



НАУЧПОП ДЛЯ ВСЕХ

# СЕКСУАЛЬНЫЙ ФАСТФУД

физиология отношений

глазами женщины



18+

ЕКАТЕРИНА  
МАКАРОВА

УРОЛОГ, ДЕРМАТОВЕНЕРОЛОГ, СЕКСОЛОГ



@doctormakarova



ЕКАТЕРИНА МАКАРОВА



Научпоп для всех

Екатерина Макарова

**Сексуальный фастфуд.  
Физиология отношений  
глазами женщины**

«Издательство АСТ»

2021

УДК 392.6  
ББК 57.01

**Макарова Е. В.**

Сексуальный фастфуд. Физиология отношений глазами женщины  
/ Е. В. Макарова — «Издательство АСТ», 2021 — (Научпоп для  
всех)

ISBN 978-5-17-126815-2

Автор этой книги, практикующий врач, сексолог и тренер по раскрытию женской сексуальности, не понаслышке знает о том, как часто женщины запрещают себе удовольствие и радость полноценной здоровой интимной жизни, бессознательно основываясь на негативных установках, привитых родителями, прародителями и обществом. Эта книга поможет вам пробудить в себе чувственность, женское начало и сексуальность, которую одни подавляют, а другие просто не знают, с какой стороны к ней подступить. Здесь вы найдете объяснения и понятные инструкции, которые помогут избавиться от глубинных ограничивающих убеждений, познать свое тело и желания, а также научиться осознанной коммуникации с партнером. Эта книга — ключ к раскрытию вашей чувственности, зрелой сексуальности и познанию яркой интимной жизни. В формате PDF А4 сохранен издательский макет книги.

УДК 392.6  
ББК 57.01

ISBN 978-5-17-126815-2

© Макарова Е. В., 2021  
© Издательство АСТ, 2021

# Содержание

Благодарности	5
Введение	6
Часть I	10
Глава 1	10
Конец ознакомительного фрагмента.	27

# **Екатерина Макарова**

## **Сексуальный фастфуд**

### **Физиология отношений глазами женщины**

#### **Благодарности**

Я приношу благодарность и горячую признательность моим коллегам по Российской ассоциации сексологов и Международной академии сексологии: Пронину Андрею, Сороке Инне, Кабановой Алене, Григорьевской Ларисе.

Ваша дружеская поддержка, вера в меня и ощущение профессиональной опоры, которую мне дал наш союз, способствуют не только моей самореализации, но и разработке и созданию многих моих проектов, одним из которых и стала эта книга.

Я выражаю глубокую признательность моему литературному продюсеру, Светлане Поляковой, чье профессиональное руководство и добрые советы помогли мне состояться как автору многих книг.

## **Введение**

### **Сексуальный фастфуд**

Друзья мои! Прежде чем вы перевернете страницу и окажетесь в атмосфере женской чувственности, хотелось бы подумать вот о чем.

Является ли моя книга и информация, изложенная в ней, фастфудом? Иными словами, какой читатель у моей книги? Для всех ли она? Есть ли ограничения? Найдутся ли такие люди, которые не смогут понять, о чем она?

Ответ положительный. Да, эта книга, как и все предыдущие, – фастфуд. Популярное изложение сложных и табуированных сексуальных тем делает мои книги доступными и понятными для всех. Если вы специалист в сфере сексологии, то вам откроются самая сущность вопроса и его глубины. Если вы обычный человек, то вы разберетесь в азах и поймете, как устроена сексуальность и сексология.

Давайте усложним наш вопрос. Может ли быть книга о сексе фастфудом? Ответ, конечно же «Да», потому что эта книга не только может, но и должна быть для всех понятной, дающей ответы на многие вопросы. Она призвана раскрывать тайны и проливать свет на интересные факты.

Более того, сам секс и есть фастфуд. Сексуальность, по заявлению ВОЗ, – это врожденное качество индивида. Сексуальность – это не только некая энергия, питающая инстинкт размножения, но и топливо для созидательной деятельности человека, эгрегор, объединяющий людей.

Тогда почему же ни один физиолог не описал орган секса? Вот есть орган зрения – это глаз. Есть орган слуха и пространственного положения – это ухо. Орган вкуса – это сосочки языка. Орган обоняния – это нос. И орган барьерной чувствительности (температура, боль, тактильная чувствительность) – это кожа.

Правда, находятся оригиналы, которые утверждают, что органов чувств шесть, если прибавить еще чувство юмора. Юмор, как ментальное чувство, я бы исключила из списка физиологических ощущений, а вот сексуальность надо включить.

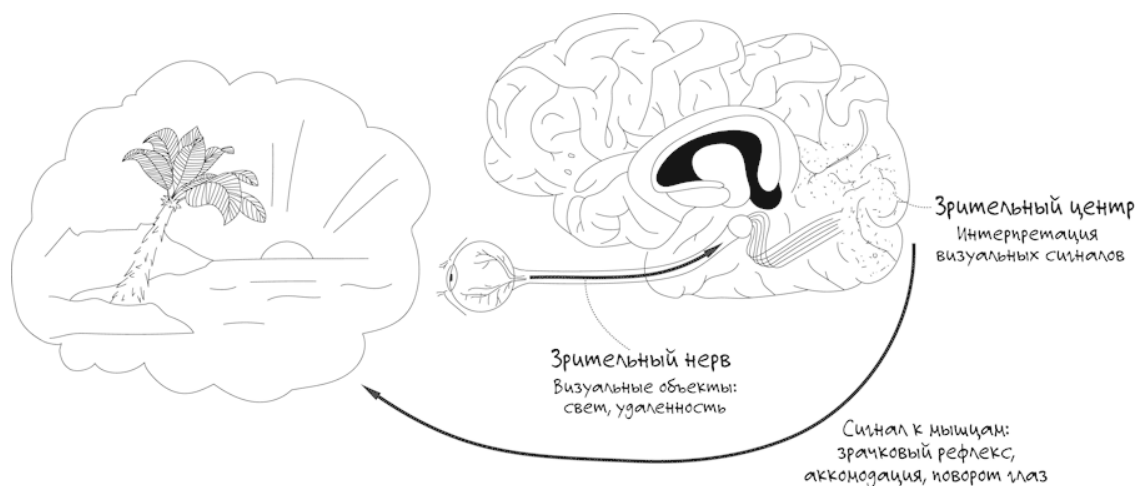
Итак, у нас действительно есть шестое чувство – это сексуальность.

Давайте рассмотрим орган чувств так, как он описан в учебнике по физиологии.

Орган чувств обладает специальными рецепторами, которые улавливают специфические сигналы из окружающей среды, обрабатывают их и передают в мозг, из периферии в центр, где центральные отделы интерпретируют сигналы и формируют наши реакции.

Например, на сетчатке глаза расположены палочки и колбочки, которые воспринимают форму и цвет предметов. По зрительному нерву информация идет в подкорковый зрительный центр, который передает сигналы в зрительный центр в коре головного мозга – в затылочной доле. И там уже принимается решение, что делать с визуальной информацией. Если это красивый человечек, то подождать, пока загорится зеленый на пешеходном переходе. Если это красивый пейзаж, нужный человек или необходимый объект в окружающей среде, то остановиться и применить полученную информацию. Полюбоваться пейзажем, перекинуться парой фраз со знакомым или сделать остановку в нужном месте.

То есть схематично можно выделить несколько пунктов: рецепторы, передаточные каналы в подкорковый центр, зона в коре, отвечающая за интерпретацию, обратный сигнал, связь с принимающими мышцами, поведение человека, обусловленное полученной информацией.



И мы видим, что сексуальность идеально вписывается в представленную схему. У нас есть периферическая рецептурная восприимчивость – нервные окончания эрогенных зон в кавернозных образованиях. Можно выделить ряд нервных стволов, которые отправляют сигналы в центральную нервную систему (срамной нерв). В спинном мозге сигнал перерабатывается и передается в «центр», в лимбическую систему, где происходит интерпретация сигнала и формируется посыл к действию. Сексуальная доминанта электризуется, индивидуум инициирует сексуальный цикл.

В общем-то, не надо слишком сильно фантазировать, чтобы понять, что сексуальность – это чувство, подобное зрению или слуху. И органы, распознающие и воспринимающие сигналы как сексуальные, головка полового члена и клитор, являются органом сексуальной чувствительности, или органом сексуальности.

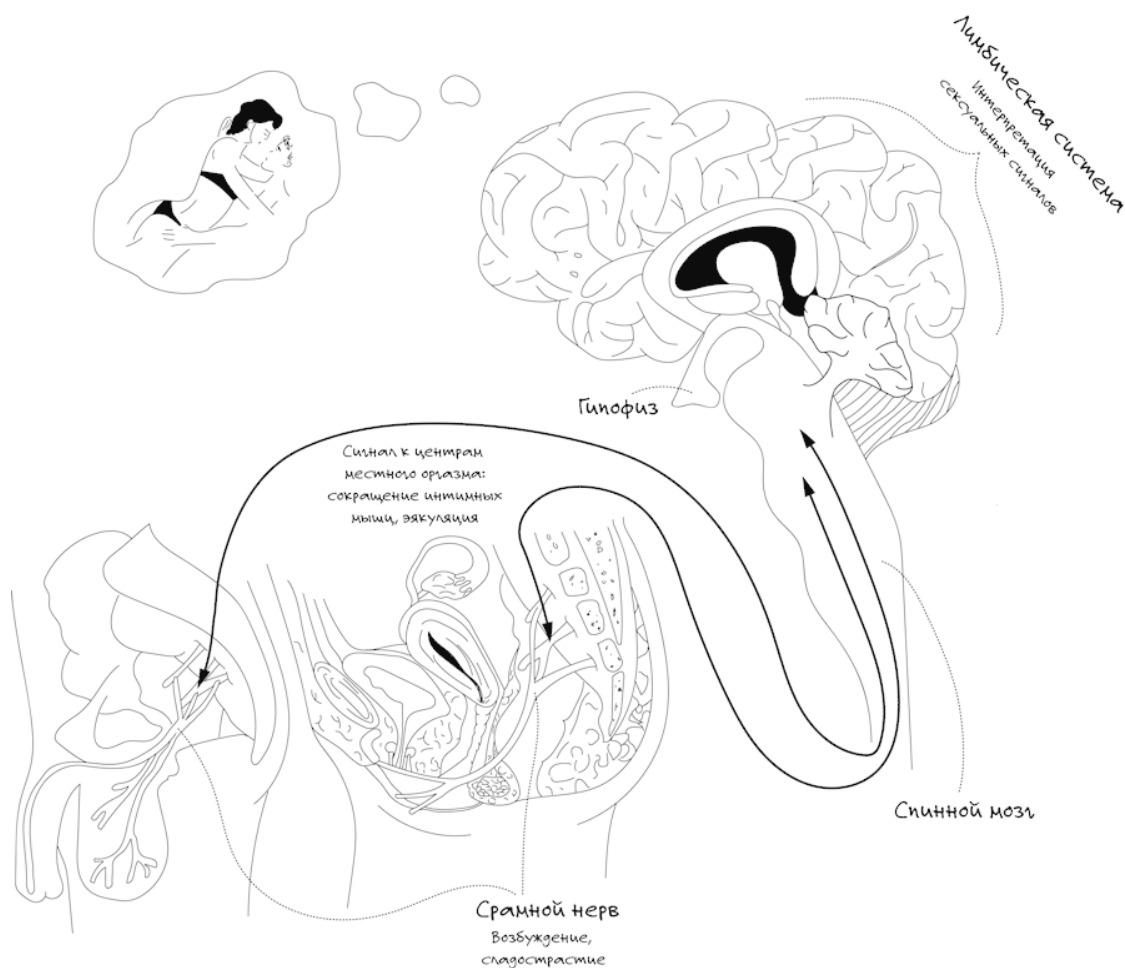
Людей, которые не различают визуальные или слуховые сигналы, называют инвалидами по зрению или слуху. Они с детства получают пенсию, учатся в специальных школах, имеют определенные ограничения в образе жизни.

А знаете ли вы, что людей, не воспринимающих сексуальные сигналы, также можно назвать если уж не инвалидами, то совершенно точно больными людьми, ведь в международной классификации болезней есть даже такой диагноз F52.1. Отсутствие или потеря полового влечения. Это значит, что человек, переживающий эту дисфункцию, может вполне рассчитывать на медицинскую помощь.

А можно ли жить, никак не обращая внимания на сексуальную функцию, как асексуал например? Вот нет в жизни секса, но мне и не надо. Меня это не беспокоит.

Можно. Но это не значит, что если в вашей жизни секса нет и вы думаете, что вас это никак не затрагивает, то это и в самом деле вас не волнует и не беспокоит во всех смыслах от морального до медицинского.

Ведь можно и с любой инвалидностью жить полноценной жизнью, но это не значит, что расстройство никак не влияет. Это значит, что вы адаптировались к определенным условиям, и только.



Многие люди, у которых сексуальная активность сведена к минимуму или вообще не выражена, и даже те, кто публично объявил себя асексуалом, на самом деле глубоко погружены в сексуальную тематику.

Вот вам несколько примеров.

Представьте себе супружескую пару конфликтующих асексуалов, которые живут, что называется, как кошка с собакой, то есть не ладят друг с другом, копят претензии и обиды друг к другу, враждебно настроены и имеют дурную супружескую привычку не заниматься сексом. И если мы уточним, как часто случаются сексуальные контакты в этой паре, то они хмуро отзовутся, что раз в год или реже.

Куда же делся секс из их жизни, если мы утверждаем, что это врожденное чувство, у которого есть и рецепторы, и зоны в центральной нервной системе. Ведь даже если оскотить человека, то есть удалить мужчине половой член, а женщине клитор, то все равно останется лимбическая система, которая будет интерпретировать рассеянные сигналы из окружающей среды как сексуальные провокации.

А вот в нашей супружеской паре вряд ли мы встретим союз двух скопцов. Скорее всего, это союз двух невротиков, которые во что-то трансформировали сексуальные стимулы.

И я вас снова спрашиваю, куда же делся секс из их жизни, если они не лишены зон эрогенной чувственности и у них нет органических нарушений в головном мозге?

Правильно. Секс ушел из их материального быта в область негативных переживаний.

«Она мне не дает, ну ладно, не буду ей ничего делать по дому, она еще сама меня попросит о сексе!»

«Ему – давать? Еще чего! Он у меня еще за прошлые обиды не расквитался».



Они постоянно пережевывают свою несчастную сексуальную жизнь. Как они друг друга недолюбили и недоудовлетворили. Что все равно у них не такие чувства, как в кино показывают, поэтому нечего и пробовать. И что она\он не хочет, поэтому нечего и навязываться. И все это напоминает ощущения от расчесывания незаживающей язвы. Зуд удовлетворили, но язва не зажила.

А публичные асексуалы? Вроде, живет себе человек без секса, никого не трогает. Но он постоянно становится объектом то для домогательств, то для вопросов. Асексуал? Как это? Почему это? И как ему с этим? Как он справляется? Извините, если лезу не в свое дело, но я интересуюсь, вы асексуал в смысле входить в женщину или когда мастурбируете тоже? Он вообще не мастурбирует? В смысле, не мастурбируете? А как же это?

И сам факт объяснения своей позиции социуму и самому себе так же постоянно возвращает мысли человека к теме секса. И секс не исчезает из жизни, он из материального плана переходит в «короголовной», где остается в виде некой красной зоны. Стоп. Вход воспрещен. Здесь неприятные мысли о сексе.

Поэтому секс есть. Он в нашей жизни, в мыслях, в диагнозах, в книгах, в фильмах и картинах, наконец.

Добро пожаловать в литературный фастфуд о сексе, друзья!

# Часть I

## Сексуальный сценарий женщины

### Глава 1

#### История родителей

Дорогие мои, наверное, это будет банальность, если я напишу, что все наши беды и горести, заблуждения и блокировки, неверные установки и тормозящие убеждения идут из семьи. Но ничего не поделаешь. Правда – есть правда. Поэтому я пишу об этом, а вы читаете.

Я вам предложу несколько вариантов историй, как сексуальность и представления о сексе родителей оказали влияние на психосексуальное развитие женщины.

Все истории весьма поучительны и типичны, возможно, многие из вас узнают себя.

Прежде чем понять, как сформировались те или иные установки у женщин, давайте рассмотрим их классический набор.

Давайте начнем эту главу с раскрытия самых распространенных заблуждений у представительниц слабого пола, почему в жизни так мало секса.

*Заблуждение первое. Отсутствие оргазма.* Поиск способа, ожидание и желание во что бы то ни стало продемонстрировать партнеру оргазм приходит в нашу жизнь в виде множества обманных историй, к которым мы приобщаемся с подросткового возраста. В основном это фильмы о сексе эротического или порнографического содержания, а иногда и книги. Все эти истории объединяет идея, что женщину во время секса нужно ласкать не так, как ей на самом деле нужно. В фильмах жгучие красавцы не успевают крепко сжать в объятиях красавицу, а она уже стонет: «Входи!»

Он входит и совершает толчковые движения туда-сюда, а она закатывает глаза от восторга и судорожно облизывает губы. Он приближается к оргазму, а она уж тут как тут. Извивается от сладкой муки.

Эти вредные со всех сторон фильмы смотрят и мужчины, и женщины. И те, и другие не находят подобных сцен в жизни, но все равно упорно продолжают поиск. Вдруг повезет и появится такая картинка, как в кино?

Но кино в жизни не появляется, и женщина понимает несбыточность своей мечты. Наверное, у всех как на экране, и только она одна такая дефектная. Не так чувствует, вернее, вообще не чувствует, когда с ней обращаются так, как в кино. А как с ней надо обращаться? Ну есть один секретик, раскрыть который она не в силах, потому что раскрытие тайн ее чувственности бросает вызов общественным устоям: запрет на знание женщиной карты своих эрогенных зон, направляющие действия в сексе и инициативу.

Итак, у обычной женщины все не так, как в кино.

Страх, что партнер ее дисквалифицирует за сексуальную бесчувственность, вина, что она не такая, как порнодивы, стыд за неумение вести себя в постели отвращают женщину от секса. Она отказывается от сексуального общения, потому что ее реакции не соответствуют ожидаемым, таким как в кино.

И женщина ложно убеждена, что у нее нет сексуальных отношений из-за того, что у нее нет оргазма. Нет такого оргазма, как в кино.

*Следующая популярная и вместе с тем ложная причина*, почему женщина думает, у нее нет секса, – *это ощущение дискомфорта во время и/или после секса.*

В книге «Глубоко научный секс»<sup>1</sup> уже была рассмотрена причина дискомфорта, как соматизированный сексуальный дискомфорт от ожидания последствий от секса. Ей же в детстве рассказывали, что за секс будут неприятные последствия. Ожидание их настолько тягостно, что женщина ускоряет себе наказание в виде психосоматических жалоб, тем самым облегчая чувство вины за переживание несанкционированного удовольствия. У большинства людей нет внутреннего одобрения на удовольствие. Секс – это удовольствие. И вина за преступление против вкушения запретного плода приводит к дискомфорту. Ну какое же это удовольствие, если женщина так страдает и мучается! Посткоитальный цистит, болезненность во время полового акта, неприятные выделения после секса. Все это – симптомы, по которым упрямые и «узколобые» врачи не могут установить «диагнозы». Анализы ничего не подтверждают, лечение не помогает. О заболевании известно одно, что оно инициируется половой активностью и само проходит через какое-то время от доморощенных средств в виде воздержания, теплой ванны и клятвенного обещания себе никогда больше не...

Таким образом, «реальность» дискомфорта как бы накладывает вето на переживание удовольствия и секса, сопутствующего этому.

*Следующее ошибочное убеждение в причинах отсутствия секса – это низкие сексуальные техники.* Казалось бы, где их сыщешь-то, высокие. Перевелись мужики! Знают только, как в позе звезды возлежать, ожидая от женщины оральных ласк, да по-собачьи тыкаться. А вот провести красивую оргию по всем правилам искусства любви, чтобы женщину крутить и так и сяк, как в «Камасутре», да с кунилингусом и какими-нибудь солоноватыми экспериментами, этого в жизни не встретишь. И эти самые низкие техники, что женщина встречает в ответ на свое стремление к утонченному удовольствию, в соединении с открытием, что ее не так надо ласкать, как это принято в кино, часто отвращают даму от секса.

*И, наконец, последний осязаемый тормоз к сексу – это недоверие к партнеру.*

Если приглядеться – это довольно эфемерная причина. Например, всем известна история братьев Вайнеров «Место встречи изменить нельзя»<sup>2</sup>. Главная героиня, Лариса, поплатилась за свое «романтическое приключение» смертью. Убийца и вор Фокс выстрелил в нее в упор, прибрал ее модные вещи и драгоценности, чтобы отдать их перекупщикам и нажиться на этом.

Думаю, сегодняшние женщины, когда испытывают недоверие к партнеру, боятся не за свою жизнь, а чего-то другого.

Если такую достойную и благородную причину асексуальности как «недоверие к партнеру» разложить на молекулы и атомы, то мы с удивлением увидим, что недоверие переживается не к партнеру, а к будущему с этим человеком.

Причина, почему мужчины и женщины вступают в сексуальные отношения, кроется в желании совместного сексуального эксперимента. Они идут на зов тела, хотят почувствовать и подарить чувства, попробовать на вкус, проверить, каков он и какова она, и т. д.

Женщины, у которых заблокирована чувственность, не смеют ничего чувствовать телом, поэтому они пытаются «ощущать» головой.

Дело в том, что многие девушки хотели бы понять, удастся ли ей построить серьезные долгосрочные отношения с мужчиной именно в аспекте внутреннего разрешения на секс. Знать бы прикуп, можно и сексом заняться. Потому что если она сексом вот так просто занимается непонятно с кем, то тогда как такая дама называется? Слабая на передок неудачница на букву «Ш»? И каковы будут последствия, если она «дала», а отношения не сложились?

---

<sup>1</sup> См.: Макарова Е. Глубоко научный секс: мифы и стереотипы. – Москва: Издательство АСТ, 2020.

<sup>2</sup> Пятисерийный фильм «Место встречи изменить нельзя» (реж. С. Говорухин, Одесская киностудия, Второе творческое объединение, 1979 г.).

Чаще всего, не вступая ни с кем в отношения по причине недоверия к будущему с этим партнером, женщина не имеет и шансов попробовать построить отношения, в результате остается ни с чем.

*Самая главная причина для женщины, почему она не знает, как и когда соглашаться на интимный эксперимент с мужчиной, – это сексуальная неразвитость.* Что толкает человека к сексу – влечение, непомерное желание соития, слияния, зов тела, томление по жадным рукам партнера, жажда утоления сладострастной тяги к нему...

Чтобы отдаться этим чувствам, женщине нужна серьезная осознанность в понимании степени свободы, в которой она может выражать себя. Более того, женщина постоянно оценивает себя как бы со стороны, глазами других людей, видит воображаемый суровый взгляд своих родителей. Оправдано ли ее сексуальное поведение чем-то свыше? Ну, например, тем, что этот партнер – будущий муж?

И если она не находит каких-либо значимых подтверждений, она боится пойти на сексуальный эксперимент, внутренне осуждаемая за собственную распушенность, хотя по большому счету, это личное дело взрослого человека, быть ли сексу и какому.

Это сложно в себе ощутить и выразить, поэтому многие женщины неосознанно блокируют влечение и пытаются на рациональном уровне, не включая сексуальное влечение, «вычислить», насколько партнер подходит, и можно ли ему «давать» наверняка.

Ответ: «Нет». Нельзя вычислить. Все проревизировать, учесть, просчитать, рентгеном просветить и убедиться, что ты даешь не абы кому, а будущему мужу, поэтому ты не просто блудница, а приличная порядочная женщина, нельзя.

Поэтому если вас грызут сомнения, все ли вы проконтролировали до конца, задумайтесь, перед кем вы внутренне отчитываетесь за свою сексуальную жизнь, что мешает вам быть свободной и совершать взрослые поступки.

И, наконец, *пятое заблуждение, что секс – это грязь.*

Как часто сексологу приходится упоминать, что во многих проблемах взрослых людей виноваты детские впечатления, например ассоциативная связка «секс-грязь». Как сочетание «секс-грязь» объясняет сексуальные дисфункции – непонятно, ведь проверить нельзя. А главное, никто никогда напрямую от родителей не слышал что-то типа: «Сексом заниматься – это как в навоз вляпаться. Проехался-то всего ничего, а воняет потом долго».

Так откуда же это идет?

Дело в том, что в старину девушкам, которые не уберегли девичью честь до свадьбы (не сохранили девственность), злобные завистники мазали забор навозом или дегтем. Деготь – это продукт переработки древесины для бытовых и лечебных целей. Он плохо растворяется в воде, поэтому смыть его не так-то просто.

Деготь на заборе «обесчещенной» девушки – это несмываемое пятно, которое символизирует, что девушка вступила в незаконную связь (секс не с мужем).

То есть мы видим, что секс с мужем был незапятнанным и чистым с точки зрения забора, поэтому всячески поощрялся. Ну и в различных преданиях считалось, что незаконный секс был слаще законного, потому что исполнялся по доброй воле, а не по супружеской повинности.

Но сегодня, когда многие традиции старины забыты и стерты, заборов нет, а грязь остается. И особо удачный и вкусный секс носит некий «грязный» оттенок.

Итак, происхождение понятия забылось, а вот неприятие секса вообще осталось.

Если углубиться в историю, то можно предположить, что наши прабабушки говорили своим дочерям: «Смотри, не убережешься, вымажут тебе забор грязью». И так запугивали, что для девушки уже любое ласковое поползновение воспринималось как грязь.

Таким образом, мы разобрали пять ложных убеждений, почему у женщины нет секса. Это отсутствие оргазма, дискомфорт от сексуальных действий, низкие техники партнера и недоверие к нему и установка, что секс – это грязь.

На самом деле причины отсутствия секса совсем другие.

Это блокирующие семейные установки, негативный портрет мужчины в семье, прямой запрет на секс и зависимость от родителей.

И все вышеперечисленные поводы не заниматься сексом в виде отсутствия оргазма или недоверия к мужчинам – всего лишь следствия настоящих причин.

Вот за них-то мы и возьмемся.

Итак, блокирующие семейные установки можно собрать в виде нескольких утверждений:

«*Смотри, в подоле не принеси*». Эта означает, что вот пустишься во все тяжкие, забеременеешь, нахлебаешься проблем. Но сегодня даже 12-летние подростки знают, что от секса случаются дети, поэтому надо пользоваться презервативами или пилюлями. А лучше и тем, и другим вместе.

По результатам консультаций, у взрослых женщин старше 35 лет намного больше различных внутренних препятствий к использованию контрацепции, чем у девушек 18–20 лет. О противозачаточных моральных установках женщин 35+ мы поговорим чуть позже, но в целом хочу заметить, что просвещение масс делает свое дело, и как избежать нежелательной беременности – больше не секрет. Но выражение «принести в подоле» прочно осталось в обиходе как фразеологизм, смысл которого такой: «От секса одни неприятности». А что нам известно о неприятностях? Правильно, что их надо избегать!

«*Будешь с парнями крутить, из института вылетит*». Часто, особенно на периферии нашей страны, в сельской местности, можно встретить еще и цветистые примеры этого предостережения. Вот, соседка-то крутила, теперь в сельском клубе (магазине) полы моет. Значение этого предостережения состоит в разделении: или секс, или карьера. В итоге мы растим женщин-достигаторов, одержимых интеллектуальным развитием, саморазвитием, достижением ценностей во внешнем, материальном мире, в пренебрежении к ценностям внутренним: женственность, чувственность, сексуальность, контакт со своим сакральным знанием, материнство. Мы все встречали множество примеров того, как наши сокурсники успевали всё: и любовь, и учебу, и карьеру, и детей. И все это без разделения, а в гармоничном сочетании всех социальных ролей женщины. Коварный вопрос, как же им это удавалось? Ответ кроется на страницах этой книги. У этих успешных женщин не было такого количества или набора блокирующих установок.

«Ты видела в медицинской энциклопедии эти изъязвленные отростки?» Эта блокировка носит научный оттенок. Дескать, мама не пугает, она просвещает. На самом деле такой пугающий оттенок навязчивого сексуального образования через последствия сообщает ребенку идею опасности секса. Причем опасность эта выражается в том, что преступление запрета получать удовольствие влечет за собой прижизненную кару в виде венерических заболеваний.

Следующая установка: «*Хуже аборта может быть только смерть!*» Многие советские женщины контролировали рождаемость с помощью абортов. Об этом пойдет речь ниже, но многие пожилые сейчас женщины осознали всю глубину ужаса от совершенного и в массовом порядке устремились каяться за содеянное. Убийство нерожденного ребенка – это смертный грех, который приводит к потере Царства Небесного, то есть к смерти души. Вот такая связка: «Аборт приводит к смерти», – поэтому надо избежать аборта любой ценой. А самый лучший способ избежать последствий аборта – это не иметь секса.

У этого послания есть еще более широкое толкование. Многие советские женщины в гендерной путанице советского мировоззрения «не знали», зачем в семье нужен мужчина, ложно связывали его значение в партнерстве только с сексом. Особенно когда секс в паре требовался только мужчине и это была только мужская потребность и необходимость, а страдать приходилось женской душе (убийство младенцев – дело нешуточное), то получалось, что секс – это частный случай, а, в общем, от мужиков – одни неприятности, поэтому и держаться от них нужно подальше.



Если оторваться от религиозного значения идеи аборта и просто разобрать биографию отдельно взятой советской женщины, то мы увидим, что секс у нее был, поэтому и аборты были.

В дальнейшем, когда она получила возможность избавиться от тягостного ярма исполнения супружеских обязанностей, она сделала это под предлогом осознания своей вины, своего греха, обретения религиозной жизни. Позиция достойная, критике не подлежит. И вот с высоты этой позиции она поучает своих дочерей, которым сейчас 30 лет и больше (это нетрудно подсчитать по хронологии событий в нашей стране), что хуже аборта только смерть. Я могу пожелать таким кающимся грешницам отвечать за свои грехи самостоятельно, не вовлекая дочерей. Но публичное раскаяние, видимо, сообщает особый пафос их признаниям, они проецируют свою вину за грех аборта на дочерей, сообщая им идею «прожить жизнь, не сделав аборт». То есть дочь как бы живет за мать жизнь более правильную, незапятнанную. Мать хотела бы прожить жизнь без мужчин и без секса, а вместо нее это проделывает ее дочь. Но эта идея не осознается в полной мере, а проводится в судьбу красной нитью «что угодно, только не аборт».

И что вы думаете, эта идея способствует тщательной контрацепции? Совсем нет. Поскольку вина за аборт всего лишь маскирует вину за сексуальное общение с мужчинами у матери, дочь отказывается от всех видов общения и возможностей наладить партнерство по причинам неуверенности в успехах контрацептивных средств, или якобы непереносимости этих средств, или невозможности забеременеть не в браке и т. д. Ведь если послание было бы только предупреждением об аборте, то мы бы получили генерацию женщин, которые рожали бы без конца. Но нет. Мы имеем несколько поколений женщин от 30 до 55 лет, для которых хуже аборта может быть только ситуация, которая приводит к аборту. То есть секс и беременность, а также необходимость принимать самостоятельные взрослые решения в связи с беременностью: рожать или не рожать. Как видим, невербальный посыл матери: «Берегись мужчин, от них одни неприятности», – доходит до цели, замаскированной под благонадежный и порядочный предлог «Избегай аборта».



Следующая любимая блокирующая установка родителей – это «Женская доля – терпеть». В этом нет ничего плохого, терпение тренирует стрессоустойчивость и целеустремленность. Терпение и труд все перетрут. Терпение – это хороший задел для будущего супружества и материнства. Подвох в том, что речь идет не о всяком терпении, а именно о страдании, болях, неудобствах в связи с невротическими, деструктивными отношениями в браке.

Женщине дается урок нелюбви к себе, неумении принимать решения в своих интересах, переживать контакт со своими ощущениями. Часто это еще и усиливается благим посылом во что бы то ни стало сохранить брак: «Что угодно, только не развод; в нашем роду разводов не было». Поскольку вытерпеть контрпродуктивные отношения можно, только натренировав бесчувствие, выработав привычку не слышать себя и свои потребности, женщина следует невербальному посланию: «Только испытывая боль, ты переживаешь собственную женственность и сексуальность». Отсюда мы получаем различный спектр семейного насилия от идеи «бьет, значит, любит» до созависимых отношений с алкоголиком, игроманом, наркоманом и т. д.

И, наконец, на закуску получаем послание: «Мужики – никчемные слабаки». Сегодня, когда не требуется физическая сила и особая сноровка, чтобы прокормить семью, добыв мамонта, а проблема домашнего ремонта легко решается с помощью мастеров по вызову, даже затруднительно сказать, что должен делать мужчина, чтобы не быть никчемным слабаком. Рас-

смотрим антипод мужской слабости силу, в метафорическом смысле, то есть силу моральную, на тонком плане. В гендерном значении – это архетипическая мужская сила. Принять решение, принять ответственность, завоевать, добиться, не спасовать перед поражением, предательством, сбоем в системе ценностей. Но в установке «мужики – никчемные слабаки», которую так часто слышали женщины в своем детстве от своих молодых тогда матерей, в основном не это имелось в виду. Переводим эту фразу на невербальный язык и получаем следующее послание: «Сколько бы он не пыжился, оргазм ты не получишь». То есть наша женская доля горька и незавидна, мужик – это бутафория семейной жизни, а все один крест – вековать до старости без радости и счастья. Вред этой установки в ее фатальности. Дескать, мужиков хороших нет, нечего и пытаться что-то изменить и претендовать на лучшую жизнь.

Следующая действительная причина отсутствия сексуальной жизни у женщин – негативный портрет мужчины в семье. И это не обязательно наследие дисфункциональных неполных семей, где отец потерялся, спился, попал в места заключения, умер, ушел к другой женщине, что настолько плохо, что лучше, чтоб уж умер.

Негативный портрет мужчины часто формируется и при наличии отца в семье, даже более часто именно в этом случае. Ведь отсутствующий отец, какую бы выгодную для себя легенду развода не озвучивала мать, все равно имеет риск идеализации. Почти все мои пациентки в своих сексуальных сценариях вспоминают, что те несколько лет, что они помнят отца, тот был «идеальным», с ним была настоящая близость, доверие, радость и эмоциональное общение. И часто при эмоционально холодной и отчужденной матери (а именно таких женщин гендерная путаница часто приводит к разводу) отец для дочери восполняет необходимое звено в контакте с внешним миром. Но потом случилось что-то (алкоголь, измена, страшная ссора), после чего отец исчезает из жизни. И светлый островок воспоминаний из детства, где хранится образ отца, не дает сформироваться совсем уж негативному образу.

Колоссальных успехов в деле уничтожения мужчины достигают женщины не разводящиеся, а изводящие при жизни своих мужей. О, в их выдумке и усердии нет им равных! Сколько надо в душе иметь ненависти, негатива, недальновидности, чтобы так уничтожить мужчину, который с тобой рядом. Ведь элементарно, если ты с ним живешь, имеешь общих детей, делишь кров, то ты либо такое же ничтожество, как и он, либо он не так уж плох и у тебя просто не хватает навыков позитивного мышления, чтобы признать это. А если бы еще наши достигаторши поняли, сколько вреда они приносят своим дочерям, систематически принижая их отцов, они бы язык себе прикусили навсегда.

Что мы получаем в результате? Одиночество. Замуж дочери таких родителей нельзя ни в каком возрасте, потому что будешь мучиться так же, как твоя мать. Помимо того, что отец безнадежно плох, в такой семье девочка получает еще и послание, что все мужчины – такие же.

Поверьте, женщине с таким наследием требуется довольно длительное общение с психологом, чтобы освободиться от этой установки. Это одно из самых живучих материнских проклятий.

Причем негативный образ отца совсем не обязательно сочетается с его асоциальностью в виде алкоголизма и других форм зависимости. Это может быть вполне обычный человек, которого женщина как бы непреднамеренно «окозляет» из своей гордыни. Например, всем знакомое женское стремление «развиваться», за которым стоит желание изменить жизненную установку мужа. Под развиваться часто подразумевается пойти на курсы, построить карьеру, чтобы претендовать на более фешенебельную квартиру, репетитора по китайскому языку детям, курсы верховой езды или фехтования и т. д. Все эти потребности связаны с амбициями женщины. Сами по себе дополнительные педагоги детям не хороши и не плохи, но правда жизни в том, что без них можно легко обойтись, если бы не одно «но». Достигаторши, которых изнутри точит бес «развития», просто не умеют остановиться и наслаждаться жизнью, свои собствен-

ные прорехи в мироощущении они подменяют идеей внешней необходимости: дать лучшее образование детям, улучшить квартирные условия и т. д.

Без труда удастся понять, что «стремление к развитию», в котором нет ничего плохого, не работает, потому что все участники конфликта: и муж, и жена, и дети, – без труда считают истинный посыл. Мать стимулирует саму себя и пытается навязать свой невроз мужу. А когда он начинает сопротивляться ее непомерным амбициям, а также достижениям и материальным благам, стоящим за ними, она выставляет его перед детьми никчемным и слабым. А, как известно, женщина без труда может бескровно отомстить мужу с помощью двух неубиваемых козырей: сформировать его негативный образ в глазах детей и лишить его секса. Вот именно это отношение и впитывают дочери автоматически. Мужчина плохой и отношения асексуальные. И именно такая установка претворяется в жизнь в дальнейшем.

Запрет на секс – это следующий вид семейного наследия. Мы много уже рассмотрели на страницах этой книги видов запретов интимных отношений, поверхностных и глубинных. И все они так или иначе приводили к асексуальной реальности. Но есть еще такие семьи, где запрет на секс посылается не иносказательно, а в виде целенаправленной директивы. Нет, и всё.

Например, у меня была на консультировании пара, где мужчина страдал от сексуальной безответственности женщины. Она по каким-то причинам не могла пока официально выйти за него замуж, а до брака секс иметь не хотела, так как, по ее словам, у ее родителей до свадьбы тоже не было секса. Причина довольно туманная, тем более что никто никогда не проверит ее подлинность. Но в семье женщины до нее хотели донести идею о том, что сексом нельзя заниматься, и они сделали это напрямую, без всяких там камуфлированных отклонений.

Прямой запрет на секс может проявляться в том, что родители резко переключают канал телевизора, если там показывают интимную сцену. Друзья, я как представляю себе эти советские интимные сцены, которые могли показывать по телевизору... Ну, что там могло быть? Максимум поцелуй в губы? И вот на этом месте родители грубо выставляют детей с резкими комментариями, что это безобразие смотреть нельзя.

Часто, когда девочка начинает взрослеть в 12–13 лет, у нее появляются первые округлости фигуры и женственность, отец или дед не могут удержаться от ругательства типа: «Вырядилась, как проститутка». Да, сексологу понятно, что папа сам был в шоке от того, как быстро его нескладная девочка превратилась в девушку, не знал, как реагировать на ее скороспелую женственность и испугался сам себя. Но дело сделано, девочка получила послание, что только проститутки могут быть женственны и привлекательны. А если ты не хочешь, чтобы тебя восприняли как проститутку, то оставайся нескладехой до конца своих дней.

Из рассказов своих пациенток я знаю много историй о том, как родители вламывались в начинающуюся сексуальную жизнь своих детей, портили им отношения с самого начала их становления. Например, у одной девушки мать внезапно вернулась с работы и поняла, что у дочери в гостях парень. А дверь к ним в комнату заперта. Мать стала ломиться в дверь, стучала, выкручивала замок, пока не сломала ручку. Парень под вопли матери ушел, радуясь, что цел. А вот девушка погрузилась в депрессию, набрала лишний вес и больше не могла создать отношений. А было ей тогда 24 года. На момент, когда она попала в консультирование, ей исполнилось уже 38, а отношений все не было.

Часто пациентам не удается вспомнить, откуда пришел прямой запрет на секс. Например, пациентка вспоминает свое первое впечатление о сексе. Девочкой, в возрасте 11–12 лет, она застала родителей за интимным процессом, испытала чувство глубокого омерзения и после этого уже никогда не могла себе представить, что она может заниматься чем-то подобным. Я смею утверждать, что ее омерзение было уже вторичным, сформированным раньше под чьим-то влиянием. Например, именно эта девушка, как оказалось, до 5 лет жила с бабушкой, пока родители устраивали быт. И скорее всего, ее запрет пришел от бабушки, хотя девушка и не помнит напрямую, в чем он выражался.

А бабушкины запреты часто еще более действенные, чем материнские. Ведь кто такая бабушка? Это мама мамы, то есть главная мама. И единственный человек, который может поколебать маму, даже если она трижды права, это ее собственная мама, самая главная и высокая мама, то есть бабушка.

В русском языке слово «бабушка» немного не соответствует его родственному значению. Бабушка – это что-то нереальное. Это часто совсем немолодая женщина с легким эффектом лукавой доброты, как в русских народных сказках. Но если мы посмотрим на русских бабушек, которыми становятся в 45–50 лет, то мы поймем, что это молодые сексуально активные женщины, и подлинными бабушками они становятся в лучшем случае лет через 20–25. Поэтому бабушкины «сказки» воспринимаются вообще без фильтра сразу и навсегда, а вот осознаются они с трудом. Другое дело английский язык, где бабушка звучит как «grandmother», то есть большая мама, или великая мать.

Часто запрет на секс выражается в нежелании признать автономного существования молодоженов. Например, я знаю случаи, когда каждый вечер к молодым супругам кто-то врывается в дверь, потому что забывал в их комнате то очки, то часы, то зарядное устройство. Навязать остальным членам семьи правило не беспокоить молодых не представлялось возможным, замок не действовал, все равно все стучались до победного конца, пока кто-то из супругов не открывал дверь. Ну и что, что это их комната? Зато все вместе – это наша квартира.

Как вам история, когда новобрачным отвели комнату со стареньким дедушкой внутри. Благо, дедушка был безмерно стар и крепко спал, поэтому тихими молодоженами не особенно замечался. Зато молодая пятидесятилетняя сексуально активная свекровь, дочь этого дедушки, не могла просто так оставить отца, и каждое утро вторгалась в комнату, где в странном сожительстве существовало это трио, чтобы проветрить. Молодые ведь заняты известно чем, любовью. А о стареньком дедушке никто и не позаботится. А ему что же, задохнуться от всех этих половых миазмов?

Вершина изощренности запрета на секс – это консервирование ребенка. Представьте себе японскую метафору, где выпололи все поле тюльпанов, чтобы показать красоту одного тюльпана? Вот так растят многих дочерей. То есть вокруг намеренно выпалываются не только все сорняки, но и другие тюльпаны. И такому растению не дают развиваться, зреть, плодоносить. Вы можете встретить таких законсервированных девочек, которых родители «отделяли от всякой грязи», намеренно искажая действительность до самых прекрасных и светлых представлений о ней. Девочки намеренно росли в представлениях о сказочных принцах и стерильных отношениях. Часто таких девочек балуют, наряжают как куколок, они очень опрятны и милы, но чрезвычайно далеки от жизни. Жизнь в своем многообразии и неоднозначности проявлений, такая пугающая и отталкивающая, такая невыносимая и опасная, что девочки предпочитают оставаться куколками, герметично закупоренными в выхолощенном мировоззрении. Это состояние называется инфантильность, что часто сочетается с зависимостью от родителей.

В общем-то, нет ничего удивительного в том, что ребенок зависит от своей мамы. Это действительно так. И без мамы ребенок умирает. И с самого детства мама окружает ребенка заботой, закрывая все его потребности: в еде, питье, тепле, безопасности, эмоциональном общении. И по возрастной психологии нам известно, что до определенного возраста, примерно до 3 лет, у ребенка с мамой общая идентичность. Даже не только с мамой, а с обоими родителями. Это значит, что ребенок не отличает своих границ и границ родителей. Его мироощущение включает общее пространство его и его родителей. Только после трех лет начинает формироваться его идентичность, в которой он воспринимает себя без родителей (например, в игре), и в состоянии принять родительскую автономию (мама на работе, мама с папой в другой комнате).

Проблема состоит в том, что физически, даже биологически, после трех лет становится четыре, потом пять, потом наступает пубертат, социальная зрелость. Женщина может обрати



дипломами, чинами, регалиями, мужьями, бизнесом, собственностью. А психологически так и остается в возрасте трех лет. В крайнем случае, ей позволяют развиваться до возраста семи лет или одиннадцати. Четырнадцать лет – это предел мечтаний, но это все равно инфантилизм и зависимость от родительских оценок.

Чем плохо быть зависимым от мамы? Ведь мама – это и поддержка, и одобрение, и родная душа, которая все выслушает, все примет. А если мама не все поддерживает, что хотелось бы человеку? Ведь у мамы своя система ценностей, часто соответствующая ее возрасту. И часто мама не все может поддержать, что хотелось бы человеку? Вот тут бы и пригодились независимое мышление. Но не тут-то было. Инфантильный человек, незрелый в душе, зависим именно от родительских оценок. Если взять реального ребенка, то он не замечает различий в системе ценностей, так как воспринимает родительские приоритеты автоматически. Ребенок зависим скорее физически: финансово, территориально, юридически. А вот взрослый инфантил может быть вполне состоятельным и обеспеченным, но зависимым его делает именно незрелость оценок.

Помните наш пример, когда женщина страшилась попробовать отношения с мужчиной именно потому, что боялась выглядеть неприличной в глазах внутренних родителей. Такая зависимость может связывать человека пуповинной связью даже с матерью или отцом, которые живут в другом городе или на другом континенте, и даже с умершими родителями. Физическое присутствие не имеет значения. Важно то, что большой ребенок не может отстоять свою систему ценностей и постоянно сверяет ее с родительской.

Чем еще плохо быть незрелым и зависимым? Неадекватное психологическое восприятие своего возраста (ну и что, что мне 43, а мне больше 28 никто не дает) часто приводит к непоправимым последствиям. Например, женщина, которая не замужем и еще хочет родить ребенка, которой сейчас 43 года, что должна делать? Правильно, прыгать в последний вагон. Замораживать яйцеклетки в центрах репродукции, срочно решать брачный вопрос и вообще что-то делать, делать, делать. А если ей в душе 28? То она порхает с цветка на цветок, не замечая бег времени, пока не станет слишком поздно.

Главное качество инфантильности – это не критичное восприятие времени. А время – единственный невозполнимый ресурс, его опасно терять.

Следующая проблема инфантильности – это неумение взять на себя ответственность и проявить инициативу. Помните наш многострадальный пример в начале книги про женщину, которая не решается вступить в отношения и на калькуляторе высчитывает, на каком свидании стратегически правильно раскрыть шлюзы и позволить случиться первому сексу? Вот инфантильность – ее проблема. Потому что зрелая личность как раз решает этот вопрос с помощью инициативы и ответственности. Проявлю инициативу и попробую создать отношения. За возможные трудности ответственность держу. Если что-то пойдет не так, я буду решать поступающие проблемы. Если мне не понравится быть в этих отношениях, я возьму инициативу и прекращу их.

Поэтому незрелые инфантильные девушки всех возрастов так боятся пробовать серьезно общаться с молодыми людьми. Их отличает всегда одно: они стремятся каким-то чудным образом создать отношения сразу наверняка. Что в принципе без жизненного опыта и без уверенности в собственной системе оценок невозможно.

При этом страх тестировать отношения проявляется не в прямом отказе мужчине, а в поиске причин, почему с очередным, даже очень интересным кавалером, отношения невозможны. Например, одна девушка сорока с лишним лет очень любила интриговать мужчин изысканной перепиской, увлекала их в интеллектуальный поединок, упражнялась в иронии и эстетичных эвфемизмах. И весь этот восторг от новой влюбленности длился до первой орфографической ошибки, допущенной мужчиной. На этом флер очарования рассеивался, и любовь проходила.

На самом деле этот пример можно и расширить. Не все девушки переписываются со своими возлюбленными, прежде чем дать им зеленый свет в плотских отношениях. И не всегда орфографическая ошибка является фильтром для отбора. Это может быть любой просчет, допущенный мужчиной. Он может однажды «испортить воздух» или сказать, что вон та машина нарушает правила, потому что за рулем блондинка. Важно то, что женщина как бы ждет, когда же мужчина опростоволосится, чтобы указать ему на его ошибку и изящно сделать «оревуар». Общим во всех этих примерах является одно. Девушка сначала как бы возводит мужчину на пьедестал, а потом, когда он пошатывается, смачно сталкивает его оттуда. Выходом тут будет не оценивать мужчин по шкале «хорошо – плохо» («идеал – неидеал»), а воспринимать такими, какие они есть. Но чтобы достичь таких высот понимания кого-либо, надо сначала научиться принимать себя как есть, без стремления соответствовать идеалу.

Еще одна любимая претензия инфантильных женщин – это упрек мужчины в том, что он не развит интеллектуально. Уровень интеллектуальных притязаний может быть любым, но в основном он сильно завышен. Почему женщины завышают требования на интеллект? Мужчина должен переплюнуть ее отца, ее саму и даже энциклопедию Брокгауза и Ефрона. Речь снова идет о принятии. Ведь если он ссылается на полторы прочитанные книги и свой жизненный опыт, то как ему поверить, как его принять без критики и попытки переделать, придать благообразные формы, привить стремление к развитию? Вот если бы он предоставил несколько корочек с высшим образованием, всегда можно было бы сослаться на них. Да, избранник чудноват. Ну что вы хотели с таким потенциалом! Пять высших, это вам не шутки, тут любой свихнется!

На самом деле я видела статистику еще около 10 лет назад о том, что 54 % людей с высшим образованием – женщины. Думаю, сегодня этот разрыв еще более углубился, и доля женщин с высшим образованием уверенно приближается к 60 %. Это может быть связано с разными причинами, но в основном это потому, что среди мужчин чаще встречается шизоидный тип, не ориентированный на внешние оценки (dropout). Они воспринимают предмет глубже, но хуже доходят до цели (получение диплома). Среди женщин чаще встречаются истериоды и компульсивные акценты (сексуализируют цель, доходят до нее). Поэтому когда вы спросите диплом у своего мужчины, ответьте себе на вопрос: «Зачем вам его диплом?» Потому что неудобно признаться внутреннему критику, что приняла точку зрения человека, у которого нет столько корочек, сколько у тебя, сколько могли бы одобрить твои родители?

В этой же категории частая претензия: «Мне не о чем с ним говорить». Когда я впервые услышала эту фразу, я задумалась, как часто я беседую со своим мужем. И пришла к выводу, что мы выбираем партнеров, с которыми в принципе можно поговорить, но говорим при этом по жизни далеко не часто. Я стала расспрашивать своих подруг, вышедших замуж удачно, и подтвердила свою гипотезу.

Самая частая причина бесед между супругами – это решение бытовых или насущных вопросов. И если не считать ссор и скандалов, когда супруги могут обо всем поговорить и часто без купюр, то беседы по душам на разнообразные темы редки. Да, можно обсудить что-то наболевшее, посоветоваться, спросить его точку зрения, его мнение. И мужчина вряд ли отвечает вам, ссылаясь на Аристотеля или Монтеня. Скорее всего, он прибегает к собственной системе оценок и жизненному опыту, чем он, собственно, вам и привлекателен. Хотя в компании где-то может блеснуть и Аристотелем.

Поэтому когда я слышу от женщин про «мне не о чем с ним говорить», то я понимаю, что у них инфантильный взгляд на мужчин и на отношения, не разбавленный никаким жизненным опытом, иначе бы они понимали, что для жизни им нужен партнер, а не радио.

Еще одна инфантильная установка, которая мешает создавать отношения, – это оценка мужчины по имущественному фактору. «Нищесброд!» Здесь сразу просматривается запрос к мужчине как к функционеру, который берет на себя опцию содержания членов семьи. Причем

большинство таких девушек не имеют навыка брать. Когда спрашиваешь их, почему они отказались от свидания за ужином, они мнутя, прежде чем ответить следующее: «Не, понимаете, если я соглашусь на ужин, то я буду чувствовать себя должной ему, еще чего доброго начнет постель предлагать, а я не уверена, что он мне нравится».

Боже мой! Какие сложности! Что у нее в голове! Если за один ужин она логично выстраивает цепочку внутренних рассуждений о расплате, вплоть до секса за ужин, то о чем с ней говорить! Ей еще в первый класс жизненной школы нужно, а не замуж! Такие женщины с трудом соглашаются присесть в метро, если им уступают место. Ведь когда это происходит, они чувствуют дискомфорт, как будто что-то должны тем, кто так любезно уступил им место. И даже когда в супермаркете кто-то предлагает подержать им дверь, если они с большими сумками, то они отказываются, сами не зная почему, говорят, что пакеты нетяжелые и они легко справятся, хотя что такого-то, если мужчина подержал дверь или подхватил сумку?

Часто навык «брать» отсутствует, когда в семье детям ничего не покупали и не давали карманных денег. Девочка может до самого института донашивать обноски за кем-то, вплоть до студенческих платьев своей же мамы, сшитых по моде 20-летней давности. А зачем девочку разодевать? Чтобы вместо учебы у нее всякие финтифлюшки были на уме?

Так формируется сознание «ни на что не претендовать», неумение принимать подарки и помощь как должное. Заодно и формируется стеснение своей внешности, неумение комфортно чувствовать себя в своем теле и внешнем виде. Еще бы, в мамином стареньком платье-то! Мы хотим, чтобы женщина чувствовала себя королевой, а нам из нее серую мышь по капле еще выдавливать и выдавливать.

А потом эта мышь в душе отправляется в свободное плавание зрелой жизни, усваивает социальный штамп о том, что замуж можно только за тех, кто всем «обеспечит», и кавалерам дается поворот от ворот по причине их финансовой посредственности. А на самом деле она просто не понимает, как поступить. Каково это «строить» отношения, быт, финансовый базис, она не представляет. Вот и живет сказочными иллюзиями, что попадет куда-то в готовый замок к принцу.

Выход тут, конечно, работать с собой, над собой и над своими установками. Ну и видеть в мужчине прежде всего ресурс, а не кредитную карту.

Еще одна любимая установка инфантильных женщин такая: «У него на уме только секс!»

Это, безусловно, наследие советских времен, которое наши женщины осваивают, автоматически переняв у своих мам. Они серьезно думают, что мужчина должен оценивать женщину по этическим критериям, как при вступлении в партию. То есть мужчина серьезно присматривается к женщине, и если находит, что она «приличная», «умница», «кому попало не дает», тогда он начинает ухаживать за ней. А если присматривается и находит, что «дает кому попало», то не ухаживает, а сразу приглашает ее в койку.

Девушки, миленькие, я вас разочарую. Мужчина всех девушек рассматривает с точки зрения «хочу – не хочу». То есть первичным двигателем предложений любого рода (и – долго ухаживать, и – сразу в койку) является сексуальная симпатия. Для мужчины естественно сначала видеть в женщине сексуальный объект, а затем уже тестировать ее, на что она годится.

Как уж сложатся отношения, насколько мужчина будет прямолинеен или станет увлекать женщину, как кошка мышку? Или женщина настолько хитроумно выстроит тактику, что сразу увлечет мужчину под венец? Это зависит от разных причин. Но запомните одно. Если мужчина оказался перед вами на свидании да еще и приглашает на следующее, то это потому, что он вас хочет, а не потому, что вы приличная такая девушка. Это я как уролог вам говорю, как андролог и как сексолог. Физиологические законы не переплюнешь, не опрокинешь и за скобки не вынесешь.

И, напоследок, любимая установка любых девушек – это сверять претендента на руку и сердце, вписывается он в семейные стандарты или нет. Эту установку можно прочитать и

как «нравится моим родителям или нет». И если девушка понимает, что он родителям точно не подойдет, то это является серьезным тормозом в развитии отношений. Я еще дальше могу развить эту тему и предложить такую формулировку: «Смогли бы мои родители усыновить такого жениха или нет?», – ибо именно она максимально точно вскрывает причины, почему девушкам так важно, чтобы родители приняли избранника. В этом случае мне очень нравятся американские фильмы, где юноша уезжает учиться из отчего дома в большой город, затем через 10 лет возвращается на Рождество с подарками, заодно с женой и сыном познакомить. Есть чему поучиться.

В чем опасность подбирать супруга под запросы родителей? Чтобы точно понравился, чтобы наверняка одобрили, чтобы стопроцентно приняли? Опасность в том, что в таком случае вы подбираете мужа для родителей, а не для себя. И часто супруг, который нравится родителям, подходит всей семье, очень быстро перестает устраивать саму женщину. И когда она приходит к решению прекратить бесперспективные для себя отношения, то ближайшее окружение начинает давить на нее асфальтовым катком: и такой муж у нее положительный, и все-то он нравится, и чего только она с жиру бесится?

По моим наблюдениям, намного устойчивее отношения, когда женщина подбирает супруга «вопреки». В ее жизнь является человек, непонятный родителям, которого нельзя ни с кем сравнить, приложить к нему привычные мерки. Он становится непонятным и странным явлением в семье, но насколько его сложно понять, настолько же непросто и критиковать!

И вот что примечательно. Когда на консультации я предлагаю девушкам подобрать картинки или фигурки, отвечающие ее представлениям о социальном идеале мужчины, о семейном и личном предпочтении, девушки удивляют меня своим выбором. Социальные идеалы вполне предсказуемы, это пригожие красавцы в костюмах, голливудские звезды, публичные люди. Семейные идеалы также не балуют разнообразием: степенные надежные позитивные люди. Не мужчины, а готовые отцы! А вот на просьбу подобрать личный идеал, являются собаки и волки, мультяшные принцы, Тарзан, Маугли, китайский офицер Ли Шанг и прочие непригодные к жизни персонажи. Ясно как Божий день, что девушки не выберут Маугли или китайца себе в мужа, но само их желание вырваться из семейных пут заслуживает уважения. А одна барышня 30 лет из очень уважаемой семьи религиозных ортодоксов, которые якобы «не ограничивали» свою дочь, просто хотели ей в мужа мужчину серьезного, успешного и положительного, в качестве личного идеала нарисовала татуированного байкера-длинноволосика. И как я ее понимаю! Ей катастрофически не хватало жизненного опыта. И преданная любовь такого вот романтика без серьезных заделов на будущее могла бы восполнить ее пробелы в сексуальном образовании. Но как ей решиться? Как так устроиться, чтобы избежать тягостной необходимости объяснять родителям свой выбор? Выход только один – разрывать пуповинную связь!

Девушки! Боритесь за себя и свою любовь! Создавайте собственную семейную модель и собственного героя этой модели. Ну и сепарация от родителей вам в помощь!

Итак, мы разобрали много причин, которые тормозят психосексуальное развитие женщины, и теперь подошли к задаче раскрыть, какой он, социальный портрет одинокой женщины?

Для примера становления сексуальной функции давайте рассмотрим линию жизни некоторой Р., 1971 года рождения. Назовем ее Росинка для конспирации.

Мы разберем род Росинки начиная с третьего колена. Каждый человек может проследить подвижный слой рода на протяжении 6–7 колен. Например, кто-то застал еще прабабушку и дожил до правнуков. Получается, прабабушка, бабушка, мама, я, дети, внуки, правнуки – это семь колен. А если нет детей? Тогда разбираем то, что есть, то есть оставшиеся для рассмотрения колена.

Итак, у Росинки мы можем рассмотреть судьбу бабушек и мамы. Для понимания влияния на женское мировоззрение всех женщин рода назовем бабушек Грандмамами, ибо таковыми они и являются.

Итак, Грандмама Один Росинки родилась в 1925 году вторым ребенком в семье из 7 детей. Родилась в деревне, но получила среднее специальное образование и на протяжении своей жизни трудилась медсестрой в районном центре. За всю жизнь сделала 8 аборт и дала жизнь 2 детям (2 дочери), таким образом, ее гинекологический статус включает 10 беременностей.

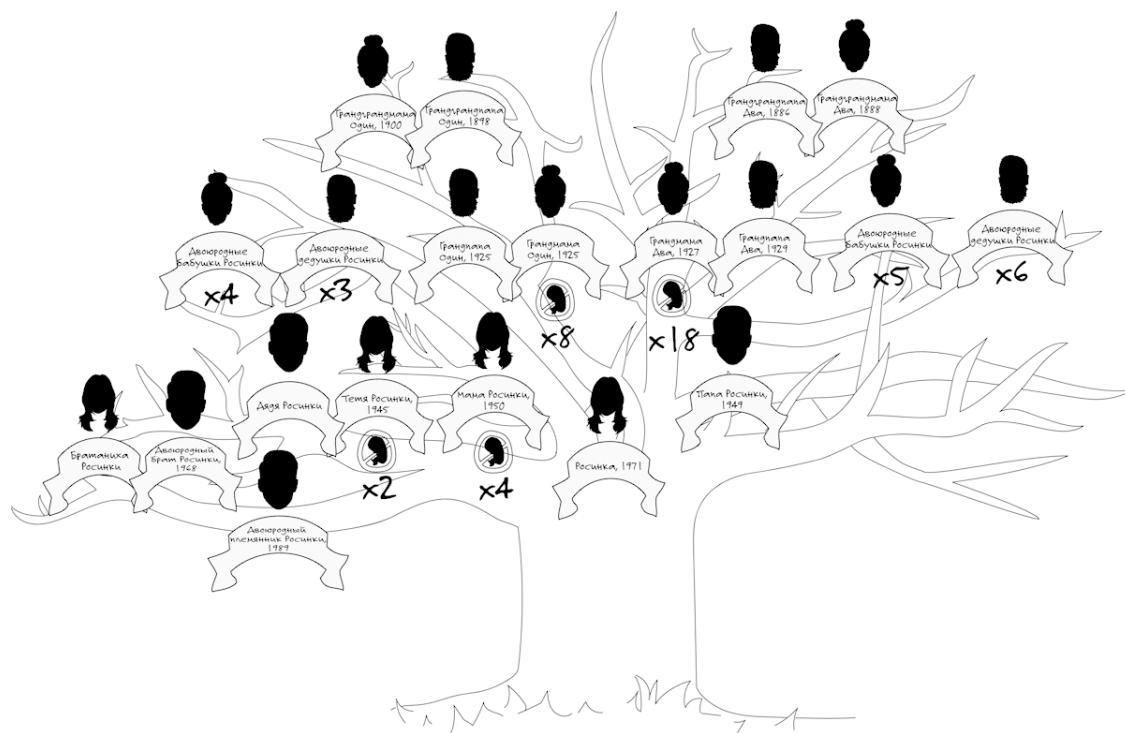
Грандмама Два Росинки родилась в 1927 году десятым ребенком в семье из 12 детей. Всю жизнь прожила в своем родном селе, работая там же в колхозе. Дала жизнь 1 ребенку (сын) и сделала 18 абортов, так как колхозный роддом был рядом, а рожать особенно было некогда. Никто не помогал, да и работать надо было. Таким образом, Грандмама Два имела 19 беременностей.

Обе Грандмамы свою юность провели в военное время, пережили голод, видели смерть своих братьев и сестер, родителей, близких людей. Пафос и воодушевление послевоенного времени сообщал всем надежду новой жизни, настрой на созидание и большую стройку. По сути, задача всего поколения, к которым принадлежали Грандмамы, заключалась в восстановлении страны от послевоенной разрухи. Некогда было рожать. Надо было строить, жить, вдохновляться. Да и примеров того, как жить тяжело и плохо, Грандмамы имели во множестве, а вот как жить в счастье, достатке и комфорте, не знал никто.

Грандмамы прожили всю жизнь в браке. У одной Грандмамы муж был алкоголиком, умер, упившись, в предпенсионном возрасте. У второй – был домашним тираном, жестоко гонял всех родственников, все его боялись и втайне ненавидели.

Обе воплотили в жизнь идею, что семья должна быть сохранена любой ценой, в итоге воплотили в жизнь некий ужастик в режиме реалити-шоу. Семья – это основа быта на селе и в маленьких населенных пунктах. Семья – это статус и поддержка. Женщина без мужа называлась разведенкой, на нее показывали пальцем. Жили люди бедно, не имели возможности одеть и обучить своих детей. Поэтому муж, какой бы он ни был беспредельный самодур, алкоголик или хулиган, ценился именно как структурная единица семьи. Его наличие давало основание для самоуважения. Он приносил зарплату, давал женщине возможность иметь правильное мироустройство и возносил ее на высоту семейного положения. Про мужей тогда в ходу была такая поговорка: *«Плох плетенок, да свой»*. Женщины послевоенного времени насмотрелись всего. Видели они и убогий вдовий удел тех, кто потерял на фронте мужей, и жесткую конкуренцию за тех мужчин, что остались или вернулись. И разгул бандитизма, когда, прикрываясь законами блатной справедливости, мужчины самочинно расправлялись с неугодными. И свой муж и семья 1950-х годов, созданная с надеждой на лучшую участь, была некой гарантией, что женщина не будет иметь той ужасной судьбы, которая выпала на долю тех, кто строил отношения в 1940-х годах. Поэтому муж, как символ отличия судьбы женщины 1950-х годов, ценился сам по себе вне зависимости от ценности его личности для отношений и партнерства. Да и понятий тогда таких, как партнерство, никто не знал. Работали все много и выживали с большим трудом.





Люди жили все одинаково бедно и одинаково скудно. Питались с огородов, экономно расходовали небольшую зарплату. Можно увидеть фотографии начала 1950-х годов, где стайка молоденьких девушек позируют в щегольских новеньких ватничках и разномастных платочках. Думаю, новенький ватник – это еще счастье, ведь и его могло не быть. Девушки одалживали друг у друга туфли и платья на свидания, перешивали старые вещи в новые, в общем, выкручивались, как могли. А мы вынесли из этого периода установку *«не жили хорошо, нечего и начинать»*.

В ту пору было принято с осуждением и недоверием относиться к тем редким людям, которые выделялись на общем фоне своим благосостоянием, особым мещанским уютом, новыми вещами, предметами роскоши. Их называли хапугами, ворюгами, подлецами, подлизами. И дети, рожденные в 1950-х годах, впитали установку, что наличие свободных денег, роскошь поехать на отдых, переживать позитивные ощущения и удовольствия – это опасный жизненный путь, который ведет к общественному осуждению и пускает жизнь под откос. Напоказ выставлялось трудолюбие, горение общим делом, бесребренничество. Как особая ценность воспринимался сам факт, что ты живешь бедно, как все, что ты подключен к общей задаче поколения *«большая стройка страны»*, а не к личному накопительству. Поэтому, когда какие-то надежды брезжили и не сбывались, люди говорили, что *«не жили хорошо, нечего и начинать»*, сообщая своим детям установку, запрещающую удовольствие и наслаждение благами жизни.

Грандмамы, родившиеся в 1920-х годах, хорошо помнили аресты и репрессии, поэтому широко пользовались метафорой *«лежать, как барышня»*. Не работать тяжело и беспросветно было символом осуждаемого образа жизни, того, за который можно было поплатиться. Страх не выглядеть *«как барышня»* гнал людей в поле, на заводы, налагал дополнительные обязательства. *«Не могу я просто так сидеть»* – оправдывает свою огородную деятельность Грандмама, одновременно постоянно упрекая детей и внуков, что они отказывают ей в помощи с огородом, мотивируя занятостью и доступностью овощей в продаже.

Приучать внуков к труду – дело хорошее. Но не только это мотивирует бабушку. Она с рождения впитала установку, что только тяжелый труд оправдывает ее существование на этой земле. Потом, спустя 70–80 лет, времена изменились, пришла пора осваивать ценности и

учиться получать и проживать удовольствие. Но внушки таких Грандмам не могут отделаться от блокирующих удовольствие установок. Чувство вины перед бабушкой не отпускает. Я вот тут отдыхаю, а она на огороде пашет.

Удовольствие – это самое широкое понятие, оно включает возможность проживать и использовать свободные деньги, досуг, сексуальные утехы, власть, развлечения. Да, часто бывает и так, что в жизни человека складывается гармоничное отношение ко всем жизненным аспектам, и в его судьбе находится свое место и семье, и труду, и сексу.

Но мы с вами на страницах этой книги разбираем острые вопросы, например, почему у женщины заблокирована чувственная сфера и секс отчужден от ее жизни, и одним из ответов будет недоступность удовольствия в самом широком смысле этого понятия.

Разгадка в том, что удовольствие запретила еще ее Грандмама, а той – ее собственная Грандмама – и так до бесконечности в глубь веков. И наша с вами Росинка, да и любая женщина, которая пытается найти ответы на вопросы и научиться жить гармонично и счастливо, проходит нелегкий путь обновления родовой программы с установки «не жили хорошо» на «жить хорошо».

Грандмамы Росинки помнят еще и программы поколения своих родителей – прабабушек Росинки. Обе Грандмамы из многодетных семей. И задача в 1920-е годы стояла дать как можно больше сыновей родине, чтобы они могли стать воинами и рабочими. И женщины рожали. И обе Грандмамы помнят нищету многодетности, высокую смертность детей на селе от детских инфекций, безысходность бедности. Помнят они одни ботинки на всех детей, в которых по очереди выходили на улицу. Помнят и семейные обеды, когда в центр стола ставилась чашка с похлебкой и вокруг раскладывались ложки. Дети разбирали ложки, и если одна ложка была не задействована, то лишь тогда взрослые шли искать, кто где пропал.

Представляете, сколько в избе должно было быть детей, чтобы сразу не понять, кого не хватает к обеду? А было именно так.

Когда Сталин своим указом запретил аборты, Грандмамы запомнили и смертность своих подруг от криминальных абортов.

Поэтому когда аборты вновь вошли в медицинскую практику на легальных основаниях, практически все женщины поголовно воспользовались этим благом цивилизации. Не нам судить это поколение. Но мы можем рассуждать. Посмотрите, один тяжелый труд (многодетное материнство) заменился на другой (великая всесоюзная стройка и восстановление страны от разрухи). Люди продолжали жить, не разгибая спины, но женщины приобрели одно очень ценное завоевание: право распоряжаться своей маткой. Это был серьезный шаг к свободе и новая задача поколения: освоить эту стезю, выработать правильные ценности в отношении нерожденной детской жизни.

Оценка деятельности поколения Грандмам началась несколько позже.

У права на аборт появилось и следствие в виде еще одной неприятной установки, которая вошла в жизнь последующих поколений: мамы Росинки и ее самой. Это убеждение, что мужчина – это *«существо с крантиком»*.

Когда большие многочадные крестьянские семьи жили натуральным хозяйством и выращивали из своих детей работников: мужская сила в поле и женская сила по дому, то в семье сохранялся и гендерный баланс (у кого какая роль) и моральный (рождение детей – это следствие бытия супругов).

При смене программ исчезли из обихода не только натуральное хозяйство и многодетность, но и очевидность мужской роли в семье. Если в патриархальной крестьянской семье мужчина был кормильцем и исполнителем мужской работы, по количеству мужчин в семье выделялось определенное количество земли, то в начале советского периода мужчина превратился в сына родины, которого семья отдавала в армию на ее защиту. Целое поколение носителей патриархальных ценностей было принесено в жертву в Великую Отечественную войну.

И следующее поколение, задачей которого было Восстановление и Стройка, не совсем распознало роль мужчины, тем более что женщины, вычищая содержимое матки, с успехом становились за те же станки и брали в руки те же лопаты, работая наравне с мужчинами. Пришла гендерная путаница, в результате которой мужчина превратился в «существо с крантиком», а женщина стала одинокой носительницей своих претензий на романтические чувства и земную любовь.

И пройдет еще не одно десятилетие, прежде чем восстановится мужская роль в семье в новом качестве. Если мужчине не надо быть кормильцем и выполнять грубую мужскую работу, то для чего же он нужен? Многие женщины не могут ответить на этот вопрос. Например, когда их спрашиваешь, а зачем вам нужен мужчина? Многие кроме как для секса и для зарплаты не знают, как ответить. Традиционная мужская роль стерлась, а новая только сейчас формируется. В эпоху самодостаточности женщин мужчина нужен как партнер по жизни, и эта установка требует совсем других ценностей: эмпатии, эмоциональной открытости, умения доверительно общаться, поддержки, комфорта близости, сексуальной адаптации. И эти ценности в мужчинах только сейчас стали культивироваться, именно поэтому многим женщинам так трудно выбрать партнера. Ведь патриархальные установки, искаженные восприятием Грандмам, отправляют разноречивые послания...

Итак, мы остановились на том, что как только женщина получила власть над своей маткой и занялась мужской работой, мужчина стал «существом с крантиком», что породило особое мировоззрение родителей нашей Росинки.

Родители Росинки 1949 и 1950 годов рождения получили высшее образование в больших городах. Мать стала учительницей. Отец работал инженером, затем занял должность начальника цеха и до пенсии трудился на этом посту. Жили они в большом городе, в областном центре. Мама Росинки сделала 4 аборта и родила одну дочь, саму Росинку, в 1971 году.

Поколение, на долю которого пришло освоение того, что настроили родители, попало на эпоху застоя. Если до этого много поколений переживали лихие времена, то вдруг пришли те, кто попали в период застоя. Относительно сытая жизнь была у всех, возможности учиться и зарабатывать на жилье были у всех, и при желании можно было легко устроиться по лимиту и в столичном городе, и заработать длинный рубль на Севере и т. д. В этот период произошло освоение ценностей, наработанных Грандмамами: управление рождаемостью, независимость, пользование благами жизни. Но и старые неизжитые конфликты Грандмам обострились и потребовали разрешения именно в поколении Мам, когда появилась возможность осознать и переоценить образ жизни и установки прошлых поколений: роль мужчины и женщины в семье, ценность удовольствия, комфорта в жизни, любовь к себе, отношения с детьми.

И перед мамой встали различные задачи. Например, выработать свое отношение к сексу и его последствиям, поскольку самое последнее новообразование, которое появилось у Грандмам, – это аборт. И Грандмамы делали их, сильно не задумываясь, подталкиваемые к этому всем ходом своей жизни. По существу, у Грандмам не было выбора, ужас нищей многодетной жизни в деревне стоял перед глазами, необходимость быть пожизненно включенной в производство тоже подводил черту под материнством. Но сущностное сакральное знание о значении аборта жило в душе женщин всегда, поэтому вместе с завоеванием новых ценностей Мамы получили по наследству идею того, что делать аборт – это очень плохо.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.