ela disse que havia começado a receber a mensagem do ponto sagrado e a realizar práticas tântricas. E completou:

— A qualidade e diferença dos meus orgasmos é meio que: "O que é *isso*?". Eu nem reconheço o que era aquilo... esses orgasmos são tão diferentes do que eu estava acostumada. Eu tinha muito menos libido quando era mais jovem, e agora ela está lá em cima. Ando praticando bastante, sozinha. Minhas mãos são pequenas, mas eu uso isso: e funciona.

De dentro de sua organizada bolsa preta a mulher tirou um vibrador de quase trinta centímetros — ou melhor, um dispositivo para masturbação. Feito de acrílico transparente, não era eletrônico e tinha um formato em S com um botão na ponta. Todas as mulheres começaram a pedir mais detalhes sobre aquilo, e a dona passou o objeto pela sala.

Uma mulher de Westchester vestida como a esposa troféu — cardigã, pérolas e corte de cabelo de pajem — perguntou a Caroline

Muir se era possível contratá-la para realizar massagens particulares na *yoní*. “Eu faço massagens de *yoní* em mulheres. Custa \$250 dólares a hora, por duas horas. Não sou bissexual; há excitação, mas esse não é meu objetivo. Elas choram de emoção: ‘Ah Meu Deus, que suavidade!’. Nós sentimos falta dessa suavidade.”

Caroline Muir continuou: “A massagem desperta muito a memória. Quando a recebi pela primeira vez, pude sentir o cheiro de éter da histerectomia que havia feito aos vinte e seis anos; conseguia me lembrar das minhas transgressões da infância — um dedinho lá dentro. A massagem do ponto sagrado desperta lembranças”.

(Em outro momento, Caroline Muir falou que o “ponto sagrado” do homem é no ânus, contra a próstata — mostrando que, se a ligação da anatomia do ponto sagrado às defesas, vulnerabilidade emocional e alívio for verdade, isso levanta questões muito interessantes sobre por que homens heterossexuais são frequentemente tão avessos à ideia da homossexualidade; porque eles frequentemente veem a homossexualidade passiva como feminilizante; e porque a linguagem masculina referente à penetração anal é sinônimo de perda do domínio. Poderia a ideia da penetração — da liberação do “ponto sagrado” masculino — ameaçar os homens heterossexuais com uma possível perda do domínio *emocional*?)

“O despertar do inconsciente e a liberação de energias por meio da massagem no ponto sagrado abrem espaço para uma nova vida de prazeres e amor. Realizamos esse *workshop* há vinte e cinco anos, e o sucesso dele não é ‘um sexo melhor’, mas a cura sexual.”

Levantei minha mão e expus para Caroline Muir as ligações que tenho ouvido falar entre bloqueios ou liberação da vagina e a criatividade feminina.

“Sim”, disse ela enfaticamente. De fato, segundo a explicação dela, a energia sexual feminina não é a *faísca* da energia criativa; na verdade ela é a própria energia criativa:

Shakti, ou a energia sexual feminina, é energia transferível. Shakti é a força criativa.

Com a combinação certa, ela cria a vida. Ou seja: aqui está a força vital criativa,

feminina por natureza, e eu melhorei minha habilidade de transferir essa energia da *yoni* para meu cérebro. Quanto mais liberação vaginal — não clitoridiana — uma mulher tem, mais ela vai querer salvar o mundo, salvar seus netos, pintar quadros, fazer a diferença para o planeta.

A energia que desperta não precisa ser orgástica. Toda vez que você recebe um toque amoroso em seu tecido vaginal, fica mais desperta. Talvez você não perceba nas primeiras vinte vezes. E de repente: Uau!

Estava anoitecendo lá fora. Olhei em volta uma última vez: eu ainda não acreditava que uma noite nas mãos de um estranho pudesse mudar tanto uma vida — eu não me imaginava nem fazendo aquilo sozinha — e, ainda assim, desejei que todas aquelas mulheres, em suas comoventes e corajosas jornadas, encontrassem o que estavam buscando. Cada uma delas estava dizendo uma verdade interessante e fundamental, de sua própria maneira: aquilo que ela sabia que lhe havia sido sexualmente dado por nossa cultura não era o suficiente para refletir quem realmente era.

Conforme eu mergulhava no caos iluminado da Broadway, as palavras de Caroline Muir para as mulheres que buscam algo ficaram em minha cabeça: “A maior parte da jornada envolve retirar aquelas camadas de ‘eu não sou o suficiente’. O ser amado não é o marido ou o amante. O ser amado está em *mim*. *O ser amado sou eu*”.

---

Eu me convenci de que o Tantra tem algumas respostas para questões que levam a uma melhor compreensão da sexualidade feminina. Porém, mesmo depois do retiro da massagem do ponto sagrado, ele ainda me intimidava.

Entrevistei diversas *dakinistântricas* — mulheres de todas as origens que participaram de *workshops* sobre Tantra e que o praticam em seu dia a dia. De acordo com as descrições delas, as *dakinis* eram muito mais orgásticas que grupos de mulheres parecidos que também me falavam sobre sua vida sexual. Elas também pareciam mais alegres e com mais energia, e não importava

qual era sua aparência — e, como em qualquer grupo de mulheres, poucas delas pareciam *top models* ou tinham uma beleza convencional. Diferente de um grupo de controle teórico, pareciam muito satisfeitas com sua própria feminilidade e possuíam certa segurança em relação à sua sexualidade.

Quanto mais eu aprendia sobre Tantra, outro fator ficava mais evidente: notei que as práticas tântricas em relação à sexualidade feminina combinavam de maneira interessante com a nova ciência sobre o cérebro e a endocrinologia. Os mestres tântricos dos séculos passados parecem ter identificado pontos-chave no corpo da mulher que correspondem a importantes vias neurais: o “ponto sagrado” corresponde ao ponto G. Os textos taoístas da antiga China encorajavam homens a sugar os mamilos das mulheres, explicando que dessa forma o corpo e a mente delas relaxariam; a ciência vem mostrando que sugar o seio da mulher libera oxitocina, o hormônio do relaxamento. Os mestres tântricos e taoístas identificaram fluidos importantes na vagina da mulher que, apesar de terem nomes esotéricos, parecem corresponder ao que a ciência descobriu sobre as substâncias químicas e hormônios contidos nos fluidos corporais. Os mestres tântricos identificaram a ejaculação feminina, que só agora tem sido estudada pela ciência ocidental. E o Tantra simplesmente traz resultados sexuais empíricos fascinantes para as mulheres que participam desses *workshops*.

Meu interesse nos segredos divinos do Tantra foi o que me levou até Mike Lousada, o homem que passei a considerar “meu conselheiro de plantão para todas as questões da *yoni*” e cujas conversas tiveram um impacto tão duradouro sobre mim. O *site* dele na Internet, Heartdaka.com, é intrigante. No topo da página inicial, está escrito “A cura sexual sagrada de Mike Lousada em Londres”, e logo abaixo há uma citação do poeta Rumi: “Sua tarefa não é buscar o amor, mas simplesmente buscar e encontrar todas as barreiras que construiu dentro de si mesmo contra ele”.

Uma série de perguntas íntimas confronta o visitante do *site*: “Você evita estar em um relacionamento?”; “Você acha que pode

conseguir mais do sexo, mas não sabe exatamente o quê?"; "Você tem dificuldade em chegar ao orgasmo?"; "Você deseja recuperar a inocência de sua sexualidade?". Porém, os extasiados comentários — todos de mulheres — rapidamente neutralizam qualquer possível ameaça.<sup>[5]</sup> "Obrigada por abraçar com tanta habilidade minha vulnerabilidade, srta. D."; "Depois de me consultar com você, passei a ouvir meu coração bater, eu me sinto tão viva — uma mulher de verdade (...) Obrigada, srta. S."; "Obrigada, Mike. Sinto graça e coragem, feminilidade, proteção, clareza, foco (...) há um sorriso sereno em meu rosto", e por aí vai. E no fim da página há um *link* para a página do Facebook de Lousada, completo e com foto, como se a Heartdaka.com fosse um negócio como outro qualquer: um belo homem de barba, sentado em uma pedra, olhando a meia distância e usando calças *hippies*.

Por fim, depois de certa hesitação, liguei para Lousada e marquei uma consulta. Descobri que ele cobrava cem libras por hora (cerca de 150 dólares).

Ele explicou que sua missão era dar poder à mulher sexualmente e que ele também se concentrava em curar por meio da massagem na *yonis* a mulher que tivesse algum trauma sexual. Sua base de clientes incluía mulheres de todas as origens e idades. Seu histórico é no mínimo impressionante: ele recuperou o potencial orgástico de centenas de mulheres.

Nossa, eu pensei, isso era bem mais explícito que um vago "workshop" e a nebulosa "massagem" para a qual eu havia me preparado. Expliquei que, como eu estava em um relacionamento, não poderia fazer o trabalho na *yonis* em si, e ele me garantiu tranquilamente que respeitaria meus limites. O fato de que eu ia entrevistar um curandeiro sexual/guru da *yonis* também causou uma reviravolta em meus reflexos feministas autoritários em relação ao comércio do sexo e sua moralidade.

Fiquei chocada com minha reação e com a das minhas amigas e colegas depois de ter marcado a sessão com Lousada. Nenhuma das minhas amigas demonstrou horror ou aversão à ideia: ou ficaram



completamente encantadas ou irritadas por não poderem ir junto. E uma mãe de dois filhos muito bem casada me mandou um *e-mail*: “E aí? Já foi? Como foi?”. Nós não consideramos essa ideia com muita maturidade. Nossas reações não foram inspiradas nem politicamente corretas. Em vez disso, voltamos a um estado quase adolescente, quase como um papo de vestiário feminino.

Ainda assim, Lousada não parecia ser a vítima nem o predador de ninguém: como eu argumentaria contra a decisão dele de inserir um aspecto de sua sexualidade dentro de um mercado? Descartei logo a possibilidade da prostituição, pelo simples fato em si.

“Você se considera um profissional do sexo?”, perguntei em nossa primeira conversa.

Ele disse que preferia o termo *curandeiro sexual* (apesar de agora, um ano depois, falando para um público mais tradicional ou da área médica sobre o sucesso de suas técnicas, ele se identificar como “terapeuta somático”). Ele disse, ainda, que trabalhava vestido ou nu, como a cliente preferisse, e que a cliente também poderia ficar com ou sem roupa, como ela quisesse. Algumas imagens passaram pela minha cabeça — eu não conseguia acreditar que estava prestes a encontrar meu primeiro instrutor de *yoni*, ou profissional do sexo a serviço das mulheres, ideia que posteriormente constatei ser errônea. Será que o fato de uma mulher procurar alguém como Lousada significa que as mulheres têm tanto “tesão” — péssima palavra, mas os sinônimos também não são muito bons — quanto os homens dizem ter? Ou será que isso é uma pequena prova da tristeza sexual difundida entre as mulheres ocidentais? Será que as mulheres que podem pagar contratam homens para encontros sexuais, independentemente de como eles descrevem a si mesmos — encontros nos quais elas podiam comandar e ditar o ritmo — porque sua vida sexual com seus parceiros não está indo bem?

O “estúdio” de Lousada é, na verdade, um charmoso chalé reformado próximo a Chalk Farm, na região norte de Londres. Ele abriu a porta. Como na foto, era um homem magro, de pele dourada e cabelos cacheados que, para minha surpresa, me ofereceu um

abraço logo de cara. O Tantra deve fazer maravilhas pelo organismo, já que ele tinha quarenta e três anos, mas parecia ter uns dez a menos. Sentei apreensiva no chão e olhei em volta: estávamos em uma aconchegante sala de estar com pilhas de almofadas laranja e vermelhas, um relicário da deusa hindu Kali em uma mesa baixa e velas e incensos queimando ao nosso redor. Para meu horror, havia um fotógrafo lá.

Eu havia me comprometido a escrever um artigo para o *Sunday Times* sobre minha experiência com Lousada. Um fotógrafo do jornal chegaria ao fim da sessão, mas Lousada explicou que ele havia pedido ao rapaz que chegasse antes para evitar que eu me expusesse demais. “Pensei no seu bem-estar”, explicou ele. “Acontecem algumas coisas na sessão”, continuou ele. “Pode ser chocante. Você pode despertar um trauma; pode ficar extasiada, ou gritar — ou pode até chorar.” Fiquei um pouco retraída e me senti um tanto manipulada. Não era para um curandeiro sexual fazer a pessoa ficar calma em vez de deixá-la mais nervosa atropelando seus compromissos profissionais?

Lousada, então, conversou com o fotógrafo sobre possíveis fotos e sugeriu que ficássemos na posição *yab-yum*. Ele apontou para uma estátua que mostrava Shiva em êxtase, entrelaçado com uma deusa, suas pernas envoltas na cintura dele, suas virilhas se tocando. “Eu não vou fazer *aquilo!*”, soltei. Como eu havia me comprometido a fazer as fotos, acabamos decidindo por ficar sentados em posição de lótus um de frente para o outro.

Antes de começar a sessão, Lousada explicou que muitas de suas clientes haviam sofrido abuso sexual quando crianças, e, como resultado, os efeitos colaterais variavam desde uma profunda raiva dos homens, que se manifestava sexualmente, até uma incapacidade de sentir as coisas profundamente ou de ter um orgasmo. O sexo com ele — ele usava as mãos na maior parte do tempo — as ajudava, segundo ele, a curar a raiva e a depressão.

Lousada logo começou a me orientar sobre o básico do Tantra. Ele me fez sentar à sua frente em uma almofada e começou a fazer

exercícios de respiração. Ficamos de frente um para o outro, a centímetros de distância. Ele me fez visualizar cada chacra, de minha cabeça ao meu “chacra raiz”, que no Tantra é o centro sexual (e que agora eu sei que corresponde a uma das três ramificações do nervo pélvico feminino): “Sinta seu chacra raiz se expandir pela terra... Sinta-o crescer com força... Sua *yoni* está propagando raízes pela terra... agora as raízes estão partindo as pedras”.

Caí na risada. E o fotógrafo continuava tirando fotos.

— Nervosa? — perguntou Lousada. — Tudo bem.

— Não — disse eu, mal conseguindo me segurar. — É que é engraçado.

De alguma forma, a ideia de uma *yoni* poderosa que pudesse partir a terra — dentro de uma cultura que geralmente odeia e insulta a *yoni* — era engraçada, não de uma forma desagradável, mas sim legal; ainda rindo, imaginei, como em uma animação, uma super-heroína *yoni* poderosa — uma *yoni* vingadora.

Então, Lousada me fez olhar fixamente nos olhos dele enquanto respirávamos em uníssono. A essa altura, eu estava atenta a meus instintos para descobrir se ele era um doido, um predador ou só uma farsa, mas ele me olhou bem nos olhos, e eu tive que admitir que confiava nas motivações dele. Meus conceitos estavam indo por água abaixo, e, quando levei em consideração a repetida reafirmação de sua missão — que o trabalho de sua vida era curar mulheres que haviam sido sexualmente feridas —, ficou muito difícil encontrar uma razão para desprezar ou ridicularizar seu trabalho.

Ao fim da sessão de respiração, ele sorriu e disse: “Bem-vinda, deusa”.

E eu não pude deixar de sorrir também. Pensei em todas as mulheres que estão em casamentos sem amor, mulheres verbalmente agredidas diariamente com desrespeito ou puro desprezo. Pensei também no estereótipo da “prostituta com o coração de ouro” e nos relatos frequentes de muitos homens que

procuram prostitutas apenas para que ela os ouça ou elogie. Para muitas mulheres, o conhecimento de Lousada sobre o sagrado feminino que há em toda mulher já valia o preço da consulta. Quantas mães exaustas ou esposas negligenciadas não ficariam pelo menos tentadas a ouvir um aparentemente sincero “Seja bem-vinda, deusa” por apenas cem libras, em vez de gastar isso com uma roupa ou corte novo de cabelo?

— Como exatamente — perguntei a ele — você cura uma mulher sexualmente?

— Eu faço o “esvaziamento da *yoni*” — disse ele — para encontrar o trauma armazenado nos genitais. Por inúmeros motivos, incluindo o fato de alguém que trabalha com o corpo não conseguir uma licença para tocar nos genitais, esses profissionais geralmente não procuram o trauma nessa parte do corpo — explicou. — Começo massageando o corpo e, depois, passo a trabalhar na *yoni*. Primeiro trabalho externamente. Quando é apropriado, pergunto se posso penetrar [a cliente] com meus dedos. A *yoni* é um local sagrado, o santuário de seu corpo. Ninguém pode entrar sem sua permissão. Pergunto: “Deusa, posso entrar?”. Se tenho o consentimento, confirmo com a *yoni*. Coloco meus dedos na entrada dela e, se ela estiver pronta para me receber, entrarei. Não preciso forçar meus dedos para dentro, ou “inserir-los”; se a mulher estiver pronta para receber, a *yoni* me puxa para dentro, com um tipo de contração ou sucção. Caso [a ação de sucção] não ocorra quando uma mulher está fazendo sexo, ela estará desonrando sua própria *yoni*.

Ele disse, ainda, que aconselha os homens a nunca acreditar no que uma mulher diz verbalmente sobre estar preparada — entre apenas “se a *yoni* também disser que sim”. Achei que esse seria um bom conselho a ser dado a homens mais jovens, como parte de sua educação sexual básica.

Há relação sexual com as clientes? “No geral, não tenho relação sexual com minhas clientes, a não ser que seja extremamente terapêutico.” Ele reafirmou que geralmente trabalha com as mãos. Perguntei se as clientes já ficaram viciadas nele, e ele respondeu

dizendo que toma cuidado para manter os limites apropriados e que sua intenção é libertar a cliente dos vícios. Ele admitiu que elas podem desenvolver um apego emocional, mas que ele lida com a situação como qualquer terapeuta lidaria com a questão da transferência. Acrescentou, ainda, que teve uma namorada que também fazia trabalhos de cura sexual, muitas vezes juntamente com ele.

— Suas clientes chegam ao orgasmo? — perguntei.

— Geralmente, sim — respondeu —, mas esse não é o objetivo. Tenho três tipos de clientes. Mulheres que me procuram porque não estão felizes com suas relações com seu próprio lado masculino ou feminino. Elas anseiam por um homem masculino, mas não os atraem, pois elas mesmas estão “em seu masculino” [forçadas a viver de forma desequilibrada e exigindo muito do lado masculino de sua personalidade].

Ele falou das pressões da vida profissional moderna sobre as mulheres — como elas são recompensadas por serem desequilibradas e desencorajadas a explorar o lado feminino dentro delas. Segundo ele, depois do tratamento, elas recuperam o equilíbrio feminino e passam a atrair homens masculinos maduros, responsáveis e protetores. Eu estava cética, e ele se ofereceu para me colocar em contato com algumas dessas mulheres. Lousada disse que a tarefa de um homem em relação a uma mulher é “acolhê-la” como uma taça de vinho acolhe o líquido. Até ali, eu já havia ouvido variações dessa ideia tântrica de que o papel do homem no sexo é acolher e apoiar o lado selvagem da mulher. “O verdadeiro estado da mulher é a felicidade oceânica”, disse ele. Um homem precisa deixar uma mulher “se movimentar e respirar” para que ele possa entrar em “seu fluxo”.

Aquilo estava ficando oceânico demais para mim. Então, perguntei a ele sobre a segunda categoria de clientes. “A categoria número dois”, disse ele, “são mulheres que sofreram um grave abuso ou trauma e querem lidar com isso por estar afetando sua vida de forma ruim.”

Categoria três? “Algumas vezes, minhas clientes são mulheres que apenas desejam sentir prazer.”

— E se você não as acha atraentes? — perguntei.

— Sempre há beleza em uma mulher — disse ele, de forma cativante.

Explicou que algumas dessas clientes têm entre cinquenta e sessenta anos; outras têm alguma dificuldade ou deficiência física; muitas delas são sozinhas. “Em uma sessão”, disse ele, “sempre consigo perceber alguma coisa.”

Ele disse que normalmente são necessárias duas ou três horas para realizar a massagem na *yoni*; ele quer que as mulheres sintam que não precisam ter pressa.

Essa carga horária me surpreendeu profundamente, assim como as descrições que ouvi no *workshop* dos Muir sobre a parcela de tempo (uma hora e meia) destinada apenas para a massagem na *yoni*. Isso, com certeza, era uma ideia completamente diferente da ocidental da relação entre o prazer feminino e o tempo.

— Isso não é muito tempo? — perguntei. — Acho que, se você disser a um homem que precisa dar atenção a uma mulher dessa forma por duas ou três horas, ele vai imediatamente começar a procurar o controle remoto — brinquei.

— Por isso preciso ensinar os homens — respondeu Lousada, sério.

Ele me ganhou, pelo menos por sua sinceridade. Seguimos para a massagem — ou, pelo menos, para a parte dela com a qual eu me sentia confortável.

Ele me levou para o andar de cima, para um pequeno quarto sedutor. A essa altura, o fotógrafo havia ido embora. O quarto era iluminado por velas e aromatizado por incensos. Lá, mais uma vez, começamos a negociar: ele queria fazer uma massagem na *yoni*. Era uma situação explicitamente sexual, diferente de toda a possibilidade de negação que eu havia imaginado quando entrei no

*site* dele pela primeira vez e achei que aquilo tinha a ver com algum tipo de massagem vagamente sensual — eu não podia ir até o fim. Eu estava na cama com um estranho atraente e não havia como fingir que o que ele estava propondo não era uma forma de sexo. A boa e monogâmica garota judia em mim, mais uma vez, impôs um limite.

— Podemos fazer algum tipo de massagem corporal? — perguntei. Ele também tinha formação em Reiki. — Reiki? — perguntei, esperançosa.

Ele pareceu ofendido:

— *Meu* trabalho é com a *yoni* — disse ele, com certo orgulho profissional.

Finalmente, entramos em um acordo: trabalharíamos de forma não sexual, e eu continuaria vestida. Bem, em trinta segundos, eu estava em um estado de — sim — felicidade oceânica. Em cinco minutos, eu estava rindo e, depois de dez minutos, estava em um estado alterado.

O que ele estava fazendo?

“O que você está *fazendo*?”, perguntei. Lousada explicou que, com muito treinamento, ele conseguia projetar sua energia Shakti (masculina) para todas as partes de seu corpo — incluindo mãos e dedos — e que isso é o que causava o efeito do toque dele. Explicou que estava buscando com as pontas dos dedos as linhas dos meridianos em meu corpo — linhas de energia, ou *chi*, que a medicina oriental acredita que formem uma rede entre os pontos do chacra. Havia uma inexplicável carga cinética. Nossa sessão durou uma hora, e, sim, mesmo sem uma troca sexual, havia algo de eletrizante e enriquecedor sobre “receber” algo fisicamente daquela maneira tão sem pressa nem programação.

Quando saí do estúdio, estava (agora eu entendo) entorpecida de dopamina. As cores pareciam mais brilhantes, o mundo parecia repleto de alegria e sensualidade, e as amigas que me encontraram

depois disseram — com um pouco de raiva — que eu estava corada e radiante.

Voltei a falar com Lousada por telefone para tentar arrancar dele como o método funcionava — eu queria entender principalmente qual era a ligação entre a cura de uma mulher com a massagem vaginal e seu resultado em outras áreas da vida, além da sexual.

“Quando uma mulher se sente segura, ela permite *aela mesma* — não a mim — seu prazer orgástico. Um homem leva em média quatro minutos para chegar ao orgasmo”, disse Lousada novamente.

Uma mulher, dezesseis minutos. A menos que ele seja paciente, ele vai gozar bem antes dela. Então, quando falamos sobre “sexo normal”, o homem ejacula bem quando o corpo da mulher está começando a amolecer, a se abrir e relaxar para aquela maravilha (...) e aí acaba. Muitas mulheres desistiram desse tipo de sexo. As mulheres estão abandonando esse tipo de sexo por chegar à conclusão de que não é satisfatório.

Muitos homens não gastam o tempo necessário com suas amantes. As mulheres experimentam esse tipo de sexo e acham que é assim. Em parte, é falta de conhecimento, tanto do homem quanto da mulher. A sexualidade real da mulher é reprimida pela sociedade. Nossa cultura não permite os mesmos tipos de respostas para homens e mulheres. Estudos mostram que 29% das mulheres nunca chegaram ao orgasmo durante uma relação sexual. E 15% das mulheres só chegam lá raramente. Comparado a 0,6% dos homens. Testes em mulheres mostraram que não existe uma razão fisiológica para elas não terem orgasmos. Isso mostra que a condição pré-orgástica é psicológica.

Nós [homens] precisamos fazer a mulher se sentir segura se quisermos que elas respondam com um orgasmo. Precisamos de algum conhecimento rudimentar acerca de onde e como tocá-la — é uma simples questão de anatomia e sensibilidade. Na verdade, uma das coisas mais importantes que os homens precisam lembrar é que todos nós agimos de acordo com nossas próprias experiências sexuais, então, os homens fazem com suas esposas e amantes o que eles acham que é gostoso de acordo com sua própria experiência sexual; e as mulheres não estão dispostas a dizer a eles que existe outro jeito. Então, quando uma mulher me diz: “Meus amantes não me fazem chegar ao orgasmo”, ela geralmente não está assumindo a



responsabilidade. Poucas das minhas clientes expressam seus desejos sexuais. Algumas clientes já me disseram: "Queria ter um orgasmo, seria um presente lindo para ele", ou "até parece que vou dar a ele meu orgasmo". Então, sim, existem coisas que os homens podem fazer, mas as mulheres é que precisam ser curadas. As mulheres entram em contato com seu eu sexual e se tornam mais criativas; espirituais; artísticas. Elas conseguem empregos diferentes! É uma só uma questão de liberar sua força vital.

Bem, essa foi uma afirmação séria, e eu precisava de corroboração externa. Então, pedi a ele que me colocasse em contato com uma de suas clientes que pudesse confirmar essa alegação tão abrangente.

Ele me colocou em contato com uma mulher articulada e atenciosa na faixa dos trinta anos, que chamarei de "Angela".

"Li o artigo dele no *Sunday Times* e marquei uma consulta", disse Angela.

Eu estava totalmente desencantada com os homens e passei por um longo período de celibato. Meus relacionamentos românticos não eram positivos; eu também tive alguns problemas com assédio sexual. Tive um namorado, mas não era uma relação profunda; não conseguia me abrir fisicamente para ele. Eu não estava pronta para me abrir sexualmente. Já fazia um tempo.

A sessão com Mike afetou completamente minha criatividade. Eu precisava ser curada por um homem. Na época, foram cinco sessões, e ainda o vejo a cada mês. As primeiras duas sessões foram basicamente só de conversa — bem terapêuticas. A partir da terceira sessão, comecei o trabalho na *yoní*. A primeira sessão foi de conversa, abraços e lágrimas. Admiti como eu me sentia. A segunda sessão foi profunda — admiti quanta raiva eu sentia. Mike me fez gritar "VAI SE FODER!" para liberar minha raiva. Foi algo importante para mim dizer isso para um homem (...) eu tinha certeza de que, se demonstrasse raiva em um relacionamento, eles iriam me deixar.

Depois dessa experiência, comecei a escrever contos — comecei a ser eu mesma. A terceira sessão de trabalho com a *yoní*: eu já tinha ejaculado quando era mais nova — foi muito emocionante aquilo ter acontecido novamente. A prioridade ali era eu, ele estava interessado em mim, em meu prazer — aquilo era importante. Tive

bastante tempo. Em minhas experiências sexuais anteriores, eu frequentemente fazia as coisas com pressa — e ficava ansiosa em relação ao que os homens queriam. Eu achava muito difícil relaxar durante o sexo, apesar de conseguir chegar ao orgasmo, e já tive até orgasmos múltiplos. Porém, antes, eu meio que desaparecia quando tinha um orgasmo — e não de uma maneira legal, é claro. Permanecer em meu corpo depois de um orgasmo era algo novo. Muitas emoções surgiram: traumas passados. Eu me senti segura; por causa da segurança emocional, pude relaxar mais: ele sabia o que fazer.

Eu nunca havia tido um orgasmo vaginal antes — era sempre clitoridiano —, mas com ele eu tive. Ele encontrou algum tipo de ponto que deu muito certo. Fui capaz de mergulhar profundamente em minha sexualidade, deixar fluir de forma intensa — eu sentia raiva, chorava... Ele é um exemplo de homem respeitoso. Eu queria respeito, mas não sabia o que era isso, como era. Isso me ajudou a ter mais confiança em relação à minha capacidade de julgar a integridade masculina.

Eu já tivera orgasmos múltiplos antes — umas duas ou três vezes seguidas... mas, com Mike, tive uma dúzia: eu conseguia sentir paixão. Antes, eu tinha um “bloqueio de energia” — lá, eu fui capaz de gritar. Em relações anteriores, os homens não me deixavam ser emotiva. Em minha família, eu não podia expressar sentimentos. Por poder ser emotiva com um homem (...) agora eu consigo me impor muito mais.

Enfrentei meu gerente. Discuti minhas ideias de maneira mais aberta — eu não teria feito isso antes. Comecei a perceber que sempre achava que os outros estavam certos; e eu, errada — comecei a perceber que eu não precisava imitar as pessoas. Podia ser eu mesma. Eu me senti mais confiante. Eu me sentia melhor quando olhava no espelho. Já me disseram que sou feia. [Depois de trabalhar com Lousada] eu gostava muito mais de meu rosto. Estou aceitando que sou uma pessoa volátil e apaixonada. Demonstro isso bem mais. Durante a masturbação, consegui ter orgasmos melhores. Minhas fantasias sexuais mudaram (...) eu sempre era dominada [nas fantasias anteriores]. Sempre havia uma visão distorcida da figura paterna. Agora, consigo ter orgasmos sem pensar em um homem — agora, todo meu corpo sente o orgasmo. Então, para mim, as mudanças físicas acompanharam as mudanças psicológicas.

Outra coisa — eu sempre quis escrever textos subjetivos; mas voltei a morar com meus pais e estava trabalhando em um escritório. Depois das sessões com Lousada, consegui trabalhos mais criativos e sempre tive certeza de que conseguiria.

Criatividade? Dessa vez, criativamente, era como se eu fizesse parte de tudo. Eu estava lá. Meu cérebro não ficava me distraíndo — eu sabia que meu corpo assumiria o controle; eu me senti livre, com uma sensação de integridade. Meus objetivos eram mais palpáveis. Tenho a sensação de estar sendo segurada e que não vou cair. Mike fala muito sobre a mulher ser uma deusa; eu, com certeza, me sinto uma deusa. Tenho escrito histórias sobre a deusa Perséfone. O marido dela a levou para o submundo, mas isso é algo bom, porque foi ela quem escolheu isso. É uma questão de se conectar com o lado obscuro. Eu vejo a deusa em mim; vendo a deusa em outras pessoas — vendo o Deus em Mike —, sinto mais compaixão. Consigo me ver no outro.

Depois dessas sessões com Mike, tudo foi desbloqueado. Foi como um foguete decolando. Estou atraindo homens muito melhores para minha vida, sinto-me capaz de manter um relacionamento romântico. Tenho um espaço sexual seguro.

— Você sente que sua emergente sexualidade é reflexo de aspectos emergentes de seu ser? — perguntei.

— Sim — ela respondeu. E acrescentou: — Algumas feridas que as mulheres têm só podem ser curadas por um homem.

---

A descrição de Lousada da vagina “sugando” quando estivesse pronta, que me pareceu tão estranha a princípio, fazia cada vez mais sentido conforme eu pesquisava mais sobre a tradição tântrica e taoísta. As tradições orientais veem a vagina como algo vivo — ou seja, algo que expressa suas próprias vontades, preferências, influências e ações —, uma visão totalmente estranha para nós e muito diferente da maneira passiva, receptiva, sem personalidade e *sem voz* como a vagina é retratada em nossa cultura.

A própria definição para o “abrir” da vagina, apesar de usarem a mesma palavra, tem duas interpretações totalmente diferentes nas culturas ocidental e oriental. Nas tradições orientais como o Tantra e o Tao, o homem se dirige com carinho e cuidado ao “guardião do portal”, a parte externa da vagina e os lábios, e espera permissão para entrar, seja com a mão, seja com a língua seja com o pênis; e a

abertura da vagina é um processo complexo, gradual e gradativo, que se desenvolve com o tempo, depois de muita atenção e respeito. No Ocidente, “abrir” a vagina significa simplesmente a mulher abrir as pernas, ou a penetração do homem com o pênis; a vagina abre, no Ocidente, como um mecanismo, ou como uma porta, cortina ou caixa. Por outro lado, o modelo oriental de abertura vaginal tem mais a ver com um “desdobramento” ou “desenrolar”, um “despertar” ou “expansão” — como a fotografia em *time-lapse* ou como um lótus abrindo ao sol.

Conseguí tirar de minhas explorações tântricas uma expressão maravilhosa. Como minhas amigas e eu às vezes brincamos — ou meio que brincamos — umas com as outras, quando narramos uma aventura romântica, “mas e o que a *yoni* tem a dizer?”

---

1. Veja Marcus Buckingham, *Find Your Strongest Life: What the Happiest and Most Successful Women Do Differently* (Nova Iorque: Thomas Nelson, 2009).[↵](#)
2. Douglas Wile, *Art of the Bedchamber: The Chinese Sexual Yoga Classics, Including Women’s Solo Meditation Texts* (Albany: State University of New Iorque Press, 1992), 9.[↵](#)
3. *Ib.*, 140-41.[↵](#)
4. Richard Burton, trad., *The Perfumed Garden of Cheikh Nefzoui: A Manual of Arabian Erotology* (Londres, Reino Unido: Kama Shastra Society of London and Benares, 886), 129-59.[↵](#)
5. Leora Lightwoman, do Diamond Light Tantra, outra professora, dá um alerta sobre o campo crescente da cura sexual tântrica para mulheres. Em um e-mail, ela escreveu: “A massagem tântrica para mulheres, incluindo a massagem da *yoni*, é um ritual lindo a ser compartilhado entre amantes, e profissionais como Michael oferecem esta oportunidade àqueles que não estão em um relacionamento, ou cujos parceiros não têm inclinação para o Tantra, para que possam receber essa oferta sexual e emocional sagrada e deliciosa. E isso é bom. A massagem tântrica pode ser profunda (...) Fico, entretanto, profundamente preocupada com a reputação do campo da massagem tântrica como um todo, pois claramente não é uma área regulamentada.

Qualquer um pode se autoproclamar um massagista tântrico. A diferença entre uma massagem tântrica e uma massagem erótica pode ser nebulosa, até mesmo para as pessoas da área, e eu vejo a coisa como um contínuo.” Ela estabelece a distinção que vê entre os terapeutas tântricos reais e os de última hora e alerta que o mestre tântrico tem respeito pela cliente e deve manter um “sentido de inocência” a respeito da transação. Entrevista com Leora Lightwoman, Londres, Reino Unido, 15 de julho de 2011. [↵](#)



## *Prazer radical, despertar radical: a vagina como liberadora*

*Hoje quero pintar a nudez (...) te quero (...) me levaria noite afora — afora na escuridão azul, e o dia jamais chegaria...*

Georgia O'Keeffe

Quanto mais eu ficava sabendo das recentes descobertas da ciência cerebral e sobre a antiga prática do Tantra, mais me parecia que um grupo de buscadores espirituais hindus de séculos atrás havia entendido muito bem um conjunto de *insights* sobre a conexão mente-corpo na sexualidade que a ciência ocidental só agora estava começando a entrever.

De fato, essas duas tradições, a médica/sexológica ocidental e a tântrica oriental, estão começando a trocar informações. Desde que conheci Mike Lousada, ele vem desenvolvendo uma clínica renomada e apresentando trabalhos metodológicos para grupos de médicos tradicionais focados na saúde sexual e disfunções femininas.

Quando Mike olha fundo nos olhos de uma cliente, ele estimula a resposta neurobiológica preparada nas mulheres pelo olho no olho que elas buscam instintivamente, como fazem os dois gêneros, para medir por meio das pupilas dilatadas os níveis de saúde e excitação do parceiro.<sup>[1]</sup> Quando ele disse “Bem-vinda, deusa”, tirou o estresse

dela, reafirmando no nível do sistema nervoso autônomo dela que estava sexualmente segura — era respeitada, valorizada e vista como adoravelmente única por um parceiro potencial. Isso permitiu que seu sistema ficasse pronto: seus mamilos ficaram eretos; sua pele, ruborizada; e sua vagina, lubrificada. Por causa das conexões entre os hemisférios do cérebro, mais fortes no feminino que no masculino, quando Lousada verbalizou imagens positivas sobre sua vagina, a mente e o corpo dela se prepararam para começar a processar imagens e pensamentos sexuais.<sup>[2]</sup> Como as mulheres respondem com uma resposta de relaxamento muito mais profunda quando acariciadas, os afagos sem meta definida e isentos de pressão de Lousada ativam o ciclo positivo feminino de alto relaxamento para alta excitação. O Tantra, visto nessa luz, não tem nada de misterioso, é uma forma de neurociência aplicada, ativando intencionalmente as conexões cerebrais com os órgãos sexuais.

O SNA que induz ao misticismo nas mulheres — e todos os outros sistemas corporais e sexuais da mulher, trabalhando juntos de formas que vão bem além do que no Ocidente nós identificamos como “sexo”, mas que são, sem dúvida, essenciais para a felicidade sexual e emocional das mulheres — chamarei de “rede da deusa”. As coisas que os homens têm que fazer às mulheres para ativar a rede da deusa — o que a educadora sexual Liz Topp chamou de “coisas de que as mulheres precisam, e os homens não”, e para as quais nós, de forma bem reveladora, não temos um único nome — chamarei de “dança da deusa”. Existe grande probabilidade de identificar como parte da dança da deusa atos ou gestos ou carinhos confirmados pela interseção da prática básica do Tantra e por pesquisa científica estabelecida ou recente, apesar de que, sem dúvida, haja incontáveis variações e adições a esse breve sumário dessa dança.

Os dados das tradições ocidentais e orientais revelam que qualquer homem ou mulher pode dar o tipo de atenção que a dança da deusa requer para todas as áreas do corpo feminino que devem, idealmente, ser tocadas e acariciadas. Como diz Lousada, “paciência e compaixão” da parte dos homens, ao buscar a resposta sexual nas

mulheres, são muito mais importantes para alcançar um estado de êxtase profundo e liberação emocional que qualquer outra medida superficial de atributos físicos.

Antes de falar da dança da deusa propriamente dita, quero deixar algo registrado: as mulheres são estimuladas a ver qualquer debate público sobre a sua sexualidade como o estabelecimento de uma nova meta, do que fazer ou do que não fazer. Essa não é absolutamente minha intenção. Direi quantas vezes forem necessárias: cada mulher é diferente. Quero esclarecer que ofereço esse conteúdo a título de informação — baseado no que funciona na prática do Tantra e especificamente no que funciona naquela prática e serve como base para a ciência mais recente.

Algumas mulheres podem apreciar todos os aspectos da dança da deusa durante todo o tempo. Algumas vão querer um pouco do que vem a seguir; outras vão querer muito; ou o que a mesma mulher vai querer vai variar em diferentes momentos (incluindo, neurobiologicamente, em diferentes épocas do mês). Outras mulheres jamais reagirão a esse conjunto de gestos e abordagens. Outras, ainda, apreciarão esses gestos e abordagens frequentemente, mas, em outros momentos, preferirão um sexo anônimo em uma viela qualquer. Esses gestos e abordagens são pontos de exploração, e minha proposta é elucidar a conexão mente-corpo na resposta sexual feminina.

#### EM PRIMEIRO LUGAR, VALORIZE E AJUDE

A dra. Helen Fisher destacou, em *Anatomia do amor*, que a necessidade evolucionária das mulheres de ter um parceiro para ajudá-las durante os dois primeiros anos mais vulneráveis da vida de um filho as predispõe a valorizar nos homens um comportamento que indica que elas são apreciadas e eles são comprometidos. Chamo isso de “comportamento de investimento”. Isso é diferente, como aponta a própria dra. Fisher, da velha afirmação de biólogos



evolucionários de que as jovens férteis vão reagir sexualmente a homens mais velhos com dinheiro e poder.<sup>[3]</sup>

A teoria persuasiva das mulheres que diz que elas se beneficiam em termos evolucionários reagindo sexualmente a homens que demonstram que podem ser parceiros efetivos nos anos vulneráveis do bebê e que mostram que podem manter a mãe e o bebê seguros levou-me a questionar — dado que isso seria tão valioso evolutivamente para as mulheres, seu corpo e, sem dúvida, sua vagina — se isso as levaria a notar ou registrar tais ações em parceiros potenciais antes que sua mente houvesse prestado atenção, da mesma forma que a ciência recente estabeleceu uma base biológica para a “resposta intuitiva” aos outros.

Tanto o Tantra quanto a ciência recente confirmam que há um pulso na vagina. De fato, vários estudos ocidentais da resposta sexual feminina mediram isso. A maior parte das mulheres foi educada para não prestar nenhuma atenção a esse pulso fora do contexto sexual. Quando você atrai a atenção da mulher para esse pulso vaginal delicado, sempre presente e distinto de tudo o mais, ela vai notá-lo na maioria das circunstâncias, incluindo contextos não sexuais.

Parece plausível que esse pulso diga a uma mulher muita coisa sobre a segurança de um contexto emocional e sobre como ela será valorizada e se sentirá segura dentro dele.

Ninguém com quem falei, *on-line* ou pessoalmente, jamais ouviu falar do conceito de pulso vaginal. (Nem eu havia ouvido falar antes de fazer a pesquisa para este livro.) Os pesquisadores da sexualidade feminina do momento o medem em unidades padronizadas chamadas “VPA” (em inglês, amplitude do pulso vaginal), que são medidas por um “fotômetro vaginal”, um dispositivo que envia um leve sinal para monitorar o fluxo sanguíneo da vagina. Os pesquisadores estão descobrindo importantes conexões entre a VPA e a resposta sexual feminina.<sup>[4]</sup> Depois que uma mulher ouve falar pela primeira vez do conceito e depois que

falei com elas sobre a conexão cérebro-vagina, nenhuma delas teve nenhum problema em identificar seu próprio pulso vaginal e em responder às minhas perguntas.

Pedi às respondentes em minha pesquisa *on-line* que notassem quando seu pulso vaginal dava um sinal ou batida particularmente notável em um contexto não sexual. O que estava acontecendo?

Algumas mulheres confirmaram que esse “salto” ou “pulso mais forte que o normal”, como duas delas o descreveram, resultou de um comportamento de seu parceiro ou marido que foi gentil, ou que demonstrou uma capacidade de protegê-la efetivamente, ou que explicitou um “comportamento de investimento”. (Infelizmente, não recebi respostas de mulheres que se identificaram como lésbicas ou bissexuais nessa pesquisa informal; um estudo qualitativo que mostrasse se mulheres de todas as sexualidades experimentam o pulso da mesma forma quando seus amantes fazem coisas semelhantes ou se diferentes coisas estimulam o pulso em mulheres de diferentes sexualidades seria fascinante, é claro.)

“Senti o pulso vaginal quando meu namorado e eu fomos fazer compras no supermercado e ele lembrou — eu havia esquecido — que precisávamos de comida para meu gato.”

“Senti o pulso quando meu marido me levou para jantar em meu aniversário e puxou a cadeira para mim.”

“Estava acampando e percebi que meu travesseiro tinha cheiro de mofo. Meu marido me deu o dele e ficou sem nenhum; ele usou o casaco para dormir. Senti o pulso nessa ocasião. Às vezes, o pulso é tão forte, que é quase desconfortável. Definitivamente, fiquei com vontade de fazer amor, para aliviar a tensão.”

“Meu marido ensinando nosso filho a consertar sua bicicleta. Sinto o pulso.”

Algumas mulheres relataram sentir o pulso vaginal quando seus maridos demonstraram força física, criatividade artística ou certos tipos de habilidades ou domínio e abertura emocional:

“Senti quando estávamos na lixeira! Ele ajoelhou, levantou um sofá velho do qual queríamos nos livrar e jogou na caçamba do caminhão.”

“Quando estávamos em um evento de família e notei que ele passou um tempo conversando com minha avó idosa, o que requer muita paciência.”

“Quando começamos a sair e o observava dirigindo habilidosamente por uma estrada com chuva.”

“Quando o ouvi cantar pela primeira vez.”

“Quando ele faz café da manhã para mim.”

Muitas das respostas a essas perguntas demonstraram que, se a capacidade de um homem de oferecer segurança emocional e carinho pode ter efeitos eróticos em mulheres heterossexuais, a capacidade dele para a criatividade, aventura ou risco também terá o mesmo efeito. O dr. Pfaus explica essa aparente contradição pela natureza dual do SNA feminino — gosta de ser relaxado e gosta de ser ativado. Isso certamente ajuda a explicar por que, de geração em geração, garotas adolescentes e jovens moças gritam de excitação sexual ouvindo serenatas ou baladas tocadas por roqueiros; a música ativa o SNA. Notou, também, que o SNA feminino relaxa mais quando está livre do “estresse negativo”, mas que o “estresse positivo”, como o gerado por situação de perigo excitante da qual a mulher ainda tem controle, pode ser sexualmente atraente, especialmente para as mulheres de baixa linha basal da ativação do SNA.

Mas o que eu certamente não esperava ver foram as respostas que revelaram que as mulheres experimentam o pulso vaginal mais forte em contextos completamente não sexuais ou mesmo fora do relacionamento — cenários em que encontraram beleza estética ou natural, em que estavam usando sua criatividade, ou que demonstraram seu próprio poder ou identidade. Isso sugeriria que a relação da mulher com sua própria mente e corpo é *primeiramente* erótica; que sua excitação existencial por estar viva e reativa ao

mundo ao seu redor é erótica *em primeiro lugar*, e que esse Eros vem antes de qualquer despertar erótico gerado pelo “outro”:

“Senti o pulso uma noite, quando estava enchendo o tanque do carro no posto de gasolina. Olhava para a cadeia de montanhas no parque estadual e notei uma massa de névoa encobrendo o topo das montanhas. Senti uma batida mais forte quando percebi a beleza e majestade daquela cena.”

“Estava ouvindo o réquiem de Mozart e, na parte das notas em cascata, senti o pulso.”

Um homem relatou: “Eu tinha uma amiga que teve um orgasmo enquanto estávamos escalando, só pela beleza das árvores e a margem do rio onde estávamos”.

O pulso vaginal apareceu de forma mais acentuada em contextos de competição, vitória e validação do ego: “Senti o pulso quando um colega de trabalho, que havia agido de forma não ética — eu sabia, mas ninguém havia acreditado em mim —, foi desmascarado. Não tenho orgulho disso, mas é verdade, eu me senti poderosa”.

“Senti quando cruzei a linha de chegada em uma maratona.”

“Senti uma batida mais forte em minha primeira exposição de artes, quando ouvi as pessoas elogiando meu trabalho.”

“Na pista de corridas.”

É evidente que o pulso vaginal não é apenas uma forma de a mulher discernir sua excitação sexual: parece ser também uma forma de a vagina a manter continuamente informada sobre ela própria em vários níveis.

TRAGA FLORES, DIMINUA AS LUZES, RELAXE

No filme de Spike Lee de 1986 *She's Gotta Have It*, o seguinte diálogo ocorre entre um homem e uma mulher que haviam acabado de começar a se beijar.

— Aonde você vai? — pergunta o homem enquanto a jovem Nola se levanta e sai da cama.

— Pegar as velas — ela responde sedutoramente.

— Tem certeza de que vai ter velas suficientes? — ele aponta para as dezenas de velas à volta deles, sarcasticamente.

— Você não sente o cheiro delas? São perfumadas — ela responde, ainda em voz baixa.

— Sim, elas cheiram bem — ele responde abruptamente. — Agora, por que você não tira a roupa?

Essa é a clássica falta de comunicação entre os gêneros. Nola não está somente tentando “pegar as velas”. Ela está tentando entrar em um estado ativado de seu SNA que vai influenciar a intensidade de seu orgasmo. Mas seu amante pensa que ela está só perdendo tempo em decorações inúteis que eles podiam estar usando para ir direto ao ponto.

Para o cérebro de Nola, a luz de velas é *parte* de seu desejo físico, não apenas uma decoração qualquer. Em *The Female Brain* de Louann Brizendine, ela explica a neuroquímica por trás disso:

Finalmente, tudo estava em seu lugar. Sua mente estava calma. A massagem fez sua mágica. As férias eram sempre o melhor momento. Sem trabalho, sem preocupações, sem telefone, sem *e-mail*. Nenhum lugar para onde o cérebro de Marcie pudesse correr (...) Ela podia se abandonar e deixar acontecer. O centro de ansiedade em seu cérebro estava desligando. A área para tomada de decisão consciente já não estava tão iluminada. As constelações neuroquímicas e neurológicas estavam se alinhando para o orgasmo (...) Ironicamente, a excitação sexual feminina é ligada quando algo é desligado. Os impulsos podem correr para os centros de prazer e engatilhar o orgasmo apenas se a amígdala — o centro de medo e ansiedade no cérebro — foi desativada. Antes de a amígdala ser desligada, qualquer preocupação de última hora (...) pode interromper a marcha em direção ao gozo. O fato de que uma mulher exige essa etapa neurológica extra pode explicar por que ela leva uma média de três a dez vezes mais tempo que o homem normal para chegar ao orgasmo (...) Os nervos na ponta do clitóris se conectam com o centro do prazer no cérebro feminino. Se o

medo, o estresse ou a culpa interferem no estímulo, o clitóris congela (...) Na verdade, o clitóris é o cérebro abaixo da cintura.<sup>[5]</sup>

A qualidade do orgasmo da mulher é notadamente afetada pela iluminação e pelo aconchego e beleza do ambiente em que ela faz amor. Mike Lousada havia começado sua sessão sentindo a deusa, quem quer que ela fosse, próxima a um altar repleto de flores e de frente a uma linda *tangka*, ou tapeçaria bordada sagrada. Ele acendeu velas. Nos *workshops* do local sagrado tântrico de Charles e Caroline Muir, os homens recebem instruções detalhadas para preparar um banho na suíte do hotel para a mulher do casal. Os textos tântricos sempre aconselham o casal a se certificar de que o amor seja feito em um local onde haja beleza e ordem: de colocar uma flor de lótus ou outra na água perto da cama e queimar incenso em frente a um elegante altar cheio de estátuas ou imagens adoráveis. As antigas deusas da sexualidade e fertilidade feminina, de Inanna a Astarte e Afrodite, eram associadas não apenas ao sexo, mas também às flores, às artes decorativas, adornos e beleza estética.

Se esse tipo de preparação estética pode parecer extrema e inutilmente longa ao leitor ocidental e certamente não factível sem a dedicação de pelo menos uma hora e meia diariamente, jamais deve ser desconsiderada por ser trivial. Esse conselho tântrico é baseado na neurociência: luzes suaves, flores, gestos de preparação em tributo ao seu conforto, como preparar um banho, são coisas que muito mais provavelmente podem colocar a mulher em estado de relaxamento profundo, o que, por sua vez, preparará o SNA dela para níveis muito mais altos de excitação que o mero sexo sem nenhum gesto preparatório.

Esse conjunto de gestos de preparação é frequentemente erótico para as mulheres mesmo quando elas os fazem sozinhas. Quando uma mulher coloca uma *lingerie* leve, perfume, acende velas e enche seu quarto com flores, isso frequentemente a excita e a torna capaz de se excitar. Essa preparação transitória muda as respostas

do corpo da mulher, e seu relaxamento permite o jogo da imaginação.

Será que a associação tântrica (e suméria, fenícia, cretense, helênica e mais e mais) da sexualidade feminina com flores e adornos, nessa época *hard-core* em que vivemos, é uma espécie de blá-blá-blá do Ganges via Norte da Califórnia? Ou será que há algo de profundo na neurobiologia feminina que os antigos entendiam claramente? Por que os homens quando cortejam trazem flores? Especialmente as de pétalas mais luxuriantes, flores em forma de vulva tais como as rosas vermelhas — e por que será que, em qualquer grupo de controle de mulheres heterossexuais, todas concordam instintivamente que não querem um cara que dê crisântemos ou cravos? Por que parece importar, eroticamente, se as flores foram escolhidas cuidadosamente com antecedência, ou compradas apressadamente na banca da esquina e oferecidas em uma embalagem de plástico?

Por que parece contar tanto para as mulheres que estão em relacionamentos longos se seus maridos param completamente de trazer flores — e certamente se esquecem de mandar flores no Dia dos Namorados? Por que as mulheres são tão sensíveis — *por que isso é uma questão tão importante?*

Será que é porque há algo a respeito dessa questão — tão frequentemente esquecido e ignorado — que as mulheres necessitam para proteger e manter uma forte resposta sexual para seus parceiros? A resposta é sim. Nem todas as mulheres querem flores, velas e música; algumas vão querer outros tipos de focos mais provocativos, mas praticamente todas as mulheres vão querer tributos ou gestos de preparação única. Mesmo se ela quiser apenas um encontro rápido e sensual, vai desejá-lo mais ainda se ele fez algum gesto que ela interpretou como romântico, ou como uma comunicação do desejo dele, em algum outro ponto do dia. Quando os homens, com o tempo, se esquecem de fazer essas coisas ou acham que elas não importam mais — afinal, agora a mulher é casada com ele, então, por que seduzi-la cada vez que o sexo está

em pauta? —, eles praticamente garantem que será mais difícil para a mulher desejá-lo apaixonadamente.

Vimos como é poderoso o papel do sistema nervoso simpático (SNS) no relaxamento e preparação do corpo da mulher para a excitação. Meio escondidos em um estudo sobre um fenômeno não relacionado — o famoso estudo de 1981 por John Delbert Perry e Beverly Whipple sobre o ponto G e a ejaculação feminina —, os pesquisadores compartilharam alguns detalhes importantes sobre o ambiente em que testaram as sensações vaginais das mulheres.<sup>[6]</sup> Perry e Whipple descobriram uma diferença, segundo seus termos, entre o orgasmo uterino e vulvar (clitoridiano). Mediram as respostas das mulheres quando o ponto G era tocado, mediram as contrações uterinas durante o orgasmo e registraram se haviam ou não “ejaculado” — isto é, se sua uretra havia emitido um fluido claro. (Os pesquisadores ainda estão debatendo se a ejaculação feminina foi provada e não têm certeza absoluta do que consiste esse líquido uretral.)

Nesses comentários, Perry e Whipple advertem outros cientistas a considerar o papel do ambiente nos resultados dos orgasmos medidos. Em outras palavras, Perry e Whipple queriam analisar a sensação no ponto G *versus* outros tipos de sensações vaginais e clitoridianas, mas no processo descobriram que o conforto e a iluminação do cenário afetavam a intensidade dos orgasmos que estavam medindo e afetavam até a possibilidade de as mulheres ejacularem.

Em um caso, os pesquisadores testaram uma mulher em um consultório médico estéril e fartamente iluminado — um ambiente que muitas pessoas associam com dor, doença e mal-estar. A mulher em questão, desapontada com seus fracos resultados naquele ambiente, pediu que o teste fosse refeito.

Escreveram os autores:

De forma bastante propícia, o consultório médico [que havia sido usado anteriormente para o teste] não estava disponível para a reavaliação, que foi



realizada na sala da casa da própria mulher, na presença de seu parceiro sexual. Nesse ambiente, sua medida miográfica vaginal foi de 26 microvolts (comparada com 11,8 no consultório), e a medida miográfica uterina foi de 36 microvolts (comparada com 6,88 alguns dias antes). A mulher ficou muito aliviada com os dados obtidos, que ela achou que refletiam melhor seu entendimento de seu estado de saúde sexual.<sup>[Z]</sup>

Então, outro grupo confirmou os resultados dramaticamente diferentes desse primeiro sujeito em um ambiente mais aconchegante. Por causa de uma questão de agenda, todo um grupo de sujeitos de testes também teve que mudar o local de seus testes. Essa segunda locação também era um consultório médico, como o primeiro. Mas esse, em contraste, foi onde foram feitos os ensaios de *biofeedback*. O *biofeedback* exige uma resposta de relaxamento do sujeito para ser bem-sucedido. O segundo consultório tinha uma iluminação suave, era confortavelmente mobiliado e tinha uma decoração atraente.

À meia-luz, em um cenário esteticamente mais atraente, a medida da intensidade dos orgasmos das mulheres disparou. O mesmo grupo de mulheres chegou a ejacular mais em um ambiente mais agradável e relaxante.

Se você ler a cuidadosa linguagem científica dos pesquisadores, poderá ver que estão dizendo que um local mais "sedutor" levou as mulheres que ejacularam a produzir o dobro de microvolts nas medidas de suas contrações vaginais e quase quatro vezes mais "voltagem" em suas contrações uterinas durante o orgasmo que as mulheres que o tiveram em ambientes clínicos fartamente iluminados. E que garota não quer *isso*?

A diferença substancial entre as duas medidas no mesmo sujeito sugeriu uma variedade de explicações *post hoc*, tais como a presença do parceiro, a fadiga, a posição do ciclo menstrual, ambiente experimental e efeitos práticos. A única variável para qual havia dados disponíveis era o ambiente experimental. Os sujeitos foram retrospectivamente divididos em dois grupos: um consistiu nas mulheres que foram medidas na mesa de exames ginecológicos em uma clínica ou consultório médico; e o segundo grupo foi formado por mulheres medidas em uma cadeira reclinável ou um sofá da sala de terapia de *biofeedback*.

Os resultados dessa análise *post hoc* sugerem que o ambiente do exame pode ter sido importante. Houve apenas pequenas diferenças no caso das que não ejaculam, que tendem a ter uma musculatura mais fraca. Mas, para as que ejaculam, as diferenças foram substanciais: as seis mulheres ejaculadoras mediram na mesa ginecológica uma média de 8,32uV (DP=3,44) com o miógrafo vaginal, comparados com 12,95uV (DP=6,15) para as dezenove mulheres remanescentes,  $t(16) = 2,33$ ,  $p = 0,05$ . Também foram notadas diferenças no miógrafo uterino. As cinco mulheres ejaculadoras no grupo de mesa ginecológica marcaram uma média de 7,38uV (DP=3,51) comparados com 15,88uV (DP=4,42) para as outras onze mulheres ejaculadoras,  $t(10) = 4,13$ ,  $p < ,01$ .<sup>[8]</sup>

Beverly Whipple encontrou uma conexão ainda mais reveladora entre o modo como os orgasmos vaginal, clitoridiano e do ponto G são experimentados pelas mulheres e as diferentes partes do cérebro. Em uma apresentação de 2011, Whipple e seus coautores demonstraram que, de fato, as sensações e orgasmos vaginal, clitoridiano e do ponto G aparecem em diferentes — ou seja, separáveis — partes do cérebro feminino, apesar de relacionadas. Não apenas isso, mas também descobriram que as mulheres usam diferentes descritores emocionais e sensoriais para os orgasmos clitoridiano, vaginal, do ponto G e os “mistos” (sendo que a maioria prefere os “mistos”). Essas diferenças são tão bem documentadas pelo trabalho de Beverly Whipple, que ela chama o orgasmo cervical ou do ponto G de “orgasmo profundo” e projetou um vibrador especificamente para ativá-lo.<sup>[9]</sup>

A conclusão que Whipple e Perry tiraram de seu estudo anterior de 1981 é clara, e potencialmente muito excitante: “esta análise *post hoc* (...) sugere que seja necessário prestar atenção cuidadosa ao ambiente experimental e seu tom ‘sexual’ ou antissexual em pesquisas futuras sobre o funcionamento sexual”.<sup>[10]</sup>

Muitas mulheres me falaram sobre o que achavam que haviam perdido, sexualmente, em relacionamentos de longo prazo. Notei que muitas falaram com grande amargura sobre ter que ser a parte que faz as reservas no restaurante na “noite romântica”, ou que contrata a babá no Dia dos Namorados. Essa amargura é

intensificada se a mulher se lembra de que, no período da paquera, não era ela quem tinha que fazer esse tipo de tarefa. Parece haver uma questão, na narrativa delas, a respeito de “ser a pessoa” que faz esse trabalho — é descrito como trabalho mesmo —, e isso se conecta com o marasmo sexual; seu ressentimento parece ligado a alguma noção de que, se elas tiveram que fazer a reserva para o encontro, a noite não será excitante para elas; romanticamente parece que houve uma troca de posições.

Quando são elas que têm que fazer todo o “trabalho” romântico, ficam zangadas, pois percebem corretamente que seus homens abdicaram de seu papel de zelar o mínimo necessário pela chama de desejo de sua esposa por eles. Ficam zangadas porque sabem que os homens vão querer sexo mais tarde, mas sentem que eles pararam de valorizar a excitação de suas mulheres.

(Ficam zangadas também porque provavelmente estão começando a ficar tensas e desconfortáveis, como as ratas frustradas do dr. Pfaus acabaram se sentindo, com a perspectiva de um sexo ruim. A excitação sem uma boa liberação — a dopamina ativada negativamente — é, como o dr. Pfaus explicou anteriormente, uma experiência física extremamente negativa para as mamíferas, quer estejam em uma gaiola de laboratório ou em um quarto.)

Os homens heterossexuais fariam bem em se perguntar: “Será que quero estar casado com uma deusa — ou com uma puta?”. Infelizmente, não há, fisiologicamente, um meio-termo disponível para as mulheres. Ou são muito bem tratadas sexualmente ou, se sozinhas, tratam-se muito bem sexualmente — ou correm o risco de se sentir pouco à vontade física e emocionalmente irritáveis. Como revela o estudo do dr. Pfaus sobre o estresse sexual feminino, os níveis de estresse causados pela frustração sexual não são algo que possa ser controlado pelas mamíferas fêmeas. O Tantra e a neurociência sugerem fortemente aos homens nessa situação, mesmo que eles pensem que suas mulheres ou namoradas estão temporariamente insanas: leve uma rosa para casa. Faça reservas em um restaurante. Arrume o quarto. Acenda uma vela.

## AJUDE A ENTRAR NO ESTADO DE TRANSE DO ORGASMO

O relaxamento e a desinibição andam juntos. O SNS, quando realmente ativado, é o melhor amigo do estado de transe sexual das mulheres.

A neurociência recente confirma o que o Tantra sempre defendeu — e o que as cenas de abandono próprio nas melhores ficções femininas confirmam: quando gozam, as mulheres entram em um estado de transe diferente do que os homens experimentam no orgasmo. Em “Alterações cerebrais regionais no fluxo sanguíneo associadas ao orgasmo clitoridiano induzido em mulheres saudáveis”, Janniko R. Georgiadis e outros analisaram imagens de ressonância magnética do cérebro de mulheres a quem se pediu, inicialmente e de forma um pouco confusa, que imitassem as contrações corporais da excitação e do orgasmo, mas tentando *não* ficar excitadas — isso era para controlar o movimento que aparecia na ressonância. E então, tendo feito isso, que fossem em frente e se masturbassem, ou que fossem masturbadas por seus parceiros, até chegar ao orgasmo. As imagens da ressonância magnética do cérebro das mulheres explodindo em um arco-íris de cores no momento do orgasmo — em locais diferentes do cérebro do que os pesquisadores esperavam — foram uma imagem inovadora para a ciência: “o primeiro relato das regiões cerebrais envolvidas na experiência da estimulação clitoridiana”.<sup>[11]</sup>

As descobertas podem ser lidas como pistas — mas de forma alguma como confirmações — de que o medo milenar de que o sexo transforma a mulher em algo como uma bruxa ou uma bacante sem limites morais no momento do orgasmo pode conter uma pitada de verdade. Os pesquisadores encontraram “desativação significativa do córtex dorsomedial pré-frontal”, que é o local no cérebro que lida com o “raciocínio moral e julgamento social”. Essa descoberta “implica ausência de julgamento moral e autorreferência”, naquela parte do cérebro que normalmente cuida dessas funções, no momento do orgasmo. Isso sugere que, quando estão gozando, as

mulheres percam sua consciência de ser separada, percam a autoconsciência, achem difícil ter autocensura — como acontece quando uma mulher não consegue parar de gritar, por exemplo, mesmo sabendo que está em um quarto de hotel com as paredes finas e vai ficar constrangida depois do amor por causa do estardalhaço. O grupo de Georgiadis encontrou “o fluxo sanguíneo cerebral regional aumentado durante a estimulação para inibição”, o que quer dizer que o cérebro das mulheres mostrava menos atividade na área em que o comportamento pode ser inibido. Isso confirmou uma descoberta anterior de Mah e Binik, em 2001, que mostrou, durante o orgasmo, engajamento da área do cérebro feminino que regula a “perda de controle consciente”.<sup>[12]</sup> Pesquisas mais recentes também demonstraram que o orgasmo feminino é experimentado no “cérebro intermediário ventral” — que é exatamente onde se supõe que esteja o “terceiro olho” tântrico. (A dopamina é ativada aí: o cérebro intermediário ventral é onde o grupo das “células dopaminérgicas” está localizado.)

Mas é importante entender a descoberta desse grupo de cientistas de que as mulheres ficam desinibidas, em um estado de transe fora do controle consciente, por outras razões também. De fato, Janniko Georgiadis e seus colegas descobriram que o orgasmo clitoridiano cria atividade em uma parte do cérebro relacionada à desinibição e desregulação comportamental, explicaram, de forma até bem poética para uma publicação de neurociência, por que os franceses se referem ao orgasmo feminino como “*le petit mort*” (pequena morte). Defendem que, para a mulher, diferentemente do homem, o orgasmo leva a um estado que se parece com a perda de certo tipo de consciência regulada, ou uma espécie de perda do ser. Acho esse tipo de descoberta extraordinariamente importante para nosso entendimento de que o sexo tem significados e associações radicalmente diferentes para homens e mulheres. Temos que perceber que, em termos de certos aspectos do prazer, há semelhanças no sexo para homens e mulheres; mas erramos se pararmos por aí. Em alguns aspectos que têm a ver com a

consciência — e não com o prazer —, o sexo para as mulheres é completamente diferente do que é para os homens.

Acredito que essa ativação neurológica de uma experiência de perda do ser, da submersão em uma maré de força além do próprio controle, do domínio da desinibição acima de qualquer tipo de vontade consciente tenha influenciado fortemente a ficção feminina. Imagens de uma sexualidade desperta que leva à dissolução de um sentido limitado do ser abundam nos romances para mulheres. Edna Pontellier, a heroína de *O despertar*, de Kate Chopin, uma vez sexualmente desperta, nada nua no mar, para uma possível morte. Maggie Tulliver em *The Mill on the Floss*, de George Eliot, depois do despertar, como vimos, é tragada para a morte em uma enchente. Laura e Lizzie, em "Goblin Market", de Christina Rossetti, depois de provarem as frutas eróticas dos homens "goblin", são praticamente despedaçadas e aniquiladas. Jane Eyre, de Charlotte Brontë, após a revelação sexual, perde a consciência, quase morrendo de fome após uma tempestade. Talvez as cenas não sejam sobre punição sexual, mas sim reflexos de vislumbres de estados alterados pela plenitude sexual; ou talvez também reflitam, compreensivelmente, a ansiedade causada nas escritoras e mulheres em geral que valorizavam o autocontrole em detrimento da desinibição do cérebro feminino nos estados de transcendência sexual. Tantas escritoras, de Charlotte Brontë a Christina Rossetti e Edith Wharton, expressam tanto atração como medo de uma perda erótica do controle e do ser. Se você entende a ciência, o medo e a atração pela experiência do orgasmo feminino — como experiências em que o sentido de ser é dissolvido e há a perda de controle consciente — são reações bastante razoáveis para as escritoras e artistas e para as mulheres em geral.

Os neurocientistas estão identificando partes do cérebro que podem se conectar às experiências reportadas por algumas pessoas de "unidade" ou dissolução do sentido do ser, mesmo que essa experiência seja muito breve. O dr. Kevin Nelson, clínico geral, em seu livro *The Spiritual Doorway in the Brain — a Neurologist's Search for the God Experience*, especula que a sensação de "perda do ser"

na experiência mística possa ser relacionada ao desligamento em certos momentos do “cérebro atemporal parietal”. Ele nota que “partes importantes do ser neurológico estão dentro do cérebro temporal parietal” e que, quando os centros cerebrais que constroem o “ser neurológico” são silenciados, as pessoas podem ter a sensação de “unidade com algo maior”. [13] Será que isso é útil na leitura das possíveis implicações do estudo de Georgiadis? Será útil para entender a atração e o pavor recorrentes na ficção feminina em cenas de despertar sexual seguidas de outras que ameaçam apagar o ser?

Edith Wharton escreve a seu amante Morton Fullerton sobre um “borrão dourado” em que se tornam seus pensamentos e palavras — sua identidade consciente — ao seu toque e usa uma metáfora vaginal de uma arca cheia de tesouros para descrever esse estado mental:

Tenho tanto medo de que os tesouros que anseio desembalar para você, que chegaram a mim em embarcações mágicas de ilhas encantadas, sejam apenas, para você, o tecido e as miçangas do mercador esperto (...) Tenho tanto medo disso, que frequentemente guardo meus tesouros brilhantes de novo em sua caixa, a menos que o veja sorrindo para eles!

Bem! E se o fizer (...) E se você não pode entrar em um quarto sem que eu sinta uma onda de chamas percorrer meu corpo, se todas as vezes que me toca, o coração bate por baixo de seu toque, se quando me abraça não falo, é porque todas as palavras parecem ter se tornado um pulso; e meus pensamentos, um borrão dourado — por que deveria eu temer seu sorriso para mim, quando posso transformar o tecido e as contas em tal beleza? [14]

Em *The House of Mirth* (1905), Wharton também tenta descrever a perda do ser que a paixão sexual realizada ameaça, ou propõe, às mulheres quando descreve a tentação sexual de sua heroína, Lily Bart: “Na costa, a donzela mortal está desamparada contra a sereia que ama sua presa: tais vítimas flutuam de volta da morte por sua aventura”. [15]

Essa ativação da parte do cérebro envolvida com a perda de todos os limites conscientes representa um desafio incrível para as escritoras ou filósofas, pois significa que as experiências da mulher sobre as fronteiras do ser — se a mulher for orgástica — são regularmente *diferentes* das experiências do homem a esse respeito. O ser foi construído pela filosofia ocidental masculina como racional, consciente, guiado pela vontade e no domínio de diferentes limites e de sua autonomia. Mas o cérebro orgástico da mulher tem regularmente a experiência subjetiva do ser como ilimitado, flutuando ou tomado por uma força maior, sem limites e não sujeito ao controle consciente. A autonomia dessa perda de controle orgástica pode bem ser o motivo de retratarem sexualmente as mulheres como irracionais, como bacantes e bruxas.

E esse grupo de células selvagens nesse cérebro intermediário ventral louco e fora de controle? Ele reage extaticamente a toda uma variedade de estímulos: “Esse grupo de células tem um papel crucial de comportamentos de recompensa [Macbride *et al.*, 1997, Sell *et al.*, 1999], incluindo estados eufóricos induzidos pelas drogas [Breite *et al.*, 1997, Sell *et al.*, 1999], música prazerosa [Blood e Zotorre, 2001] e chocolate [Small *et al.*, 2001]”.<sup>[16]</sup> Esses pesquisadores encontraram o mecanismo pelo qual o orgasmo reforça as mulheres — como faz que elas busquem essas sensações de êxtase, sentimentos parecidos com o da heroína, repetidas vezes: “O PSA correlacionado positivamente com o fluxo sanguíneo cerebral regional no cérebro intermediário ventral”, que explica “a natureza de reforço do orgasmo nas mulheres”. Ou seja, encontraram a ciência implícita em milênios de medo patriarcal da sexualidade feminina: quando as mulheres têm orgasmos, são biologicamente desenhadas para interpretar isso como um reforço — e querem mais e mais.

Os pesquisadores de Georgiadis citaram outros estudos que mostraram — e as feministas podem não gostar — que “o estímulo cervical foi mais importante que o clitoridiano na ativação do hipotálamo feminino [Komisaruk *et al.*, 2004]”. E por que isso importa? “O hipotálamo é conhecido por seu papel no



comportamento reprodutivo feminino [dr. Pfaus, 1999]” e “durante o orgasmo feminino ele pode liberar oxitocina [Carmichael, 1999]”. <sup>[17]</sup> Se você tem um relacionamento heterossexual, o orgasmo vaginal ou misto aumenta a probabilidade de gravidez pelo que é chamado, sem nenhuma poesia, de “sucção” das contrações vaginais. Isso não visa a defender nenhuma abordagem como melhor que outra ou a sugerir que você deveria tentar gostar sexualmente de algo que pode não gostar. É somente para anunciar que os cientistas estão começando a conhecer os diferentes tipos de orgasmo na mulher e quais têm maior ou menor probabilidade de fazê-la engravidar, ou de se apaixonar e se manter apaixonada.

(Uma jovem cientista que conheci, que havia trabalhado em pesquisa com o dr. Pfaus, explicou um desses estudos para mim na recepção de um imponente edifício acadêmico. Ela é uma charmosa e bem-criada moça de vinte e poucos anos que estava vestindo, para a ocasião, um vestido longo de verão. Segurando uma taça de vinho branco com os longos dedos, seus modos indubitavelmente femininos, ela comentou: “Essa descoberta é o motivo pelo qual os fazendeiros pagam a pessoas para enfiar o punho em suas vacas”.)

As mulheres sabem que entram em uma espécie de transe durante o sexo poderoso, e esse estado de transe é o encontro com o ser em um nível mais elevado. Mal interpretaremos as mulheres se considerarmos que seu interesse em romance é apenas para estar com o “outro”. Se um amante, homem ou mulher, pode ajudá-la a entrar neste estado de transe, esse amor não é atraente para ela somente por causa do “outro”: é porque, por meio dessa experiência, ela desperta e se engaja em dimensões profundamente importantes de seu próprio ser.

ABRACE, EMBALE, LEVE PARA DANÇAR AGARRADO: A VIDA SECRETA DA AXILA DE UM  
HOMEM

*Penso em procurar nas gavetas dele, abrir uma delas e levar uma camiseta dobrada até meu nariz. Ainda sinto o cheiro dele em tantos lugares e me pergunto como vai ser quando isso também desaparecer.*

Sally Ryder Brady, *A Box of Darkness*<sup>[18]</sup>

Quando você pergunta do que muitas mulheres heterossexuais sentem falta sexualmente, frequentemente escuta sobre o anseio sexual em metáforas que envolvem o olfato. Uma mulher com quem conversei, uma vibrante professora de literatura portuguesa na casa dos trinta, gastou anos em um relacionamento com um homem que a apoiava, “seguro”, e que era perfeito para ela teoricamente; mas ela retornava obsessivamente ao fato de que eles não “combinavam” fisicamente. Ela se fixou na sensação de que, para ela, havia algo errado com o cheiro dele. “Uma vez, li um livro em que o herói dizia: ‘Ela perfuma meus dias’. Eu quero isso. Quero sentir que um homem ‘perfuma meus dias’ e que eu perfume os dele.”

O cheiro dos homens tem efeitos poderosos sobre o humor, sobre os níveis hormonais e até sobre a fertilidade das mulheres heterossexuais. Ivanka Savic, do Carolinska Institute em Estocolmo, Suécia, descobriu que, quando mulheres e homens *gays* inalam um componente hormonal do suor masculino, as imagens de ressonância magnética de seu cérebro mostram áreas iluminadas ao redor do hipotálamo, sugerindo que o cérebro dessas pessoas tenha uma resposta sexual, em vez de olfativa, ao estímulo.<sup>[19]</sup>

Denise Chen, uma psicóloga da Universidade Rice em Houston, e seus colegas especularam que, se os humanos produzem os feromônios do suor e respondem a eles, então uma mulher deveria responder mais ao “suor sexual” de um homem que ao suor sob controle.

Chen e sua equipe pediram a vinte homens heterossexuais que parassem de usar desodorante ou qualquer outra essência por vários dias. Os pesquisadores, então, colocaram almofadas debaixo das axilas dos homens e os ligaram a eletrodos enquanto eles assistiam a vídeos pornográficos. Os pesquisadores analisaram o suor dos

homens “excitados” e também das almofadas coletadas de suas axilas quando não estavam excitados.

Então, dezenove mulheres heterossexuais cheiraram as almofadas com suor de homens “excitados” e “não excitados”, enquanto elas próprias passavam por ressonâncias magnéticas. O cérebro das mulheres reagiu de forma bem diferente em resposta ao suor de excitação masculina.

O “suor sexual” ativou o córtex orbitofrontal e fusiforme direito das mulheres, mas o suor normal não fez nada. Essas são as áreas do cérebro que nos ajudam a reconhecer as emoções e a nos engajar em percepções. Ambas as áreas estão no hemisfério direito, onde o olfato, a resposta social e as emoções são mediadas.

Chen concluiu que suas descobertas confirmam a ideia de que os humanos se comunicam via sinais químicos subconscientes.<sup>[20]</sup> Para mim, essa descoberta também sugere que o corpo da mulher saiba categórica e incontestavelmente se um homem está ou não interessado nela, mesmo se estão dizendo apenas as coisas “corretas”. Pode ser isso que minha amiga, que tem um forte impulso sexual, estava experimentando com o tal parceiro que não “perfumava seus dias”: o interesse sexual dele por ela não era forte o suficiente. Essa descoberta sugere que ela não poderia fazer desse relacionamento um sucesso mesmo que tentasse para sempre. Ela não conseguia farejar atração suficiente — uma essência que, por sua vez, a teria excitado.

Já está determinado que cheiros específicos propiciam o intumescimento vaginal: pepinos e os doces americanos Good & Plenty estão no topo das essências ativadoras de intumescimento vaginal, de acordo com um estudo (além de serem fálicos na forma).<sup>[21]</sup>

Não é apenas a excitação masculina que a mulher pode farejar subconscientemente. Outro estudo mostra que as mulheres se sentem atraídas pelo cheiro do suor axilar de homens cujo DNA é diferente do delas e que são repelidas pelo cheiro dos homens cujo

DNA é parecido demais com o delas. Há uma importante exceção a essa preferência — quando as mulheres estão grávidas, preferem o cheiro dos homens com o DNA parecido. Os pesquisadores sugerem que isso possa vir do fato de que, durante a gravidez, as mulheres querem ficar próximas à sua família.

Um estudo realizado por Virpi Lummaa e Alexandra Alvergne, “A pílula anticoncepcional altera a escolha do parceiro em humanos?”, deveria nos fazer parar para pensar seriamente sobre o impacto da pílula em termos do cheiro dos homens e seus efeitos sobre a escolha do parceiro pelas mulheres:

A escolha de parceiro, tanto pelos homens como pelas mulheres, pode variar de acordo com o ciclo menstrual. As mulheres preferem homens mais masculinos, simétricos e geneticamente não aparentados durante a ovulação comparando com outras fases de seu ciclo, e evidências recentes sugerem que os homens preferem as mulheres que estão ovulando a outras. Essas variações mensais na preferência do parceiro foram sugeridas como benefícios evolucionários em termos de sucesso reprodutivo. Agora, aparecem novas evidências de que a pílula anticoncepcional oral pode alterar significativamente a escolha de parceiros em homens e mulheres, pois remove as mudanças no ciclo das preferências. <sup>[22]</sup>

Esse estudo sugere que, quando as mulheres tomam pílula, cheiram os homens de uma forma diferente do que o fazem quando não tomam anticoncepcional, pois a pílula engana o corpo delas para que acreditem que já estejam grávidas. Portanto, quando tomam pílula — e estão hormonalmente grávidas —, mas namoram, essas jovens preferem homens que tenham o cheiro de sua família. Então, casadas, param de tomar pílula para começar sua família. Deixam de estar hormonalmente grávidas, e suas respostas olfativas voltam ao normal — e, repentinamente, o casamento tão recente já entra em uma crise terrível. As mulheres se veem sentindo repulsão por seus maridos, dizendo coisas do tipo “não suporto quando ele me toca” no exato momento em que o casal desejava conceber. Empiricamente, vários terapeutas dizem que essas jovens esposas contam histórias idênticas: de repente, acham que se casaram com

o homem errado e mais especificamente falam que não suportam o cheiro deles.

Não apenas o corpo das mulheres pode dizer se o homem está atraído por ela sexualmente e se um parceiro vai combinar, mas o suor axilar e seus feromônios podem também relaxar a mulher. George Preti e seus colegas do Monell Chemical Senses Center, na Filadélfia, descobriram que os feromônios masculinos afetam os níveis de serenidade e de fertilidade da mulher.<sup>[23]</sup> Os pesquisadores envolvidos no estudo relataram na publicação *Biology of Reproduction* que colocaram almofadas nas axilas de sujeitos masculinos. A equipe coletou o suor das axilas de um grupo de doadores. Extraíram, então, os compostos químicos concentrados, mascararam-nos com uma fragrância e a aspergiram sistematicamente debaixo do nariz de mulheres voluntárias. Após seis horas de exposição, todas as mulheres relataram se sentir mais relaxadas e menos tensas.

Quando as mulheres que estão casadas há muito tempo dizem que o romance desapareceu de seu casamento, usam frequentemente a frase “ele não me leva mais para dançar”. Um anúncio dos vagões-dormitórios dos trens ingleses mostra um homem rico de meia-idade em um lado da página e sua esposa do outro. Abaixo do homem, a legenda diz: “Serviço de quarto. Soneca. Golfe”. Abaixo dela, diz: “Jantar à luz de velas. Flerte. Dança sob as estrelas”. Caso a hipotética viagem de fim de semana do casal caia mais para o lado dos desejos dele, o casamento vai sofrer, apesar de ninguém enxergar claramente o porquê. Ela não conseguirá realmente relaxar e ficar profundamente excitada, pois não terá a chance de realmente sentir o cheiro de seu parceiro, que passará o dia todo no campo de golfe — dentre os vários aspectos da dança da deusa que ela precisa experimentar.

Se investigarmos mais a fundo esse clichê romântico feminino — o da “dança sob as estrelas” —, o tipo de dança de que essa mulher hipotética sente falta não é, em geral, *rock-'n'-roll* ou *hip-hop*, nas quais os parceiros dançam na ausência dos feromônios do outro. Em

vez disso, a imagem do romance feminino é a dança do casal em um abraço frontal, como nas cenas de valsa que sinalizam o romance nos grandes marcos da cultura *pop* como *E o Vento Levou* ou *A Bela e a Fera* e *Anastasia*, da Disney. De fato, em muitas histórias clássicas de amor, a heroína percebe que está apaixonada por seu herói depois que dançou com ele nesse abraço frontal — ou seja, depois que inalou longamente seus feromônios intoxicantes ao som de uma melodia rítmica que ativa seu SNA e depois que já ganhou familiaridade com seu DNA excitantemente não familiar.

“Não ficamos mais agarrados” é outra queixa de mulheres em casamentos sexual e romanticamente frustrantes. E, de novo, quando vamos mais a fundo, ficar agarrado no sofá tipicamente inclui a cabeça da mulher no peito de seu amante ou marido. Ficar agarrado, em geral, significa a inalação de cheiros.

Qual é o elemento que engloba a dança, o agarramento e o abraço e por que ele é vital para as mulheres héteros? Tudo tem a ver com a ativação da vida secreta da axila feminina e sua relação com o desejo feminino heterossexual.

As pessoas têm emoções fortíssimas em relação a isso. Postei um questionário informal *on-line* sobre o suor masculino (abraços, agarros e dança) e, quarenta e cinco minutos depois, recebi oitenta e sete respostas extensas, tanto de homens como de mulheres. Parecia que todo o mundo queria me contar sobre a axila dos homens.

“Quando estou estressada e ganho um abraço de meu marido, eu me acalmo imediatamente, e ajuda ainda mais se eu sentir o cheiro dele bem forte”, escreveu uma mulher.

“Durmo com a camiseta de meu namorado quando ele está viajando porque, senão, não consigo adormecer”, escreveu outra.

“Larguei um cara que parecia perfeito para mim em todos os sentidos porque ele simplesmente não cheirava bem, e foi uma tragédia, mas não havia nada que eu pudesse fazer a respeito”, escreveu uma terceira.

Os homens também ficaram impressionados com o efeito desse sistema de sinalização desprovido de qualquer *glamour* em seus sovacos. “Quando é inverno e não fico tão suado, paro de usar desodorante e noto que recebo muito mais atenção das mulheres”, escreveu um homem.

George Preti e sua equipe, mencionados acima, descobriram que o suor masculino não apenas afeta os níveis de calma, mas também os de fertilidade feminina.<sup>[24]</sup> E isso não foi tudo: as mulheres, depois de sentirem a química do suor dos homens, também se sentiram excitadas com muito mais prontidão — apesar de o estudo não enfatizar esse aspecto —, pois os cientistas encontraram picos de hormônio luteinizante no cérebro delas; picos muito maiores do que no grupo de controle que não sentiu nenhum cheiro.

O hormônio luteinizante é um dos blocos da construção do desejo sexual feminino e tem um papel importante na ativação da ovulação. O que os professores deixam de mencionar às adolescentes ansiosas durante a aula de educação sexual do oitavo ano é que ele também é essencial para ativar e amplificar o impulso sexual feminino. Quando as mulheres se aproximam da ovulação, os pulsos desse hormônio aumentam em tamanho e frequência no cérebro feminino, motivo pelo qual você se sente mais libidinoso no meio do ciclo. Então, no experimento de Preti, quando as mulheres inalaram o extrato de suor masculino, também experimentaram o hormônio de desejo sexual feminino.

Mas, se as mulheres ficam longe de seus homens o dia todo e sentem seu cheiro quando não estão excitados — porque as duas partes do casal estão exaustas do trabalho e da maternidade/paternidade —, poderão até “ouvi-los” intelectualmente dizendo “eu te amo” ou mesmo “eu te quero”, mas, em um nível visceral, vai ser mais difícil para ela sentir. Tantos casais em nossa cultura vão de um namoro em que passam fins de semana na cama juntos e que, saciados pelo cheiro do outro, se sentem profundamente apaixonados para um casamento de carreira dupla e vida de jovens pais, no qual mal têm tempo para passar vinte

minutos nos braços um do outro em um período de quarenta e oito horas. Nesse ponto, é frequentemente a mulher, e não o homem, que começa a se sentir desencantada, presa e perseguida por um sentimento de proselitismo terrível, uma sensação de que algo está faltando.

Então, vamos voltar ao nosso modelo inicial — os números que mostram uma libido drasticamente baixa em um terço das mulheres ocidentais. As mulheres cuja libido está baixa, cujo casamento agora parece tedioso e que sentem que o mundo perdeu a cor e a forma podem crer que isso se deve ao estresse da vida adulta e a todas as suas responsabilidades. Mas e se as mulheres trabalhadoras de nossa cultura ainda estão famintas por um mundo inteiro de essências — juntamente com o mundo de toques, olhares, carícias, prazer e assim por diante — que sua própria natureza requer minimamente para que elas se sintam conectadas, excitadas, esperançosas e apaixonadas?

Por que as férias são tão relaxantes e tão sensuais para esse mesmo casal sobrecarregado? Por que tantas mulheres que lutam com a infertilidade (dele ou dela) ficam grávidas durante as férias? É porque ela finalmente teve tempo para conhecê-lo de novo, em um nível olfativo? E por que ela está sentindo o cheiro excitante e calmante dele que lembra a ela que, mesmo se ele às vezes repete as histórias, ou se de vez em quando joga a roupa suja no chão, ou se está ficando careca, em outro nível, inteiramente animal, pode deixá-la calma, excitada e feliz?

São as mulheres heterossexuais, e não os homens, que se acalmam com os feromônios do sexo oposto. Portanto, hoje, se os homens héteros não podem sentir o cheiro das mulheres com tanta frequência ou tão de perto, isso significa que não ficam tão excitados, mas isso não os vai estressar. Entretanto, se as mulheres héteros não puderem sentir o cheiro dos homens com tanta frequência ou tão de perto, ficarão sexualmente mais apáticas e mais estressadas. E você lembra o que o estresse faz com a libido feminina — deprime-a ainda mais.



Temos uma epidemia de infertilidade nos Estados Unidos e na Europa Ocidental: talvez seja o caso de as mulheres héteros não estarem sentindo o cheiro dos homens frequente ou proximamente para elevar os níveis de hormônio luteinizante que necessitam para uma fertilidade ótima. Os terapeutas conjugais pedem a mulheres e homens que falem de seus problemas. Os médicos de fertilidade mandam os homens para um quarto para se masturbar e eles mesmos injetam o sêmen na vagina de mulheres que sofrem de períodos irregulares ou têm baixos níveis de fertilidade. Mais uma vez, se você entende a natureza profunda da animalidade das mulheres, sabe que essas práticas são incompletas. Os terapeutas conjugais deveriam começar a pedir aos homens que abracem as mulheres; que as acariciem, se elas estiverem abertas a isso; que levem as mulheres para dançar juntos. Os especialistas em fertilidade deveriam se certificar, antes de tudo, de que as mulheres estão sendo abraçadas e levadas ao orgasmo por seus homens.

Bob Beale, em *ABC Science Online*, comentou sobre o estudo de George Preti e citou especulações feitas por outro membro da equipe de pesquisa, o dr. Charles Wysocki, que diz que as mulheres teriam evoluído para um estado em que o cheiro dos homens provoca a ovulação.<sup>[25]</sup> Ou seja, o cheiro do parceiro macho ajuda a provocar a ovulação no momento ideal, enquanto faz as mulheres ficarem também mais relaxadas, de forma que sejam receptivas ao sexo na época certa do mês para a concepção.

Não posso deixar de dizer que as palavras do dr. Wysocki em sua conclusão mostram o quão profundamente até os mais avançados cientistas na área da pesquisa da resposta sexual ignoram algo crucial sobre o desejo feminino — incluindo aí uma leitura mais acurada da causa e efeito dos dados — ao trabalhar com modelos inconscientemente centrados no modelo masculino do que o sexo é. Na conclusão do dr. Wysocki, uma mulher desinteressada na maior parte do tempo cheira o homem, isso provoca a ovulação dela, e agora, já fértil, fica também relaxada e “receptiva” à abordagem sexual dele. E se nessa leitura estiver faltando o impulso sexual

dela? E se ela o cheira, recebe uma carga de hormônios luteinizantes, fica relaxada e excitada? Esse relaxamento e excitação fazem que ela queira ativamente (e não “receptivamente”) buscar mais sexo e chegar ao orgasmo, cheirando ainda mais seu homem — as mulheres ficam muito expostas à essência das axilas masculinas no sexo papai-mamãe heterossexual. Essa exposição adicional ao aroma masculino, por sua vez, regula ainda mais seu ciclo, elevando ainda mais sua fertilidade. Em outras palavras, o cheiro dele a leva a ovular, o que a leva a querer mais sexo, o que faz que ela o cheire mais ainda, o que eleva sua fertilidade. Nessa leitura, que é mais alinhada com a visão mais progressista e centrada na ação feminina do dr. Pfaus sobre o desejo nas mamíferas, os homens não “fazem as mulheres ficarem férteis”; os homens podem fazer que as mulheres queiram sexo, mas é o fato de que elas querem sexo que *mantém* a fertilidade otimizada. A visão masculina tradicional e um tanto machista da biologia evolucionária é de que as fêmeas mais sensuais são as mais férteis (uma projeção difícil de aplicar em ratos de laboratório, por exemplo). Mas temos que adicionar uma dimensão vinda da neurociência recente: parece que as fêmeas *libidinosas*, que continuamente escolhem a ação sexual e o engajamento sexual, são as mais férteis e, portanto, evolutivamente mais bem-sucedidas. Portanto, com base nesse modelo, não importa a beleza convencional, mas a busca e o impulso sexual da mulher que ajudarão a otimizar a reprodução de seu DNA.

Um dos problemas frequentes com a compreensão real da sexualidade feminina em nossa cultura é que toda nossa linguagem a respeito da vagina posiciona a mulher em um estado de passividade sexual e retrata o homem envolvido como o perseguidor sexual — em vez de entender que a vagina também está na busca. Nesse modelo — em minha versão da mesma história e leitura dos mesmos dados —, a excitação da mulher é o centro da narrativa. Não é um coadjuvante do drama, ou uma cenoura em um galho puxada pela mãe natureza para permitir que o ator principal, o macho inseminador, tenha seu momento de glória. Nessa

interpretação dos mesmos dados, que é mais voltada à evolução natural, são as necessidades da mulher que a levam à busca sexual. Em minha leitura desses dados, a vagina é, em termos evolucionários, como muitos a chamaram em outros contextos, o “Centro do Universo”.

## OLHE NOS OLHOS

Quando Mike Lousada começa uma sessão de Tantra, gasta vários minutos — talvez dez; pareceu-me uma eternidade — cara a cara com sua cliente, olhando direta e inquisidoramente em seus olhos. Muitas clientes suas têm uma dificuldade inicial de suportar esse olhar. Começam a rir ou precisam desviar os olhos. Mas todas as clientes que entrevistei — e eu própria —, mais cedo ou mais tarde, acham essa troca de olhares muito profunda na criação de uma atmosfera de apoio ao feminino.

Por que isso acontece? O dr. Daniel Amen, em seu livro *The Brain in Love*, mostra que o olhar olho no olho dá pistas sobre a excitação sexual e que está envolvido no comportamento dos neurônios espelhos, que dão sinais às pessoas sobre como os outros se sentem a respeito delas.<sup>[26]</sup> Daniel Goleman, em *Social Intelligence: The Revolutionary New Science of Human Relationships*, discute a neurociência da importância do olho no olho em contextos íntimos:

Esses longos olhares podem ter sido um prelúdio neural necessário para o beijo [de um casal] (...) Os olhos contêm projeções nervosas que levam diretamente a estruturas-chave do cérebro para a empatia e emoções compartilhadas, a área orbital frontal (em inglês, OFC) do córtex pré-frontal. Sustentar o olhar de alguém nos põe em *looping* (...) Essa estreita conexão [do OFC com o córtex, amígdala e tronco cerebral] (...) facilita a coordenação instantânea do pensamento, sentimento e ação (...) O OFC realiza um importante cálculo social, que nos diz como nos sentimos a respeito da pessoa com quem estamos, como a pessoa se sente sobre nós e o que faremos a seguir de acordo com o modo como a pessoa reage.<sup>[27]</sup>

Dado o poder do OFC, é surpreendente que as mulheres anseiem pelo olho no olho como forma de conexão? Na realidade, é uma mídia neurológica de conexão. As mulheres sempre sentem falta do “olhar” — o contato visual direto que outras mulheres e crianças pequenas lançam continuamente a elas. Elas leem isso como um fortalecedor da conexão. Em contraste, os homens têm uma aversão natural a um olhar profundo diretamente nos olhos. Os homens preferem a interação lado a lado — eles interpretam o olhar direto como ameaçador. Nos dois primeiros anos do relacionamento, quando estudos mostram que a neuroquímica do homem se torna mais como a da mulher, e vice-versa, os homens darão às mulheres esse tipo de olhar longo e profundo. Esse olhar tende a diminuir significativamente depois dessa paquera inicial.<sup>[28]</sup> (As ratas fêmeas olham profundamente antes de ficar prontas para o sexo: elas fazem, se vocês se lembram, a “orientação pela cabeça” — olham intencionalmente o rato cara a cara e saem correndo para iniciar o sexo.)

Nos humanos, o contato visual direto requer confiança. No contexto sexual, o olhar combinado com a dilatação da pupila significa que pode ler o que seu parceiro sente por você, já que a dilatação da pupila significa excitação sexual. Os restaurantes românticos têm luzes fracas para facilitar a dilatação, que envia a mensagem da excitação.

Mas o anseio feminino pelo olhar profundo do amante masculino não fica por aí: a maior parte das cenas românticas de filmes e romances envolve descrições do homem “olhando profundamente nos olhos dela”. Na natureza, a corte e o sexo entre os primatas envolvem olho no olho profundo. Esse apetite feminino voraz pelo que eu chamo de “olhar de contato” — ou talvez ainda melhor: “comunicação visual” — pode ajudar a explicar vários mistérios sobre o estresse da vida conjugal e as relações heterossexuais de longa duração.

Muitas mulheres consideram o olhar direto de um homem como sensual. A comunicação visual é parte da dança da deusa. Quantas

mulheres estão famintas por um olhar e buscam inconscientemente provocar seus parceiros — somente porque querem sua plena atenção, olho no olho? Quantas mulheres não acham que seus parceiros raramente as olham profundamente nos olhos, a não ser que estejam zangadas? Uma experiência familiar e frustrante para muitas mulheres é sentir que seus maridos ou parceiros levam sua vida dia a dia com elas sem ao menos *olhá-las*. Essa frustração crescente por parte delas pode levar àquelas cenas de provocação que, para o homem, parecem saídas do nada. Nem ela mesma entende completamente por que de repente ficou tão irritada com ele. Ele não disse nada horrível, nem fez nada terrível — simplesmente passou três ou quatro dias, do ponto de vista dela, *semolhar* para ela. Pobre mulher — ela nem tem consciência de estar sendo privada da interação profunda que anseia, pois essa não é uma informação que esteja disponível ou seja disseminada. Pobre homem — ele pode se achar a companhia perfeita, enquanto ela começa a espumar, pois a atividade lado a lado com os olhos desviados do outro é como os homens passam felizes o tempo com seus amigos e colegas homens.

Os dados mostram uma queda marcante na satisfação conjugal após o nascimento do primeiro filho — e os bebês são evolutivamente programados para buscar o olhar do cuidador e sustentá-los.<sup>[29]</sup> Poderia ser que algumas mães recentes — famintas do olhar profundo de seus maridos — corram um risco maior de ficar enfeitiçadas pelo círculo encantado de olhares mútuos com seus bebês, deixando de fora os homens? Quantas novas mães não são seduzidas pelo interesse intenso do bebê em olhar em seus olhos em um relacionamento no qual o recém-chegado se torna o principal, deixando de lado o pai como parceiro romântico? Essa triangulação infeliz após o nascimento de um novo bebê e as reclamações subsequentes da baixa libido ou até mesmo de um casamento sem sexo são extremamente comuns em nossa cultura. Quanto isso se deve à inanição de olho no olho?

O homem que deseja ativar a dança da deusa terá consciência dos perigos de exagerar no uso do BlackBerry em casa. Vai abrir um

tempo em sua agenda, de quando em quando, mesmo que isso não seja um impulso natural, para olhar profundamente nos olhos de sua esposa ou amante.

#### FALE, OUÇA

Um fator de estresse para as mulheres héteros que vivem com os homens que amam é o silêncio masculino. Não estou falando do silêncio hostil ou antagônico — quero dizer simplesmente aquela antiga quietude do cérebro macho.

Muitos estudos já confirmaram a diferença entre os cérebros masculino e feminino em termos de processamento verbal: as mulheres têm níveis muito maiores de atividade entre os dois hemisférios cerebrais, fazendo que tenham mais interesse em falar, usando maior variedade de vocabulário, e estão sempre mais prontas para discutir emoções. <sup>[30]</sup> Por razões puramente biológicas, essas atividades interessam muito menos aos homens. Não é que estejam sendo rudes ou desdenhosos. Seu cérebro simplesmente não responde a essas atividades dessa maneira. Adicione-se aí o fator de que muitos homens chegam em casa depois de um dia de trabalho processando verbalmente e lendo as emoções das pessoas — os empregos pós-revolução industrial que exigem que o cérebro dos homens, de fato, aja como o das mulheres. Muitos homens entram pela porta no fim do dia completamente exaustos em termos de atividade cerebral. Tudo que querem é se recuperar — para repousar o cérebro masculino.

Acredito que seja esse o motivo pelo qual tantas brigas acontecem justamente quando os dois entram em casa depois de um dia de trabalho — o cérebro dela está agitado e louco para falar de tudo, que é como ela se acalma e se sente melhor, enquanto o dele está desesperado para passar um tempo sem fazer nada em frente à tevê, que é como ele se acalma e se sente melhor. Ela se sente

entediada e frustrada se ele não pode ou não quer falar com ela — e ele se sente invadido pela vontade dela de falar.

A dra. Louann Brizendine no livro *The Male Brain* destaca o fato de que o cérebro do homem não se engaja tanto em processamento verbal quanto o da mulher. <sup>[31]</sup> O cérebro feminino está sempre ligado verbalmente. Portanto, frequentemente quando uma mulher pergunta a um homem “o que você está pensando?” e ele responde “nada”, as mulheres assumem que o homem está se preservando, ou negando a elas o acesso à vida dele. Isso acontece porque, existencialmente, hermeneuticamente, o cérebro feminino não consegue imaginar um estado cerebral no qual o processamento é menos proeminente, pelo menos enquanto a pessoa está consciente. Mas os homens literalmente entram em um estado cerebral menos verbal — eles precisam disso, para recuperar seu equilíbrio.

Esta é uma realidade difícil de aceitar para as mulheres com seu cérebro incansável.

Em praticamente todas as culturas fora do Ocidente, muitas mulheres passam algum tempo, em geral diariamente, com outras mulheres apenas (e crianças). São as mulheres que cuidam dos mercados na África ocidental; que lavam roupas diariamente nas margens do Vale das Rosas no Marrocos; que visitam umas às outras na hora do almoço nas varandas dos bairros residenciais de Delhi. Se, por um lado, as mulheres nessas sociedades enfrentam imensas dificuldades e obstáculos, frequentemente parecem estar menos irritadas com os homens com quem vivem que as mulheres ocidentais. (Não estou aqui falando do abuso físico.) Essa carga não pertence somente ao marido, e não é ele quem tem que, heroicamente, satisfazer a essa necessidade neural de falar, já que sua química cerebral torna isso praticamente impossível.

Na sociedade ocidental contemporânea, em contraste, espera-se que homens e mulheres em uma relação, ou pais de famílias, gastem a maior parte de seu tempo de lazer juntos. Portanto, homens e mulheres raramente têm um tempo, em casa ou no

trabalho, sem essa união inevitavelmente estressante do ponto de vista biológico, por causa do desalinhamento verbal.

Manejar os arranjos sociais, como fazemos no Ocidente, de forma que a mulher tenha que conseguir a maior parte de suas necessidades em termos de toques, olhares e atenção em umas poucas horas após o trabalho, e tudo isso vindo de uma pessoa só — e mais implausível ainda, de um *homem* cansado, que necessita desesperadamente do oposto, pelo menos por um tempo —, é praticamente a receita do conflito e da frustração.

O dr. Daniel Goleman, em seu livro de 1995, *Inteligência Emocional*, e o psicólogo John Gottman, em seu livro de 2005, *Sete princípios para o casamento dar certo*, exploram as diferenças entre os gêneros na reação ao estresse e seu papel no conflito conjugal. No capítulo “Inimigos íntimos”, Goleman observa que os homens são o “sexo vulnerável” porque, na média, tendem a “se sentir inundados (...) em um nível menor de intensidade” do que suas mulheres e, “uma vez afogados nessa inundação, jogam mais adrenalina na corrente sanguínea (...) portanto, leva mais tempo para os maridos se recuperarem psicologicamente desse afogamento”.<sup>[32]</sup> Esses livros importantes aconselham as mulheres a entender a resposta masculina ao estresse — os homens se sentem “inundados” por processamento emocional excessivo e precisam se recolher para se ajustar. Esse é um conselho bom. Mas acredito que também seja muito importante para nós entender a resposta feminina ao estresse e o ajuste a ela. Gottman atribui à mulher o papel de moderar sua abordagem ao conflito, já que, segundo ele, biologicamente ela lida melhor com ele. Isso é verdade no curto prazo, e os dois autores dão aos leitores uma boa orientação sobre como evitar que o nível de estresse de suas mulheres ou namoradas afunde a discussão. Mas acho que esse excelente conselho deveria ser complementado com um debate sobre os efeitos de longo prazo para as mulheres — especialmente em termos sexuais — de certos tipos de estresse crônico que surgem inevitavelmente como consequência da vida no modelo ocidental, em contato próximo e isolado até mesmo com o mais gentil dos homens.



## ACARICIE , NÃO BATA

O estresse afeta cada gênero de forma diferente. Em um desalinhamento trágico, durante uma briga o homem tende a ser “inundado” pelos hormônios do estresse de uma forma que o leva a se fechar, a se retrair e a se recolher — a resposta de “lutar ou fugir” à adrenalina — para readquirir seu equilíbrio neuroendócrino; ao passo que as mulheres reagem ao mesmo estresse com uma necessidade de falar mais e se conectar — a resposta de “acariciar e ficar amigo”, o que baixa o nível de estresse delas. Gottman e Goleman basearam seus *best-sellers* nesses dados, e ambos aconselham casais a adaptar seus estilos de argumentação para lidar com essas grandes diferenças de gênero.

Os dados confirmam que as mulheres têm uma maior tolerância neuroquímica que os homens em discussões difíceis. John Gottman argumenta que esse é o motivo pelo qual os homens tendem a ficar paralisados em conversas estressantes com suas namoradas ou esposas. Eles não conseguem evitar: o corpo masculino leva muito mais tempo — pelo menos vinte minutos — para se recuperar de um choque negativo.

Os dados de Gottman mostram que os hormônios femininos de estresse passam por um pico quando os homens “paralisam”. A paralisação masculina certamente é um choque negativo para as mulheres e as deixa em um estado de ansiedade, mesmo se o pico for menos dramático.

Entretanto, o dr. Gottman, em seu livro que em geral é bastante favorável às mulheres, tende a colocar o papel da “faxineira” nos ombros das mulheres — já que os dados mostram que elas não são tão inundadas por hormônios ou não reagem de forma tão destrutiva como os homens. Ele nota que a seleção natural favoreceu as mulheres que conseguiam permanecer calmas — beneficiando-se, assim, da liberação da oxitocina para a lactação —, ao passo que a evolução favoreceu os homens cuja adrenalina tinha picos mais rápidos: “Até hoje”, ele escreve, “o sistema cardiovascular

masculino permanece mais reativo do que o feminino e se recupera mais lentamente do estresse”. O dr. Gottman está certo sobre os diferentes efeitos das brigas sobre o corpo do homem e da mulher, destacando que, por causa da lentidão na recuperação do estresse, os homens tendem a paralisar para evitar a discussão do relacionamento, e as mulheres têm maior probabilidade de começar a falar sobre os problemas do casal, já que conseguem passar por isso sem picos íngremes de adrenalina. Mas o que ele não abordou foi um nível mais baixo de estresse que acontece em longo prazo, formas menos dramáticas instantaneamente em que um homem pode estressar a mulher em uma dinâmica conjugal. <sup>[33]</sup> <sup>[34]</sup>

Talvez as mulheres não sejam inundadas por hormônios imediatamente como os homens durante o conflito, mas, se não analisarmos também as interações contínuas e mais sutis do dia a dia, podemos deixar passar algo importante. Nessas outras situações menos dramáticas, acredito que algumas mulheres experimentem estados crônicos de estresse mais difíceis de medir. Em outras palavras, os próprios comportamentos que Gottman indica como sintomas da “inundação” hormonal masculina durante uma discussão — o recolhimento, o silêncio, a atenção direcionada para outro assunto —, ao longo do tempo, elevam os batimentos cardíacos das mulheres, enviam catecolaminas para sua corrente sanguínea e a estressam em menor grau, mas de forma significativamente contínua, a não ser que os homens façam algumas coisas simples regularmente para acalmá-las. Podem fazer essas coisas em outros momentos, não durante a briga, já que comportamentos conciliadores durante o conflito são muito duros para a neurobiologia masculina.

Na pesquisa do cérebro feminino e de como as mulheres processam o estresse, há dados científicos intrigantes que confirmam que as mulheres reagem ao toque de forma diferente que os homens. O artigo “Women Need that Healthy Touch” de Roger Dobson e Maurice Chittenden, publicado em 2005 no *Sunday Times*, relata que a psiquiatra Kathleen Light e sua equipe, do

Centro Médico da Universidade da Carolina do Norte, descobriram que apenas dez minutos de carícias são necessários para que o corpo da mulher comece a produzir oxitocina — aquela substância química que, já sabemos, fortalece a afeição e a confiança. A pressão sanguínea da mulher também cai significativamente quando ela é acariciada. <sup>[35]</sup>

Light e sua equipe estudaram cinquenta e nove casais heterossexuais: pediram a cada mulher que se sentasse por dez minutos em uma namoradeira assistindo a um filme romântico. Seu marido ou namorado foi instruído a acariciar suas mãos, pescoço ou as costas — ou qualquer outra parte do corpo que ele escolhesse. Antes e depois das carícias, foi medida a pressão arterial da mulher. As carícias aumentaram a produção dos hormônios que produzem afeição nas mulheres em um quinto naquele curto período de dez minutos. Em outras palavras, poderia ser dito que, por alto, elas gostavam e confiavam em seus parceiros um quinto a mais do que antes dos carinhos. Já os homens, diferentemente, não passaram por nenhuma alteração em seus níveis hormonais ou de pressão sanguínea.

Kathleen Light disse, a respeito de sua pesquisa: “é uma nova revelação para os humanos. Quando um homem faz carinho ou abraça sua parceira, isso parece estimular um aumento nos níveis de oxitocina que tende a baixar a pressão sanguínea”. O motivo de a descoberta ser reveladora é que é a primeira vez que isso é encontrado em humanos: outros estudos conseguiram identificar o papel da oxitocina após o carinho em fêmeas de mamíferas alguns degraus abaixo na escala evolutiva. Portanto, muitas mulheres heterossexuais realmente precisam ser acariciadas por seus homens para permanecer calmas e saudáveis, muito mais do que os homens consideram natural ou razoável por causa de suas próprias necessidades físicas tão diferentes.

Quando apresentei esses dados *on-line* e pedi a mulheres (e homens) que enviassem seus próprios relatos sobre como o carinho — do homem para a mulher — mudava a dinâmica emocional de um

casal heterossexual, recebi uma imensidão de respostas confirmando que o ato fazia uma diferença substancial.

“Comecei a usar esse método em minha clínica”, escreveu um terapeuta de casais, “depois que li sobre isso, meu trabalho com os casais mudou. Tenho dito ao homem que acaricie sua mulher quando ele levanta algum assunto que causa ansiedade para ela. Tem um efeito miraculoso sobre a habilidade dela de ouvir e não se fechar, e os casais conseguem resolver conflitos com muito mais facilidade, sem deixar a coisa crescer.”

“Quando meu marido faz massagem nos meus pés em uma situação que não envolve sexo, quando estou cansada ou estressada do trabalho”, escreveu Teresa, do Arizona, “eu me sinto muito mais interessada e aberta sexualmente em outros momentos, e isso cria mais intimidade entre nós.”

Christopher, de Virgínia, escreveu: “Tentei o que você sugeriu. Consigo ajudar minha mulher a se sentir bem a respeito das coisas que a chateiam, e paramos de implicar um com o outro sobre as pequenas coisas”.

Mike, de Dallas, relatou: “Minha namorada consegue me ouvir quando estamos falando a respeito de algo difícil e mexo no cabelo dela”. Entretanto, muitos homens notaram que não conseguiram ou não queriam fazer isso durante uma briga — “é difícil querer fazer isso quando alguém está lhe dizendo que você é o vilão”, disse um homem. As mulheres também advertiram que, se esse carinho fosse tentado no contexto de uma briga, pareceria uma tentativa de manipulação. <sup>[36]</sup>

Eu, pessoalmente, posso atestar que minha própria tendência à alta ansiedade e ataques de raiva quando certos assuntos aparecem no contexto de um relacionamento foi domada com o uso dessa prática. Desde que falei dessa descoberta com meu parceiro, ele faz carinho em meu cabelo e pescoço quando surge algum assunto difícil entre nós, e isso tende imediatamente a baixar minha pressão sanguínea — chega até a me fazer rir.

Se os homens relataram que é difícil para eles dar carinho quando se sentem atacados durante uma briga (um ponto muito razoável quando se pensa na alta susceptibilidade aos hormônios do estresse durante a briga), notaram também que, se podiam acariciar suas mulheres frequentemente em um contexto natural ao longo do dia, isso fazia que ficassem mais felizes e calmas em geral. Muitas mulheres, por sua vez (em respostas separadas), notaram com surpresa que se sentiam menos irritadas em geral com seus maridos ou namorados depois da introdução de carinhos regulares no relacionamento. O nível de implicância com assuntos menores caiu, e se sentiam mais carinhosas com seus parceiros ao longo do dia. Isso faz sentido. Se Kathleen Light descobriu que carícias elevam os níveis de oxitocina nas mulheres em pelo menos um quinto, isso sem dúvida as fará se sentir mais afetuosas e mais confiantes em relação a seus homens. Fará que se sintam também mais relaxadas. Ao baixar a pressão sanguínea das mulheres que amam, os homens as estão protegendo de doenças cardíacas e AVCs.

Vimos a correlação direta entre a capacidade da mulher de permanecer em um estado de relaxamento perto de seu marido e amante e sua habilidade de se abrir completamente em termos sexuais. O reverso dessa moeda é que precisamos levar muito a sério o que acontece fisicamente quando um homem regularmente se sente no direito de bater em sua mulher ou namorada.

Ainda estou para ver um guia de relacionamento para casais que leve a sério o suficiente a questão de homens que praticam pequenas violências contra suas mulheres e filhos, e como isso as afeta fisicamente. Muitas mulheres são também culpadas de bater em seus parceiros e filhos ou de demonstrar irritação excessiva, é claro — e os homens merecem um livro só deles mostrando o que a violência feminina faz ao seu corpo. Mas meu tema aqui é o corpo e a mente femininos. Ainda há uma premissa frequentemente inconsciente em nossa cultura de que o direito dos homens de bater e demonstrar irritação com suas mulheres e filhos não é exatamente uma questão séria, e esse direito vai junto com outros privilégios da vida doméstica masculina. Não há muita energia cultural direcionada

a exigir que esses homens que praticam essas agressões parem de bater em mulheres e crianças em suas casas.

Mas, em um ambiente em que as mulheres já vivem na expectativa de apanhar regularmente, o SNA feminino fecha os canais que elas precisam abrir para se sentir abertas sexualmente. Para as mulheres, é evolutivamente negativo se ligar a homens imprevisivelmente violentos ou amedrontadores. Por razões evolucionárias, provavelmente muitas mulheres reagem à raiva repentina dos homens direcionada a elas ou a seus filhos (com quem têm uma ligação de proteção) de forma imediata, com um aumento no batimento cardíaco, liberação de adrenalina e assim por diante. Se a violência for crônica, os níveis de “estresse negativo” serão cronicamente aumentados, e sua capacidade de resposta sexual sofrerá. Os homens que desejarem uma resposta sexual mais apaixonada de suas mulheres ou namoradas poderão experimentar passar uma semana toda sem violência de sua parte e observar as coisas boas começarem a acontecer quando o sistema nervoso autônomo de suas parceiras puder ser completamente ativado, acostumado a um ambiente emocional sem esses estressores.

ENCONTRE O “PONTO SAGRADO” E FIQUE LÁ POR MUITO MAIS TEMPO DO QUE O  
RAZOÁVEL

Perguntei a Mike Lousada que conselhos ele tinha a dar para os homens heterossexuais. Qual era a mensagem de toda a experiência bem-sucedida dele em excitar e despertar sexualmente mulheres — mesmo as que tiveram muita dificuldade em chegar ao orgasmo ou grandes problemas de baixa libido.

“De certa forma, é muito simples”, disse ele. “Não é ciência espacial. Queria dar aos homens dois conselhos: um, sejam pacientes e compassivos. E a outra coisa que os homens têm que lembrar é que as mulheres têm *dois* centros sexuais, o clitóris e o

ponto G.” (Na realidade, há muitos, como vimos, mas dois já é um ótimo começo.)

Como já vimos antes, o homem médio goza em quatro minutos, enquanto a mulher média goza em dezesseis minutos. Temos que levar a sério essas diferenças de tempo. Frequentemente se espera que as mulheres se “adaptem” sexualmente aos homens, mas essa é uma área na qual essas expectativas não fazem sentido. Muitas mulheres já aceitaram que, tristemente para elas, simplesmente não é fácil gozar quando estão com um homem. Mas essa é uma conclusão desnecessária, que os dados mais recentes não confirmam. O tipo certo de estímulo — que dá mais certo quando combina o estímulo no clitóris, ponto G e outros — aumenta a taxa de orgasmo entre as mulheres para quase 90%. Em um estudo, Milan Zaviacic, da Universidade Comenius, na Bratislava, Eslováquia, descobriu o ponto G em cada uma das vinte e sete mulheres que estudou, e cada uma delas que teve seu “ponto sagrado” massageado chegou ao orgasmo: dez delas ejacularam. Em outro estudo, 40% das 2.350 respondentes também experimentaram a ejaculação.<sup>[37]</sup> Portanto, os baixos níveis de satisfação reportados por mulheres dos Estados Unidos e da Europa Ocidental são sinais de um grande cisma entre os níveis de capacidade prazerosa e orgástica que as mulheres podem atingir nas condições certas e sua experiência real. São um sinal de que elas não estão sendo tratadas da forma ideal, física ou emocionalmente.

“Vaginal Eroticism: a Replication Study”, um estudo publicado por Heli Alzate em *Archives of Sexual Behavior* investigou o “erotismo vaginal” em um grupo de mulheres voluntárias.<sup>[38]</sup> Alzate e o grupo de pesquisa promoveram o “estímulo digital sistemático das duas paredes vaginais”. O resultado é que “zonas erógenas” foram encontradas em todas as mulheres, principalmente localizadas na parede anterior superior e na posterior inferior. A resposta orgástica foi alcançada por estímulo dessas regiões em 89% das mulheres. Essa é, inegavelmente, uma alta taxa de retorno para as mulheres e o orgasmo. Lembre que de um terço à metade das mulheres no

estudo da Universidade de Illinois teve problemas para manter uma satisfação sexual regular. Quando li os resultados surpreendentes desse estudo, que foram replicados em algum outro lugar, pensei na quantidade extraordinária de tempo — pelos padrões ocidentais — que os praticantes do Tantra passam acariciando o ponto sagrado (a técnica em si é demonstrada com um gesto do tipo “venha aqui” com o indicador ou o indicador e o dedo médio, em geral combinada com estímulo no clitóris ou outro).

Alzate concluiu que o estudo confirma descobertas anteriores sobre a importância do erotismo vaginal e do ponto sagrado, ou ponto G, para o orgasmo, apesar de ele observar que não encontrou uma “estrutura anatômica distinta” que pudesse chamar de “ponto G”. Alzate também argumenta que as descobertas confirmam o conceito de que há dois tipos de orgasmos para mulheres, o de estímulo clitoridiano e o de estímulo vaginal, e que algumas mulheres expõem fluido pela uretra durante o orgasmo.

Muitas mulheres — e gurus do Tantra — relatam que, enquanto o orgasmo clitoridiano envolve uma tensão corporal e depois uma liberação (muito parecida com o orgasmo masculino), o orgasmo pelo “ponto sagrado” envolve o relaxamento. Muitas mulheres aprendem a ter orgasmos no ponto sagrado, aqueles do tipo quatro estrelas, intermináveis e tântricos, quando se focam no relaxamento e perdem a consciência durante o estímulo do ponto sagrado — para a surpresa delas, isso pode fazer que o orgasmo venha em ondas inexauríveis e sequenciais — em vez da tensão e foco em pensamentos e fantasias sexuais, que as mulheres costumam usar para garantir o orgasmo clitoridiano (e que seguem o modelo de sexualidade ocidental).

Vimos ao longo deste livro que a satisfação sexual e os orgasmos regulares promovem a criatividade, a confiança e o sentido de ser das mulheres. Quanto mais os homens aprendem a levar as mulheres heterossexuais ao orgasmo via massagem no ponto G, assim como de outras formas, melhor para o estado mental das mulheres. Stuart Brody e Petr Weiss relatam que cientistas da



Escócia e República Tcheca descobriram que o orgasmo simultâneo no coito e o orgasmo vaginal regular não apenas contribuem para a satisfação das mulheres com sua vida sexual, como também se correlacionam com seus níveis de felicidade com seus parceiros, com sua vida e a satisfação com sua saúde mental generalizada. (As mulheres, é claro, poderão chegar ao orgasmo simultâneo com mais facilidade se entenderem e sentirem uma sensação de controle sobre sua própria sexualidade e se sentirem no direito de se comunicar a respeito de suas próprias reações.) Em outras palavras, a satisfação sexual se correlaciona com a satisfação em muitas outras áreas não relacionadas da vida das mulheres. <sup>[39]</sup>

Outro dado extraordinário, mas ainda pouco divulgado, sobre a satisfação vaginal confirma que, quando os pesquisadores são treinados, podem identificar mulheres que têm orgasmos vaginais *pela forma como andam*, com taxas de acerto acima de 80%, uma descoberta que Mike Lousada acredita ter a ver com o músculo elevador pélvico. Outros pesquisadores, G. L. Gravina e seus colegas, descobriram que uma parede uretral mais espessa facilitou o orgasmo vaginal nas mulheres que eles estudaram — talvez porque a parede espessa torne a pressão do pênis ou outro tipo de pressão sobre a rede neural pélvica feminina mais eficiente. Em 2008, esses cientistas italianos descobriram o Cálice Sagrado da compreensão da resposta sexual feminina quando confirmaram que alterações no clitóris e no ponto G durante o orgasmo pareciam provar que esse ponto é, na verdade, *parte* do clitóris — a parte de trás dele, essencialmente —, que, por sua vez, é muito maior e entra mais profundamente na pelve do que se acreditava anteriormente. <sup>[40]</sup>

O livro da dra. Deborah Coady e Nancy Fish de 2011, *Healing Painful Sex*, confirma essa teoria que agora está sendo integrada no conceito de anatomia feminina pelos pesquisadores da vanguarda do estudo da resposta sexual feminina: de fato, o clitóris e o ponto G são dois pontos na mesma estrutura nervosa. <sup>[41]</sup>

O pesquisador escandinavo Zwi Hoch relatou em “Vaginal Erotic Sensitivity by Sexological Examination” que 64% das mulheres que se identificaram como “anorgásticas no coito”, isto é, podiam ter orgasmo por meio da masturbação ou estímulo externo, mas não durante o coito, conseguiram aprender a ter orgasmos na relação sexual imediatamente após a demonstração de como fazer uma pressão rítmica no que até então se chamou de “ponto G”.<sup>[42]</sup>

Na realidade, esses pesquisadores também refutaram a ideia de um ponto G distinto, assim como a noção de reflexos clitoridianos *versus* vaginais, e descobriram — outra confirmação da ciência moderna — que o que realmente acontece nas mulheres durante o orgasmo envolve o que eles, sem doçura alguma, chamaram de “um braço sensorial clitoridiano/vaginal de um reflexo orgástico” que inclui “tecidos profundamente situados” para os quais nem temos nomes específicos. Descobriram que toda a parede anterior da vagina pode apresentar resposta sexual:

Descobriu-se que a totalidade da parede anterior da vagina, incluindo a bexiga urinária situada mais profundamente, tecidos periuretrais e a fáscia de Halban, em vez de um único ponto específico, é eroticamente sensível na maior parte das mulheres examinadas, e 64% delas aprenderam como chegar ao orgasmo por meio de estímulo digital direto específico e/ou de coito na área. Todas as outras partes da vagina apresentaram baixa sensibilidade erótica. Isso confirma nossa conceituação de um “braço sensorial clitoridiano/vaginal de um reflexo orgástico” incluindo o clitóris, toda a parede anterior da vagina, assim como tecidos situados mais profundamente. Em vez de buscar o “orgasmo vaginal (por meio do coito)” diferente do “orgasmo clitoridiano”, esse conceito se refere a um “orgasmo genital” que pode potencialmente ser alcançado por estímulos separados, ou, mais efetivamente, por estímulos combinados desses diferentes componentes do braço sensorial genital do reflexo orgástico.

Dada a facilidade orgástica da maioria das mulheres com nada mais romântico acontecendo do que um pesquisador minimamente informado mostrando a elas o que fazer, é chocante que os dados sobre o orgasmo e a satisfação sexual feminina atualmente mostrem níveis tão relativamente baixos de felicidade sexual entre elas.

Não se alarme: não acho que qualquer um desses dados sugira que devamos ressuscitar o *Relatório Hite*, quando as mulheres tinham que ajustar suas respostas ao ritmo da penetração masculina. Os dados acima sobre o uso de diferentes tipos de estímulo para abordar todos os centros sexuais da mulher mostram que até 90% das mulheres podem ter orgasmos regularmente se quiserem — se seus parceiros forem “pacientes e compassivos” e minimamente informados. Podemos também analisar esses dados como uma demonstração de que aqueles que tratam bem a vagina de suas amantes e ajustam seus ritmos têm uma probabilidade maior de produzir orgasmos clitoridianos/vaginais em suas parceiras de forma confiável. Os dados também podem mostrar que ter alguém assim na cama — ou conhecer essa habilidade para seu próprio uso — tem uma correlação positiva com outras áreas da vida — incluindo uma boa saúde mental e física.

#### DIGA QUE ELA É LINDA

Isso não é trivial. Há razões evolucionárias, como mencionei acima, para que as mulheres tenham a necessidade de ouvir regularmente de seus parceiros que são bonitas — de fato, “a mais bonita” — para ter uma verdadeira liberação sexual.

Quando eu estava na faculdade, uma amiga estava saindo com um homem que era muito gentil, mas jamais disse a ela que era bonita. Eles faziam muito sexo, mas ela nunca ficava completamente à vontade depois do amor. Ele ia embora, e, então, nós três, as três amigas que moravam no apartamento, nos sentávamos à mesa da cozinha, bebíamos garrafas de café com leite e ouvíamos as fantasias de nossa colega de quarto. Ela sempre imaginava trancá-lo em um quarto que não era usado no apartamento e não o soltar até que, dois dias de fome depois, ela finalmente ouvisse a voz rancorosa dele murmurar: “Ok, tudo bem. Você é *bonita*”.

Ela era uma vadia? Ou estava lidando com um desconforto terrível do sistema nervoso autônomo? Não houve uma única mulher que passasse por nosso apartamento que tenha deixado de entender essa fantasia.

Vimos que é por razões evolutivas que as mulheres respondem sexualmente a “comportamentos de investimento” por parte de seus parceiros — sinais de que ele veio para ficar. Se uma mulher pensa que seu parceiro considera outras mulheres mais atraentes que ela, não vai conseguir relaxar completamente, pois já vai começar a antever a concorrência pelos recursos de proteção que ela precisa para sua própria cria. (Só esse aspecto da sexualidade feminina já é motivo suficiente para o efeito negativo sobre a excitação da mulher com o fato de que os homens se excitam vendo pornografia.) Mas, se um homem garante a uma mulher frequentemente que para ele ela é a “mais bonita”, o sistema nervoso autônomo pode mandar a mensagem: ela está segura. Então, ela se libera do estresse da vigilância da ameaça potencial de outra mulher se apoderando de seu “zelador”.

Por causa do papel do SNA na resposta sexual feminina, para se liberar por inteiro em um estado de transe sexual, a mulher precisa, até certo ponto, sentir que pode se permitir entrar em um tipo de autoabsorção que para as mulheres de hoje se parece com o narcisismo. Ela precisa perder a consciência de si mesma. Não pode se preocupar com a celulite, ou com o tempo que está levando para gozar, ou com seu cheiro “lá embaixo”. Tudo isso é mais fácil se uma mulher é admirada e apreciada, que é onde entra a parte do “você é tão linda”.

Na antologia em tom meio de piada *Cambridge Women's Pornography Collective, Porn for Women*, um modelo masculino sensual olha profundamente para a câmera, e a legenda diz: “Você fica mais linda cada vez que eu a vejo”.<sup>[43]</sup> Outra página mostra outro modelo parecendo surpreso: “Você está me dizendo que há pornografia na Internet?”, diz a legenda. Para que o SNA seja completamente ativado, idealmente a mulher deve se sentir não

apenas bonita, mas *de fato* “a mais bonita” — e é aí que entra aquela coisa tão incomum de deusa.

Por que Mike Lousada e outros gurus do Tantra dizem, no início de seu contato sexual com uma mulher: “Seja bem-vinda, deusa”, e iniciam rituais de sedução dirigidos à deusa dentro da mulher? E por que muitas mulheres que nem acreditam nesse tipo de blá-blá-blá de Nova Era reagem com orgasmos transformadores, ou têm orgasmos pela primeira vez depois de serem abordadas dessa forma? Que tipo de mágica é produzida por esse título honorífico meio obscuro e ligeiramente ridículo? Será que ele opera, eu me pergunto, em algum nível fisiológico?

Quanto mais aprendo sobre o SNA, mais percebo que chamar uma mulher de deusa ou se dirigir à deusa que existe dentro dela — se a primeira hipótese parece um pouco ambiciosa — é uma forma de permitir a ela uma resposta sexual transcendental, ou mesmo o primeiro orgasmo da vida.

Por que a deusa? As deusas são poderosas: os que estão à sua volta a tratam com reverência. As deusas não precisam duvidar de si mesmas, nem de seu valor, nem de seus encantos — podem ser até um pouco absortas em si próprias — para que possam dar permissão para a jornada do transe interior identificada pela equipe de Georgiadis. E as deusas têm direito, sem nenhuma ansiedade, culpa ou autocrítica, a altos níveis de atenção e prazer.

Apresentei, com algum nervosismo, minha hipótese e a experiência de Mike Lousada com suas clientes em relação ao uso dessa linguagem de deusa nas minhas comunidades *on-line* e nas entrevistas pessoais com mulheres. Mais uma vez, recebi uma confirmação surpreendente desse aspecto da dança da deusa, que eu considero como o aspecto erótico da reverência — ou pelo menos da admiração.

Uma leitora escreveu:

Tentei aquilo que você sugeriu. Estávamos em nossa Jacuzzi no jardim (...) Adoro meu marido, e em geral nossa vida sexual é boa, mas com o trabalho, o trânsito etc.,

a coisa tem estado meio mundana na maior parte do tempo.

Contei ao meu marido sobre a hipótese da deusa e sobre as informações que você dá em seu artigo. Ele achou engraçado, mas pareceu interessado, acho que principalmente pela possibilidade de mudar minhas reações. Ele começou a tentar dar um tom mais sensual à conversa, mas eu ainda não estava no espírito — pareceu-me um pouco pornográfico e não ia me envolver. Podia até fazer e gozar, mas pareceria mais do mesmo. Já estava me preparando para uma pontinha de decepção dessa que você sente nesses momentos. Mas consegui fazê-lo dar um passo para trás, brincando com ele, e disse: “Você devia falar com a deusa”.

Ele riu e disse, meio sem jeito: “Você é tão fofa, deusa”. Pareceu a coisa mais louca, mas algo em mim se abriu. Acho que ele notou, porque logo falou, aproveitando o momento: “Você é uma *yoni* fofa”. Ri também. Ele falou de uma forma tão apatetada, que ficou engraçado, mas havia algo de sincero naquilo tudo. Quando fizemos amor depois disso, foi como se portões enferrujados se abrissem. Quando acabamos o sexo, eu me senti diferente a respeito de mim mesma. Senti coisas diferentes em relação a ele também, por causa do que ele havia dito. Não era só um elogio vazio. É difícil colocar em palavras. De algum jeito, sinto que ele me *viu*.

Não estou sugerindo que todo mundo que leia isso deva se dirigir à sua amante, mesmo que de passagem, chamando-a de deusa. O sensor do ridículo que mora em cada um de nós não permitiria que isso acontecesse. Mas é óbvio que, se colocarmos lado a lado a ciência recente sobre a resposta sexual feminina com o básico do Tantra, o resultado será que, quando os homens tratam as mulheres como deusas — abertamente — de várias formas, mesmo nas mais cotidianas e práticas, simplesmente verbalizando sua admiração, dizendo a elas o quão unicamente preciosas são, como são lindas — “a mais linda” aos seus olhos —, ou fazendo gestos que mostrem que eles as apreciam, tudo isso ajuda a abrir até a mais cansada, deprimida e machucada das mulheres.

NÃO CAUSE MEDO, MAS NÃO SEJA UM CHATO

Há uma dualidade contínua na representação dos homens que as mulheres heterossexuais desejam, que se reflete na cultura década após década, século após século. Pense no Darcy (mau, arrogante, grosso) em *Orgulho e preconceito*, de Jane Austen (1813), e no Darcy (bom, gentil) que se revela mais tarde no romance. Pense sobre o (gentil) Edgar Linton *versus* o (perigoso) Heathcliff em *Omorrodos ventos uivantes*, de Emily Brontë (1847). Pense no (perigoso) Rochester antes do incêndio em *Jane Eyre*, de Charlotte Brontë (1847), *versus* o (seguro e gentil) St. John e o (seguro e gentil) Rochester que fica cego após o fogo. Pense no (bonzinho e chato) Ashley Wilkes *versus* o (mau e sedutor) Rhett Butler em *E o vento levou*, de Margaret Mitchell (1936). Pense nos (seguros e gentis) Beatles do início da carreira *versus* os (maus e perigosos) Rolling Stones da década de 1960.

Isso vai além de um bom jogo de salão. Esses heróis dúbios são, acredito, arquétipos para as mulheres heterossexuais. Os romances, que são a categoria mais vendida entre qualquer tipo de ficção, tendem a ser centrados em um arco narrativo repetido que envolve um homem aparentemente mau — um protagonista que parece perturbado emocionalmente ou arrogante, ou perigoso — que acaba se revelando como um homem bom e um marido estável, amoroso e comprometido. O apelo duradouro dessa linha de literatura que segue essa mesma trama — uma trama que as leitoras de romances consomem repetidas vezes com modificações em detalhes mínimos — pode ter a ver com a forma como a fantasia pode resolver, ao menos temporariamente, tensões fisiológicas dolorosas e insolúveis na vida real.

Só porque as mulheres, para se sentir sexualmente vivas, precisam se sentir seguras, não quer dizer que tolerem o tédio sexual. O dr. Pfaus, como você se lembra, enfatizou o papel prejudicial do “estresse negativo” e o potencial erótico do “estresse positivo”. Eu interpretaria este último como a excitação do “perigo seguro”. Um dilema profundo na consciência feminina — que a princípio pode parecer um paradoxo — pode ser atribuído à neurobiologia das mulheres. Os dados que vimos sobre as flutuações

hormonais durante o ciclo menstrual mostram que, quando estamos ovulando, somos atraídas por machos imprevisíveis, que correm riscos e com altos índices de testosterona, e, quando não estamos ovulando, queremos parceiros seguros, confiáveis e que nos mantenham satisfeitas.<sup>[44]</sup>

Essa dualidade, é claro, faz sentido perfeitamente em termos evolutivos, da perspectiva da teoria da dra. Helen Fisher: as mulheres não são, ela argumenta, naturalmente monogâmicas, mas, apesar disso, é do interesse delas se unir a um parceiro seguro e confiável pelo menos pelos dois primeiros anos da vida de um filho. Mas ela defende, também, que o adultério pode ser evolutivamente valioso para as mulheres, pois elas podem ter a competição do esperma, que é como os cientistas chamam a situação em que mais de um homem ejacula dentro de uma mulher que não é monogâmica, e isso ajuda na concepção. A mulher pode criar o bebê, pelo menos pelos dois primeiros anos mais vulneráveis de vida, com a ajuda de um companheiro prestativo (e confiável). Essa tensão insolúvel e até trágica — a atração sensual por ser engravidada por um estranho imprevisível e o impulso emocional igualmente forte de se “casar” com o homem previsível e protetor — pode estar contida em sua formação evolutiva como mulheres. Com certeza está previsto em nossa variabilidade mensal. Rochester ou St. John? Rhett ou Ashley? Pode depender da época do mês ou da linha basal nos níveis do sistema nervoso simpático.

Essa tensão pode explicar, também, um dos problemas duradouros dentro da sexualidade feminina, que é tão tenaz, mas também tão vergonhoso, que tendemos a evitar discuti-lo. É o problema do apelo óbvio e resistente que muitas mulheres heterossexuais sentem pelo “*bad boy*” e a questão da resposta sexual feminina em relação à dominação, à submissão e ao poder. A série de romances levemente S&M *Cinquenta tons de cinza*, de E. L. James, vendeu milhões de exemplares para mulheres em 2012. Esses temas são grandes tabus feministas em relação à sexualidade das mulheres. Mas, se você analisar dezenas de cenas, digamos, da coleção de erotismo feminino de Nancy Friday, *Meu jardim secreto*,



ou cenas semelhantes de mulheres “levadas” por um macho dominante em qualquer romance de banca de jornal, vai precisar confrontar o fato de que deve haver algo de magnético, não a respeito da força masculina, mas de certo tipo de capacidade de domínio.

Os *bad boys* realmente adorados da literatura feminina não praticam o *bullying* ou agridem a heroína, mas as provocam e testam continuamente — provocam para liberar seu lado selvagem ainda latente. E uma coisa que os heróis românticos da ficção feminina jamais fazem, mesmo sendo os *bad boys* que são, bruscos ou no limite da rudeza, é dar um tapa sequer, ou seja, assustar negativamente a heroína. Pense nas trocas de farpas afiadas, mas antes de tudo respeitosas, entre Darcy e Elizabeth. Praticamente todos os romances do gênero feminino seguem o roteiro do homem que pareceu mau — insensível, corrupto, mulherengo —, mas que acaba sendo bom. Apresentam também a heroína que começa a história sendo reservada e imatura — “pobre, imatura, sem graça e pequena” nas palavras de Jane Eyre —, mas que se torna ela mesma, cresce interiormente, sob a provocação desse homem mau que em segredo é bom.

Esse aparente paradoxo ou fantasia politicamente incorreta é, eu argumentaria, um arquétipo essencial da jornada heterossexual feminina. Um macho provocante, habilidoso, chegando às raias do perigo pode ajudar a iniciar a jornada sexual feminina. A “maldade” aí não é a maldade literal — representa ser o outro, a selvageria, as dimensões do desconhecido. As botas de motociclista, a Harley — elas têm a ver com as aventuras *dela*, o pendor *dela* por cair na estrada, eroticamente e em termos da criatividade e subversão *dela*, que a sociedade em geral reprimiu nela, proibindo-a de reivindicar como um anseio, que dirá como parte de sua identidade de “garota boazinha”. A “maldade” masculina dele é simplesmente a projeção da *anima* escura do próprio ser selvagem e irreconhecível dentro dela.

O segredo difícil é que há algo sobre o poder — ou a habilidade ou o domínio da situação — nos homens que é erótico para muitas mulheres heterossexuais, e isso provavelmente tem a ver com aquelas variações hormonais que nos deixam alertas para os sinais de alta testosterona, assim como o “estresse positivo” da ativação do SNS em um contexto que a mulher pode, em última instância, controlar. As antigas teorias da biologia evolucionária, centradas no masculino, popularizaram noções como a apresentada por Richard Dawkins em *O gene egoísta*, que apoia a ideia de que homens mais velhos, ricos e poderosos podem atrair mulheres jovens e bonitas que buscam segurança; e que as mulheres estarão sempre em desvantagem na dança do acasalamento porque desejam compromisso, enquanto os homens desejam espalhar sua semente. Mas a teoria da dra. Helen Fisher conta uma história muito diferente sobre a atratividade dos homens para as mulheres: não são os homens que selecionam sexualmente, mas as mulheres — que, aliás, é o caso em toda a classe dos mamíferos. Nesse cenário, uma mulher não procura um cara mais velho com um cartão de crédito “*platinum*”. Ela busca um companheiro que a ajude e procura o esperma de alta qualidade — uma missão dupla que pode levar à união com o adultério feminino simultâneo. Será que suas variações hormonais, junto com o apelo do “estresse positivo” de um homem que pode ser perigosamente excitante sem chegar a ser prejudicial, podem intensificar a dualidade dessa missão e ajudar a explicar por que os personagens masculinos das fantasias femininas manifestam traços tão opostos, quase irreconciliáveis?

Tenho ouvido muito a fala de mulheres que saíram de seus casamentos ou cometeram adultério. A seguir, apresento outro segredo cultural: um tópico substancial que aparece quando as mulheres contam que deixaram casamentos sólidos e estáveis, ou cometeram adultério contra homens bons, devotados e fiéis porque estavam *entediadas*. Nosso roteiro cultural nos diz que as mulheres nunca vão embora ou traem a não ser que o homem tenha feito algo terrível a elas. Mas já perdi a conta de quantas mulheres perfeitamente educadas, razoáveis, sãs e prestativas me

confidenciaram que o motivo pelo qual saíram do casamento ou traíram é que não suportavam mais o tédio sexual causado pelo homem bom, seguro, bonzinho e previsível. Não têm orgulho do que foram levadas a fazer, mas usam a linguagem da sobrevivência para explicar a situação: “Pensei que ia morrer se jamais tivesse isso de novo em minha vida”, disse uma adúltera, referindo-se à química erótica de seu caso. Outras relataram: “Achava que minha vida ia acabar se continuasse assim” e “Estava morrendo por dentro”. Os homens que estavam sendo abandonados ou enganados pelas mulheres que me contaram essas histórias eram todos incrivelmente bons. Mas haviam parado de se relacionar intelectualmente com as mulheres de sua vida de um ponto de vista de crescimento ou aventura. Já não levavam mais sedução ou drama para o leito conjugal. Já não viam mais suas mulheres como alguém que precisasse de excitação e emoção dentro do relacionamento. Isso pareceu surtir um efeito devastador: as mulheres pararam de tratar os homens como provedores de excitação e novidade e começaram a tratá-los como se fossem profundamente desinteressantes. Creio que a necessidade mensal das mulheres de drama em um contexto íntimo leve ao fato de que, quando os homens não proveem isso de forma positiva, elas tendem a se tornar provocadoras e irritantes para conseguir o estímulo que anseiam dos homens, mesmo que isso chegue de forma negativa, como em uma discussão. Ao se tornarem menos desafiadores e mais previsíveis, muitos maridos se prendem ao papel de provedor, mais estável, mas menos sensual para a psique das mulheres, e abandonam o papel provocador — não deixando nada para ativar a imaginação ou o SNS durante as épocas do mês em que a mulher busca aventura, a “dança” e a excitação. Será que essas mulheres se casaram com homens que satisfazem à metade de suas necessidades hormonais, mas ignoraram a outra metade — a metade imprevisível e que gosta de correr riscos?

Será que há algo na imprevisibilidade dos *bad boys* que ativa o SNS feminino? Sim. Quando o “estresse negativo” domina o SNS, ele foca a atenção da mulher na ansiedade em vez da excitação sexual.

Mas, como diz o dr. Pfaus, “o estresse positivo pode ser bom para a vida sexual”. O sexo das férias é tão excitante por causa da novidade e imprevisibilidade do cenário, o que ativa o SNS de uma forma sexual, em vez do padrão que produz a ansiedade. “Algumas mulheres não conseguem chegar ao orgasmo sem a ativação do SNS produzida por, digamos, um tapa ou puxão de cabelo”, explica o dr. Pfaus. Ele nota que esses gostos foram frequentemente interpretados como um masoquismo inato das mulheres, mas podem resultar simplesmente do fato de que a linha basal do SNS dessas mulheres precisa de um pouco mais de ativação do que o normal.<sup>[45]</sup>

Parece-me que essa explicação nada estranha para um pouco de agressão causando excitação para algumas mulheres pode também explicar a fantasia de estupro de muitas mulheres, junto com outros tipos de simulações, todas elas ativadoras do SNS. (Saber que esses gostos podem não derivar de qualquer masoquismo psicológico não significa, no entanto, que eu acredite que se deva ignorar o risco de habituação a imagens ou práticas de violência sexual e o risco de uma escalada das práticas por meio da habituação, discutida no Capítulo 12, “A vagina pornográfica”.)

A excitação e a imprevisibilidade que ativam o SNS de forma positiva para as mulheres podem vir de surpresas mais gentis também. Conheço um casal que tem um casamento muito feliz. Eles têm todos os estresses que outras pessoas têm quando são casadas há muito tempo: contas, trânsito, empregos, dois filhos que às vezes fazem manha, que precisam de aparelho nos dentes e vão precisar ir para a faculdade um dia. Mas a mulher é efervescente e bem no espírito da deusa, já na casa dos quarenta; o homem está muito satisfeito com a vida dele. Para o aniversário dela, em uma época que estavam com pouco dinheiro, o marido reservou um voo barato para um *resort* de segunda classe no Caribe.

Eles poderiam ser como qualquer outro casal entediado: esperando na fila para passar na segurança do aeroporto juntos; lendo revistas juntos; chegando cansados e famintos no *resort* e guardando as roupas com todo o estresse e familiaridade dos casais

casados há muito tempo. Mas isso não foi o que aconteceu com eles. Porque o marido nunca contou à mulher para onde eles estavam indo — a única coisa que ele falou foi que fizesse uma mala com roupas para verão e um biquíni. Ele foi para o portão antes dela e explicou a surpresa para o pessoal da empresa aérea, e todos acharam muita graça. Voltou, então, para onde ela estava esperando, abriu uma garrafa de champanhe, tirou um prato de morangos, serviu uma taça para ela, serviu as frutas e, então, com a permissão dela, vendou-a enquanto entravam no avião. A venda foi retirada depois que eles se sentaram, mas ela não tinha ideia de aonde estavam indo e não descobriu até que chegaram e desembarcaram. O marido contou que ela sorriu durante todo o voo.

A perseverança dele, combinada com o senso de humor dela, a aceitação do risco e a surpresa, tudo isso satisfaz aos dois conjuntos de necessidades dela, em qualquer época do mês.

Será que isso significa que os homens bacanas, legais, trabalhadores e certinhos devem entrar em desespero ou contratar aulas de sedução com o primeiro cafajeste que aparecer, como em *O jogo*, de Neil Strauss, para aprender a ser maus com as mulheres? Não. Mas pode querer dizer que uma forma de manter uma mulher interessada e fiel a vida toda, se você é homem, é jamais abdicar de seu papel de sedutor e nunca parar de crescer, mudar e encontrar pequenas e grandes maneiras de surpreendê-la.

Os dois arquétipos masculinos estão aí para provocá-la, para fazer que todas as suas complexas e mutantes necessidades carnis e evolutivas sejam satisfeitas; e o desafio para ela na vida real pode ser o de trazer excitação e imprevisibilidade suficiente para seu relacionamento “seguro”, ou garantir segurança e compromisso emocional suficientes em contextos em que os riscos que a atraem prevaleçam.

FAÇA COM OS MAMILOS DELA TUDO QUE ELA DESEJAR

O que quer que ela queira que você faça com os mamilos dela — faça exatamente da forma que ela gosta e na quantidade que ela quiser. Como já vimos, a estimulação dos mamilos libera oxitocina, o que faz a mulher achar que o mundo é um lugar melhor, que o amor existe, que é significativo e que ela pode confiar nas circunstâncias (os homens também podem ter a estimulação dos mamilos durante o sexo, mas de forma menos contínua e frequente, em geral). Isso também pode ajudá-la a ver a conexão entre as coisas e a ler melhor as nuances emocionais — tornando-a uma parceira mais sensível, uma líder melhor, uma artista criativa mais talentosa dentro das circunstâncias da vida dela e uma mãe mais carinhosa. Acho muito interessante que, quando peço às mulheres que reflitam sobre quando encorajam a estimulação dos mamilos pelos amantes, o que ouço na prática é que as mulheres querem ter seus mamilos tocados, beliscados ou sugados pelos homens que amam ou gostam. Elas podem ter um sexo bastante bom com homens que não gostam, mas muitas mulheres me contaram que não suportam que um homem assim toque, belisque ou sugue seus mamilos. Talvez você já tenha que confiar em seu parceiro para entregar seu corpo mais ainda.

Como já sabemos, é cientificamente provado que, quando o bebê mama no seio da mãe, isso libera oxitocina no corpo dela, que, por sua vez, estabelece os laços de ligação entre mãe e bebê. Quando o homem suga os seios de uma mulher, isso também libera oxitocina — gerando aquela resposta química nas mulheres que as faz se sentir mais relaxadas e afetuosas, ou seja, fazendo que a mulher se sinta mais ligada à pessoa que suga seus mamilos. Dada essa possibilidade, seria um conselho para as mulheres que não deixassem homens (ou mulheres) com quem não querem se sentir conectadas tocar seus seios. A oxitocina tem um papel importante para diminuir a neofobia, ou o medo do novo, e a ansiedade. Quanto mais um amante suga seus seios, mais à vontade você se sentirá com ele. Por causa da oxitocina, as mulheres se sentem tanto excitadas quanto relaxadas quando o amante suga seus mamilos.

Desta forma, as mulheres vão se sentindo mais “ligadas” à atenção sexual de seus amantes, mais “ligadas” ao amor.

É bom que as mulheres saibam que, se desejam fazer sexo anônimo com um homem em quem não podem confiar, por quem não querem se apaixonar, seria melhor desencorajar qualquer interação com os mamilos.

## EJACULAÇÃO

Será que a ejaculação masculina afeta os sentimentos das mulheres? A dra. Helen Fisher leva tão a sério o efeito psicológico do sexo sobre as mulheres, que alerta que, já que os antidepressivos podem suprimir a ejaculação, os homens para quem esses medicamentos são prescritos deveriam ser avisados de que, se não puderem ejacular, podem “perder a capacidade de enviar sinais de sedução”.

[46]

Receber a ejaculação dele enquanto fazem amor pode fazer que a mulher se sinta diferente em relação a um homem do que se sentiria se não a recebesse. O sêmen contém açúcar, espermatozoides e alguns compostos aromáticos. Como é viscoso, é sexualmente estimulante para mais partes da vagina e do colo do útero do que somente a penetração do pênis. A mulher literalmente ingere o açúcar da ejaculação pelas paredes de sua vagina. Se ela se sente energizada depois do sexo com ejaculação, também pode ser porque está em um pequeno pico de açúcar, combinado com a estimulação mais profunda que recebeu do líquido quente e viscoso. A dra. Cindy Meston e David M. Buss, em *Por que as mulheres fazem sexo*, afirmam que o sêmen contém traços de elevadores de humor:

O sêmen contém hormônios que incluem testosterona, estrogênio, hormônios folículo-estimulantes, hormônio luteinizante, prolactina e vários tipos de prostaglandinas. Todos esses hormônios têm a capacidade de alterar o humor e podem ser absorvidos na corrente sanguínea da mulher através das paredes vaginais.

[47]

Se as pessoas praticam sexo seguro, então o ato sem a camisinha pode sinalizar que isto está acontecendo no contexto de um relacionamento seguro e comprometido, conduzido com práticas de sexo seguro — liberando ainda mais oxitocina e opioides que ela vai poder experimentar. Muitas mulheres relataram que de fato se sentiram diferentes em relação a um homem depois de fazer amor com ejaculação, sem camisinha, em comparação a como se sentiam antes. Sentiram-se mais próximas a ele, mais satisfeitas, mais felizes, e as pequenas coisas que antes as perturbavam pareciam menores agora.

Conduzi entrevistas informais com grupos de mulheres que havia conhecido pessoalmente ou *on-line*. Falei a elas dos possíveis efeitos do sêmen e, depois, pedi que se lembrassem de um relacionamento em que no início usavam camisinha religiosamente e que, depois de fazer os exames de doenças sexualmente transmissíveis — esse era um grupo de mulheres sexualmente responsáveis —, haviam parado de usar o preservativo. Mesmo homem, mesmo estilo sexual, mesmo cheiro: alguma diferença?

Vi olhares de reconhecimento chocante cruzarem o rosto das minhas entrevistadas. “Totalmente diferente”, disse Julia, uma designer gráfica:

Ah, meu Deus. Depois que eu parei de usar camisinha, as pequenas coisas que meu namorado fazia e que me perturbavam passaram a ser fofas. Ele ficou mais bonito! As camisetas bobas não me incomodaram mais! Achei que o relacionamento de algum jeito havia ficado mais sério, e não apenas pelo compromisso implícito de não usar mais preservativo (...) foi inacreditável.

“Eu me senti diferente depois”, confirmou Anastácia, uma estudante da cidade de Nova Iorque. “Eu me senti mais envolvida. Antes, eu o via com mais desapego. Depois que paramos de usar camisinha, eu me senti conectada a ele, apaixonada, motivada.”

“Diferente. Eu me senti diferente com ele quando paramos de usar preservativo”, confirmou Dianne, gerente de operações. “Eu me senti mais apaixonada, mais satisfeita, mais feliz e mais conectada.”



“Nosso relacionamento chegou a outro patamar quando paramos de usar preservativos”, disse Nina, “e agora, quando penso nisso, os nossos melhores momentos são logo depois de fazermos amor. Meu humor melhora muito nesses momentos. Antes disso, eu não achava tão especial quando ele não ejaculava dentro de mim — não achava que ele era o homem certo para mim. Mas, quando paramos de usar camisinha, coincidiu que comecei a achar que ele podia ser o cara.”

Muitas mulheres fizeram o esforço para se lembrar se tiveram a mesma alteração emocional de humor ao engolir o sêmen depois do sexo oral. Várias relataram que acreditavam, em retrospecto, que isso possa ter alterado seu humor até certo ponto — o pico de açúcar, talvez —, mas que o efeito foi muito menos óbvio do que havia sido com a ejaculação na vagina, com sua carga de opioides e possivelmente outros efeitos de elevação de humor.

De forma alguma, estou tentando sabotar a importância da mensagem sobre a prática do sexo seguro. Mas acho que é importante entender o que pode acontecer na mente feminina quando recebemos o sêmen. Pense em uma época em que você estava se apaixonando por um homem e usando camisinha. Então, depois de terem prometido exclusividade um ao outro, pararam de usar preservativo. Vocês faziam amor frequentemente, intoxicados pela proximidade e pelo cheiro um do outro. Pode ser que sua sensação de segurança tenha aumentado também pela exclusividade que isso implica, o que sabemos que favorece o orgasmo feminino. Pense na exaltação emocional após o sexo assim. Agora, pense em uma época em que, por qualquer que fosse a razão, você ficou solteira de novo, começou a sair de novo e fez amor de novo, usando preservativo. Você não sentiu uma espécie de distanciamento, e emocionalmente não foi completamente diferente depois do ato?

Quando um homem goza na boca de uma mulher, ela pode se sentir reenergizada; quando ele goza na vagina dela, isso aumenta sua afeição e, se Meston e Buss estiverem certos, melhora seu humor. As respostas femininas à ejaculação de um homem variam

imensamente de um para outro, e a ciência ainda está por explicar por que o sêmen de alguns homens parece muito mais “certo” que o de outros. Algumas mulheres me contaram que o sêmen de alguns homens parece ser o “errado” desde o princípio: muitas mulheres heterossexuais confirmaram que o ponto de virada de vários princípios de relacionamento que pareciam promissores foi quando perceberam que não gostavam — e às vezes não toleravam — o sêmen de um novo amante. É bem possível que isso seja parte do que as mulheres afirmam quando dizem que um aparente bom partido não tem a “fagulha” ou a “química”. Quando os odores são aversivos, as pessoas evitam entrar em contato com eles; o mesmo acontece com o paladar. A primeira vez de uma ejaculação sem camisinha, em um contexto de relacionamento, introduz um novo cheiro e um novo gosto. Nesse ponto, muitas mulheres podem descobrir que gostam ou amam a ejaculação, ou pelo menos seu efeito sobre elas; o gosto e o cheiro de outros homens podem ser bem desencorajadores.

“Então, você está sugerindo”, perguntaram-me várias entrevistadas, de uma forma ou de outra, espontaneamente, “que, mesmo quando as coisas não estão indo tão bem, eu deveria arranjar um pouco de sêmen dele para me sentir melhor?” Muitas riram quando me perguntaram isso, mas, na realidade, estavam falando sério. Parece-me que a antiga sabedoria folclórica de “fazer sexo enquanto quiser fazer sexo” possa ter alguma base bioquímica para isso. A liberação adicional de opiáceos fornecida pela ejaculação nas mulheres e potencialmente outros tipos de elevadores de humor — se seus parceiros estão fazendo outras coisas bacanas para elas, também — podem, de fato, ajudar alguns casais a atravessar momentos difíceis.

SEM QUERER, VOCÊ A DEIXARÁ LOUCA SE IGNORAR A DANÇA DA DEUSA

Em nossa cultura, é da mulher a tarefa de “manter a chama sexual acesa” em um relacionamento — aparecendo na porta vestindo nada

mais que bandagens, como o *best-seller A mulher total*, de Marabel Morgan, aconselhava as mulheres a fazer nos anos 1970, ou se exaurindo com fantasias e novidades para chamar a atenção dele. Mas os praticantes do Tantra acham que esse modelo é invertido. Na visão de mundo deles, é o homem quem deve avivar a chama. É o homem quem, nas palavras de Mike Lousada, precisa “segurar” a mulher. Muitos homens ocidentais tristemente ignoram a dança da deusa a não ser que queiram sexo — e chegam a ignorar mesmo quando querem — e permitem acontecer o que os tântricos chamam de deixar que o “fogo” diminua em suas esposas ou namoradas, até que se resuma a praticamente nada. Aí, desorientadamente, eles agarram a vagina da mulher ou namorada — como se isso fizesse parte do início do sexo, em vez do resultado final de um longo e complexo processo sexual e emocional. Uma vagina pronta e ansiosa pelo sexo é um subproduto de um processo dinâmico e complexo entre duas pessoas, um processo que se desenrola vinte e quatro horas por dia, no qual o homem tem, em termos tântricos, que fazer muitas outras coisas aparentemente “não sexuais” para manter a chama acesa.

Uma mulher hétero que vive dia após dia em um relacionamento próximo com um homem que se sai bem na dança da deusa — que, em meio a todas as outras responsabilidades da vida dele, não se esquece de dar um abraço forte e gostoso nela quando chega do trabalho à noite, que não deixa de se dar ao trabalho de dizer a ela que está linda no novo vestido, que acha energia, mesmo quando está cansado, para acariciar o cabelo dela —, essa mulher vive, mesmo quando está apenas regando o jardim ou abrindo as cartas, em um ambiente positivo e sexualmente excitante em termos emocionais e físicos que seu parceiro criou para ela. Por causa das idiossincrasias do sistema feminino, criar esse ambiente singularmente relaxante e estimulante é mais tarefa do homem que da mulher (ela tem outras responsabilidades se considerarmos a bioquímica dele). Nessa atmosfera, ela está vivendo com um SNS calmo, que é facilmente lubrificado e irrigado por seu sistema circulatório; por outro lado, os hormônios que elevam o humor dela

e criam sua confiança e a afeição por ele são permanentemente repostos. Portanto, quando chega a hora de fazer amor, ela já está desejava. Afinal, em todos os sentidos, ela quer e *pode* — duas coisas diferentes para as mulheres — se abrir para seu amante ou marido.

De fato, o laboratório do dr. Pfaus encontrou evidências — pelo menos entre os mamíferos inferiores — de que fisiologicamente existe um “ponto sem retorno” em termos da experiência de sexo ruim que as fêmeas têm com os machos — um ponto relacionado ao desapontamento sexual feminino depois do qual já não se pode recuperar uma experiência positiva com o parceiro. Lembra-se do experimento em que as ratas foram “excitadas” por meio de injeções de hormônio e a um grupo se permitiu ter prazer acasalando com os machos, enquanto o outro grupo recebeu naloxona que inibiu a experiência de prazer? Os resultados negativos do experimento duraram bem mais que o experimento em si nas reações das ratas que passaram pelo sexo decepcionante. Depois da quinta experiência de sexo ruim, as ratas começaram não apenas a ignorar os machos — começaram a ativamente mantê-los a distância. Fizeram isso não apenas quando receberam naloxona, mas só solução salina. Em outras palavras, mesmo que pudessem *fisicamente* experimentar o prazer, já não queriam se dar o trabalho de fazer sexo.

O dr. Pfaus explicou:

Essas ratas estão brigando com os machos, não estão se oferecendo, não apresentam a lordose em total intensidade (significa que não arqueiam suas costas em sinal de desejo pelo sexo). Não há naloxona envolvida, então, o que aconteceu? As ratas fêmeas criaram uma expectativa de que o sexo é ruim — já passaram por isso e não aproveitaram nada. Então, a despeito da preparação hormonal, elas não querem fazer sexo! Já tiveram experiências anteriores de sexo ruim! Parece que concluíram psicologicamente: “Isso é simplesmente doloroso. Por que eu deveria fazer de novo? (Estamos agora analisando por quanto tempo isso persiste.) Portanto, as ratas fêmeas podem concluir: “Ele é um péssimo amante”.

As ratas não estão culpando a si próprias — elas buscam uma causa externa para sua decepção sexual. A conclusão? Há um ponto em que sua parceira fêmea não vai querer fazer sexo com você em um futuro próximo se você lhe deu sexo ruim o suficiente no passado recente. <sup>[48]</sup>

Não faz sentido para um homem se perguntar por que motivo sua amante subiu nele com entusiasmo na última terça-feira depois dos mesmos toques da parte dele, mas hoje alega uma dor de cabeça, se ele não estiver disposto a pensar em como tratou da dança da deusa nesse dia ou nessa semana. Mas, se ele entender como realmente funciona a dança da deusa, entenderá que, digamos, por ter dedicado alguns momentos a olhar profundamente nos olhos dela antes de dar um beijo de despedida naquela manhã antes do trabalho, ou de ter pegado a roupa suja do chão do quarto naquela noite antes de se voltar para ela com intenções sexuais — chegando ao ponto de programar o ciclo da máquina de lavar e dobrar as roupas depois —, tudo isso pode ser, mais tarde, extremamente sedutor para sua esposa ou namorada. Se essa questão foi uma fonte de estresse para ela, o fato de que ele realizou ações que baixaram seus níveis de estresse vai literalmente fazer que ela fique mais pronta para lubrificar, e a vagina estará mais capaz de se intumescer com sangue.

Eu diria ainda mais: o fato de que ele olhou para ela ou a elogiou ou mesmo dobrou uma máquina de roupas não é apenas corretamente considerado preliminares muito efetivas. É, na verdade, do ponto de vista do corpo feminino, uma parte essencial do bom sexo.

#### “CHUVA DE ESTRELAS”

A ciência recente, de fato, retornou ao ponto inicial de onde começamos e mostra que as próprias mulheres, dada a oportunidade de dar nomes aos bois, nomeiam alguns tipos de

orgasmos com uma linguagem que reflete a experiência transcendental.

O dr. Irv Binik, da Universidade McGill em Montreal, Canadá, desenvolveu um “*checklist* do orgasmo” para mulheres, com vinte e quatro descritores. Essa multiplicidade de nomes disponíveis para a experiência das mulheres levou a equipe dele a descobrir que há diferentes tipos de orgasmos em mulheres e que elas os definem subjetivamente: alguns parecem muito “fisiológicos” para as mulheres; para outros, elas usam termos mais “abrangentes”, “avaliadores” e “subjetivos”. Binik descobriu que as mulheres tendem a usar os descritores fisiológicos mais frequentemente para a masturbação — deixando os descritores emocionais e subjetivos para a relação sexual. <sup>[49]</sup>

Beverly Whipple e Barry Komisaruk levaram esse entendimento ainda mais adiante: descobriram, em 2011, que as mulheres usam diferentes tipos de linguagem — baseada, na verdade, em diferentes tipos de poesia — para descrever, quando convidadas a fazê-lo, diferentes tipos de orgasmo resultantes do estímulo do clitóris, vagina (ponto G) ou colo do útero e as várias combinações. Esse estudo fez que eu me lembrasse do que a educadora sexual Liz Topp havia dito, tristemente, sobre as garotas que tratava e que não compreendiam sua própria anatomia: “Elas não sabem que têm mundos dentro delas”.

De forma fascinante, Whipple e Komisaruk descobriram que os orgasmos vulvares são comumente ocasionados por estímulo no clitóris, e a resposta muscular é, em sua maior parte, no músculo pubococcígeo, enquanto o orgasmo uterino é geralmente ocasionado pelo ponto G, o maior nervo envolvido, sendo o nervo pélvico e a resposta muscular basicamente uterina. Os “orgasmos mistos” — o tipo favorito da maioria das mulheres, estatisticamente — envolvem vários pontos sensíveis e as duas principais ramificações nervosas, a pudenda e a pélvica, assim como respostas musculares nas duas áreas. <sup>[50]</sup>

Talvez não seja surpreendente o fato de que essa é uma equipe formada por uma pesquisadora mulher, trabalhando em conjunto com um pesquisador homem, que identificaram uma categoria de orgasmo que nos leva de volta à linguagem do misticismo — ou para diante dela. Um agnóstico diria que, quando a experiência do divino ou do transcendental harmoniza o que vemos do lado de fora com o que sentimos no interior, isso é “Deus” ou “a deusa”.

Que novo nome, entre tantos, algumas mulheres, tendo a chance de categorizar seus próprios orgasmos em sua própria linguagem, deram a esse tipo de experiência sexual?

O nome: “Chuva de estrelas”.

---

1. Judith Horstman, *The Scientific American Book of Love, Sex and the Brain: The Neuroscience of How, When, Why and Who We Love* (Nova Iorque: Jossey-Bass, 2012), 85.[↵](#)
2. Dra. Louann Brizendine, *The Female Brain* (Nova Iorque: Morgan Road Books, 2006), 123: “No cérebro masculino, a maior parte das emoções origina menos sensações intuitivas e mais pensamentos racionais. A típica reação do cérebro masculino a uma emoção é evitá-la a todo custo...”.[↵](#)
3. Dra. Helen Fisher, *The Anatomy of Love: A Natural History of Mating, Marriage and Why We Stray* (Nova Iorque: Ballantine Books, 1992), 182-84.[↵](#)
4. A seguir, uma descrição do aparelho que mede a amplitude do pulso vaginal: Fotopletismografia vaginal: Embutida na extremidade frontal da sonda, há uma fonte de luz que ilumina as paredes vaginais. A rede é refletida e difundida através dos tecidos da parede vaginal e chega à célula fotossensível montada dentro do corpo da sonda. As alterações na resistência da célula correspondem às alterações da quantidade de luz refletida de volta que chega à superfície sensível à luz. A premissa é que um sinal de mais luz refletida significa um aumento no volume sanguíneo nos vasos vaginais (Levin, 1992). Hoon et al. (1976) apresentaram um modelo melhorado do fotômetro vaginal que substituiu por um LED infravermelho a fonte de luz incandescente e por uma fotocélula o fototransistor. Essas inovações reduziram os níveis de oxigenação sanguínea potencialmente associada aos artefatos, problemas

de histerese e efeitos históricos da luz. O fotômetro vaginal é projetado para ser facilmente colocado pela participante. O protetor pode ser colocado no cabo da sonda para que a profundidade da inserção e a orientação dos fotorreceptores sejam conhecidas e mantidas constantes (Geer, 1983; Laan, Everaed & Evers, 1995). O fotômetro produz dois sinais analisáveis. O primeiro é um sinal DC, que forneceria o índice da quantidade total de sangue (Hatch, 1979), em geral abreviado como VBV (Volume Sanguíneo Vaginal). O segundo é o sinal AC, abreviado VPA (Amplitude do Pulso Vaginal), que refletiria as alterações fásicas nas paredes vasculares resultantes de alterações de pressão dentro dos vasos (Jennings et al., 1980; Veja figura 11.2). Apesar de confirmado que os dois sinais refletem respostas a estímulos eróticos (ex: Geer, Morokoff & Greenwood, 1974; ex: Hoon, Wincze, & Hoon, 1976), sua natureza e fonte exatas são desconhecidas. Heiman et al. (2004) compararam, em doze mulheres, o VPA e as alterações de volume genital medidas em ressonâncias magnéticas e não descobriram nenhuma correlação significativa entre os dois. Heiman e Maravilla (2005) sugeriram que poderia ser possível que, em níveis moderados de excitação, a sonda vaginal detectasse alterações no tecido vaginal que não corresponderiam a outras alterações no volume sanguíneo genital. (Entretanto, de forma interessante, o mesmo estudo relatou correlações maiores entre a excitação sexual subjetiva e o VPA que para as variáveis da ressonância.) A interpretação da relação entre o resultado do fotômetro e os mecanismos vasculares subjacentes é afetada pela falta de uma estrutura teórica sólida (Levin, 1992) e de um método de calibração que permita a transformação do resultado em eventos fisiológicos conhecidos. No presente, a maior parte dos pesquisadores descreve seus achados em medidas relativas, tais como mms por deflexão ou alterações em microvolts. Levin (1997) afirmou que uma das premissas básicas apoiando o uso da pletismografia é que as alterações no VBV e VPA sempre refletem eventos vasculares locais. Em sua discussão dos achados de estudos sobre os efeitos do exercício e orgasmo sobre o VBV e o VPA, entretanto, ele sugere que os sinais provavelmente refletirão interações bastante complexas entre os processos reguladores simpáticos e parassimpáticos e entre a pressão sanguínea circulatória e vaginal. Entretanto, Prause et al. (2004) descobriram que, se o VPA apresentava discriminação entre os estímulos de filmes sexuais, sexualmente ameaçadores, a pressão sanguínea (aumentada em todas as três condições) não discrimina. A validade do constructo do VPA é mais bem estabelecida que a do VBV. Pesquisadores relataram altas correlações entre o VPA e o VBV, especialmente com estímulo sexual forte, mas outros não encontraram concordância ou concordância baixa entre os dois sinais (Heiman, 1976; Meston e



Gorzalka, 1995). O VPA parece ser mais sensível a alterações em intensidade de estímulo que o VBV (Geer et al., 1974; Osborn & Pollack, 1977). A VPA também corresponde mais proximamente aos relatos subjetivos de excitação sexual que o VBV (Heiman, 1977). Finalmente, as alterações do VBV em resposta a aumentos na excitação geral, indicando que o VBV é menos específico para a excitação sexual que o VPA (Laan, Everaerd & Evers, 1995). Dois estudos mediram as respostas de mulheres sexualmente funcionais a extratos de filmes sexuais, indutores da ansiedade, sexualmente ameaçadores e neutros e encontraram aumento máximo do VPA ao estímulo sexual e aumentos modestos aos filmes sexualmente ameaçadores. (As participantes também relataram níveis intermediários de excitação sexual com o estímulo da ameaça sexual.) Nos dois estudos, o VPA não aumentou em resposta ao estímulo indutor da ansiedade. Esses resultados demonstram a especificidade da resposta de vasocongestão vaginal aos estímulos sexuais. De E. Janssen, N. Prause e J. Geer, "The Sexual Response", em Handbook of Psychophysiology, eds. J. T. Cacioppo, L. G. Tassinari e G. G. Berntson, 3. ed. (Nova Iorque: Cambridge University Press, 2007).[↵](#)

5. Dra. Louann Brizendine, *The Female Brain*, 77-86.[↵](#)
6. Beverly Whipple e John Delbert Perry, "Pelvic Muscle Strength of Female Ejaculators: Evidence in Support of a New Theory of Orgasm", *Journal of Sex Research* 17, n. 1 (1981): 22-39.[↵](#)
7. *Ib.*, 22-39. Whipple e Perry também analisaram as conexões neurais na coluna lombar para explicar essa hipótese. De fato, um membro da equipe de pesquisa sofreu uma torção na lombar e descobriu que a medida da força de suas contrações uterinas tipo Kegel estava significativamente mais baixa que o usual: a saúde e funcionalidade da medula espinhal, nesse estudo, confirmadamente afetaram o poder de contração da vagina.[↵](#)
8. *Ib.*, 22-39.[↵](#)
9. *Ib.*, 22-39.[↵](#)
10. *Ib.*, 22-39.[↵](#)
11. Janniko R. Georgiadis e outros, "Regional Cerebral Blood Flow Changes Associated with Clitorally Induced Orgasm in Healthy Women", *European Journal of Neuroscience* 24, n. 11 (2006): 3305-16.[↵](#)
12. K. Mah e Y. M. Binik, "The Nature of Human Orgasm: A Critical Review of Major Trends", *Clinical Psychology Review* 6 (21 de agosto de 2002), 823-56. Veja também R. King e outros, "Are There Different Types of Female Orgasm?", *Archives of Sexual*

Behavior 40, n. 5 (outubro de 2010), 865-75: Em uma tentativa de identificar e validar diferentes tipos de orgasmo que as mulheres têm durante o sexo com um parceiro, os dados coletados por Mah e Binik (2002) sobre a fenomenologia dimensional do orgasmo feminino foram sujeitos à análise tipológica. Um total de 503 mulheres forneceu descrições adjetivas de orgasmos experimentados com um parceiro (n = 276) ou solitariamente (n = 227). Análise da classe latente revelou quatro tipos de orgasmos que variaram sistematicamente em termos do prazer e sensações envolvidos. Dois tipos, coletivamente rotulados de "orgasmo de sexo bom", receberam as maiores notas de prazer e sensação, do que os outros dois tipos, coletivamente rotulados de "orgasmos de sexo não tão bom", que receberam notas menores. Esses dois grupos de notas maiores diferiram em uma série de fatores psicológicos, físicos e de relacionamento examinados para o propósito da validação da tipologia. O pensamento evolutivo a respeito da função do orgasmo feminino serviu de base para a discussão das descobertas. Direções da pesquisa futura foram estabelecidas, especialmente a necessidade de examinar se o mesmo indivíduo experimenta diferentes tipos de orgasmos com parceiros com diferentes características, como prediz a teoria evolutiva. [↵](#)

13. Kevin Nelson, *The Spiritual Doorway in the Brain: A Neurologist's Search for the God Experience* (Nova Iorque: Penguin, 2012), 242-43. [↵](#)
14. R. W. B. Lewis e Nancy Lewis, *The Letters of Edith Wharton* (Nova Iorque: Scribner, 1989), 12. [↵](#)
15. Edith Wharton, *The House of Mirth* (Nova Iorque: Barnes and Noble Classics, 2003), 177. [↵](#)
16. Georgiadis, "Regional Cerebral Blood Flow", 3305-16. [↵](#)
17. *Ib.*, 3305-16. [↵](#)
18. Sally Ryder Brady, *A Box of Darkness: The Story of a Marriage* (Nova Iorque: St. Martin's Press/Griffin), 114. [↵](#)
19. Mary Roach, *Bonk: The Curious Coupling of Science and Sex* (Nova Iorque: W. W. Norton, 2008), 293. [↵](#)
20. Wen Zhou e Denise Chen, "Encoding Human Sexual Chemosensory Cues in the Orbitofrontal and Fusiform Cortices", *Journal of Neuroscience* 28, n. 53 (31 de dezembro de 2004), 14416-21. [↵](#)
21. *Ib.*, 14416-21. [↵](#)
22. Virpi Lummaa e Alexandra Alvergne, "Does the Contraceptive Pill Alter Mate Choice in Humans?", *Trends in Ecology and Evolution* 25, n. 3 (6 de outubro de 2009): 171-79. [↵](#)

23. George Preti e outros, citados em "Pheromones in Male Perspiration Reduce Women's Tension, Alter Hormone Response that Regulates Menstrual Cycle", Penn News, 14 de março de 2003. [www.upenn.edu/pennnews/news/pheromones-male-perspiration-reduce-womens-tension-alter-hormone-response-regulates-menstrual-cycle](http://www.upenn.edu/pennnews/news/pheromones-male-perspiration-reduce-womens-tension-alter-hormone-response-regulates-menstrual-cycle).
24. [Ib.](#)
25. Bob Beale, "What Women Need: Sweaty Male Armpits", ABC Science Online, 26 de junho de 2003, [www.abc.net.au/science/articles/2003/06/26/888984.htm](http://www.abc.net.au/science/articles/2003/06/26/888984.htm).
26. Dr. Daniel G. Amen, *The Brain in Love: Twelve Lessons to Enhance Your Love Life* (Nova Iorque: Three Rivers Press, 2009), 50-72.
27. Dr. Daniel Goleman, *Social Intelligence: The Revolutionary New Science of Human Relationships* (Nova Iorque: Bantam Books, 2006), 63-64.
28. Veja Naomi Wolf, *Misconceptions: Trues, Lies and the Unexpected on the Journey to Motherhood* (Nova Iorque: Doubleday, 2000).
29. [Ib.](#)
30. Brizendine, *Female Brain*, 77.
31. Louann Brizendine, *The Male Brain* (Nova Iorque: Three Rivers Press, 2010).
32. Daniel Goleman, *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ* (Nova Iorque: Bantam, 1995), 129-47.
33. John M. Gottman, *The Seven Principles for Making Marriage Work* (Nova Iorque: Three Rivers Press, 1988), 38, 39.
34. [null](#)
35. Kathleen Light, citada em Roger Dobson e Maurice Chittenden, "Women Need that Healthy Touch", *Sunday Times* (Londres, 16 de janeiro de 2005). [www.thetimes.co.uk/tto/public/site\\_search.do?qugrysting=women+need+that+healthy+touch8p-tto8pf-all&bl-on](http://www.thetimes.co.uk/tto/public/site_search.do?qugrysting=women+need+that+healthy+touch8p-tto8pf-all&bl-on).
36. Naomi Wolf, página de comunidade no Facebook, pesquisa on-line informal, setembro-outubro de 2011.
37. Veja Milan Ziviacic, *The Human Female Prostate: From Vestigial Skene's Paraurethral Glands and Ducts to Woman's Functional Prostate* (Bratislava: Slovak Academic Press, 1999).
38. Heli Alzate, "Vaginal Eroticism: a Replication Study", *Archives of Sexual Behavior* 6 (14 de dezembro de 1985), 529-37.
39. Stuart Brody e Petr Weiss, "Simultaneous Penile-Vaginal Orgasm Is Associated with Satisfaction (Sexual, Life, Partnership, and Mental Health)", *Journal of Sexual Medicine* 8, n. 3 (2011): 734-41. Pesquisa anterior com múltiplas variáveis descobriu

que a satisfação estava associada positivamente com a frequência de intercurso peniano-vaginal especificamente (PVI; em oposição a outras atividades sexuais), assim como com o orgasmo vaginal. A contribuição para a satisfação de orgasmos simultâneos produzidos por PVI mereceu exame direto em amostra altamente representativa. [↵](#)

40. G. L. Gravina e outros, "Measurement of the Thickness of the Urethrovaginal Space in Women with or without Vaginal Orgasm", *Journal of Sexual Medicine* 5, n. 3 (março de 2008): 610-18. [↵](#)
41. Veja Deborah Coady e Nancy Fish, *Healing Painful Sex: A Woman's Guide to Confronting, Diagnosing and Treating Sexual Pain* (Nova Iorque: Seal Press, 2011). [↵](#)
42. Zwi Hoch, "Vaginal Erotic Sensitivity by Sexological Examination", *Acta Obstetricia et Gynecologica Scandinavica* 65, n. 7 (1986): 767-73. Estudamos a sensibilidade erótica vaginal pelo exame sexológico do órgão como parte da avaliação e processo de tratamento de casais com queixas de anorgasmia de coito feminina, mas prontamente orgástica em estímulo genital externo autoaplicado ou por parceiro. A existência na parede vaginal anterior de entidade eroticamente originadora claramente definida, chamada de "ponto G", foi refutada pelas nossas descobertas. [↵](#)
43. Cambridge Women's Pornography Collective, *Porn for Women* (São Francisco: Chronicle Books, 2007). [↵](#)
44. Lumaa e Alvergne, "Does Contraceptive Pill Alter Mate Choice?". [↵](#)
45. Dr. Jim Pfaus, entrevista, Montreal, Quebec, 29-30 de janeiro de 2012. [↵](#)
46. O impacto dos antidepressivos sobre a função sexual não é um alerta insignificante, como a dra. Anita Clayton e o dr. Angel L. Montejo relataram em "Major Depressive Disorder, Antidepressants, and Sexual Dysfunction", *Journal of Clinical Psychiatry* 67, Supl. 6 (2006): S33-S37: A disfunção sexual é um problema comum por uma série de causas, incluindo fatores psicossociais, doenças médicas em geral, distúrbios psiquiátricos e medicações psicotrópicas e não psiquiátricas. Ela (...) tem sido fortemente associada às medicações antidepressivas. Os inibidores seletivos de recaptção de serotonina (SSRIs) em particular demonstraram uma alta incidência de disfunção sexual em comparação com outros antidepressivos que operam por mecanismos de ação diferentes. Confirmando ainda mais a relação entre a disfunção sexual e o mecanismo de ação dos antidepressivos, dados de vários estudos indicam que a Bupropiona, a Nefazodona e a Mirtazapina aliviam os sintomas da disfunção sexual e são tão efetivas quanto os SSRIs no controle dos sintomas da depressão. Apesar de várias estratégias terem sido utilizadas além da substituição de medicação

para administrar a disfunção sexual induzida por antidepressivos, vários pacientes permaneceram em estado subótimo; cerca de 42% dos pacientes foram avaliados em espera passiva pela remissão espontânea (...) A disfunção sexual é um problema frequente que ocorre em pacientes saudáveis e depressivos. De acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde e Vida Social, a disfunção sexual é mais prevalente em mulheres (43%) que em homens (31%); além disso, a disfunção sexual é mais prevalente nos dois sexos com saúde emocional pobre que nos controles saudáveis. A disfunção sexual é um efeito colateral particularmente atribuído ao uso de antidepressivos e representa um problema substancial especialmente no caso de tratamento de longo prazo. Aproximadamente 36% dos pacientes avaliam que a disfunção sexual é um efeito inaceitável do tratamento, constituindo possivelmente a base para sua interrupção. Dados sugerem que o mecanismo de ação por trás dos antidepressivos contribua muito para a disfunção. Um melhor entendimento desses dados da fisiologia e etiologia da disfunção sexual levarão a estratégias de manejo mais efetivas, o que pode resultar em mais adesão terapêutica. A dra. Helen Fisher também acredita que os SSRIs sejam parte do contexto das mulheres experimentando o desejo diminuído. Em uma apresentação dada por ela em 2004 no Fórum da Associação Psiquiátrica Americana com J. Anderson Thomson Jr., "Sex, Sexuality and Serotonin: Do Sexual Side Effects of Most Antidepressants Jeopardize Romantic Love and Marriage?", ela observou que, em 2002, milhões de prescrições para antidepressivos foram feitas nos Estados Unidos, a maior parte para medicações estimulantes de SSRIs; 73% dos pacientes que tomam essas medicações, ela relatou, podem sofrer de um ou mais de uma série de efeitos colaterais: Está bem estabelecido que essas medicações podem causar disfunção sexual, desejo sexual diminuído, excitação sexual atrasada e orgasmo mudo ou ausente (...) O resultado é que os antidepressivos estimulantes de SSRIs podem afetar negativamente o desejo de sexo, o que logicamente também afeta os circuitos cerebrais para o amor romântico (...) De uma perspectiva darwiniana, o orgasmo também é o mecanismo primário pelo qual as mulheres inconscientemente avaliam o parceiro. Por um longo tempo, os antropólogos pensaram que esse era um mecanismo ruim: as mulheres não têm orgasmos todas as vezes. Mais recentemente, percebemos isso. Chamamos o mecanismo de "orgasmo feminino mutável" e agora o consideramos um mecanismo adaptativo muito sério pelo qual as mulheres distinguem entre os parceiros que estão dispostos a gastar tempo e energia com elas — aquele que chamamos de Príncipe Encantado — e os impacientes, que carecem de empatia e que não dariam um bom marido ou pai — o Sapo. Quando as mulheres tomam antidepressivos estimulantes

da serotonina que inibem a resposta orgástica, em algumas delas a capacidade de avaliar o nível de comprometimento do parceiro será prejudicada. As mulheres também usam o orgasmo para avaliar as parcerias existentes: elas tendem a gozar mais regularmente com o parceiro de longo prazo. Com o estabelecimento da anorgasmia, isso pode desestabilizar a relação.<sup>47</sup>

47. Cindy M. Meston e David M. Buss, *Why Women Have Sex* (Nova Iorque: Times Books, 2009), 252.<sup>48</sup>
48. Dr. Jim Pfaus, entrevista, Montreal, Quebec, 29-30 de janeiro de 2012.<sup>49</sup>
49. Kurt Hahlweg e Notker Klann, "The Effectiveness of Marital Counseling in Germany: A Contribution to Health Services Research", *Journal of Family Psychology* 11, n. 4 (dezembro de 1997): 410-21.<sup>50</sup>
50. Beverly Whipple, Barry Komisaruk e Julie Askew, "Neuro-Bio-Experiential Evidence of the Orgasm", trabalho apresentado na reunião anual da Sociedade para o Estudo da Saúde Sexual da Mulher, Scottsdale, AZ, 10-13 de fevereiro, 2011: Desert Heat: International Society for the Study of Women's Sexual Health, 2011. Annual Meeting Program Book, 153-84.<sup>51</sup>

## *Conclusão: Reivindicando a deusa*

*Eu me sinto em casa.*

Madonna, "Like a Prayer"

**E**u não esperava que minha própria visão passasse por uma mudança tão radical apenas por explorar dimensões da vagina antes desconhecidas para mim. Mas, assim como fui atraída pelo assunto por suspeitar que um livro sobre a vagina seria sobre algo muito maior e distinto de um "mero" órgão sexual, também a alteração em meu entendimento não se limitou à vagina, mas parece incluir uma mudança na forma como vejo o mundo.

Para concluir o livro, meus filhos e eu fomos, junto com outra família, para uma casa alugada perto da cidade grega de Eressos, em uma cadeia que havia sido outrora as ilhas minoicas. Íamos para ficar uma semana lá, no início do verão. Dois anos haviam se passado desde que iniciei minha jornada.

Fisicamente, apesar da cicatriz horrorosa que cruzava a parte de baixo das minhas costas, eu estava completamente curada. Podia nadar e caminhar novamente, apesar de que, para minha tristeza, jamais poderia torcer completamente minha coluna de novo — portanto, esportes como o tênis e alguns tipos de dança estavam eliminados para sempre. Apesar de alguns espasmos ocasionais, estou muito grata por não estar usando um colete ortopédico — e, tão importante quanto, imensamente grata por ter todos os meus sistemas neurais funcionando de novo, recuperando todos os aspectos e dimensões de minha consciência, e porque essas são oscilações passageiras, muito menores do que a alegria de saber

que recuperei o que poderia ter perdido para sempre. Minha gratidão à dra. Coady, dr. Cole, dr. Babu e outros médicos que me ajudaram será eterna.

Psicologicamente, sinto que descobri, por meio da pesquisa que fiz para este livro, uma espécie de tesouro para mim também. Fico surpresa de ver como isso se manifesta, pois fico vendo aspectos da realidade que estavam ocultos para mim antes.

No dia em que terminei o livro, coloquei o computador em uma mochila e caminhei para a cidade costeira perto da casa que alugamos. No dia anterior, havia saído para velejar em um pequeno catamarã branco com uma adolescente britânica que estava trabalhando na cidadezinha durante o verão e com minha amiga da outra família. A manhã estava clara e limpa, translúcida com o calor vítreo. A água tinha aquela característica única do mar Egeu — um tom púrpura abaixo da superfície azul, o que levou Homero a chamá-lo de “mar de vinho tinto”, coisa que era misteriosa para mim até que o vi. Riqueza oculta, tesouro oculto, profundidade das profundezas.

A jovem mulher confiava em suas habilidades na vela: ia manobrando o barco de acordo com o vento. Em vinte minutos, estávamos no centro de uma baía escarpada, com a vista da costa e da cidadela. Quando chegamos, cansadas e com o fuso invertido, ocupadas com as necessidades das crianças e fazendo tudo para acomodar todos, ainda não havíamos nos aclimatado à realidade de que estávamos, cultural e fisicamente, na Grécia. Ainda não havia visto que as casas simples onde estávamos foram construídas em um oco no pé de uma cadeia baixa de montanhas douradas, adjuntas a montanhas ainda mais altas que davam em picos arredondados mesclados de cinza e dourado. Levei um susto quando vi a paisagem: tudo à nossa volta era majestoso, e uma brisa constante cortava o ar. As montanhas ondulavam e balançavam como se a própria terra fosse um corpo feminino.

Observando a paisagem com toda sua majestade e suavidade, senti como se uma espécie de borrão em minha visão — que



estivera ali durante toda minha vida adulta consciente — houvesse sido eliminada, e de repente as coisas entraram em foco. A mancha escura e obscura, percebi em um *flash*, era a vergonha e o desrespeito que atribuímos ao feminino, e isso não converge apenas na vagina, apesar de ser seu arquétipo central. Isso se espalha por todo o mundo, com uma obscuridade ou incorreção que colore toda nossa percepção e relação com a questão. Tudo me pareceu absolutamente extraordinário quando, por um instante, o véu foi retirado. Conseguia ver nossa relação uns com os outros, com a Terra, tornando-se mais harmônica nessa luz suave da manhã.

Percebi, de repente, que rumávamos para o norte de Creta: estávamos próximas ao início da jornada. Essa baía e essa ilha eram próximas ao epicentro da adoração da deusa nas antigas civilizações minoicas — as civilizações que antecederam a ascensão do panteão de deuses arianos masculinos na Grécia Clássica, além da adoração patriarcal mais rígida dos hebreus.

A própria paisagem era da cor da argila com a qual dezenas de deusas-cobras minoicas que eu tinha visto — deusas do sexo — foram esculpidas. De fato, percebi, eu havia inconscientemente registrado aspectos, pistas e traços dessas deusas em toda a ilha: uma versão padronizada da deusa-cobra minoica, segurando cobras enroladas à volta de seus seios era o símbolo oficial da ilha — estava no correio, na prefeitura. Em cada casinha e vila, notei que havia uma estatueta de argila rústica de um rosto feminino, encravada em uma moldura em forma de vulva, muito parecida com a mandorla que circundava a Virgem Maria no manuscrito do New College, colocada em cada ponta dos telhados para invocar proteção. Sinais de que o reconhecimento da sacralidade e poder das energias femininas ainda estava ali, nessa ilha.

No início da semana, havíamos visitado Molivos, uma linda aldeia encravada na montanha. Quando exploramos o castelo bizantino na encosta da montanha, minha amiga disse: “Olhe!”. Ao longo do vale, enormes colunas de chamas escarlates e laranja crepitavam a dezenas de metros céu adentro, e grandes nuvens de fumaça branca

e acinzentada, mesclada com matizes da cor do carvão, espalhavam-se nas alturas. Era um incêndio florestal, ameaçando a cidade próxima de Petra. Corremos de volta para o cais, onde assistimos a aviões jogando água na parede de chamas imensa. Os habitantes locais nos disseram que esses incêndios haviam começado a se repetir a cada verão. Não eram facilmente dominados. Dezenas de pessoas haviam morrido no incêndio no ano anterior. Estava tão perigoso agora, disseram, porque era o verão mais seco em muitos anos, em condições climáticas extremas; o clima estava mudando.

Em um instante, percebi que o pecado original não se originou, como sustenta a tradição judaico-cristã, na sexualidade humana. O pecado original de nossa espécie foi o desvio de nossa tradição primitiva de reverência aofemininoe à sexualidade feminina e tudo o que isso representou para nós. Nosso pecado original está nos 5 mil anos de imposição de vergonha, estigma, controle, submissão, separação das mulheres, dos homens, compartimentação, insulto e comércio do feminino e sua sexualidade. Grandes deslocamentos e alienações na civilização e no desenvolvimento humano se seguiram ao pecado original, e os resultados estão à nossa volta. Em um *flash*, vi ondas de tragédia — para as mulheres, para os homens e para uma civilização agora desequilibrada e saqueada que se formou com base nessa alienação original.

Todos esses momentos e entendimentos agora pareciam ligados a mim.

Eu me lembrei da educadora Liz Topp, que descreveu as garotas no colégio em Manhattan. Essas garotas lhe disseram que estavam tão fartas do desrespeito sexual dirigido a elas e de terem de ficar na escuridão e no silêncio sobre seus próprios desejos e desenvolvimento, que um dia foram a uma reunião da escola em grupo e pediram a palavra. Levantaram-se e gritaram em uníssono:

— Vagina, vagina, vagina!

Sorri quando lembrei esse caso e o impulso dessas meninas: como se sua própria força e desenvolvimento dependessem dessa

reivindicação — tão impulsiva quanto o gesto em si.

Elas estavam certas.

No dia em que terminei o livro, saí sozinha em direção a Eressos, um pouco mais adiante na baía. Cabras pastavam pacificamente embaixo das oliveiras, e seus filhotes trocavam chifradas na sombra. O caminho que segui corria paralelo ao Egeu, a cadeia de montanhas à minha esquerda. Levava a uma pequena ponte. Dezenas de peixes e tartarugas nadavam no rio verde que corria debaixo dela. Ao lado do caminho, flores multicoloridas cresciam abundantemente: espirradeiras rosa-choque, trepadeiras em forma de trompetes alaranjados e cardos lilases. Parecia que em cada flor havia uma abelha trabalhando ocupadamente. As flores, é claro, são os órgãos sexuais das plantas. Eu havia comido aquele mel no café da manhã em todos os dias de nossa estada.

Sorri. Para todos os lugares onde olhava, eu via uma indisfarçável e imaculada energia feminina, criativa e generosa. A sexualidade feminina estava por toda a parte, nada menos que nutrindo e sustentando todo o mundo. Nada menos que nutrindo e sustentando todos nós, a humanidade.

*Vagina, vagina, vagina*, pensei, achando graça.

## *Bibliografia seleta*

- Alzate, Heli. "Vaginal Eroticism: A Replication Study." *Archives of Sexual Behavior* 6 (14 de dezembro de 1985): 529–37.
- Amen, Daniel G. *The Brain in Love: Twelve Lessons to Enhance Your Love Life*. Nova Iorque: Three Rivers Press, 2009.
- Batra, S., e J. Al-Hijji. "Characterization of Nitric Oxide Synthase Activity in Rabbit Uterus and Vagina: Downregulation by Estrogen." *Life Sciences* 62 (1998): 2093–100.
- Baumgardner, Jennifer, e Amy Richards. *Manifesta: Feminism and the Future*. Nova Iorque: Farrar, Strauss and Giroux, 2000.
- Beauchamp, Marcia. "Somasophy: The Relevance of Somatics to the Cultivation of Female Subjectivity." Tese de doutorado, não publicada.
- Bostwicz, J. M., e J. A. Bucci. "Internet Sex Addiction Treated with Naltrexone ." *Mayo Clinic Proceedings* 83, no. 2 (fevereiro de 2008): 226–30.
- Brizendine, Louann, M.D. *The Female Brain*. Nova Iorque: Morgan Road Books, 2006.
- \_\_\_\_\_. *The Male Brain*. Nova Iorque: Three Rivers Press, 2010.
- Brody, Stuart, e Petr Weiss. "Simultaneous Penile-Vaginal Orgasm Is Associated with Satisfaction (Sexual, Life, Partnership, and Mental Health)." *Journal of Sexual Medicine* 8, no. 3 (2011): 734–41.
- Brontë, Charlotte. *Jane Eyre*. Londres: Penguin Classics, 2006.
- Brontë, Emily. *Wuthering Heights*. Nova Iorque: W. W. Norton, 1991.

- Burnett, A. L., *et al* . "Immunohistochemical Description of Nitric Oxide Synthase Isoforms in Human Clitoris." *Journal of Urology* 158 (1997): 75–78.
- Burton, Richard, trad., *The Perfumed Garden of Cheikh Nefzoui: A Manual of Arabian Erotology*. Londres: Kama Shastra Society of London and Benares, 1886.
- Charters, Ann, ed. *The Portable Beat Reader*. Nova Iorque: Penguin Books, 1992.
- Chaucer, Geoffrey. *The Canterbury Tales*. Editado por Nevill Coghill. Nova Iorque: Penguin Classics, 2003.
- Chopin, Kate. *The Awakening and Other Stories*. Oxford: Oxford University Press, 2000.
- Clayton, Anita, M.D., e Angel L. Montejo, M.D. "Major Depressive Disorder, Antidepressants, and Sexual Dysfunction." *Journal of Clinical Psychiatry* 67, Supl. 6 (2006): S33–S37.
- Cleland, John. *Memoirs of a Woman of Pleasure*. Oxford: Oxford University Press, 1985.
- Coady, Deborah, e Nancy Fish. *Healing Painful Sex: A Woman's Guide to Confronting, Diagnosing, and Treating Sexual Pain*. Nova Iorque: Seal Press, 2011.
- Contrecoeur, Claude de. *Dopamine et Sérotonine: Le Rôle de la Dopamine et de la Sérotonine dans le Système Nerveux Central*. <http://www.bio.net/bionet/mm/neur-sci/1996-July/024549.html>.
- Cott, Nancy F., ed. *Root of Bitterness: Documents of the Social History of American Women*. Nova Iorque: Dutton, 1972.
- Daley, Patricia O. *Gender and Genocide in Burundi: The Search for Spaces of Peace in the Great Lakes Region*. Bloomington: Indiana University Press, 2007.
- D'Emilio, John, e Estelle B. Freedman. *Intimate Matters: A History of Sexuality in America*. Nova Iorque: Harper and Row, 1988.

- Donne, John. *The Complete Poetry and Selected Prose of John Donne*. Editado por Charles M. Coffin. Nova Iorque: Modern Library, 2001.
- Drohojowska-Philp, Hunter. *Full Bloom: The Art and Life of Georgia O'Keeffe*. Nova Iorque: W. W. Norton, 2004.
- Dworkin, Andrea. *Intercourse*. Nova Iorque: Basic Books, 1987.
- Eliot, George. *The Mill on the Floss*. Londres: Penguin Books, 1979.
- Fisher, Helen. *Anatomy of Love: A Natural History of Mating, Marriage and Why We Stray*. Nova Iorque: Ballantine Books, 1992.
- Freud, Sigmund. *The Freud Reader*. Editado por Peter Gay. Nova Iorque: W. W. Norton, 1989.
- Garon, Paul. *Blues and the Poetic Spirit*. Londres: Eddison Press, 1975.
- Gola, Hannah, *et al.* "Victims of Rape Show Increased Cortisol Responses to Trauma Reminders: A Study in Individuals with War- and Torture-Related PTSD." *Psychoneuroendocrinology* 37 (2012): 213–20.
- Goleman, Daniel. *Social Intelligence: The Revolutionary New Science of Human Relationships*. Nova Iorque: Random House, 2006.
- Gravina, G. L., *et al.* "Measurement of the Thickness of the Urethrovaginal Space in Women with or without Vaginal Orgasm." *Journal of Sexual Medicine* 5, n. 3 (março de 2008): 610–18.
- Greer, Germaine. *The Female Eunuch*. Nova Iorque: HarperPerennial, 2006.
- Hahlweg, Kurt, e Notker Klann. "The Effectiveness of Marital Counseling in Germany: A Contribution to Health Services Research." *Journal of Family Psychology* 11, n. 4 (dezembro de 1997): 410–21.
- Hamburger, Lotte, e Joseph Hamburger, eds. *The Secret Life of a Victorian Woman*. Nova Iorque: Fawcett Columbine, 1991.

- Hoch, Zwi. "Vaginal Erotic Sensitivity by Sexological Examination." *Acta Obstetricia et Gynecologica Scandinavica* 65, n. 7 (1986): 767–73.
- Horstman, Judith. *The Scientific American Book of Love, Sex and the Brain: The Neuroscience of How, When, Why and Who We Love*. São Francisco, CA: Jossey-Bass, 2012.
- Hunt, Morton M. *The Natural History of Love*. Nova Iorque: Minerva Press, 1959.
- James, William. *The Varieties of Religious Experience*. Nova Iorque: Barnes and Noble Classics, 2004.
- Jong, Erica. *Fear of Flying*. Nova Iorque: Penguin Books, 1973.
- Kelsey, Morton, e Barbara Kelsey. *Sacrament of Sexuality: The Spirituality and Psychology of Sex*. Rockport, MA: Element Press, 1986.
- Kent, Tami Lynn. *Wild Feminine: Finding Power, Spirit and Joy in the Female Body*. Nova Iorque: Simon and Schuster, 2011.
- King R., J. Belsky, e Y. Binik. "Are There Different Types of Female Orgasm?" *Archives of Sexual Behavior* 40, n. 5 (10 de agosto de 2010): 865–75.
- Klapisch-Zuber, Christiane, ed. *A History of Women: Silences of the Middle Ages*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1992.
- Laskin, David. *Partisans: Marriage, Politics and Betrayal among the New Iorque Intellectuals*. Nova Iorque: Simon and Schuster, 2000.
- Lawrence, D. H. *Lady Chatterley's Lover*. Nova Iorque: Barnes and Noble Classics, 2005.
- \_\_\_\_\_. *Women in Love*. Nova Iorque: Penguin Books, 1987.
- LeVay, Simon. *The Sexual Brain*. Cambridge, MA: MIT Press, 1993.
- Lewis, R. W. B., e Nancy Lewis. *The Letters of Edith Wharton*. Nova Iorque: Scribner, 1989.

- Mah, K., e Y. M. Binik. "The Nature of Human Orgasm: A Critical Review of Major Trends." *Clinical Psychology Review* 6 (21 de Agosto de 2001): 823–56.
- Masson, Jeffrey Moussaieff. *A Dark Science: Women, Sexuality and Psychiatry in the Nineteenth Century*. Nova Iorque: Farrar, Strauss and Giroux, 1986.
- Masters, William H., e Virginia E. Johnson. *Human Sexual Response*. Nova Iorque: Ishi Press, 2010.
- Meston, Cindy M., "Sympathetic Nervous System Activity and Female Sexual Arousal." In "A Symposium: Sexual Activity and Cardiac Risk." *American Journal of Cardiology* 86 (20 de julho de 2000): 30F–34F.
- Meston, Cindy M., e Boris B. Gorzalka. "Differential Effects of Sympathetic Activation on Sexual Arousal in Sexually Dysfunctional and Functional Women." *Journal of Abnormal Psychology* 105, n. 4 (1996): 582–91.
- Miles, Rosalind. *The Women's History of the World*. Londres: Paladin, 1989.
- Millay, Edna St. Vincent. *Collected Poems of Edna St Vincent Millay*. Editado por Norma Millay. Nova Iorque: HarperPerennial, 1956.
- Munarriz, R., et al. "Biology of Female Sexual Function." *Urology Clinic North America* 29 (2002): 685–93.
- Nelson, Kevin, M.D. *The Spiritual Doorway in the Brain: A Neurologist's Search for the God Experience*. Londres: Plume, 2012.
- Offit, Avodah K., M.D. *The Sexual Self: Reflections of a Sex Therapist*. Nova Iorque: Congdon and Weed, 1983.
- Pfaus, James G., et al. "Who, What, Where, When (and Maybe Even Why)? How the Experience of Sexual Reward Connects Sexual Desire, Preference, and Performance." *Archives of Sexual Behavior* 41 (9 de março de 2012): 31–62.



- Prioleau, Betsy. *Seductress: Women who Ravished the World and their Lost Art of Love*. Nova Iorque: Viking, 1994.
- Rellini, Alessandra H., e Cindy M. Meston. "Psychophysiological Sexual Arousal in Women with a History of Child Sexual Abuse." *Journal of Sex and Marital Therapy* 32 (2006): 5–22.
- Riencourt, Amaury de. *Sex and Power in History: How the Difference Between the Sexes Has Shaped our Destinies*. Nova Iorque: Dell, 1974.
- Ryan, Christopher, e Cacilda Jethá. *Sex at Dawn: The Prehistoric Origins of Modern Sexuality*. Nova Iorque: HarperCollins, 2010.
- Sato, Y., et al . "Effects of Long-Term Psychological Stress on Sexual Behavior and Brain Catecholamine Levels." *Journal of Andrology* 17, n. 83 (2006).
- Seidman, Steven. *Romantic Longings: Love in America, 1830–1980*. Nova Iorque: Routledge, 1991.
- Shepsut, Asia. *Journey of the Priestess: The Priestess Traditions of the Ancient World*. Nova Iorque: HarperCollins, 1993.
- Stekel, William. *Frigidity in Woman*. Vol. 2, *The Parapathiac Disorders*. Nova Iorque: Liveright, 1926.
- Traish, A. M., et al . "Biochemical and Physiological Mechanisms of Female Genital Sexual Arousal." *Archives of Sexual Behavior* 31 (2002): 393–400.
- Vicinus, Martha, ed. *Suffer and Be Still: Women in the Victorian Age*. Bloomington, IN: Indiana University Press, 1973.
- Warnock, J. J. "Female Hypoactive Sexual Desire Disorder: Epidemiology, Diagnosis and Treatment." *Journal of Sexual Medicine* 3 (3 de maio de 2006): 408–18.
- Wharton, Edith. *The House of Mirth*. Nova Iorque: Barnes and Noble Classics, 2003.

Whipple, Beverly, Barry Komisaruk e Julie Askew. "Neuro-Bio-Experiential Evidence of the Orgasm." Trabalho apresentado na reunião anual da Sociedade para o Estudo da Saúde Sexual da Mulher, Scottsdale, Arizona, 10-13 de fevereiro de 2011.

Woolf, Virginia. *A Room of One's Own*. Nova Iorque: Harcourt, 1981.

Yoon, H., *et al.* "Effects of Stress on Female Rat Sexual Function." *International Journal of Impotence Research: Journal of Sexual Medicine* 17 (2005): 33–38.

Zaviacic, Milan. *The Human Female Prostate: From Vestigial Skene's Paraurethral Glands and Ducts to Woman's Functional Prostate*. Bratislava: Slovak Academic Press, 1999.

GANHADORA DO PRÊMIO GOLDEN HEART

RACHEL  
GIBSON

SIMPLESMENTE  
*Irresistível*

BEST-SELLER  
DO THE NEW  
YORK TIMES

A AUTORA  
MÁS AMADA  
DOS EUA!



# Simplemente irresistível

Gibson, Rachel

9788563420374

392 páginas

[Compre agora e leia](#)

O que a paixão uniu o homem não pode separar.

A belíssima Georgeanne deixa o noivo no altar ao perceber que não pode se casar com um homem velho o suficiente para ser seu avô, mesmo riquíssimo. O astro do hóquei John Kowalsky, sem saber, ajuda-a a escapar e só percebe que está ajudando a noiva do seu chefe quando já é tarde. Os dois passam a noite juntos, mas no dia seguinte, John dispensa Georgeanne, deixando-a com coração partido e sem rumo. Sete anos depois, os dois se reencontram e John fica sabendo que sua única noite de amor produziu uma filha, de cuja vida ele quer fazer parte. A paixão dele por Georgeanne renasce; mas será que ele vai se arriscar, outra vez, a incorrer na cólera do seu patrão? E ela? Vai aceitá-lo, depois de ter levado um fora dele?

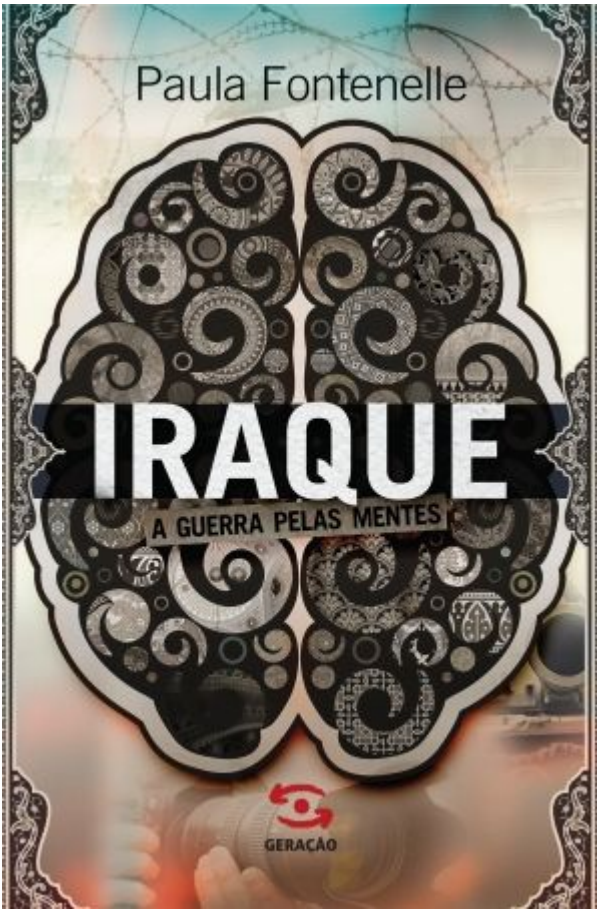
[Compre agora e leia](#)

Paula Fontenelle

# IRAQUE

A GUERRA PELAS MENTES

  
GERAÇÃO



# Iraque

Fontenelle, Paula

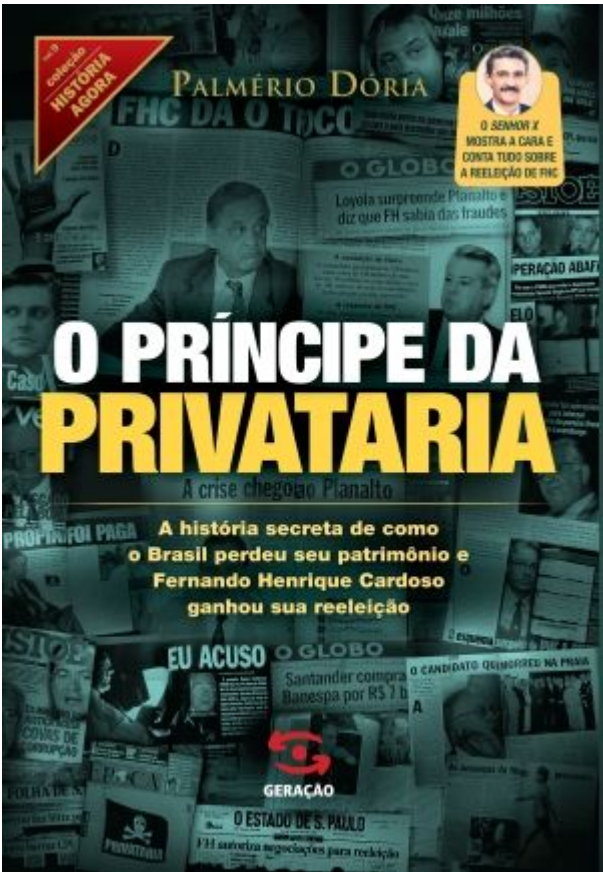
9788581301624

274 páginas

[Compre agora e leia](#)

Neste livro, Paula Fontenelle examina em profundidade os perigos enfrentados por repórteres durante a cobertura da guerra. Oficiais de soldados envolvidos no apoio logístico de todas as fases da reportagem, das gravações na linha de frente dos combates ao transporte de equipamentos para os pontos de transmissão de satélite. Repórteres com uniformes militares à prova de bala, dentro de tanques de unidades lançadoras de mísseis teleguiados, sempre estrategicamente longe dos civis, os que mais sofreram com a guerra. Além disso, o livro apresenta depoimentos de sinceridade constrangedora. Militares britânicos, escalados em postos de comando, admitem serem subjulgados pelos parceiros americanos, que decidiam sozinhos o que divulgar e o que deveria ser escondido do público.

[Compre agora e leia](#)



# O príncipe da privataria

Dória, Palmério

9788581302027

400 páginas

[Compre agora e leia](#)

O Príncipe da Privataria revela quem é o "Senhor X", o homem que denunciou a compra da reeleição

Uma grande reportagem, 400 páginas, 36 capítulos, 20 anos de apuração, um repórter da velha guarda, um personagem central recheado de contradições, poderoso, ex-presidente da República, um furo jornalístico, os bastidores da imprensa, eis o conteúdo principal da mais nova polêmica do mercado editorial brasileiro: O Príncipe da Privataria - A história secreta de como o Brasil perdeu seu patrimônio e Fernando Henrique Cardoso ganhou sua reeleição (Geração Editorial, R\$ 39,90).

Com uma tiragem inicial de 25 mil exemplares, um número altíssimo para o padrão nacional, O Príncipe da Privataria é o 9º título da coleção História Agora da Geração Editorial, do qual faz parte o bombástico A Privataria Tucana e o mais recente Segredos do Conclave.

O personagem principal da obra é o ex-presidente Fernando Henrique Cardoso, o autor é o jornalista Palmério Dória, (Honoráveis Bandidos - Um retrato do Brasil na era Sarney, entre outros títulos). A reportagem retrata os dois mandatos de FHC, que vão de 1995 a 2002, as polêmicas e contraditórias privatizações do governo do PSDB e revela, com profundidade de apuração, quais foram os trâmites para a compra da reeleição, quem foi o "Senhor X" - a



misteriosa fonte que gravou deputados confessando venda de votos para reeleição - e quem foram os verdadeiros amigos do presidente, o papel da imprensa em relação ao governo tucano, e a ligação do Centro Brasileiro de Análise e Planejamento (Cebrap) com a CIA, além do suposto filho fora do casamento, um "segredo de polichinelo" guardado durante anos...

[Compre agora e leia](#)

AMY KATHLEEN RYAN

EM BUSCA DE UM NOVO MUNDO

# BRILHO

A ESTREIA MAIS FASCINANTE DESDE JOGOS VORAZES



# Brilho

Ryan, Amy Kathleen

9788581300740

354 páginas

[Compre agora e leia](#)

A mais fascinante trilogia desde Jogos Vorazes. A Terra não existe mais, e em duas naves que procuram um novo mundo no espaço, uma menina de 15 anos precisa casar e engravidar para garantir a sobrevivência da humanidade. Enquanto isso, uma sucessão de acontecimentos eletrizantes torna a jornada pelo espaço algo absolutamente imprevisto.

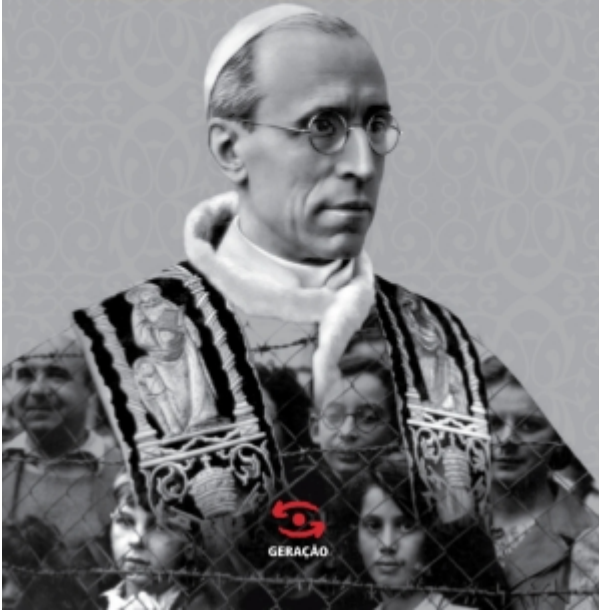
Temas como religião, a escolha da mulher e a ideia de poder e dominação vão aparecendo muito suavemente articulados ao longo da trama, amarrando o leitor com surpresas e reviravoltas estonteantes. São temas universais, postos num livro por uma escritora surpreendente e que promete arrasar a cena literária a partir desta sua fantástica criação.

[Compre agora e leia](#)

GORDON THOMAS

# Os Judeus do Papa

*O plano secreto do Vaticano para salvar  
os judeus das mãos dos nazistas*



# Os judeus do Papa

Thomas, Gordon

9788581301280

392 páginas

[Compre agora e leia](#)

A II Guerra Mundial eclodiu na Europa. O exército nazista avança pelo continente anexando e massacrando, deixando o rastro de sangue que marcou o século XX. No Vaticano, o papa Pio XII observa os horrores dos combates e tem que definir a posição da Igreja perante o mundo. Mas ele não declara repúdio a Hitler nem se coloca ao lado dos Aliados — simplesmente silencia e a História lhe confere o título de papa omissos.

Por trás do silêncio havia um segredo agora revelado por documentos oficiais secretos. Pio XII organizou uma ampla rede de ajuda humanitária para os judeus de toda a Europa. Sob orientação dele, padres e freiras arriscaram a vida fornecendo abrigo nos mosteiros e conventos a milhares de judeus. Pio XII doou ouro do próprio Vaticano para ajudar os judeus romanos e escondeu milhares deles em sua residência de verão, enquanto Roma era ocupada e bombardeada pelos alemães.

Os judeus do papa é um dos melhores livros históricos já escritos. Baseado em uma rica pesquisa documental, é uma obra indispensável aos leitores que querem entender o que realmente aconteceu em Roma sob a liderança do injustiçado papa Pio XII.

[Compre agora e leia](#)

# Table of Contents

[Título da Página](#)

[Copyright](#)

[Dedicatória](#)

[Epígrafe](#)

[Agradecimentos](#)

[Introdução](#)

[parte um](#)

[1](#)

[2](#)

[3](#)

[4](#)

[5](#)

[parte dois](#)

[6](#)

[7](#)

[8](#)

[9](#)

[parte três](#)

[10](#)

[11](#)

[12](#)

[parte quatro](#)

[13](#)

[14](#)

[Conclusão](#)

[Bibliografia seleta](#)