

А.Я. КОРЕГИН  
Е.П. КОРЕГИНА



**СЕКС**  
в нашей  
культуре



А.Я.КОРЕГИН  
Е.П.КОРЕГИНА

# СЕКС

в нашей культуре



КИЕВ МП «РАДУГА» 1993

ББК56.14  
К64

**А.Я.Корегин, Е.П.Корегина.**

К64 Секс в нашей культуре – К.МП «Радуга»,  
1993. – 96 с.

Это вторая книга философа и социолога А.Корегина и психотерапевта Е.Корегинной по проблемам сексологии (Первая вышла двумя изданиями в 1990 г.) Авторы рассматривают обширный круг вопросов о роли секса в жизни человека и общества, процессах развития сексуальной культуры, ее места в культуре человечества. Освещены проблемы достижения сексуальной удовлетворенности, так называемые «половые извращения», вопросы безопасного секса.

Книга адресована как широкому читателю, в первую очередь – молодому, так и специалистам культурологам, социологам, педагогам, медикам.

ISBN 5-88490-191-7

© Малое предприятие  
«Радуга», 1993.

## ОТ АВТОРОВ

Напомним читателю об известном эпизоде на одном из так называемых телемостов между СССР и США, с помощью которых Владимир Познер, с советской стороны, и Фил Донахью – с американской, пытались в первые годы Перестройки ближе познакомить людей этих стран друг с другом. В этом эпизоде, запомнившемся миллионам телезрителей в обеих странах, одна американка адресовала советской стороне вопрос: «А как у вас с сексом?». После затянувшегося молчания застенявшейся советской аудитории одна из наших соотечественниц ответила: «Секса у нас нет!».

Конечно, автор этого знаменитого ответа вовсе не имела в виду, что у советских граждан отсутствует такое важнейшее природное свойство, как сексуальность, обычно именуемое инстинктом размножения<sup>1</sup>. Да ведь не об этом американцы и спрашивали. Их вопрос касался условий, существующих в нашем обществе, для получения удовольствия от сексуальности, уровня культуры этого процесса.

Сексуальность, сексуальная потребность, реализуемая в половом акте, дает, как обоснованно утверждал писатель Леонид Андреев, «высшее и глубочайшее ощущение в жизни, доступное нам...»<sup>2</sup>. В силу этого, люди стремятся, как правило, к частому достижению этого ощущения. Но ведь природа создала половой акт вовсе не для удовольствия. Природное его предназначение – зачатие новой жизни, продолжение вида. Удовольствие же – лишь вознаграждение за проведение полового акта, побуждение к нему.

Но сколько нужно новых жизней? Природа этого не знает, и знать не может. Равновесие в численности вида в ней всегда достигалось стихийно. (Или не достигалось... В этом случае вид погибал.) Но приблизительный ответ на этот вопрос знает человек. Большой, наиболее образованной, сознательной части человечества давно ясно – рост численности населения нашей планеты должен быть остановлен. И чем скорее, тем лучше<sup>3</sup>. Но кому теперь придет в голову стремиться в связи с этим к ограничению половой жизни людей?

Зная причинно-следственные связи между половым актом и зачатием новой жизни, люди давным-давно начали вмешиваться в нее. Натуре (природе) они противопоставили культуру – природу измененную, преобразованную человеком. Конечно, как и во все времена, человеческая сексуальность продолжает служить размножению. Но главным для себя повседневным ее предназначением люди сделали получение удовольствий. При этом, однако, не все они еще осознали этот факт.

Не ко всем людям, в том числе и к «гомо советикусу» («человеку советскому»), пришло понимание, что норма старой морали, гласившая: «Сексуальность для размножения – хорошо, для удовольствия – плохо», неверна. И что для нового общества,

<sup>1</sup> Трактовка сексуальности людей и животных как наличия у них инстинкта размножения совершенно неверна. Кратковременные биохимические процессы в организме, происходящие в определенной связи с внешней ситуацией, подталкивают их (людей и животных) к удовлетворению половой потребности, что достигается в половом акте разнополых субъектов (коитусе). Зачатие же, беременность, роды – это лишь автоматически наступающие последствия коитуса. Кратковременность биохимических процессов, вызывающих инстинктивную потребность, предполагает и короткие сроки удовлетворения этой потребности. Эти сроки никак не могут составлять 9 месяцев, разделяющих рождение ребенка у человека с половым актом, предшествовавшим этому событию, или 30 месяцев, разделяющих эти события у слонов. Если кому-то приведенные аргументы не покажутся убедительными, – пусть он задумается: каким образом инстинктивная потребность в размножении удовлетворяется у мужчин или самцов животных.

<sup>2</sup> Полностью этот тезис Л. Андреева звучит так: «Высшее и глубочайшее ощущение в жизни, доступное нам, – судорога полового акта». (Горький М. Воспоминания. – Берлин, «KNIGA», 1923.)

<sup>3</sup> Быстрый рост человечества начал заботить нашу цивилизацию в конце XVIII столетия, когда его численность была примерно в 6 раз меньше нынешней. При современных темпах роста населения, угрожающих удвоением числа людей на планете, за, примерно, четыре десятилетия, оптимальной можно признать рождаемость, которая обеспечивает простое воспроизводство поколений. В развитых странах это достижимо при среднем показателе рождений у каждой женщины равном 2,1-2,2.

нового человека адекватна положительная оценка сексуальности, чему бы она ни служила. Отсюда и стыд за свою сексуальность, выраженный в формуле «Секса у нас нет!».

Секс у нас, конечно, есть. Но уровень его культуры пока в целом довольно низок. (Правильная оценка ее состояния на упомянутом телемосте должна была звучать так: «С сексом у нас плохо».) Нужно ли повышать сексуальную культуру? Кому-то кажется, нет. Чаще всего, как представляется, истоки такой позиции восходят к нашей достославной традиции гордиться тем, что «университетов мы не кончали». Тем, кто следует этой традиции, наша книжка не нужна. Она для тех, кто ее не разделяет.

## Немного истории



Плотские радости всегда были одной из важнейших составляющих человеческой жизни. Удивительно ли, что в древности повсеместно возникали религиозные культы, в большей или меньшей мере связанные с человеческой сексуальностью. Об этом свидетельствуют и наскальные рисунки, изображающие половые акты людей и животных, их детородные органы, и тексты, эротические<sup>4</sup> изображения и статуэтки из гробниц египетских фараонов, и барельефы, и статуи в индийских храмах, изображающие половые органы, и все мыслимые (да и немислимые) позы совокупления, и многое другое. Фаллос – изображение полового члена в состоянии эрекции, олицетворяющее силу, плодородие, целеустремленность, желание и удовольствие – являлся, вероятно, самым распространенным культовым символом в истории человечества. (Даже изображения креста, сохранившиеся с дохристианских времен в турецкой провинции Анатолия, представляют, по мнению специалистов, схематическое изображение фаллоса.)

Однако и тенденции антисексуальной аскезы существовали и в глубокой древности. Но до определенных времен тенденции эти не были доминирующими, сколько-нибудь распространенными. Положение изменилось с возникновением христианства, ставшего в относительно короткий исторический период самой распространенной религией человечества.

Своей антисексуальной направленностью христианство обязано иудаизму, у которого оно многое заимствовало, и, очевидно, условиям места и времени, в которых оно начало интенсивно развиваться.

Место – Римская империя. Время – период ее упадка. Крайняя сексуальная распущенность Рима того периода не могла не оказать влияния на религию, пытавшуюся создать новую, альтернативную существующей, мораль. Но, в конечном счете, получилось так, что одной крайности была противопоставлена другая: крайней распущенности – крайняя аскеза.

Справедливости ради отметим: отношение христианства к сексу было не всегда и не везде однозначно негативно. Но последнее отношение преобладало. В течение многих столетий различные христианские церкви стремились выработать у человека отношение к сексу как к чему-то постыдному, грязному, как к плате за грех первых людей. Единственное оправдание половой жизни христианство видело в необходимости продолжения человеческого рода.

В течение многих столетий христианство стремилось уничтожить свидетельства эротических культов и сексуальной культуры прошлого. Но если изъять материальные свидетельства удавалось относительно просто, то намного сложнее было с тем, что вошло в духовную культуру человечества. Однако «успехи» были достигнуты и здесь. И многое из духовного наследия прошлого дошло до наших современников в «процензуренном», недостоверном виде. Вот лишь два примера...

Многим известен миф о том, что древнегреческая богиня любви и красоты Афродита была рождена у берегов Кипра из морской пены. Но мало кто сейчас знает об особом происхождении той пены. Дело в том, что пена была взбита из крови и спермы, вытекших из отсеченного полового члена бога неба Урана. Кастрировал Урана его сын, бог времени Кронос (намек на утрату со временем мужской силы), по просьбе своей матери, супруги Урана, богини земли Геи, измученной постоянными любовными похождениями мужа.

Другой пример – интерпретация учения о любви великого греческого философа Платона (V-IV в. до н.э.). Термином «платоническая любовь», начиная со средних веков,

<sup>4</sup> Эротика (от Эрота (Эроса) – в греческой мифологии бог любви) – психологическая сторона сексуальности, проявляющаяся в поведении, искусстве, одежде. Эрос (у римлян Купидон или Амур) по Платону является спутником и слугой Афродиты (у римлян – Венеры) – богини любви и красоты, поскольку он был зачат в праздник рождения этой богини и поклоняется красоте. Платон считал, что под влиянием Эроса человек влюбляется сначала в красоту, и у него возникают прекрасные мысли, возвышенная духовная деятельность. По мнению З. Фрейда Эрос (сексуальность) является инстинктом жизни, созидательным началом, одной из двух первичных сил, определяющих деятельность человека.

обозначают чувства духовной близости между мужчиной и женщиной, не содержащие и намека на сексуальность. Такого рода любовь еще в недавнем прошлом имела особо значимый статус и противопоставлялась низменной плотской любви.

Между тем, сам Платон отнюдь не был сторонником «платонической любви» в указанном понимании. Восхваляя духовное единение, он считал необходимыми его условиями преклонение перед красотой человеческого тела, сексуальную близость. Он воспевал страсть и сексуальное наслаждение как источник вдохновения. При этом, что уж совсем «запамятовали» христианские интерпретаторы Платона, для него был безразличен пол возлюбленных: гомосексуальные отношения, по его мнению, порождают столь же возвышенные чувства, что и гетеросексуальные.

Однако следует признать, что в средние века христианство проявляло определенную терпимость к некоторым проявлениям человеческой сексуальности. Например, к карнавалам, сохранявшим традиции дохристианских оргиастических праздников. В литературе описаны религиозные шествия, в которых участвовали обнаженные, изображавшие Адама и Еву до грехопадения. Закрывались глаза на обнаженность тела в быту, совместное мытье, детский онанизм.

Ряд антисексуальных установок первоначального христианства несколько либерализовало Возрождение (Ренессанс), особенно итальянское. Живопись, скульптура, литература, театр, наука этой эпохи приблизились к человеку, ко всем проявлениям его натуры, в том числе – сексуальности. Даже изображая библейские сюжеты, художники обращались к подлинным человеческим страстям. В какой-то мере возродились античные традиции воспевания красоты человеческого тела. Из-под кисти Микельанджело обнаженные появились даже в Сикстинской капелле Ватикана. (После смерти покровительствовавшего художнику папы Павла III обнаженные фигуры росписи капеллы были приодеты). Нагота статуй и картин того времени отнюдь не была асексуальной. Тот же Микельанджело даже позволил себе написать картину – недошедшую до нас; поскольку ее уничтожили во Франции во времена Людовика XIII из соображений нравственности – по сюжету мифа о Леде и лебедя. (Юпитер (Зевс), влюбленный в супругу спартанского царя Тиндарея Леду, овладевает ею, явившись в облике лебедя.)

В литературе раннего Возрождения особое место занял «Декамерон» Джованни Боккаччо, большая часть содержания которого откровенно эротична. Сексуальность здесь предстает как один из важнейших стержней жизни человека. В этом Боккаччо открыто спорил с церковью. (Потому-то в течение нескольких столетий издание «Декамерона» было под запретом, или же он издавался со значительными купюрами.)

В период раннего Ренессанса французский философ и писатель, предтеча французских просветителей Мишель де Монтень в своих «Опытах» прямо утверждал естественность, необходимость и оправданность полового акта, на котором, говорил он, тем больше останавливаются мысли людей, чем меньше принято о нем говорить.

Петрарка, Рабле, Шекспир – в разных странах по-разному говорили в ту эпоху о подлинной основе многих человеческих страстей, о половой любви, половой потребности.

Начали появляться и научные исследования, связанные с сексуальной природой человека. Великий Леонардо изучал анатомию половых органов и ряд аспектов половой физиологии. Тем же занимался его соотечественник – известный врач и анатом Г.Фаллопий. Основоположник современной хирургии Амбруаз Парэ издал серьезное пособие по акушерству, где указал на естественность половой потребности у женщин, что ранее яростно оспаривалось, и говорил о способах достижения сексуального удовлетворения. (Это было уже «слишком» даже для того времени. Книгу публично сожгли, а сам Парэ едва спасся.)

Характерные изменения произошли в мужской и женской одежде. Женское платье стало более нарядным, эротичным, часто обнажающим плечи и грудь, подчеркивающим эти части фигуры. Мужской костюм плотно облегал тело, особенно ноги, ягодицы. Пах модно одетого мужчины украшал так называемый гульфик – мешочек, не столько

скрывавший, сколько соблазнительно обрисовывавший половые органы. (Вспомните описание гульфика раблезианского героя в «Гаргантюа и Пантагрюэле»!)

Возрождение принесло тенденцию сближения официальной, традиционно более строгой морали и культуры, с более свободной моралью и культурой народа.

Но в постренессансный период тенденции развития морали и культуры резко изменились. Произошло быстрое и активное утверждение пуританства. (Этот термин происходит от латинского «пуритас» – «чистота».) Так, нагота, легализованная Возрождением, стала повсеместно изгоняться. Постепенно нравы изменились так, что тело полагалось одевать даже для сна: для этого придумали пижамы и другие одеяния. Жестко подавлялись всякие проявления сексуальности. О ней нельзя стало даже говорить.

Известный философ, психолог, сексолог и педагог И.С.Кон, чья работа «Введение в сексологию» в 80-е годы несколько раз издавалась за рубежом, а затем и в СССР, считает причиной распространения указанных тенденций утверждение в качестве приоритетных в период становления буржуазного общества стремлений к самореализации в труде, к деловому преуспеянию. «Гипертрофированное чувство времени и потребности в достижении (взаимосвязь этих явлений установлена психологами) влечет за собой также изменение соотношения труда и игры, которой отводится теперь подчиненное, ограниченное место (делу время, потехе час). Между тем здоровая человеческая сексуальность органически связана с игрой, праздником, смехом, и подавление любого из этих начал, как правило, сопровождается подавлением других», – пишет И.С.Кон.

Профессор Кон, безусловно, прав относительно того, что буржуазный рационализм сузил возможности проявления сексуальности. Но вряд ли это можно признать главной предпосылкой указанной постренессансной ситуации. (Тем более что буржуазные отношения тогда существовали у относительно небольшой части общества.) Важнейшей же причиной ее стали попытки различных христианских церквей укрепить свое несколько ослабевшее могущество за счет возврата к аскетизму, безусловному примату «высших» духовных ценностей, в сфере которых господствовала религия, над плотскими, где человек несравненно более суверенен. И традиционная церковь, и борющиеся с нею реформаторы были едины в негативном отношении к сексуальному. Определенную «помощь» в борьбе против секса церквям оказало небывалое ранее распространение инфекционных заболеваний, особенно – венерических, что, как нам представляется, было связано главным образом с ростом контактов человечества. (Открытие и завоевание новых земель, интенсификация торговли, значительные миграции, связанные с войнами и т.п.) Естественно, что венерические и другие инфекционные заболевания трактовались в те времена как кара за прегрешения человечества.

Дух того и более позднего времени хорошо отобразил в конце XIX в. в своем романе «Суждения господина Жерома Куаньяра» Анатолий Франс. Созданное его персонажем Общество целомудрия заготовило для молодоженов специальные ночные сорочки-балахоны, в которых были «отделанные по краям приятною для глаз вышивкой» маленькие отверстия, «дабы позволить супругам благопристойно приступить к исполнению воли божьей относительно того, что человеку надлежит плодиться и размножаться». (Кстати, в литературе есть сведения, о том, что подобные сорочки были модны в средние века.) Сам господин Куаньяр считал нужным «натирать юных новобрачных перед соитием с головы до ног самой черной ваксой, чтобы кожа их, уподобившись сапожной, отравляла греховные наслаждения и утехы плоти и оказывалась трудноодолимым препятствием для всяких ласк, поцелуев и нежностей».

Нужно сказать, что в рассматриваемый период в Европе все же были общественные слои, которые в значительной мере игнорировали антисексуальные установки церкви. Речь идет о французском королевском дворе (позже к нему присоединились российский и австрийский императорский) и французской аристократии. Эротизм жизни этих слоев хорошо известен и в наши дни благодаря множеству старых и современных романов.

Конечно, поведение высших слоев оказывало влияние на сознание остального общества. Очевидно, что свое влияние на него оказало и французское Просвещение. Просветители, стремившиеся к всестороннему исследованию природы человека и законов общества, естественно не могли пройти мимо феномена сексуальности. (Хотя отношение к нему у разных представителей Просвещения не было одинаковым.) Так, о формировании сексуальных установок личности в период детства говорят некоторые фрагменты «Исповеди» Жан Жака Руссо. Знаменитый энциклопедист Дени Дидро в своих произведениях показал, что деятельность церкви не может победить сексуальное начало в человеке, но способствует раздвоению сознания, конфликтам между человеком и обществом. (Например, в «Монахине» Дидро утверждает, что монастырская изоляция от сексуальных контактов с другим полом ведет часто не к смирению плоти, а к гомосексуальным отношениям, а лишение возможности иметь хотя бы такие отношения – даже к гибели.) Вопросы пола затрагивал в своих работах и Вольтер.

Отношение к сексуальному французских просветителей оказало заметное влияние на французскую литературу последующего периода. Впрочем, такое влияние оказали не только просветители. В литературу конца XVIII века вошли произведения потомка известного рода де Конде маркиза де Сад. Прославившийся своими оргиями и жестоким отношением к сексуальным партнерам, маркиз был лишен состояния и заключен в известной парижской тюрьме Бастилия. Там он написал несколько романов, сделавших его имя знаменитым. Интерес к романам преступного аристократа, воспевавшего чувственную (часто – извращенно чувственную) любовь, описывавшего изощренную сексуальную технику, был в свое время очень велик. Умер де Сад в 1814 году. В его завещании были слова: «Прошу стереть с лица земли мою могилу, прошу также всех мужчин поскорее забыть меня и все, что я успел натворить в жизни». Первое пожелание, кажется, было исполнено. Второе – нет: де Сада не только не забыли, имя его стало нарицательным – широкоупотребимым термином «садизм». (Им обозначают явление получения сексуального удовлетворения посредством жестокого обращения с сексуальным партнером, а часто – жестокости вообще.)

Французская литература XIX века представлена рядом очень известных писателей, в творчестве которых весьма откровенно для того времени говорилось о сексуальности человека, его подлинных страстях. Так, Оноре де Бальзак в «Озорных рассказах», романе «Блеск и нищета куртизанок», ряде других произведений, по сути, отстаивал право человека на сексуальность и право писателя писать о ней. Присутствуют эти мотивы и в творчестве Жорж Занд (Авроры де Дюван) и Стендаля (Анри Мари Бейля). Тонкий психолог, поэт и писатель Альфред де Мюссе в рассказе «Графиня Гамиани», заканчивающемся прямо-таки в духе де Сада, очень ярко и откровенно поведал о различных проявлениях сексуальности человека, их непреодолимой силе. А вспомните произведения Ги де Мопассана, который, пожалуй, лучше других сумел сказать «про это» в условиях официально благословляемого пуританизма. (Впрочем, пуританизм этот был ханжеским: он прекрасно уживался с проституцией, с повсеместно распространенным адьюльтером.)

Список известных французских литераторов, в чьем творчестве затрагивались вопросы сексуальности человека, можно продолжить: Анатоль Франс, Гюстав Флобер, Шарль Бодлер, Эмиль Золя и ряд других. Разработка этой темы осуществлялась и в литературе других европейских стран. Вспомним хотя бы ряд откровенно эротических произведений А.С.Пушкина.

Таким образом, видимо, тезис о том, что литература того столетия во многом подготовила переход общества к более высокой ступени сексуальной свободы, вполне справедлив. Но это заслуга не только литературы. В XIX веке Вена, прославившаяся еще столетием ранее (при эрцгерцогине Марии Терезии) своим легкомыслием, весельем и эротизмом, подарила миру вальс. (У этого танца было очень много противников, осуждавших его за чрезмерный, по их мнению, эротизм.) Многие сделали в этом плане

французские художники и скульпторы – Ренуар, Мане, Тулуз-Лотрек, Гоген, Карпо, Роден и другие. (Некоторые их работы в свое время вызвали скандал. Например, картина Густава Курбе, известного художника, активного участника Парижской Коммуны, называемая «Сон» или «Подруги», на которой он изобразил двух лесбиянок, заснувших после любовного экстаза.)

Свой вклад сделала и наука. Правда, речь идет не о науке, специально изучавшей сексуальную сферу жизни. Таковой еще просто не существовало. В середине XIX столетия Бальзак писал, что эту область «...наука не пожелала изучить, сочтя подобную тему чересчур безнравственной и чересчур предосудительной...». Но иногда к сексологической проблематике вынужденно обращались другие науки.

Так, к этим вопросам обращалась очень популярная в конце XVIII и всего XIX столетия концепция народонаселения английского экономиста Томаса Роберта Мальтуса и его последователей. Главной угрозой нормальному развитию человечества Мальтус считал быстрый рост народонаселения и призывал к его сдерживанию посредством ограничения рождаемости. Естественно, что в связи с этим возникал вопрос о МЕТОДАХ ограничения. (Известную пикантность ситуации придавало то обстоятельство, что Мальтус был священником.) И хотя в XIX веке решение этого вопроса шло, как говорится, ни шатко, ни валко, но сама его постановка оказала заметное влияние на многие умы, так как концепция, в русле которой он был сформулирован, воспринималась весьма серьезно. (Иной раз дело доходило до смешного. Так, известный социалист-анархист Пьер Жозеф Прудон прокомментировал призыв Мальтуса к ограничению рождаемости как рекомендацию населению заниматься онанизмом.)

Вопросы половой морали и психологии поднял в работе «Происхождение человека и половой отбор» великий Чарлз Дарвин. Правда, в данном аспекте исследования успех ему не сопутствовал. Ученый попытался дать биологическое обоснование морали викторианской Англии, но в действительности лишь создал предпосылки для критического анализа этой морали.

И лишь в конце XIX – начале XX веков, благодаря трудам австрийца Рихарда фон Крафт-Эбинга, немцев Альберта Молля, Ивана Блоха, Магнуса Гиршфельда, англичанина Генри Хевлока Эллиса, швейцарца Августа Фореля и некоторых других ученых на «стыке» биологии, физиологии, психиатрии, психологии, социологии и других наук начала формироваться сексология. С ее появлением были предприняты первые попытки популяризации научных знаний о сексуальной сфере. Например, написанная в 1904 г. книга Августа Фореля «Половой вопрос», очень смело, по тем временам, освещавшая массовому читателю многие проблемы, была издана в нескольких странах, в том числе и в России.

Особое место в становлении сексологии как науки принадлежит австрийскому врачу, психологу и философу Зигмунду Фрейду<sup>5</sup>. Даже в 50-летнем возрасте венский психиатр если и снискал известность, то только с привкусом скандальности. В 1910 году, например, когда на конгрессе психиатров в Гамбурге поступило предложение обсудить теорию Фрейда, председательствующий ответил, что в ней должен разбираться не научный конгресс, а полиция. Еще бы! Доктор Фрейд доказывал, что сексуальное влечение является главным двигателем поведения людей, их истории и культуры. Немногие знали те научные обоснования, на которых базировался венский психиатр, но его теорию отвергли почти все, правда, оперируя при этом не научными аргументами, а моральными.

Но в последующие десятилетия отношение к теории Фрейда резко изменилось. Произошло то, что Шопенгауэр<sup>6</sup> называл тремя стадиями утверждения истины: сначала о

<sup>5</sup> О вкладе Фрейда в сексологию хорошо сказал в 70-е годы крупнейший американский психолог Эрик Берн: «Фрейд знал ответы. Если вы не понимаете чего-то относительно секса, не говорите, что это ужасно или таинственно. Посмотрите у Фрейда».

<sup>6</sup> Кстати, один из крупнейших философов XIX ст. А. Шопенгауэр, оказавший заметное влияние на развитие

ней говорят «это чушь»; затем «в этом что-то есть»; и, наконец, «да может ли быть иначе!». С помощью фрейдовской теории сексуального люди поняли очень многое неясное в самих себе, в обществе, культуре. Учение Фрейда приобрело огромнейшую известность и популярность, а имя вошло в плеяду имен самых выдающихся ученых XX столетия.

Правда, еще при жизни ученого выяснилось, что в его теоретические построения вкрались ошибки, которые были замечены не только его противниками, но и последователями. Так, например, ими была подвергнута обоснованной критике одна из главных составляющих фрейдовской теории сексуальности концепция Эдипова комплекса<sup>7</sup>.

Да и сам Фрейд пересмотрел некоторые свои первоначальные утверждения. Особенно важно его признание ошибочности оценки сексуального как абсолютной детерминанты развития человека и общества. Но признание того, что существует и иная детерминанта (по Фрейду это танатос – инстинкт смерти), не умалило значения поднятой Фрейдом темы сексуальности. Открытие этого значения пришлось кстати не только медицине и психологии. Оно оказалось нужным и для дальнейшего развития цивилизованного общества, которое уже было в значительной мере готово для снятия ряда табу, касавшихся многих сторон общественной жизни. В этих табу все большая часть общества видела неправомерное ограничение выражения человеческой сущности. Можно образно сказать, что первые десятилетия нынешнего века цивилизованный мир был беременен не только социальной, но и сексуальной революцией

И, кстати, Российская империя стала тогда центром вызревающих перемен не только в социальной, но и сексуальной сферах. Это видно хотя бы по русской литературе того периода. Вспомним, например, творчество Михаила Петровича Арцыбашева, писателя, не жалованного ни царской, ни советской цензурой, а потому сейчас почти неизвестного. Его романы «У последней черты» (о былой известности этого романа говорит даже то, что большевик Ленин использовал его название для характеристики состояния предреволюционной системы самодержавия) и «Санин» прославились откровенным освещением в них вопросов секса.

Лев Толстой, столь достоверно изображавший в своих произведениях общественные процессы, что был назван тем же Лениным «зеркалом русской революции», был достоверен и в изображении проявлений сексуальности. Более других его произведений, как нам кажется, в этом успешны «Крейцера соната» и «Отец Сергей».

Глубоко раскрывают совокупность психических реакций, переживаний и поступков, связанных с проявлением и удовлетворением полового влечения, А.И.Куприн («Олеся», «Морская болезнь», «Ночная фиалка», «Штабс-капитан Рыбников», «Поединок» и ряд других произведений) и И.А.Бунин («Маленький роман», «Антигона», «Визитные карточки», «Мадрид», «Галя Ганская» и многие другие рассказы), А.Н.Толстой (особо укажем на его весьма эротический и натуралистический рассказ «Возмездие»). Не чужды этой теме были Валерий Брюсов, Сергей Есенин. Можно было бы продолжить этот список еще рядом имен известных литераторов.

Озабоченность тогдашней литературы вопросами пола позднейшая критика пыталась охарактеризовать как проявление декадентства (упадничества). Но ведь вопросы «свободы любви» волновали отнюдь не только писателей. Волновали они, например,

---

мировой философской мысли, указывал на огромное значение человеческой сексуальности.

<sup>7</sup> По греческому мифу, царю Фив Лаю, оракул предсказал гибель от руки сына. По приказу царя его младенец Эдип был брошен в горах. Но случайно ребенок спасся. Став взрослым, и ничего не зная о своем происхождении, сын Лая убил своего отца и, став вместо него царем, женился на его вдове, то есть своей матери. Когда Эдип узнал правду о своем происхождении и понял, что натворил, то ослепил себя. Фрейд использовал этот миф в качестве одного из доказательств влюбляемости ребенка в своего родителя противоположного пола. (Такое явление действительно встречается, но, вопреки мнению Фрейда, далеко не всегда.) При этом, по Фрейду, мальчик должен видеть в своем отце полового соперника и доступными средствами бороться с ним. У девочек подобное явление Фрейд назвал комплексом Электры.

известную революционерку-большевичку Инессу Арманд – близкую подругу Ленина. (Слишком близкую – по мнению Н.Крупской.) Известно, что в предреволюционные годы Ленин не раз писал Арманд по волнующему ее вопросу «свободы любви» о том, как надобно революционеру понимать эту свободу.

Процесс раскрепощения нравов проявлялся в ту пору и в манерах поведения, одежде, танцах. Так, именно тогда появился и стал приобретать популярность безнравственный по нормам недавнего прошлого танец «Аргентинское танго». А в 1917 году началось и вовсе немислимое: на улицах и в общественных местах городов стали появляться обнаженные мужчины и женщины, настаивающие на своем праве на такой «наряд», на его естественности.

Интерес к вопросам пола был «повальным» и в послеоктябрьский период. По воспоминаниям Клары Цеткин, такую констатацию сделал сам Ленин. Он предсказывал грядущие революционные изменения в сфере брака и семейных отношений, отрицая, однако, правомерность облегченных отношений, теорию «стакана воды», согласно которой удовлетворение сексуальных потребностей должно происходить так же просто, как утоление жажды.

Но часто именно такие, облегченные, отношения стали довольно быстро утверждаться при новом общественном строе. Причиной тому были явления разного характера. Так, гонения на церковь и религию заметно ослабили действие той морали, носителями которой они были в течение многих веков. Нередко это давало эффект прямо противоположный ожидаемому. Тем более что приемлемых альтернативных норм нравственности практически предложено не было. (Даже самые честные, умные и порядочные большевики, искренне стремившиеся осчастливить человечество, в большинстве своем полагали, что новая высокая нравственность возникнет сама собой сразу после политического переворота.) Низкий культурный уровень большей части населения страны также мешал выработке новой позитивной морали.

Следует учесть и то обстоятельство, что в годы революции и гражданской войны огромные массы людей были лишены нормальной жизни, семьи, привычного окружения (т.е. и обычного для них социального контроля, способствующего поведенческой стабильности). К тому же, изменение жизни происходило часто так быстро, что это порождало представление о надуманности, а, следовательно, ненужности морали вообще. Реальная близость смерти, ощущавшаяся большинством в те жестокие годы, способствовала закреплению в сознании такого представления.

В первые послереволюционные годы была официально разрешена строго запрещенная ранее операция искусственного аборта. И хотя аборт – это варварское средство регулирования рождаемости, нельзя недооценивать разрешение на его производство в плане развития тенденции усиления свободы женщин в общественной и личной жизни. Этому же способствовали законы, значительно упростившие процедуры оформления брака и развода, признавшие «законнорожденными» внебрачных детей. Эмансипированность женщин возрастала и в связи с их включением в активную жизнь общества, обретением экономической самостоятельности.

Совокупность названных явлений – заслуживающих по отдельности положительные, отрицательные или неоднозначные оценки – и стало основной причиной получившей большое распространение половой распущенности. Реакцией на нее стали попытки выработки новых нормативов половой морали. Особое, пожалуй, место в их ряду занимает опубликованная в 1923 году в журнале «Молодая гвардия» статья «Дорогу крылатому Эросу» Александры Михайловны Коллонтай. Она считала, что если в период революционной ломки общества ее участники не вправе отвлекаться от активной революционной деятельности ради любви и должны ограничиваться лишь удовлетворением половой потребности (бескрылый Эрос), то в период начала созидания нового общества бескрылый Эрос должен уступить дорогу Эросу крылатому, несущему человеку высокие чувства. Но при этом, по мнению автора, необходимо подчинение

высоких чувств революционному делу пролетариата.

Последняя идея стала усиленно пропагандироваться. Вспомним хотя бы у В. В. Маяковского:

*В поцелуе рук ли,  
губ ли,  
В дрожи тела близких мне  
Красный  
цвет  
моих республик  
тоже должен  
пламенеть...*

Другой литературный пример: Любовь Яровая, героиня одноименной пьесы К. А. Тренева, выдает соратникам-большевикам своего любимого мужа – белого офицера. Примеры такого рода можно было бы продолжить не только на основании литературного материала. Их сколько угодно было и в жизни. Вспомним хотя бы «всесоюзного старосту» М. И. Калинина, соратника «великого Сталина». Он возглавлял Президиум Верховного Совета страны в то время, когда его жена была за гулаговской колючей проволокой.

Нормативы половой морали, провозглашенные А.М.Коллонтай, в дальнейшем получили и теоретическую разработку. В качестве примера можно назвать брошюру известного в свое время педагога А.Залкинда «Двенадцать половых заповедей революционного пролетариата», изданную в 1924 году. Приведем несколько выразительных цитат из этого труда:

«Половая жизнь – для создания здорового революционно-классового потомства, для правильного боевого использования всего энергетического богатства человека, для революционно целесообразной организации его радостей, для боевого формирования внутриклассовых отношений – вот подход пролетариата к половому вопросу». И далее: «Половое влечение к классово-враждебному... объекту является таким же извращением, как и половое влечение человека к крокодилу, к орангутангу».

При уходе одного из супругов другой, будучи классово-сознательной личностью, по мысли Залкинда, должен рассуждать так: «Если уход от меня полового партнера связан с усилением его классовой мощи, если он (она) заменил(а) меня другим объектом, в «классовом смысле более ценным, каким же антиклассовым, позорным становится в таких условиях мой ревнивый протест... Половое во всем должно подчиняться классовому, ничем последнему не мешая, во всем его обслуживая».

Таким вот образом начал возникать новый вид пуританизма. Пуританизм религиозный был в значительной мере разрушен, но на смену ему шел пуританизм «революционно-классовый».

Впрочем, разглядеть это сразу было трудно. 20-е годы в СССР были периодом небывало раскрепощенного, свободного отношения ко всему, что связано с сексуальностью. Запрет существовал, пожалуй, только на проституцию, поскольку в последней видели эксплуатацию женщины. Зато отсутствовало преследование гомосексуалистов, существовавшее почти повсеместно в мире. Более того, СССР вступил в Лигу сексуальных реформ, одной из важнейших целей которой было достижение гуманного отношения к гомосексуалам. В стране издавалось много литературы, поднимавшей проблемы, связанные с сексуальной сферой. Большое внимание уделялось изданиям Фрейда, которые в других странах часто считались тогда если и не ненаучными, как это было совсем недавно, то, во всяком случае, неприличными. Интенсивно развивалась сексология.

Тогда же утверждалось естественное, нормальное отношение к наготы. Так, популярные физкультурные парады были на удивление всем голоноги и голоруки. На

пляжах же было весьма распространено и полное отсутствие одежды<sup>8</sup>. Нередки были попытки утвердить полную обнаженность на улицах и в общественных местах. (Интересно, что посмеявшиеся тогда над этими попытками такие известные сатирики как М.М.Зощенко и Остап Вишня смеялись отнюдь не над наготой, а над удобством костюма Адама и Евы для улицы, общественного транспорта и т.д.)

Но вскоре ситуация начала быстро изменяться. Социализму казарменно-тоталитарной модели, которая начала создаваться в СССР, нужен был такой же послушный, подчиненный человек, каковой был угоден теократизированному обществу. Поскольку свободная реализация сексуальности человека является одним из факторов, формирующих его общую внутреннюю свободу, ее стали всячески ограничивать, регламентировать. Возродилось отношение к сексуальному в «лучших» религиозных традициях, появилась новая завеса, скрывающая от людей знания о сексуальной культуре. Перестали издавать Фрейда. Прикрыли сексологию. Процензурили, оцеломудрили искусство. Запретили аборт. (Этот запрет был отменен только после смерти Сталина.) Ввели обязательную регистрацию брака. Существенно затруднили разводы. Лига сексуальных реформ была покинута и заклеена. Мужской гомосексуализм стал уголовным преступлением. (Очевидно, власть предрержащие, подобно полицейскому чиновнику в одной из новелл Мопассана, высоко отозвавшемуся о нравственности компании лесбиянок на том основании, что они не замечены в связях с мужчинами, просто не знали о существовании женского гомосексуализма.) В 1935 г. наш высокоморальный режим присоединился к заключенной в 1923 г. в Женеве конвенции о борьбе с порнографией, в соответствии с которой вскоре принял и уголовный закон<sup>9</sup>.

<sup>8</sup> Юлия Друнина рассказывала со слов Назыма Хикмета, как поражен был он, эмигрировавший в 20-е годы из мусульманской Турции, где женщины еще ходили в чадре, обнаженными женщинами на батумском пляже.

<sup>9</sup> Термин «порнография» возник в Древней Греции. Первоначально им обозначали изображения любых сцен, участниками которых были не боги и герои, а обычные люди. И лишь со временем этот уничижительный термин стал использоваться для названия сцен эротического содержания, которые в постантичные времена стали расцениваться как предосудительные. Поскольку в период сексуальной революции постепенно происходило расширение границ приемлемости в изображении и описании человеческой наготы и сексуальных действий – критерии порнографичности за несколько последних десятилетий претерпели значительные изменения. Сейчас изображение и описание обнаженного тела, включая и половые органы, и сексуальных действий, во многих случаях уже не расценивается как порнография, т. е. не получает негативной оценки. Вместе с тем, в ряде случаев такое обозначение и такая оценка должны употребляться. А именно, в случаях, когда описание или изображение имеет единственную цель – гипертрофировать естественную сексуальную потребность человека. Но даже в таких случаях вряд ли целесообразны абсолютные запреты. Тем более, что порнографией может стать и, например, вырванное из контекста художественного произведения описание или изображение эротической сцены. (Ярким примером того могут быть ряд сцен всемирно известного художественного кинофильма «Калигула».) Отметим также и явление, когда то, что справедливо классифицируется как порнография для большинства, перестает быть таковой по отношению некоторого контингента. (Например, порнографический фильм, используемый для лечения импотенции и половой холодности, для лечащихся не порнография.) В свободном обществе должен соблюдаться принцип: человек вправе сам определить, что ему подходит для чтения или созерцания. К тому же мировой опыт показывает, что принцип «запретный плод сладок» очень четко срабатывает в отношении порнографии. Повышенный интерес к ней существует в первую очередь там, где она находится под запретом. Например, в республиках бывшего СССР. А там, где нет запрета на порнографию вообще, а существуют лишь некоторые ограничения, интерес этот довольно незначителен. Существование же определенных ограничений на нее – справедливо. Так, должен быть закрыт доступ к порнографии для детей, так как они могут некритически воспринимать ее, использовать как образец для подражания, не представляя последствий своих поступков. (А в период подростковой гиперсексуальности мальчиков порнография может болезненно усиливать их половое влечение.) Недопустима порнография, показывающая или описывающая в положительном ключе насилие и применение мучений, сексуальные действия с детьми. Вероятно могут быть еще какие-то случаи общественной целесообразности ограничений на порнографию. Но тотальный запрет на нее, повторяем, нецелесообразен. В развитых странах это давно поняли и соответствующим образом изменили свое законодательство. (Это касается и тех стран, которые в свое время заключили упомянутую Женевскую конвенцию.) Противостоять порнографии нужно не запретом, а воспитанием вкуса к тонкой эротике, гуманизированной сексуальности. Необходимы и разъяснения

Так закончилась тогда сексуальная революция в СССР. Но на Западе она продолжала развиваться. (Что комментировалось у нас в свое время как дальнейшее загнивание, деградация капитализма.)

О том, как происходил этот процесс можно судить по книгам Д. Голсуорси, И. Во, В. Набокова, Г. Гессе и многих других известных ныне у нас писателей. Западная литература постепенно завоевывала себе право, на отсутствие которого в прошлом столетии сетовал О. де Бальзак – право писать о человеческой сексуальности. По ней можно видеть, как происходила либерализация нравов, становление новых уровней сексуальной свободы. Конечно, и сама литература оказала определенное влияние на этот процесс.

Достойное место в ряду наук о человеке заняла сексология. Запросы общества на ее рекомендации заметно возросли. И она сумела их дать. Например, написанная еще в середине 20-х годов книга голландского сексолога Ван де Велде «Идеальное супружество» издавалась десятки раз на десятках языков мира и продолжает издаваться и поныне.

Правда, процессы, о которых идет речь, происходили не без трудностей. Это, в частности, относится к развитию сексологии. Определенная часть общества по-прежнему встречала ее в штыки. Предпринимались попытки гонений. Например, в годы существования известной комиссии по антигосударственной деятельности Маккарти в США, ею были применены репрессалии в отношении выдающегося сексолога-социолога Альфреда Кинси, чья профессиональная деятельность, по мнению комиссии, способствовала подрыву устоев американского общества. (Сейчас именем Кинси назван один из ведущих в мире центров сексологических исследований в США.) Известно, что немало обвинений в аморальности, распространении порнографии пришлось выслушать крупнейшему американскому писателю В. Набокову за одно из самых тонких и глубоких своих произведений – роман «Лолита».

Примеров подобного рода можно было бы привести довольно много. Но, как известно, препятствия, возникающие на пути сексуальной революции на Западе, не остановили ее развития.

Интересно иллюстрируют процесс раскрепощения нравов за рубежом изменения, происходившие в моде, особенно – женской. В 20-е годы женская одежда впервые за многие века стала допускать обнажение ног выше щиколоток (до колен). Обнаженность рук, плечей вошла в повседневную одежду. Окончательно исчезли корсеты, следовательно, одежда в меньшей степени скрывала фигуру. В связи с модой на загар, появившиеся в начале века купальные костюмы с панталонами, юбкой и другими элементами, вплоть до головного убора, стали быстро упрощаться, все более обнажая тело. Правда, попытки утвердить на пляжах полную обнаженность в первой половине века почти везде были безуспешны<sup>10</sup>. После Второй мировой войны в моду вошли купальники бикини (по названию экзотического тихоокеанского атолла), обнажающие прикрытый ранее живот и большую часть спины. В 80-е годы трансформация этих купальников дошла до того, что они стали допускать практически полное обнажение бедер и ягодиц, прикрывая лишь лобок и немного – грудь. Такая одежда стала не столько скрывать наготу, сколько подчеркивать ее.

В начале 60-х годов, благодаря нововведению американки мисс Шелли, появился вариант женского купальника, полностью обнажающего грудь. Новый купальник, получивший название топless (буквально – «без верха»), привился ныне почти повсюду в

---

возможных нежелательных последствий привыкания к порнографии. (Например таких, как повышение порога половой возбудимости, деперсонализации полового влечения.)

<sup>10</sup> Движение за легализацию наготы в общественных местах зародилось в первые десятилетия века. (Выше мы говорили уже о некоторых его проявлениях в нашей стране. Это движение получило название нюдизм (от французского «ню» – нагота, обнаженность.) Нюдисты выступают за создание отношения к человеческому телу, подобного тому, которое существовало в античные времена.

западном мире. Как и, в последние 10-15 лет, полная обнаженность.

Произошли заметные изменения и в повседневной одежде женщин. Брюки, ставшие обычной частью их гардероба в 60-е годы, не только создают возможность подчеркнуть сексапильность<sup>11</sup> фигуры, но и являются свидетельством обретения женщинами статуса равноправия в некоторых областях жизни. В 60-е же годы в моду – не без скандала – вошли мини-юбки, переживающие сейчас – уже без всякого скандала – свое возрождение. Тогда же начали выходить из моды бюстгалтеры, выполняющие определенную функцию получивших отставку корсетов. Перестали быть неприличными шорты и трикотажная майка в качестве верхней одежды.

Изменения произошли и в так называемой «высокой моде». Правда, она идет не только по пути обнажения тела, освобождения его от оков одежды, часто не столько прикрывающей тело, сколько его украшающей. Но если модельер считает нужным обнажить тело, то запретов на это почти не осталось. Так, например, знаменитый Ив Сен-Лоран, еще двадцать лет назад сделавший модными прозрачные блузки, недавно предложил декольте, полностью обнажающее грудь.

Свой вклад в отражение процессов сексуальной революции и их развитие внесло искусство. Так, нагота на сцене, допускаясь ранее разве что в парижских варьете, в 70-е годы пришла в знаменитые спектакли «Волосы» и «О, Калькутта!» на нью-йоркском Бродвее. (А ведь каких-нибудь десяток лет до этого американские газеты описывали, как местные пуритане приделывали фиговый листок к копии скульптуры микельанджеловского Давида!)

Кинематограф последних десятилетий стал отражать действительность и в тех подробностях, о которых ранее разрешал себе разве что намекать. Половой акт стал показываться не только в порнофильмах, но и в серьезных драмах (например, «9,1/2 недель») и даже трагедиях («Почтальон всегда звонит дважды», «Калигула» и др.).

Происходила эротизация популярной музыки и песен. Знаменитые Биттлз стали одним из символов сексуальной революции. (Сейчас таким символом является, видимо, Мадонна.)

Эволюция массового танца принесла в 80-е годы весьма эротическую ламбаду. (Появление ее вызвало восторг отнюдь не у всех. Так, два архиепископа из Гватемалы и Чили, а также кардинал из колумбийского Медельина обратились к римскому Папе с призывом предать ламбаду анафеме. А власти вьетнамского Хошимина запретили ее исполнение.)

Активизации сексуальной революции на Западе способствовали и достижения медицины. Использование сульфаниламидных препаратов и антибиотиков резко уменьшило масштабы венерических заболеваний, снизило страх перед ними. Гормональные и внутриматочные противозачаточные средства, миниаборт создали немислимую ранее безопасность сексуальных отношений. Почти повсеместно в развитых странах Запада свобода половых контактов с юных лет воспринимается как норма.

Сколь ни странным это представляется на первый взгляд, но сексуальная революция принесла с собой развитым странам снижение масштабов традиционной женской проституции<sup>12</sup>. Представляется справедливым мнение, встречающееся в современных исследованиях, согласно которому там, где мораль и право стоят на позициях сексуальной свободы для обоих полов, эта свобода создает возможности достаточного удовлетворения сексуальных потребностей, не прибегая к проституции и, поэтому, ведет к сокращению последней. Обратим внимание и на то, что в развитых странах в последние десятилетия существенно снизилось значение экономического фактора, побуждающего женщин заниматься проституцией. (Но там, где оплата труда не обеспечивает нормальный жизненный уровень, экономическое побуждение к

<sup>11</sup> В вольном переводе – «сексизюминка». Весьма употребимый на Западе термин.

<sup>12</sup> Видимо, полностью проституция в свободном обществе может исчезнуть или при ликвидации товарно-денежных отношений, или при полном исчезновении половой потребности.

проституции, являющейся нередко весьма прибыльным занятием, наоборот, возрастает.)

Правда, эта же революция принесла с собой некоторый рост мужской гомосексуальной проституции. Особенно заметно на Западе обилие так называемых травести – переделанных под женщин (созданием груди, а иногда – пышных бедер и ягодиц, использованием женских причесок, косметики и одежды) мужчин.

Определенное распространение приобрела и мужская гетеросексуальная проституция. Речь идет о так называемых жиголо – мужчинах, выступающих в роли кавалеров, нанявших их женщин в барах, ресторанах, других местах развлечений, а затем занимающихся с ними сексом. (Обычно их клиентками являются немолодые одинокие женщины.) Очевидно, что приобретение заметного масштаба такой проституцией связано с принятием современным обществом для женщин примерно той же свободы сексуального поведения, что и для мужчин.

И все же, несмотря на некоторый рост упомянутых разновидностей проституции, в целом масштабы этого явления на Западе уменьшились. Правда, немалое влияние здесь оказала и страшная угроза СПИДа, с которым медицина еще не научилась бороться<sup>13</sup>. Но снижение масштабов проституции происходило и до того как возник нынешний массовый синдром СПИДобоязни.

Приведенные здесь некоторые зримые свидетельства развертывания сексуальной революции на Западе в большей или меньшей степени знакомы нашему читателю. Ослабление тоталитарного режима в 60-е годы, когда за рубежом начался новый этап этой революции, позволило нам узнать кое-что из происходившего за железным занавесом. Тогда же начались некоторые сексреволюционные изменения в СССР. Эти изменения были достаточно похожи на то, что происходило на Западе на предыдущем этапе названной революции. (Не следует оценивать это как ее экспорт. Известное сходство обусловлено принципиально подобным действием механизмов сексуальной революции на подобных объектах.)

Перемены в СССР в 80-е годы стали причиной начала здесь следующего этапа сексуальной революции, в основном также пройденного уже Западом. Последнее обстоятельство создает предпосылку для предотвращения некоторых перегибов этой революции, подобных тем, что были за рубежом. (Таких, например, как дегуманизирующие секс попытки сделать его спортом.) Для этого нужно искать возможности грамотного управления сексреволюционными процессами. Грамотное же управление – это знание истории процессов, выявление их закономерностей, разработка теории. Со всем этим мы, увы, не спешим.

Неразработанность теории сексуальной революции, являющаяся причиной неуправляемого, стихийного, а, следовательно, чреватого издержками ее развития, ведет еще и к непониманию значительной частью нашего общества закономерности этой революции, ее неприятию, попыткам противостоять неизбежным изменениям. Результат такого пробела в культуре – возникновение в обществе нежелательных коллизий, которых вполне можно избежать.

---

<sup>13</sup> СПИД стал причиной возникших в последние годы попыток идеализации старой, досексреволюционной половой морали и возврата к соответствующему ей половому поведению. Это естественная реакция на ситуацию. Но малоперспективная. Необходимо-вынужденное при СПИДе ограничение количества сексуальных партнеров и применение заместительных форм половой жизни – не есть возрождение былой морали.

**Без ложного стыда**

Психологический словарь Уорена трактует сексуальность как «...любую форму чувственного раздражения определенных органов или чувственного удовлетворения, которое может служить, но может и не служить производству потомства». (Warren H.C. Dictionary of Psychology. – Cambridge, 1934.)

О каких «определенных» органах здесь идет речь? В первую очередь, понятно, о половых. Точнее, о тех из половых органов, которые обладают специфической чувствительностью. Когда-то Оноре де Бальзак заметил: «Мужчина не должен жениться, пока не изучит анатомию женщины». Добавим к этому: и женщине нелишне знать свою анатомию, да и анатомию мужчины – тоже.

Начнем с главного эрогенного органа (органа сексуальной чувствительности), который у мужчин и женщин весьма отличен внешне, но имеет общее происхождение. Речь идет о половом члене (пенисе) у мужчин и клиторе – у женщин.

В первые месяцы внутриутробного развития невозможно определить пол плода, хотя наружные половые органы занимают в этот период значительную часть его тельца (большую, чем когда-либо в будущей жизни человека). Эти половые органы одновременно похожи и на женские, и на мужские: из двух кожных валиков выглядывает небольшой отросток.

Помимо наружных половых органов у плода происходит формирование половых желез. Если яйцеклетка матери, в которой всегда содержится 23-икс-хромосома, была оплодотворена сперматозоидом с таким же набором отцовских хромосом, у плода развиваются яичники. Но если сперматозоид содержал 22-икс- и всего одну игрек-хромосому – у плода развиваются семенники (яички).

Под действием гормонов, вырабатываемых половыми железами, происходят изменения наружных половых органов плода. Под влиянием женских гормонов два кожных валика развиваются в дальнейшем как большие половые губы, а отросток в верхнем их углу – как клитор. Под воздействием мужских гормонов из кожных валиков формируется мошонка – двойной кожаный мешочек, в который из живота опустятся впоследствии два яичка. Из отростка формируется мужской половой член – пенис.

Пенис и клитор схожи по своему внутреннему строению. Они состоят из так называемых пещеристых тел, представляющих из себя образования, пронизанные большим количеством полых ячеек, вытянутых на всю длину этих тел. В ячейках циркулирует кровь. Под воздействием импульсов нервной системы может происходить значительное увеличение притока крови в пещеристые тела и уменьшение ее оттока. При этом пещеристые тела и, естественно орган, который они образуют, увеличиваются в объеме и становятся более плотными. Такое состояние половых органов называется эрекцией.

Пенис состоит из трех пещеристых тел. Два из них, более крупные, симметричны. Они обеспечивают основное увеличение и отвердевание полового члена при сексуальном возбуждении, чем создается возможность его введения во влагалище женщины. Под этими пещеристыми телами расположено еще одно, несколько меньшее в диаметре, но более длинное. Через него проходит полый канал (уретра), служащий для мочеиспускания и выведения спермы (эякуляции). Кроме того, это пещеристое тело своим наружным концом образует головку полового члена. Последняя богата чувствительными нервными окончаниями, воздействие на которые обычно составляет значительную часть чувственных раздражений, получаемых мужчиной. Эластичная кожа, обтягивающая половой член, образует на его головке складку – так называемую крайнюю плоть. В нижней части головки она образует с ней спайку, так называемую уздечку. Крайняя плоть может сдвигаться в направлении основания полового члена.

Правда, у детей из-за малого размера отверстия крайняя плоть обычно не сдвигается с головки. По той же причине иногда головка, пройдя через отверстие, не может войти обратно и ущемляется. Такие случаи часто требуют оперативного вмешательства – рассечения крайней плоти или ее удаления. Такая же операция делается

и в случаях сужения крайней плоти в результате воспалительных процессов, что затрудняет или даже делает невозможным мочеиспускание. На Западе операции по иссечению крайней плоти делаются часто и без медицинских показаний: для профилактики. Считается, что это предохраняет от скопления под ней отложений (сmegмы), которые иногда приводят к воспалительным процессам. А, кроме того, постоянная, с детских лет, открытость головки члена способствует снижению слишком большой ее чувствительности у некоторых лиц, что помогает им избегать быстрой эякуляции при половом акте.

Обрезание крайней плоти у некоторых народов проводится также как религиозный обряд. В Библии сообщается: Бог пообещал столетнему Аврааму, что он и его девяностолетняя жена Сарра произведут на свет мальчика по имени Исаак, от которого пойдут множество народов и царей, коим он отдаст во владение всю землю Ханаанскую и будет им Богом. Взамен от Авраама требовалось обрезать на восьмой день после рождения крайнюю плоть у всех мальчиков его рода и у рабов. А у необрезанных вовремя «должна истребиться душа». В связи с этим заветом обряд обрезания производится верующими иудеями и поныне<sup>14</sup>.

Размеры полового члена в состоянии эрекции имеют определенное значение для половой жизни. Слишком крупный член мужчины может стать для женщины причиной болезненности полового сношения (особенно, при малом размере ее влагалища). Но такие несоответствия довольно редки. К тому же, в какой-то мере их сглаживает подбор позиций при сношении. Последнее средство часто эффективно и в противоположных случаях – когда половой член небольшого размера. Такой вариант несоответствия встречается относительно чаще первого.

В отличие от пениса клитор состоит всего из двух пещеристых тел. Уретра (мочеиспускательный канал), нередко, кстати, являющаяся довольно чувствительным к возбуждению местом у женщин, не проходит через пещеристое тело, а открывается у основания клитора.

Само название клитора указывает на его малые размеры. (По греческой мифологии, девушка по имени Клиторис была настолько мала, что Зевсу, чтобы иметь с ней сношение, пришлось превратиться в муравья.) Обычно размеры клитора таковы, что он лишь чуть выглядывает из больших половых губ<sup>15</sup>.

У клитора есть маленькая – размером от спичечной головки до вишневой косточки – головка, богатая нервными окончаниями. Обычно она еще более чувствительна, чем головка пениса. Эрекция клитора не имеет значения для осуществления полового сношения, но служит для усиления ощущений женщины. Вообще, единственная функция клитора – быть источником сексуальных ощущений<sup>16</sup>. Об этой его функции говорит и русское название – «похотник» (от слова похоть, которым в старину обозначали плотское вожделение). Клитор является важнейшей эрогенной зоной у, примерно, 70 процентов женщин, способных к сексуальным переживаниям.

В отличие от пениса, клитор расположен не на лобке, а несколько ниже. Причем, основание его находится ближе к лобку, у основания больших половых губ, а головка как бы сдвинута немного назад, к основанию малых половых губ. Тело клитора покрыто

<sup>14</sup> Христиане же его почему-то не производят, хотя Христос обрезания не отменял (и сам был обрезан, что даже празднуется). Обрезание существует и у исповедующих некоторые другие религии, например, ислам. Вольтер считал, что обрезание – пережиток обычаев приносить богам в жертву какую-то часть своего тела.

<sup>15</sup> Но бывают случаи, когда клитор имеет довольно большие размеры. При этом он иногда даже становится похожим на небольшой половой член. Такие случаи часто связаны с наличием так называемой вирилизующей опухоли надпочечников, при которой вырабатывается излишнее количество мужских половых гормонов. Так как при этом происходит не только увеличение клитора, но и изменения внешности (по мужскому типу), то такие опухоли подвергают лечению.

<sup>16</sup> Впрочем, при отрицательном настроении на сексуальный контакт или психологическом неприятии воздействия на клитор, ощущения, возникающие при его стимуляции, могут иметь отрицательный характер. Это относится и к другим эрогенным зонам.

кожной складкой, которая подобна крайней плоти на пенисе и носит то же название. Движение крайней плоти к основанию и обратно к головке доставляет сильные ощущения не только мужчинам, но и многим женщинам.

Большие половые губы у женщин прикрывают так называемую половую щель, в которой находится клитор, уретра, малые половые губы, преддверие влагалища, девственная плева (гимен) у неживших половой жизнью, – и влагалище (вагина). При сексуальном возбуждении большие половые губы могут набухать и раздвигаться, хотя сами они обычно являются лишь второстепенным источником сексуальных ощущений.

Малые половые губы – это две мягкие кожные складки, иногда разных размеров, набухающие при сексуальном возбуждении и несущие, благодаря наличию в них многих нервных окончаний, приятные ощущения при воздействии на них. Малые половые губы и то, что находится между ними, обозначают термином вульва.

Ниже уретры, до задней спайки малых половых губ, расположено преддверие влагалища. Под кожей преддверия расположены пещеристые тела, которые при сексуальном возбуждении набухают и напрягаются.

Вход во влагалище у женщин, еще не живших половой жизнью с мужчиной, обычно прикрыт девственной плевой, представляющей собой складку слизистой оболочки. Подобное образование имеется не только у человека, но и у некоторых животных, например, у обезьян. (Но только люди в отдельные периоды своей истории сделали из этого бесполезного кусочка слизистой настоящий фетиш, ставший причиной миллионов драм и даже трагедий.)

Девственная плева, как правило, имеет одно или несколько отверстий, через которые происходит отток менструальной крови. В редких случаях, когда отверстия отсутствуют, приходится прибегать к хирургической помощи. При первом половом акте обычно происходит разрыв (дефлорация) гимена, чаще всего, хотя и не всегда, сопровождающаяся кровотечениями разной степени. Дефлорация иногда происходит и без полового сношения, например, при некоторых физических упражнениях или онанизме. А бывает и так, что при легко растягивающейся девственной плеве, ее разрыва при половых сношениях не происходит. Дефлорация в таких случаях происходит при родах. (Не положил ли какой-то подобный случай начало многовековым разговорам о непорочном зачатии?)

Гимен не является органом сексуальной чувствительности. Но это не значит, что он не является органом чувствительности вообще. Наоборот, нередко дефлорация его приносит довольно болезненные ощущения. Впрочем, эта болезненность во многом связана с психологической готовностью к ней.

Влагалище (вагина) – это полая трубка, выстланная слизистой оболочкой. При отсутствии сексуального возбуждения его стенки обычно прилегают друг к другу. В глубине влагалища из его передней стенки выходит небольшой отросток – шейка матки. Место ее выхода образует с этой стенкой передний свод влагалища. Задняя стенка влагалища длиннее передней, закругляясь, она образует с шейкой матки задний свод влагалища. Таким образом, глубина влагалища до переднего свода меньше, чем до заднего – обычно разница составляет 1,5-2 см. Средняя длина влагалища равна, приблизительно, 9-11 см, диаметр – 2-3 см.

Влагалище – весьма эластичный орган. (Вспомним, что при родах ему приходится многократно увеличиваться в диаметре.) Поэтому, в большинстве случаев оно адаптируется к размеру самого крупного пениса. За счет набухания стенок и сжатия преддверия оно часто способно адаптироваться и к небольшому мужскому половому члену.

Слизистая оболочка влагалища в состоянии сексуального покоя умеренно увлажнена за счет маточных и собственных выделений. При возбуждении количество этих выделений заметно возрастает. Они и обеспечивают необходимую смазку для введения пениса во влагалище и свидетельствуют о готовности женщины к сношению.

У многих женщин во влагалище находятся весьма чувствительные зоны, раздражение которых доставляет сильные ощущения. Нередко такое место расположено на передней стенке, недалеко от входа во влагалище. Иногда это задний или передний свод влагалища или же шейка матки. Нередко женщины умеют произвольно сжимать и разжимать мышцы, расположенные у входа во влагалище, что способствует усилению сексуальных ощущений и быстрейшему достижению оргазма.

Эрогенные зоны расположены не только на половых органах человека. Их «топография» может быть очень обширной (особенно у женщин). У большинства такими зонами являются губы и слизистая оболочка рта. Возбуждение некоторых мужчин усиливается при ритмичном давлении на грудь, низ живота, ягодицы, воздействию на анальное отверстие. Но все эти зоны не играют, как правило, значительной роли в их возбуждении.

Женское же тело обычно восприимчиво к раздражению различных его участков. Во многом это объяснимо более нежной и тонкой, чем у мужчин, кожей, близко под которой находятся чувствительные нервные окончания.

У 70-80 процентов женщин важными эрогенными зонами являются грудные железы и соски. (Последние обладают способностью к выраженной эрекции.) От 40 до 60 процентов возбуждаются при ласках нижней части живота и внутренней поверхности бедер. Нередко эрогенные зоны расположены за ушными раковинами, на шее, между лопатками, на ягодицах, в анальном отверстии, на внутренних поверхностях локтевых сгибов, на поясице, на животе (особенно в области пупка). Перечисленные варианты не исчерпывают все места локализации эрогенных зон.

Нередко с возрастом происходит изменение в предпочтении эрогенных зон. Так, в зрелые годы обычно уже не так увлекаются поцелуями в губы. В юности им отдавалось предпочтение как первому познанному источнику взаимного сексуального возбуждения, но со временем пришло познание других, более сильных источников. Приятные ласки ранее индифферентной к сексуальной чувственности части тела, проводимые в момент достижения оргазма, иногда делают и эту часть тела эрогенной зоной.

В свое время Зигмунд Фрейд утверждал, что с началом половой жизни происходит перемещение центра сексуальной чувствительности женщины с клитора во влагалище. Он имел в виду, что клитор является источником чувственного наслаждения у девочек, достигаемого ими самостоятельно, но при половых сношениях направленного воздействия на него не происходит. Оно оказывается только на влагалище, которое отныне должно стать главным центром сексуального возбуждения и удовлетворения. Если же такого перемещения не происходит, то женщина становится фригидной («холодной» в половом отношении).

Сексуальная грамотность мужчины, позволяющая ему и во время предварительных ласк, и во время сношения оказать достаточное воздействие на клитор, дает возможность такой женщине получить полноценное удовлетворение от половой жизни. У многих женщин при осуществлении достаточной стимуляции и клитора, и влагалища не происходит замещения одного эрогенного центра другим. Оба названных органа являются в таких случаях важнейшими центрами сексуальной чувствительности, и женщины могут испытывать как клиторический, так и вагинальный оргазм. Возможен и смешанный клиторически-вагинальный оргазм. При этом некоторые женщины отдают предпочтение какому-то одному из них, но большинство считает их совершенно равноценными.

Повторимся: умение воздействовать на эрогенные зоны женщины является важной составляющей сексуальной культуры мужчины. Ведь более низкий, чем у мужчины, уровень мужских половых гормонов в организме женщины обычно не позволяет ей достичь без дополнительной стимуляции того уровня либидо (полового влечения), которым обладают мужчины<sup>17</sup>. За редкими исключениями, связанными, например, с тем,

<sup>17</sup> З. Фрейд справедливо утверждал, что «либидо всегда и закономерно по природе своей – мужское, независимо от того, встречается ли оно у мужчины или женщины, и независимо от своего объекта, будь то

что достаточный уровень либидо у женщины возник в процессе непосредственно предшествующего половой близости сна с эротическими сновидениями, эротического фильма и т. п., половые контакты должно начинать с ласк эрогенных зон.

Необходимо, конечно, чтобы ласки эти были приемлемы для партнеров. Нередко женщины, а иногда и мужчины, стесняются каких-то способов и мест воздействия. Этого нельзя не учитывать. Известный сексопатолог Л. Якобзон в своей работе «Половая холодность женщины» справедливо отмечал: «Грубое попрание женской стыдливости вместо постепенной победы над ней нередко ведет к горькому разочарованию: вместо взаимной любви получается непреодолимое отвращение».

Можно привести следующий пример «невостробованности» эрогенной зоны по причине того, что ее стесняются. В свое время Фрейд отмечал, что задний проход (анус) приобретает значение сильной эрогенной зоны еще в младенческие годы. Но позднее человеку искусственно прививается отвращение к этой части тела, поскольку через нее проходят выделения. Это часто препятствует получению удовольствия при раздражении ануса. Таким образом, эта зона является у многих взрослых людей лишь потенциально эрогенной. Потенция эта реализуется в том случае, если воздействие на задний проход приемлемо для партнеров. В противном случае, воздействие на него не только не доставляет удовольствия, но часто неприемлемо, даже отвратительно.

Так, подчас женщины, получающие удовольствие от раздражения ануса самостоятельно, не позволяют партнерам воздействовать на него, стесняясь своей «извращенности» и усматривая в подобном воздействии сходство с мужским гомосексуализмом, который «как всем известно», является чем-то постыдным. Если названная эрогенная зона не является для конкретной женщины главным чувственным центром, то в этом нет ничего драматичного. Просто одна из эрогенных зон остается не задействованной, что полностью или частично можно компенсировать воздействием на другие зоны. Но если анус является главной эрогенной зоной, то исключение воздействия на него ведет к неудовлетворенности совместной половой жизнью<sup>18</sup>.

Отметим, что анальное сношение не всегда доступно из-за невозможности введения относительно крупного пениса в относительно малое отверстие или же резкой боли при таком введении. В этих случаях на анус можно воздействовать рукой при проведении обычного коитуса в позициях, позволяющих такое воздействие. При любом способе воздействия на анус желательно пользоваться дополнительной смазкой, например, вазелином.

Сказанное относится и к так называемым орально-генитальным контактам, то есть таким контактам половых партнеров, при которых возбуждающее воздействие на половые органы оказывается с помощью рта и языка. Такое воздействие, если оно оказывается мужчиной, называется куннилингус, куннилинкция или минетт; если женщиной – пеннилингус, пеннилинкция или фелляция. В древних сексуальных культурах такие формы сексуальных контактов были очень распространены.

Современные сексологические издания для массового читателя однозначно высказываются, что такого рода контакты не только допустимы, но нередко и желательны, так как часто по эффекту превосходят любые другие.

мужчина или женщина». Понятие «мужское» в данном случае означает – активное. По Фрейду либидо «называется мужским потому, что влечение всегда активно, даже тогда, когда имеет пассивную цель». Таким образом, более низкий уровень либидо у женщин, чем у мужчин, означает слабость у них мужского начала. То есть нормальное и естественное явление.

<sup>18</sup> Подобный случай описал Л. Якобзон со ссылкой на немецкого сексолога Штекеля. Женщина за несколько лет половой жизни в браке никогда не испытывала оргазма, хотя с детских лет испытала его, раздражав задний проход пальцем. «Однажды в силу случайности или потому, что пациентка бессознательно произвела соответствующее движение, муж произвел coitus analis. Пациентка реагировала на него настолько сильным оргазмом, что муж, ранее насмехавшийся над женой по поводу ее холодности, был совершенно изумлен. С тех пор супруги производят только coitus analis».

Оценка названных выше форм сексуального возбуждения как «извращений», долго бытовавшая в литературе и бытующая подчас и ныне в половой морали, основана на том недоразумении, что в качестве «нормального» способа получения удовлетворения признавался лишь коитус, осуществляемый при введении пениса во влагалище. Но такой коитус может выступать в этом статусе лишь тогда, когда целью его является зачатие. Еще Фрейд иронизировал, что при таком подходе к вещам даже поцелуй в губы является «половым извращением», поскольку он доставляет чувственное удовольствие, но не может стать причиной зачатия.

Нет «стыдных», «извращенных» способов взаимных ласк и половой близости, есть только предрассудки относительно каких-то способов. Не всегда сразу, но со временем, постепенно предрассудки эти можно преодолеть<sup>19</sup>.

О том, как подчас происходит такое преодоление, рассказал А. Н. Толстой в «Возмездии». В порыве страсти 28-летний офицер подчинился желанию женщины минетта, хотя никакой предрасположенности к этому у него не было.

«Мои руки стали обнимать в судорожном объятии торс, а язык утонул в поцелуе бесконечном, сладостном, сладострастном, заставляющем забыть все на свете... Тонкий, острый аромат дышал у моих жарко раскрывшихся ноздрей, мои губы тонули в лобзании томительном и восхитительном. Тело женщины изгибалось, как лук, натягиваемый туюй тетивой, и влажный, жаркий тайник прикипал в бесчисленных поворотах к моим поцелуям... Я содрогался от радости, чувствуя, что женщина готова замереть в судорогах последней истомы».

Из приведенного отрывка видно, как удовольствие, доставляемое минеттом женщине, редуцируется мужчине и делает для него приемлемой такую форму возбуждения и удовлетворения женщины. Это типичный случай. Опросы показывают, что именно удовольствие, доставляемое половому партнеру минеттом или фелляцией, делает на первых порах приемлемыми их для другой стороны. Нередко со временем эта, другая сторона, лаская таким образом половые органы партнера начинает испытывать такие же сильные ощущения.

Ласкам эрогенных зон, проводимым любым способом, но без контактов между половыми органами партнеров, доводящих тем не менее одного или обоих партнеров до оргазма, американский сексолог Альфред Кинси дал название «петтинг» (от английского – играть, баловаться). Форма петтинга, при которой не применяется ни ручного, ни ротового воздействия на половые органы, в современной сексологии получила название «неккинг» (от английского – шея). Она широко известна как объятия, поцелуи, ласки через одежду у пары, начинающей путь к дальнейшей близости. Удовлетворенность такими контактами может достигаться и без оргазма, хотя достижение оргазма при неккинге тоже не исключается (например, при форсированных поцелуях).

Современная сексологическая литература справедливо указывает на большое значение петтинга как формы половой жизни. Особенно приемлем и полезен он для молодежи, поскольку, принося необходимую сексуальную разрядку партнерам, позволяет избежать такого нежелательного последствия, как беременность. Избегается при этом дефлорация девственниц, что иногда тоже имеет значение. Наконец, при петтинге резко, по сравнению с коитусом, снижается опасность заражения венерическими болезнями и СПИДом.

Очень важно, что петтинг является своего рода «школой для неумелых». (Такое определение мы встретили лет двадцать назад в статье югославского сексолога М. Силова в журнале «Ева и Адам».) Петтинг позволяет молодым людям овладевать секретами тела, разбудить дремлющие в нем потенции. При этом такая форма полового удовлетворения, будучи психологически отделенной от принятой в браке, обычно не воспринимается как

<sup>19</sup> Предрассудок о недопустимости орально-генитальных контактов возник, видимо, и по гигиеническим соображениям. Хотя современные сексологические издания говорят: бактериальная флора чисто вымытых половых органов не отличается в худшую сторону от микрофлоры чистого рта.

налагающая серьезные обязательства, и на нее идут гораздо легче, чем на коитус. Отмеченные достоинства петтинга позволяют ставить вопрос о желательности специальной ориентации молодежи на такурл форму половой активности, просвещения ее относительно техники эффективной стимуляции эрогенных зон (включая половые органы).

Хотя название «петтинг» появилось всего несколько десятилетий назад, но явление, которое обозначается этим названием, существовало, видимо, всегда. Этнографическая литература содержит немало свидетельств о добрых развлечениях молодежи, включающих сексуально возбуждающие действия, даже во времена, когда официальная мораль их начисто исключала. Например, сельские танцы и посиделки в России и на Украине не обходились без «тисканья», обниманий и поцелуев. Еще в XIX столетии кое-где практиковались так называемые «ночевки» («подночевывания»), при которых допускалось, чтобы холостой парень задерживался в гостях у девушки до утра. При этом, как правило, их ласки не переросли в половую близость, но допускали очень многое.

Существование названных обычаев говорит о том, что здравый рассудок народа во все времена понимал объективную необходимость каких-то форм сексуальных контактов молодежи. Тем более, было бы неразумным отрицать такое право ныне, когда так называемая акселерация – ускорение физического и полового развития – увеличивает период между достижением зрелости и вступлением в брак.

В зарубежной сексологической литературе есть описания массового петтинга молодежи на танцах, рок-концертах<sup>20</sup>, пикниках (есть даже термин «петтинг-пикник»). При этом участвующие ведут своеобразную игру «на публику», проводя возбуждающие ласки незаметно и стараясь сохранить при них невинный вид. Конечно, такие действия «на людях» не всеми могут восприниматься как нормальное явление. Но примириться с этим хотя бы отчасти поможет напоминание, что подобная практика и раньше применялась во время танцев, на молодежных вечеринках.

Не следует думать, что такая форма полового удовлетворения как петтинг подходит только для молодежи. Он может вносить определенное разнообразие в половую жизнь в любом возрасте. А для мужчин, вступивших в этот период жизни, когда наступает закономерное, но нередко доставляющее массу переживаний, снижение потенции, он создает возможность определенной психологической компенсации.

Процитированный выше отрывок из толстовского «Возмездия» подводит нас к разговору о так называемых релизерах, как факторах сексуального возбуждения. Запах выделений из половых органов может не только не отталкивать, но и действовать привлекающе. Дело в том, что сексуальное возбуждение помимо гормонов и тактильного воздействия на эрогенные зоны, вызывается включением механизма инстинктивного поведения. Запуск этого механизма и происходит под действием релизеров (название происходит от английского – освобождать, запускать). Запах половых выделений женщины относится к числу обонятельных релизеров. Особо большое значение они имеют в животном мире. (Для кошек, например, таким релизером является запах валериановой кислоты, продуцируемой половой системой кошек.)

Может показаться, что для человека обонятельные релизеры не должны иметь значения. Но в действительности они оказывают определенное влияние. Правда, безусловнорефлекторная реакция на релизеры у людей обычно выражена слабо. Она проявляется как определенная расположенность к запахам, присущим веществам

<sup>20</sup> Вообще, танцы, музыка, особенно ритмическая, могут оказывать заметное влияние на сексуальное возбуждение. Готфрид Шмидель в книге «Битлз – жизнь и песни» отмечал: «Врачи и психологи, занимающиеся проблемами молодежи, установили, что сотни девушек на концертах «Битлз» испытали свой первый оргазм. Американский поэт-битник Аллен Гинзберг писал: «Бит является инструментом сексуального освобождения. В Англии я ничего не нашел, кроме «массового скопления плоти». Это огромное вибрирующее нечто. Эти маленькие девочки четырнадцати, пятнадцати лет еще девственницы. С сексом они знакомы понаслышке, но они ощущают это в своем теле, когда начинает вибрировать бит».

каприловой химической группы, содержащихся в половых выделениях женщины, поте, сперме<sup>21</sup>, и подкрепляемая возникающей в связи с этой расположенностью условнорефлекторной (т. е. привитой) реакцией на эти запахи.

Подкрепляющая условнорефлекторная реакция может ввести в число релизеров и такие запахи, которыми человек от природы не обладает. Например, запах парфюмерии (духи, одеколон, лосьон и т. д.), которыми постоянно пользуется желанный половой партнер. Иногда это может быть запах определенного сорта табака, кожаной одежды, спиртного напитка. (В одном известном нам случае это был даже запах бензина, которым пахло от мужа одной любящей жены.)

Заметим, что иногда возбуждающее действие имеют не только запахи, с которыми связано воспоминание о конкретном человеке. Им могут обладать просто типично «мужские» и типично «женские» запахи. Подсознательно это понимают все, кто подбирает себе парфюмерию по «половой» принадлежности ее запаха.

И еще. Привлекательные в половом отношении запахи, как правило, не бывают очень сильными. Например, едва слышимый запах пота в сочетании с тонким запахом духов может действовать возбуждающе. Но запах потного, невымытого тела не сделают приятным ни «Шанель», ни «Пуазон», никакие другие изысканные духи, не говоря уж о «мощном» запахе «Тройного» одеколona. (Поэтому, избегайте любых сильных запахов!)

Следует сказать и о безусловнорефлекторных зрительных релизерах. В одной из историй «Декамерона» повествуется, как отец, познавший в своей жизни нечто горькое от женщин, предпринял попытку уберечь от них своего сына. Для этого он поселился вдали от людей, где его сын вырос, так и не увидев ни одной женщины. Уже будучи взрослым, впервые встретив их, поинтересовался у отца: кто они? – Гусыни, – ответил тот. И к изумлению своему услышал о желании сына обзавестись такими гусынями.

Приведенный пример иллюстрирует действие зрительного релизера мужчины. В данном случае реакция произошла на женскую внешность. Надо сказать, что это достаточно сильный возбудитель. И недаром женщины уделяют столько внимания своей внешности. Мужская же внешность обычно не столь сильно воздействует на женщин.

Сильным зрительным релизером для мужчин является вид нагого женского тела, в частности – половых органов. У женщин нет такой инстинктивной реакции. Лишь иногда она возникает как условнорефлекторная.

Как и для обонятельных релизеров, для зрительных важно, чтобы не было «перебора». В противном случае наступает «перенасыщение» ими. Например, всеобщая

---

<sup>21</sup> Отмеченное в литературе возбуждение некоторых женщин запахом спермы не имеет природной целесообразности, так как сперма, а соответственно, ее запах не предшествуют половой близости. Поэтому она является как бы псевдорелизером, вызывающим половое возбуждение желанием получить ее. Некоторые психоаналитики (последователи теории психоанализа, созданной З. Фрейдом), объясняют такое желание якобы возникающим у некоторых женщин комплексом неполноценности в связи с тем, что сами они не могут продуцировать этой субстанции. Но более вероятным является другое объяснение этого феномена. Поскольку половое возбуждение у женщины после оргазма угасает довольно медленно, и она в это время нуждается в некоторой стимуляции, запах спермы (а по утверждению польского сексолога К. Имелинского этот запах есть даже в дыхании женщины вскоре после эякуляции в ее влагалище) и ее вид является своеобразным стимулятором. Отметим, что в древности к сперме относились подчас как к чудодейственному субстрату, который старались не растрачивать понапрасну. В Греции, например, с ее помощью пытались передать мальчикам мужество взрослых воинов. Знатные римлянки, заботясь о своей внешности, натирали себя спермой. (Если вспомнить, что в сперме содержатся гормоны, а ее белок богат аминокислотами, и подобно яичному, при высыхании стягивает кожу, то применение таких косметических масок можно признать оправданным.) Применялась сперма и в качестве лекарства. Кстати, и в наши дни, во избежание возможности некоторых заболеваний, например, мастопатии, и даже при начавшемся таком заболевании, женщинам рекомендуют регулярную «половую жизнь», т. е. регулярное получение организмом спермы. В этом случае сперма помогает организму создавать оптимальный гормональный баланс. Такой баланс необходим и для поддержания уровня либидо у женщин старше 30-35-ти лет. (Не случайно один крупный отечественный онколог сказал: «Мужчина играет первую скрипку в организме женщины».) Так может быть, особое отношение к сперме иных женщин объясняется и отложившимися в их сознании подобными фактами?

нагота на нюдистском пляже, в бассейне или сауне полностью или почти полностью исключает ее действие в качестве релизера. Как ни трудно в это поверить, но тело, став полностью открытым, многое теряет в своей сексуальной притягательности. В одном немецком журнале случилось прочесть историю о девушке, пришедшей на нюдистский пляж в купальнике. Она объяснила, что оделась для привлечения к себе внимания, поскольку на нее голую никто на пляже не смотрел. О подобном влиянии привычной наготы писал Август Форель, ссылаясь на записки экспедиции Ливингстона в Африку: там, где нагота является привычной и нормальной, неприличной может восприниматься прикрывающая ее одежда. И еще: если при привычке к наготы она воспринимается асексуально, то различные украшения на теле действуют как эротизирующий фактор.

То, что сказано здесь о возможности перенасыщения воздействием релизеров, относится и к чувственным ласкам. Важный элемент сексуальной культуры человека – умение уловить предел насыщения этими ласками, не перейти границу, после которой они становятся, в лучшем случае, безразличными, а в худшем – неприятными. Умение это приходит лишь со временем. Возможно, партнерам нужно найти форму подсказок друг-другу: продолжать ласки или их следует прекратить.

Факторы сексуального возбуждения воздействуют на конкретного человека, как правило, лишь при наличии соответствующего психоэротического настроения. В противном случае они бывают даже неприятными. Возникновение психоэротического настроения происходит (или не происходит) под воздействием многих обстоятельств. Кратко остановимся лишь на некоторых из них.

Любовь, без сомнения, является самым сильным из всех возможных факторов, создающих положительный психоэротический настрой. Гегель так писал об этом чувстве: «Истинная сущность любви состоит в том, чтобы отказаться от сознания самого себя, забыть себя в другом «я» и, однако, в этом, же исчезновении и забвении впервые обрести самого себя и обладать самим собою». Это «забыть» себя в другом «я» и есть основа самого сильного психоэротического настроения. Но ведь не ко всем приходит это забвение, да и тем, к кому пришло, оно дается не навсегда: человек не может жить постоянно в состоянии забвения, растворившись в другом человеке. Однако, достаточный психоэротический настрой порождается и другими чувствами. У одних – памятью о любви, у других – проявляющимися в каких-то сочетаниях чувствами симпатии, почитания, привязанности, благодарности, полового голода и т. п. «В своем наивысшем проявлении секс может быть взлетом над землей на 3000 футов...», – пишет в книге «Секс в человеческой любви» известный американский психолог Эрик Берн, – «Но и меньшего может быть вполне достаточно. Уже полет над крышами гораздо вдохновеннее, чем прогулки по земле».

Но, как правило, самого глубокого чувства не хватит для достижения нужного уровня психоэротической настроенности, если, например, партнеры опасаются, что их половую близость может кто-то увидеть или услышать ее звуки. Особенно это касается женщин. Немаловажен и эстетический компонент психоэротического настроения. Для выросшей на фоне эстетически убогого города, сексуально активной, влюбленной в своего паренька Веры из известного кинофильма «Маленькая Вера», для близости вполне подходила ободранная комната студенческого общежития. Но для человека, воспитанного в достойной человека эстетической среде, такая обстановка была бы неприемлемой.

Из сказанного следует, что необходимо заботиться о создании приемлемых, комфортных для себя и своего полового партнера условий для близости.

Бывают, конечно, случаи, когда половая близость способствует «гашению» конфликтов, возникших ранее между партнерами. Но много чаще случается по-другому: предшествующий конфликт, ссора – делают невозможным создание нужного для близости эмоционального состояния, по крайней мере, для одного из партнеров, чаще для женщины. Бивариантность последствий исключает одновариантность рецепта – как вести себя с половым партнером после конфликта с ним: стремиться к близости или нет? Но

можно посоветовать уверенно: несмотря на расхожую мудрость «Не поссоришься – не помиришься», конфликты есть конфликты. Улучшать отношение между людьми им не дано. Ищите поэтому способы избегать их. Но поскольку полностью избежать их видимо нельзя, то постарайтесь в конфликтной ситуации не доводить себя и противную сторону до «кипения», оставляйте пути для примирения.

Известная поговорка гласит: «Женщины любят ушами, а мужчины – глазами». Это действительно так. Поэтому многое теряют мужчины, скупящиеся на ласковое, нежное слово женщине, на комплимент для нее. Впрочем, нельзя сказать, что слух совсем не имеет значения для создания нужного настроения и у мужчин. Может быть им не нужно многого, но нежное, ласковое, доброе слово – совсем нелишне.

А вот грубые замечания, резкости в разговоре при половой близости совершенно недопустимы. Немного найдется женщин, которые могли бы после этого испытывать от нее удовольствие, а мужчины в таких случаях нередко даже теряют возможность совершить (или продолжить) половой акт.

Что касается второй части поговорки (о мужской любви «глазами»), то можно посоветовать женщинам не пренебрегать этим. Если мужчина хочет видеть вашу реакцию на его ласки, любоваться красотой вашего нагого тела, а вы стесняетесь, скрываете себя одеждой, темной, постарайтесь превозмочь себя. Обычно для этого не требуется очень больших усилий.

Иногда, впрочем, мужчина хочет видеть как раз женскую стеснительность, преодолеваемую его ласками. Помните пушкинское: «Стыдливость робкая, таит бесценный дар». Или тоже его:

*О, как милее ты, смиренница моя!  
О, как мучительно тобою счастлив я,  
Когда, склоняясь на долгие моленья,  
Ты предаешься мне нежна без упоенья,  
Стыдливо-холодна, восторгу моему.  
Едва ответствуешь, не внемлешь ничему  
И оживляешься потом все боле, боле –  
И делишь наконец мой пламень поневоле!*

Правда, последний вариант мужского виденья женщины сейчас, кажется, встречается все реже. Чаще предпочтение отдается раскованности, которая становится все более привычной для женщин. Но если вашему партнеру нравится другое поведение, постарайтесь, насколько это возможно, подстроиться под него.

Уже говорилось, что далеко не всегда «больше наготы» означает «больше эротики». Иногда сильнее эротизирует не сама нагота, а дорога к ней – процесс обнажения тела. Используйте это обстоятельство. Можно посоветовать также попробовать не полностью устранять всю одежду и украшения: полупрозрачная рубашка или пеньюар, чулки, контрастирующие с цветом тела, браслет, бусы – не скрывают наготу, а выгодно ее оттеняют, украшают.

З. Фрейд говорил о наличии трех путей включения сексуального возбуждения человека: «из внешнего мира, благодаря возбуждению эрогенных зон; из внутренних органов и из душевной жизни. Всеми тремя путями вызывается ...состояние, называемое «сексуальным возбуждением».

Выше мы рассматривали, главным образом, два из этих путей: возбуждение эрогенных зон и центров восприятия релизеров и формирование психоэротического настроения. Что касается того пути, который, по определению Фрейда, идет через внутренние органы (т. е. через железы, вырабатывающие половые гормоны), то его мы лишь затронули. И не по причине незначительности, а из-за отсутствия возможности сколько-нибудь существенного самостоятельного воздействия на него.

Знание путей сексуального возбуждения позволяет нам перейти к теме сексуальной удовлетворенности.

## Сексуальная удовлетворенность



Тот же Фрейд обосновал наличие двух уровней сексуальной удовлетворенности: «предварительное наслаждение» и «конечное наслаждение». Последнее можно определить как оргазм.

Сексуальное «предварительное наслаждение» доступно уже детям. Им они обычно и ограничиваются, так как достичь «конечного наслаждения» в большинстве случаев просто не могут.

У мужчин, показал Фрейд, «конечное наслаждение» возможно тогда, когда половой аппарат сформируется настолько, что появится возможность выделения им половых продуктов. И действительно, мужчины начинают испытывать оргазм лишь тогда, когда у них уже вырабатывается сперма. Во время ее выброса происходит воздействие на нервные окончания определенной зоны уретры, как бы включающие механизм оргазма.

У женщин механизм включения оргазма иной. Он не зависит от выделения половых продуктов. Правда, у некоторых женщин во время оргазма под воздействием сокращения локальных мышц происходит выделение небольшого количества жидкости из уретры, но связи между этим выделением и механизмом оргазма не установлено. Как включается оргазм у женщин пока до конца не ясно. Но ясно, что в отличие от мужчин, у женщин нет жесткой зависимости между зрелостью полового аппарата и этим чувством.

Как известно, немало женщин, давно созревших в половом отношении, не знакомы с чувством оргазма. И в то же время встречаются девочки, которые испытывают его. В литературе описаны случаи оргазма у младенцев женского пола. Даже врачи, ставшие свидетелями случаев, при которых младенцы вдруг напрягаются всем телом, сжимают бедра, краснеют, покрываются потом, часто не могут правильно понять сути происходящего и оценивают его как эпилептический припадок.

Такие случаи у младенцев-девочек, скорее всего, можно объяснить избытком в организме половых гормонов, доставшихся от матери. Этот избыток вызывает также нередко встречающееся у новорожденных обоего пола увеличение молочных желез, кровянистые выделения из половых органов и заметное увеличение этих органов в первые дни жизни девочек. Однако, такое гормональное наследство воздействует на организм девочек недолго. И наблюдаемые иногда случаи оргазмов, достигаемых с помощью онанизма, у девочек в возрасте от трех до девяти-десяти лет, то есть в возрасте, когда их половой аппарат явно еще находится в неразвитом состоянии, объяснить унаследованным от матери высоким гормональным фоном уже невозможно.

Наиболее вероятным объяснением таких случаев, как представляется, является то, что те чувствительные нервные рецепторы, через которые женщины получают сексуальное возбуждение, развиваются уже в раннем возрасте и способны к действию при относительно небольшой продукции половых гормонов. Но лишь в редких случаях происходит адекватная их стимуляция, позволяющая достигать оргазма. То есть то, что девочки в большинстве своем ограничиваются «предварительным наслаждением» связано с их незнанием ощущения «окончательного наслаждения», неумением его достичь.

3. Фрейд отмечал, что при небольшом уровне сексуального напряжения (либидо) имеющаяся потребность вполне может быть удовлетворена «предварительным наслаждением». Действительно, как известно, некоторая часть женщин вообще не способна испытывать оргазм. Такая особенность в сексопатологии называется конституциональной фригидностью. Тем не менее, чаще всего такие женщины не испытывают неудовлетворенности своей половой жизнью (если живуг ею), так как у них нет потребности в более сильных ощущениях. Правда, бывает, что под влиянием окружающих, у некоторых из этих женщин появляется комплекс неполноценности, обделенности. В таких случаях они иногда прилагают значительные усилия для того, чтобы узнать наконец то чувство, которого от природы лишены. Подчас идут ради этого на многочисленные половые связи. Но тщетно.

Кроме конституционально фригидных есть еще очень малотемпераментные женщины, которые хотя и способны испытывать оргазм, но доходят до этого состояния

крайне редко – от нескольких раз в год до нескольких раз за всю жизнь. Таким женщинам, как правило, так же достаточно «предварительного наслаждения». По мнению известного сексопатолога А. М. Свядоша, фригидными и малотемпераментными являются не менее двадцати процентов женщин.

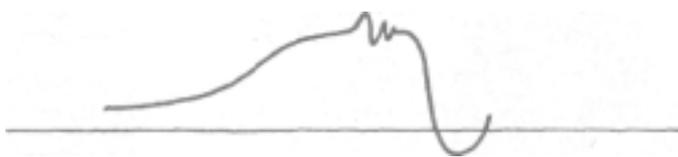
Надо сказать, что и у женщин с нормальным темпераментом и способностью испытывать оргазм бывают периоды, когда первое и второе несколько снижаются, что не дает им возможности достичь «конечного наслаждения». Но поскольку они испытывают «предварительное наслаждение», то половой акт для них продолжает оставаться приятной процедурой, хотя и в меньшей степени. Иногда и у мужчин, проводящих половой акт, нет желания достичь собственного оргазма, хотя половой акт от этого не становится для них неприятным.

Но, как правило, у взрослых людей «предварительное наслаждение» есть лишь ступень к более сильному «конечному наслаждению». Фрейд писал, что с наступлением половой зрелости «формула новой функции эрогенных зон такова: ими пользуются для того, чтобы при посредстве получаемого от них, как в инфантильной жизни, предварительного наслаждения сделать возможным наступление большего наслаждения от удовлетворения».

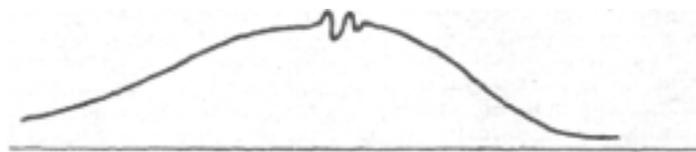
Существует довольно убедительная гипотеза относительно природы мужской и женской сексуальной активности и мужского и женского оргазма. Согласно ей, мужская половая активность от природы предназначена для поиска и завоевания женщины, эякуляция (к достижению которой мужчина стремится ради оргазма) в половые органы которой ведет к зачатию новой жизни. Определенная сексуальная чувствительность, возбужденность женщины нужна в природе лишь для того, чтобы сексуальные действия мужчины не встретили с ее стороны категорического отпора, чтобы половой акт мог свершиться. У женского же оргазма нет никакой природной целесообразности. Возможностью испытывать его женщины обладают благодаря наличию у них в неразвитом виде элементов мужского полового аппарата – клитора, определенных нервных связей, желез, вырабатывающих мужские гормоны. (Напомним, что и мужское тело имеет кое-что, не имеющее для этого пола природной целесообразности – грудные соски, например.)

Указанные зачаточные элементы мужского полового аппарата у женщин не могут однако действовать точно так же, как у мужчин. Но женский организм, обладая повышенной нервной чувствительностью к воздействию, включает это свойство в деятельность по достижению оргазма и компенсирует им отсутствие важных для оргазма элементов мужского полового аппарата. Однако, оргазм у женщин, тем не менее, не становится обязательным элементом жизненной деятельности, как у мужчин, которые практически все достигают его. Женщинам же нужно оргазму научиться, то есть суметь задействовать указанные свойства своего организма. Как известно, сделать это удается не всем и не сразу.

Основываясь на собственных исследованиях и работах некоторых других специалистов (в частности, Крафт-Эббинга) Фрейд отметил определенную специфику мужского возбуждения и достижения удовлетворенности. Поскольку удовлетворенность мужчин связана с выбросом спермы (эякуляцией), то необходимой предпосылкой возбуждения у них является наличие какого-то ее количества. Как только происходит эякуляция, возбуждение резко падает. В современных сексологических работах часто приводят типовой график возбуждения, оргазма и последующей за ним стадии у мужчин. Вот этот график:



А вот график этих же процессов у женщин



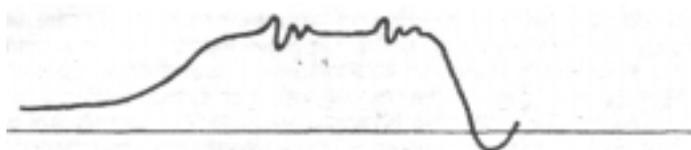
Как видно по первому графику, уровень начального возбуждения у мужчин выше, чем у женщин. К тому же этот уровень быстрее нарастает. Затем происходит эякуляция (при 3-5 оргастических сокращениях, с интервалами, примерно в 0,8 секунды) и быстрый спад возбуждения. При этом на некоторое время происходит выход за черту, до которой сексуальные раздражители приятны, или, что соответствует уровню горизонтальной черты графика, индифферентны. То есть собственные сексуальные действия и сексуальные действия партнера в этот период становятся неприятными. Это связано с тем, что природа не предусмотрела необходимости продолжения сексуальных действий после эякуляции, единственной оправданной с ее позиций цели этих действий.

У женщин же спад сексуального возбуждения происходит заметно медленнее. И кривая этого спада не только не выходит из зоны положительных сексуальных ощущений, но даже не доходит до ее границы. Приведенные графики свидетельствуют о необходимости большей, чем у мужчин, сексуальной стимуляции женщин для доведения их до оргазма, а также продолжения такой стимуляции какое-то время и после оргазма.

Сексуально неграмотные мужчины часто не делают ни первого, ни второго. А в результате, или не могут довести женщину до оргазма, или после его достижения дают ей все же повод для некоторого разочарования от близости, не создав возможности плавного перехода женщины к состоянию покоя, полной удовлетворенности.

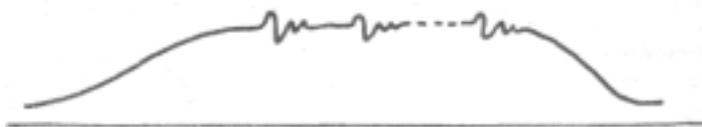
Но и женщине нелишне знать причину такого поведения мужчины. Она связана с резким изменением его собственного отношения к сексуальной стимуляции после достижения оргазма. Отметим, однако, что это негативное отношение не так трудно преодолеть. Тем более, что длится оно недолго, а для сексуальной стимуляции женщины после достижения ею оргазма требуются не столь значительные усилия – иногда всего лишь нежное поглаживание, поцелуй, ласковые слова.

Иногда некоторые мужчины могут продолжать половой акт после собственного оргазма и испытывают его еще раз. Это бывает возможным тогда, когда первый оргазм произошел относительно быстро после начала подъема сексуальной возбужденности и не привел к полному ее угасанию на фоне сильных сексуальных раздражителей. При этом, невыброшенная из организма при эякуляции небольшая часть спермы, плюс быстро вырабатывающееся некоторое ее количество во время продолжающегося сношения – в состоянии возбуждения продуцирование организмом спермы увеличивается – создают возможность новой эякуляции и оргазма. Этот случай можно представить графически следующим образом:



Поскольку оргазм у женщин не связан с эякуляцией и после него не происходит

быстрого падения возбужденности, очень многие женщины способны при продолжении сексуальной стимуляции испытывать оргазм многократно (иногда его кратность может достигнуть нескольких десятков). Это можно изобразить следующим образом:



Еще на рубеже нашей эры в поэтическом трактате «Искусство любви» Овидий рекомендовал стремиться к одновременному достижению оргазма мужчиной и женщиной, что усиливает для них это чувство. Но мультиоргастическая женщина не будет удовлетворена, испытав всего один оргазм, даже вместе со своим партнером. Поэтому мужчине надо стараться при сношении по возможности дольше сдерживать свой оргазм, чтобы создать женщине условия возможно большее количество раз испытать это чувство. (Такая установка традиционна для древнекитайской сексуальной культуры.) Отметим, что подобное сексуальное поведение не исключает совместного достижения оргазма после того, как женщина, испытав его уже столько-то раз, подскажет – поведением или словами, что следующий оргазм она хочет пережить вместе с мужчиной.

Для продления сношения мужчине надо научиться сдерживать нарастание своей возбужденности. Для такого сдерживания многие сексологи рекомендуют отвлечься мысленно от темы сношения. (К сожалению, чаще такое отвлечение происходит у женщин, которым оно противопоказано.) Нередко эффективным оказывается уменьшение амплитуды фрикций пениса в вагине. При этом заметно снижается возбуждающее воздействие на пенис, но сохраняется необходимое воздействие на чувствительные места влагалища или на лобок, а через него – на клитор, или непосредственно на клитор, если он касается пениса. Мужчине можно попробовать осуществлять движения бедрами не «назад-вперед», а «вправо-влево», посредством попеременного перенесения тяжести тела с одной ноги на другую, при этом член будет как бы вращаться во влагалище, воздействуя на чувствительные его зоны, но сам будет испытывать меньшее возбуждающее воздействие.

Легко возбудимому мужчине, которому не под силу пролонгировать половой акт, можно рекомендовать попробовать дать испытать женщине желаемое количество оргазмов с помощью петтинга, а уже затем провести половое сношение.

Особенности мужской возбудимости должна учитывать и женщина, и, со своей стороны, подстраиваться к ней. Особенно это необходимо, если у мужчины происходят преждевременные эякуляции. Надо знать, что такие эякуляции – не болезнь. Эякуляция, следующая сразу после введения члена во влагалище или всего после нескольких фрикций в нем, должна быть оценена вполне положительно с точки зрения природного ее предназначения. (Кстати, в животном мире такая ускоренная эякуляция встречается весьма часто.) Проблема заключается в том, что ускоренная эякуляция лишает мужчину возможности провести половой акт такой длительности, какая нужна для удовлетворения женщины.

Существуют определенные возможности решения этой проблемы. Общей для всех вариантов является необходимость тактичного, спокойного отношения женщины к мужчине в ситуации преждевременной эякуляции. Лучше всего сделать вид, что ничего особенного не произошло, что ей понятна маленькая заминка, случившаяся в связи с тем, что предстоящая близость с нею слишком возбудила мужчину. Можно найти возможность показать, что ласками, стимуляцией эрогенных зон мужчина может доставить ей удовольствие и без сношения. (В большинстве случаев это действительно так. Хотя малоопытная женщина сама может не знать об этом. Попробуйте – убедитесь.)

Если только преждевременная эякуляция произошла у мужчины не после долгого воздержания или при первой близости с желанной женщиной (такое бывает нередко,

особенно у молодых), а представляет собой обычное, регулярно повторяющееся явление, то решение проблемы возможно посредством снижения излишнего возбуждения мужчины и ускорения возбуждения женщины.

Снижение излишней возбудимости происходит благодаря частой сексуальной разрядке, достигаемой любым способом. Заметим, что мужчина, у которого при половой близости произошла преждевременная эякуляция, через какое-то время, иногда совсем небольшое, минут через 15-20 после нее, нередко способен повторить половое сношение. И оно будет более длительным, скорее всего даже вполне достаточным для удовлетворения женщины. Но это сношение будет возможно только в том случае, если первая неудача не обескуражит мужчину, вселив в него испуг за собственные способности, а тем более – стыд перед женщиной: ведь не каждая женщина правильно понимает происходящее и не каждая хочет и умеет быть снисходительной.

Чтобы избежать возможной психологической травмы, сильно возбудимому мужчине можно рекомендовать самостоятельную сексуальную разрядку за какое-то время до предстоящей половой близости.

Иногда снижения возбудимости достигают понижением чувствительности головки члена у мужчин с помощью презерватива. В данном случае то, что обычно воспринимается как недостаток (снижение чувствительности), играет положительную роль. Чем грубее и толще материал презерватива, тем, в рассматриваемой ситуации, лучше. Можно попробовать одеть два презерватива – один на другой.

Женщине, имеющей регулярные половые контакты с мужчиной, страдающим преждевременной эякуляцией, можно рекомендовать попробовать перед предстоящей близостью самой привести себя к высокому уровню сексуального возбуждения, поскольку ласки со стороны ее партнера скорее всего перевозбудят его самого. Начиная сношение на высоком уровне возбуждения, женщина значительно укорачивает свой путь к оргазму. И хотя вполне вероятно, что преждевременно эякулирующий партнер все же опередит ее на этом пути, но того непродолжительного времени, которое он после эякуляции способен продолжать фрикции во влагалище, нередко хватает для удовлетворения женщины.

В последние два десятилетия за рубежом получила распространение высокоэффективная методика сексуальной терапии преждевременной эякуляции у мужчин, иногда называемая «стоп-старт». Ее изобретателем является сексопатолог Дж. Симанс. Методика была усовершенствована и широко внедрена в практику крупнейшими американскими специалистами в области сексуальной терапии В. Мастерс и В. Джонсон.

По методике Симанса мужчина обучается возбуждению своего полового члена с помощью ручной стимуляции, концентрируя при этом внимание на собственных ощущениях и не допуская эротического фантазирования. Стимуляция прекращается при ощущении приближения эякуляции. После исчезновения этого ощущения она продолжается. Рекомендуются постепенно достигать отсрочки приближения эякуляции на 15 минут в каждом из трех последовательно проводимых сеансов самовозбуждения. Такого результата многим удается добиться за 1-2 недели тренировок при 5-7 тренировках в неделю.

На следующем этапе мужчина должен научиться добиваться того же результата при использовании смазывающего полового члена вещества, усиливающего сексуальные ощущения. (При отсутствии специальных смазок можно использовать вазелин или детский крем.)

Далее следует перейти к обучению отдаления эякуляции при признаках ее приближения без прекращения стимуляции члена. Для этого нужно найти другой способ его стимуляции, изменить ее ритм.

Следующие этапы сексуальной терапии проходят с участием сексуальной партнерши. Сначала от нее требуется ручная стимуляция полового члена мужчины, который лежа на спине с закрытыми глазами сосредотачивается только на своих

ощущениях. При приближении эякуляции мужчина останавливает действия партнерши. При парной терапии проходят те же этапы, что и при самостоятельных тренировках и ориентируются на те же результаты.

Затем происходит обучение «стоп-старту» в половом акте. Эти тренировки лучше всего начинать при использовании позиции, в которой женщина лежит на партнере с раздвинутыми ногами с упором в коленках. Мужчина контролирует ее движения, положив руки на бедра женщины. Они (движения) поначалу должны быть медленные, мягкие. При ощущении приближения эякуляции фрикции прекращаются. По достижении успешных результатов в указанной позиции можно переходить к другим позициям, в том числе, со временем, к позиции, в которой партнер лежит сверху. (В этой позиции мужчине труднее всего сдерживать эякуляцию.)

В. Мастерс и В. Джонсон разработали методику, при которой необходимо участие женщины с самого начала тренировок. Эта эффективная методика позволяет добиться успеха и в случаях, когда тренировки, описанные выше, не дают должного результата.

При тренировках по этой методике партнерша находится между ног лежащего на спине мужчины и своей рукой стимулирует пенис. Большой палец этой руки должен постоянно, находиться на уздечке – связке, соединяющей головку члена со стволом, а указательный и средний пальцы – с другой стороны члена, напротив большого. Мужчина дает знать партнерше о приближении эякуляции, а она, прекратив стимуляцию, осуществляет болезненное сжатие члена указанными пальцами до заметного ослабления эрекции. Затем стимуляция продолжается. Только на третьей-четвертой попытке мужчина может позволить довести себя до оргазма.

На следующем этапе тренировок партнерша присаживается на корточки над лежащим мужчиной, вводя половой член во влагалище и не двигаясь. Когда мужчина дает знать о приближающейся эякуляции, женщина быстро приподнимается и осуществляет описанное выше сжатие члена. Мужчина может позволить себе оргазм после трех-четырёх упражнений.

Следующий этап секс-терапии предполагает проведение обоими партнерами медленных фрикций пениса во влагалище. Используется та же позиция и та же техника сжатия при приближении эякуляции, что и на предыдущем этапе. Тренировки этого этапа можно прекратить когда мужчина научится проводить фрикции без сжатия на протяжении 15-20 минут. После этого можно переходить к другим позициям половой близости. При этом, позицию, в которой мужчина лежит сверху на партнерше, следует использовать в последнюю очередь.

После достижения возможности проведения нормальных половых актов партнерам следует еще два-три месяца примерно раз в неделю проводить процедуру с ручной стимуляцией члена и его сжатием при приближении эякуляции. Впоследствии, на протяжении трех-четырех месяцев к этим упражнениям можно прибегать после возможных перерывов в половой жизни. (Например, после перерыва, связанного с менструацией постоянной партнерши.)

Следует предупредить о том, что иногда в начале тренировок по последнему методу может возникнуть непродолжительная импотенция. Такая возможность не снижает его ценности. Как не снижает его и необходимость привлечения половой партнерши. Ведь достижение сексуальной гармонии оправдывает самые значительные усилия и издержки.

Выше мы уже несколько раз затрагивали вопрос о позициях в половом акте. Тема эта пользуется, как правило, значительным интересом. И вполне заслуженно. Подбор оптимальных позиций сношения позволяет партнерам достичь гармонии в сексе, разнообразить свои ощущения. И наоборот: отказ от поиска оптимальных позиций, отсутствие их разнообразия могут свести на нет стремление партнеров к удовольствию, сделать половую жизнь монотонной, неинтересной обязанностью.

Разработке позиций половой близости в разные времена было отдано немало

фантазии и изобретательности. В древнем индийском трактате об искусстве любви «Камасутра» во времена его написания было приведено несколько десятков позиций. За прошедшие века их количество возросло до нескольких сот. Разнообразные позиции полового акта изображались в наскальных рисунках древних людей, барельефах индуистских храмов, статуэтках американских индейцев, рисунках китайских и японских книг по искусству спальни. Работы современных сексологов, начиная с уже упоминавшейся здесь книги Ван де Велде «Идеальное супружество», также обращаются к теме сексуальных позиций. Правда, современная наука рекомендует не делать самоцелью изменение позиций, сексуальную акробатику.

Очевидно, что есть необходимость и нам вкратце остановиться на вопросе подбора позиций полового сношения.

Для женщины, испытывающей вагинальный оргазм, нередко подходят почти любые позиции при сношении, хотя каким-то она все же отдает предпочтение. При клиторическом оргазме важно, чтобы позиция обеспечивала достаточную стимуляцию этого органа. В связи с этим все позиции, при которых мужчина находится сзади женщины, исключаются, так как при них адекватная стимуляция не обеспечивается (если только она не будет проводиться мануально самой женщиной или ее партнером<sup>22</sup>).

Очень распространенная у нас, получившая название «классической», позиция, при которой женщина лежит на спине лицом к мужчине, действительно достаточно хороша для большинства. Частую критику этой позиции можно объяснить былой практикой утверждения ее в качестве единственно возможной и современным стремлением доказать, что существует много других, которые для разных людей могут быть предпочтительнее. Отметим, что классическая позиция имеет определенные варианты. Так, женщина может лежать со сдвинутыми или раздвинутыми ногами, которые в последнем случае могут быть согнутыми в коленях и бедрах, заложенными на бедра или плечи мужчины. А мужчина может или лежать между ног женщины, или пропускать ее ноги между своих, может даже стоять у края, например, кровати, при этом женщина лежит на краю, свесив ноги, или обхватив ими мужчину; возможна поддержка ног женщины руками мужчины. Приведенным перечнем мы еще не охватили все возможные варианты «классической» позиции, которая имеет немало возможностей взаимного приспособления. Однако, в этой позиции движения женщины во время сношения довольно ограничены, что часто не устраивает обоих партнеров или одного из них. Сексуальная норма времен английской королевы Виктории – «женщины не движутся» – сейчас не в моде!

Позиции, при которых мужчина находится сзади женщины или партнеры стоят или сидят лицом друг к другу, позволяют женщине проявлять больше активности в регулировании течения полового акта. Наиболее активное участие в таком регулировании она принимает в позициях лежа на мужчине или сидя на корточках над занимающим горизонтальное или полугоризонтальное положение мужчине (лицом к нему, спиной или боком).

При выборе позиции, в первую очередь, конечно же, должны учитываться интересы женщины. Мужчины имеют свои предпочтения, но достичь оргазма они могут, обычно, при любой позиции. Если же это не удастся, то после достижения удовлетворения женщине, нужно занять позицию, желанную для мужчины. Существенным компонентом сексуальной удовлетворенности культурного в этом плане мужчины является степень

<sup>22</sup> Если стимуляцию клитора при сношении сзади берет на себя мужчина (по нашим данным большинство женщин, практикующих такие сношения, предпочитают этот вариант), то ему нужно помнить, что от него, как правило, не требуется прямого воздействия на головку клитора. У большинства женщин головка очень чувствительна и прямое воздействие на нее пальцами может оказаться болезненным. (Иное дело – воздействие языком. Но оно возможно только в прелюдии, предваряющей половой акт.) Лучше всего воздействовать на тело клитора, нежно двигая по нему пальцем и отмечая по реакции женщины наиболее чувствительные места. Движения могут производиться в вариантах «вперед-назад», «вправо-влево», «по кругу». Иногда бывает достаточно стимулировать не сам клитор, а лобок. При этом клитор получает более нежные ощущения.

удовлетворенности женщины. Эта удовлетворенность как бы индуцируется мужчине, чьи собственные оргастические ощущения обычно бледнее женских<sup>23</sup>.

При выборе позиции полового сношения следует учитывать физическое состояние партнеров, особенно мужчины, поскольку на него обычно падает основная физическая нагрузка. Так, позиции, при которых мужчина находится над лежащей женщиной, опираясь на колени и на руки, или стоя держит женщину на весу, требуют немалых физических усилий. Для немолодого, а иногда и молодого, но не крепкого или ослабленного недомоганием мужчины выбор такой позиции приведет к ухудшению самочувствия, а это не должно быть последствием половой близости. Нормальным последствием таковой можно считать небольшую, быстро проходящую усталость. Регулярное ухудшение самочувствия при половых контактах имеет естественным своим результатом снижение их частоты.

Беременность женщины обычно не является противопоказанием для половых сношений. Они не рекомендуются только тогда, когда есть склонность к выкидышам, и в последние недели беременности. Однако, это состояние женщины делает необходимым подбор таких позиций, при которых не оказывается давления на живот.

Тучность половых партнеров часто ограничивает для них возможности использования «классической» позиции. Для такой пары обычно подходит позиция, в которой мужчина стоит сзади согнувшейся женщины.

При использовании «классической» позиции с худенькой партнершей, или женщиной, у которой вход во влагалище расположен низко (глубоко между ногами), бывает нелишним поднять ее таз с помощью, например, подложенной под ягодицы подушечки.

Выше уже шла речь о принципиальной возможности приспособляемости партнеров с разноразмерными половыми органами. Позиции, при которых женщина сгибает ноги в бедрах, в большей или меньшей степени уменьшает длину влагалища и приближает его вход. Этим создается возможность приспособления к короткому penisу.

Меньше существует возможностей ограничения болезненного воздействия на влагалище излишне длинного мужского органа. Для этого можно рекомендовать сношение лицом к лицу лежа или стоя, при котором женщина держит ноги сдвинутыми. При этом между лобком мужчины и вульвой женщины образуется пространство, поглощающее некоторую часть длины пениса. В случаях указанной диспропорции применяются и вспомогательные средства – мягкие объемные кольца, надеваемые на penis, или подушечка, располагаемая между партнерами таким образом, чтобы она препятствовала полному введению члена.

И, наконец, выскажем рекомендации относительно позиции первого в жизни сношения женщины, если при этом должна произойти дефлорация ее гимена. Нередко девушки боятся этой операции, опасаются сильной ее болезненности. У З. Фрейда есть специальная работа «Табу девственности», в которой он с позиций психоанализа обосновывает возможность выработки подсознательного негативного отношения женщины к мужчине, произведшему болезненную дефлорацию. Поэтому, отмечал Фрейд, у многих народов существовали обычаи, согласно которым дефлорировать девиц должны не их мужья, а другие мужчины.

В древних сексуальных культурах существуют рекомендации относительно позиций, при которых дефлорация происходит наименее болезненно. При одной из них мужчина находится сзади согнувшейся девушки. При этом ее промежность растягивается, что благоприятствует введению пениса. Другая позиция, обладающая тем же

<sup>23</sup> Конечно, силу оргастических ощущений мужчины и женщины сравнивать очень трудно, так как сравнивать приходится по внешним признакам и субъективным описаниям. Сравнения, сделанные на этой основе, говорят о том, что ощущения женщины могут быть значительно сильнее мужских. У Овидия есть пересказ древней легенды, герой которой менял свой пол. Выступая в роли судьи спора между богами, он утверждал, что ощущения женщины в 9 раз сильнее ощущений мужчины.

преимуществом, – девушка сама садится на пенис.

Несколько замечаний относительно техники полового акта. Женщинам редко нравится бурное начало сношения, когда член вводится сразу на максимальную глубину и проводятся интенсивные фрикции с большой амплитудой. (Исключением бывают случаи, когда предварительные ласки уже привели женщину на порог оргазма.) Мужчинам же, возбуждение которых вначале акта обычно выше, чем у женщин, это нравится. Но в интересах взаимной гармонии им желательно несколько сдерживать себя. Вводить член нужно, как правило, медленно и нежно, ограничившись сперва его введением всего на одну треть длины влагалища. Именно в этой трети у многих женщин находится чувствительная точка Гренфельда, воздействие на которую головкой члена при фрикциях может дать чрезвычайно приятную эротическую стимуляцию. Если нежные фрикции в этой части влагалища не находят заметного отклика у женщины (или если мужчине известно о нечувствительности этой зоны партнерши), член медленно вводят глубже. При этом нужно заботиться о возможно лучшем контакте его с клитором<sup>24</sup>. Фрикции по-прежнему не должны иметь большой амплитуды и скорости. Сперва они как бы разогревают женщину, помогают ей ощутить в себе партнера. Даже когда напряжение женщины возрастает, опытный партнер не спешит довести ее до конца. Желание разрядки, напряжение от этого только возрастают. И тем приятнее будет разрядка.

Многих занимает вопрос о количественной норме половых сношений. Ответить на него можно коротко: никакой нормы здесь не существует. Интенсивность половой жизни зависит от половой конституции человека, его возраста, состояния здоровья, психического настроения, периода предшествующего воздержания. Усталость, озабоченность материальными, бытовыми проблемами ежевечерне отгоняют прочь сексуальные желания у многих миллионов укладывающихся в постель супружеских пар. (И далеко не все они действуют по принципу «утро вечера мудренее», наверстывая с утра упущенное вечером.)

Можно, конечно, обобщить результаты обследования большого контингента людей и дать какие-то цифры. Но это будут не показатели нормы, а нечто усредненное, учитывающее два сношения в месяц у одной пары, и два же, но ежедневных сношения другой. Об усилении половой активности или ее спаде каждая пара должна судить сама, исходя из ситуации в предшествующий, относительно длительный период.

При этом нужно знать, что постепенное снижение половой активности мужчин и постепенное повышение ее у женщин, достигающее максимума у последних обычно в возрасте 35-40 лет, является естественным. Столкнувшись с ним, нужно беспокоиться не о поисках нормы, а заботиться о возможностях взаимной приспособляемости, сглаживания возникающих диспропорций в потребностях.

Высокий уровень половой удовлетворенности оказывает благоприятное воздействие на все сферы жизни половых партнеров. И наоборот, неудовлетворенность обычно действует на них угнетающе. Она обостряет конфликтные ситуации, негативно влияет на взаимные чувства, подчас отрицательно сказывается на здоровье. Нередко причиной этого бывает импотенция мужчин, выражающаяся в отсутствии у них эрекции, достаточной для осуществления полового акта.

Вообще, видимо, нет мужчины, у которого хоть когда-то в жизни не возникло трудностей, с эрекцией. И мужчине, и женщине, столкнувшись с этой проблемой, нужно знать: и потенция и импотенция обычно относительны.

Трудности с потенцией нередко возникают при хроническом простатите, являющемся очень распространенным заболеванием мужчин, особенно в возрасте после

<sup>24</sup> На Древнем Востоке для улучшения воздействия на клитор при сношении были изобретены приспособления, одеваемые на пенис у его основания. Подобные приспособления в виде кольца с выступающими в верхней части перпендикулярными ему закругленным шипами в изобилии представлены в современных секс-магазинах за рубежом. Нередко их применение желательно, а в случаях, когда анатомия половых органов женщины такова, что стимуляция ее клитора пенисом или лобком мужчины в половом акте не обеспечивается, необходимо. Неплохо бы, поэтому таким приспособлениям появиться в продаже и у нас (хотя бы в аптеках).

тридцати лет. Преодоление этих трудностей начинается с лечения основного заболевания. Проблемы с потенцией могут возникнуть при неврастении, эндокринных заболеваниях, интоксикациях, в том числе, алкогольных, инфекционных заболеваниях, авитаминозе, дистрофии, заболеваниях головного и спинного мозга. И в этих случаях должно начинаться с лечения основного заболевания.

Причиной проблем с потенцией может стать прием гипотензивных препаратов, снижающих повышенное кровяное давление. Надо сказать, что гипертония – опасное заболевание, и гипотензивные препараты часто совершенно необходимы для ее лечения. Не отказываясь от них, можно, однако, попробовать подобрать эти препараты с учетом индивидуального воздействия на половую сферу.

Большая, если не большая, часть случаев импотенции связана с психическим фактором. Это объясняется первостепенным значением высшей нервной деятельности в регулировании половой функции. В противоположность фригидным женщинам, обычно не испытывающим больших неудобств от своей холодности, мужчины, имеющие затруднения с потенцией, переживают их весьма остро, так как для них оказывается затрудненной или невозможной исполнение своей «мужской» роли. (У фригидных женщин проблема не столь остра, ведь они могут жить половой жизнью, беременеть и рожать.)

Возможность воздействия на эрекцию у мужчин крайне мала и достигается усилением возбуждения или раздражения пениса, но никак не усилием воли. Очень часто случайное затруднение с потенцией становится причиной постоянной концентрации внимания на функционировании половых органов. При этом происходит отвлечение внимания от тех психоэротических воздействий, которые необходимы для возбуждения. В результате после нескольких повторений появляется убежденность в собственной неполноценности. А эта убежденность уже воздействует по принципу «эффекта Эдипа»: предсказанное событие сбывается в силу своей предсказанности. Отсутствие эрекции ожидается, и она действительно не наступает.

Однако, при психогенной импотенции эрекция отсутствует не вообще. И человеку, испытывающему проблемы с ней, очень важно это заметить. Если, например, утром, при пробуждении от сна, когда нет концентрации внимания на половой функции, эрекция есть (утренняя эрекция – обычное и нормальное явление у всякого здорового мужчины, которое, однако, бывает нерегулярно), то это означает, что в действительности импотенции нет, что имеющиеся с потенцией трудности скорее всего преодолимы.

Появлению трудностей с потенцией нередко способствует неправильное поведение женщины. Любое критическое замечание о половой функции партнера – возможная предпосылка для возникновения этих трудностей. Но женщина же, если она тактична, терпелива, доброжелательна и понимает сущность имеющихся затруднений и свою роль в их преодолении, может оказать очень большую помощь мужчине.

Определенную роль в лечении импотенции может играть эротическая литература, фильмы. Будучи поглощен сюжетами книги или фильма, мужчина перестает думать о своей половой функции в создавшейся эротической ситуации и вдруг обнаруживает, что испытывает желание, сопровождающееся эрекцией. Переживание таких ситуаций помогает восстановить уверенность в себе при близости с женщиной. (Следует не забывать однако, что излишне большое внимание, уделяемое эротическому чтению и просмотру фильмов, может привести к снижению половой возбудимости.)

Нужно сказать, что медицина обладает довольно обширным арсеналом средств лечения импотенции. Специалисты-медики определяют истинную ее причину, что является важной предпосылкой излечения. Для него применяются медикаментозные препараты, психо- и гипнотерапия, механические эректоры и некоторые другие средства. Но ни в коем случае недопустимо самолечение импотенции с помощью медикаментов, ибо эффект при этом бывает совершенно противоположным ожидаемому. (Например, применение гормонов может привести к атрофии желез, продуцирующих эти гормоны.)

Поэтому при стойких затруднениях с потенцией, как и при любых других проблемах, связанных с половой функцией, нужно обращаться к врачу.

**Отпущение грехов**

Вопрос о допустимых и недопустимых формах удовлетворения половой потребности существует не первое тысячелетие. И в наши дни он, хотя и без былой остроты, продолжает занимать умы. Естественно, что рассматривая вопросы сексуальной культуры мы никак не можем его обойти.

Начнем с рассмотрения чрезвычайно массовой формы половой активности, которая, однако, несмотря на эту массовость, с самых давних времен характеризовалась как человеческая извращенность – с онанизма.

Вспомним строки Пушкина из его юношеской «Гаврилады»:

*Я научил послушливую руку  
Обманывать печальную разлуку  
И усладить безмолвные часы,  
Бессонницы девическую муку.*

В этих строках поэт пишет о девушке, которой «...посвятил мой первый сон надежды и желанья» и признается, что научил ее той форме сексуального удовлетворения, о которой сейчас наш разговор.

Смелое, нужно сказать, признание. Особенно по тем временам. Ведь и сейчас не очень принято (а точнее, не принято) признаваться в личном знакомстве с этой формой сексуального удовлетворения, хотя известна она всем мужчинам и большинству женщин. Такая неоткровенность отнюдь не случайна: негативная оценка ее – одна из давних традиций цивилизации.

Эта оценка содержится уже в Библии. Некто Онан, сын Иуды, должен был жить половой жизнью с Фамарью, вдовой своего брата Ира. Но он не хотел этого. Хотя по обычаям тех времен вдова умершего брата становилась женой живого. Таков был закон той ступени развития брачно-семейных отношений у евреев. Нужно сказать, что Онана, отказавшегося следовать этому обычаю, побуждали отнюдь не соображения морали. (Тогдашняя мораль вполне согласовывалась с названным законом, поэтому поведение Онана как раз и было аморальным.)

Так что же сдерживало брата покойного Ира? Да то, что если бы от сожительства его с Фамарью появились дети, они считались бы детьми покойного, и как таковые – унаследовали бы его имущество. Вот Онан и проливал «семя на землю»... «Зло было перед очами Господа то, что он сделал, и он умертвил его». («Бытие», гл. 38.) Так строго был наказан тот, чье имя дало название онанизму.

Впрочем, существует и другое мнение: Онан вовсе не был «онанистом». Предполагают, что пролитие семени на землю происходило в результате прерванного полового сношения. Трудно сказать, какая из этих трактовок действий Онана верна. Но даже если он практиковал самоудовлетворение, называть это явление онанизмом вряд ли стоило. Самоудовлетворение половой потребности распространено и у женщин, а ведь они не проливают «семя на землю».

Негативная оценка сексуального самоудовлетворения содержится и в русском названии этого явления – рукоблудие. Отметим, что последний термин еще и указывает на то, с помощью чего достигается самоудовлетворение. Но поскольку руки при самоудовлетворении используются не всегда, то и это название недостаточно точно.

Такое же указание – на руки – содержится и в латинском термине, которым пользуются в научной литературе – мастурбация. Первая часть этого слова происходит от слова «manus» – рука. Сложнее определить происхождение второй части. По одной версии – это слово «turbo», указывающее на движение. Если так, то «мастурбация» переводится как «движимое рукой». Но есть и другой вариант перевода, очень близкий к негативному «рукоблудие». Считается возможным, что вторая часть слова происходит от «sturbo» – «оскверняю». То есть – «рукой оскверняю».

Наконец, есть еще один термин для обозначения рассматриваемого явления – ипсация (от латинского слова «ipse» – «сам»). Он не содержит ни оценки явления самоудовлетворения, ни указания на технику, применяемую при нем. А так как оценка и техника в действительности весьма различны, то, как представляется, ипсация – более удачный термин из всех приведенных. Но так сложилось, что именно он и менее всего употребляется.

Поводы для негативной оценки онанизма бывают самые разные.

В прошлом они часто связывались с представлением об ограниченности запаса спермы у мужчины. Великий Гиппократ, например, считал, что сперма – это соки организма, растрата которых ведет к идиотизму.

Представления о тяжелом вреде для здоровья, наносимым онанизмом, заставляли использовать все, что только возможно для борьбы с ним. Главными средствами были малоэффективные во все времена запугивания и наказания. Были даже прецеденты кастрации. В Англии, времен королевы Виктории, продавались специальные сеточки, которые надевались мальчикам на член и запирались. Немецкий сексопатолог Зигмунд Шнабль утверждает, что и в наши дни находятся люди, которые привязывают на ночь руки детей к кроваткам, дабы уберечь их от онанизма.

Конечно же, господствовавшие длительный период взгляды на греховность чувственной жизни, утверждавшие единственным предназначением сексуальности размножение, оказали значительное, пожалуй даже, решающее влияние в оценке онанизма. И хотя довольно давно – еще в XVI-XVIII веках учеными высказывались мнения о безвредности (а анатомом Фаллопием – даже об определенной пользе) онанизма для организма, прочно утвердившиеся стереотипы сознания еще долго заставляли заниматься поисками оснований для утверждений о его вреде.

Характерно в этом плане отношение к онанизму такого передового во многих взглядах ученого как Август Форель. В своем фундаментальном труде «Половой вопрос» он сделал следующее заключение по поводу онанизма: «Это, хотя не так опасно, как многие утверждают, представляет все же грубые и нечистые извращения полового инстинкта, которых всякий должен сторониться хотя бы уже из одного уважения к самому себе, – едва ли это нужно и объяснять. Мужчине, лишенному возможности нормально совокупляться, следует ограничиваться естественными поллюциями<sup>25</sup>, а женщине надо тщательно остерегаться искусственных раздражений вообще». Таким образом, критерий вредности онанизма у врача Фореля не медицинский, а основанный на этических нормах его времени.

Правда, в отношении вреда детского онанизма Форель приводит ряд аргументов медицинского характера: эта «страшная» – по его терминологии – привычка, придает ребенку нездоровый вид, делает его ленивым, вялым и пугливым, нарушает питание и пищеварение, расстраивает в будущем половой инстинкт, нарушает потенцию, способствует половым извращениям.

Однако, здесь же у Фореля можно прочесть следующее: «Самые неумеренные онанисты, вызывающие иногда истечение семени по нескольку раз в день... обыкновенно несколько не соответствуют распространенному представлению об онанисте, как о жалком существе. Нередко... они бывают такими же самоуверенными и ловкими, как и другие. Это просто неправда, что «всякого занимающегося онанизмом можно сразу узнавать по лицу и по манерам, как уверяют часто». Но после такого заключения медика следует заключение моралиста: «Несмотря на все, онанисты... все же сильно вредят себе во многих отношениях».

Надо признать, что Форель не был абсолютно неправ, когда говорил о вреде онанизма. Какой-то вред может быть. Но именно только – «может». Этот вред

<sup>25</sup> Поллюция – проходящая во сне разрядка сексуального напряжения, сопровождаемая эякуляцией и оргазмом. Нормальное физиологическое явление, происходящее с разной периодичностью у многих мужчин. Сексуальная разрядка во сне физиологична и для женщин.

выражается, скажем, в плохом самочувствии подростка, какой-то период слишком интенсивно использовавшим эту форму сексуальной разрядки. Но, напомним, что появление такого самочувствия бывает и при неумеренности по части половых сношений у взрослых. Причина плохого самочувствия, следовательно, не в онанизме, а в злоупотреблении им.

В редких случаях, когда онанизм дает большую степень сексуальной удовлетворенности, чем половой акт, его могут предпочитать последнему. Это может свидетельствовать о несовместимости половых партнеров, или о неправильном их поведении во время полового акта и неадекватной сексуальной стимуляции. Таким образом, и в этом случае дело совсем не в онанизме.

Самый серьезный «вред» онанизма – психологический прессинг общества, обсуждающего такую форму сексуального удовлетворения. Ребенка, подростка, юношу или девушку, мужчину или женщину этот прессинг может довести до глубокой психической депрессии, способствовать расстройству потенции и сексуального чувства.

Очень большое влияние на изменение традиционных представлений об онанизме оказал З. Фрейд. Первоначально его утверждения, что сексуальность у человека появляется не достижением им половой зрелости, а имеется изначально, с появлением его на свет, однако реализуется при этом не теми средствами, которые доступны взрослому, но недоступны, естественно, ребенку – вызывали всеобщее неприятие. Однако на стороне Фрейда была сильная аргументация и логика.

Так, Фрейд убедительно показал что сосание младенцев, являющееся сначала для них необходимым только для получения пищи и утоления голода, со временем становится необходимым и без этой цели. Оно начинает удовлетворять потребность в раздражении определенной зоны, а именно слизистой оболочки рта, являющейся, как известно, у взрослых одной из основных эрогенных зон, стимуляция которой происходит при поцелуях или орально-гинетальных контактах<sup>26</sup>.

По мнению Фрейда, маленький ребенок может испытывать удовольствие также и от дефекации. И здесь оно достигается за счет раздражения эрогенной зоны – заднего прохода.

«Среди эрогенных зон детского тела имеется одна, которая играет несомненно, не первую роль и не может также быть носителем самых ранних сексуальных переживаний, но которой в будущем предназначается большая роль», – писал Фрейд. «Она у мальчиков и у девочек имеет отношение к мочеиспусканию. Сексуальные проявления этой эрогенной зоны, относящиеся к действительным половым частям, составляют начало позднейшей «нормальной» половой жизни.

Благодаря анатомическому положению, раздражению выделениями, мытью и вытиранию при гигиеническом уходе и благодаря определенным случайным возбуждениям, ощущения удовольствия, которые способны давать эти части тела, неизбежно обращают на себя внимание ребенка уже в младенческом возрасте и будят потребность в их повторении».

Детский онанизм, по наблюдениям Фрейда, имеет три фазы развития: «Первая относится к младенческому возрасту, вторая – к кратковременному расцвету сексуальных проявлений в возрасте около четырех лет и лишь третья соответствует часто только принимаемому во внимание пубертатному онанизму»<sup>27</sup>. Хотя в первых фазах дети, как правило, достигают лишь «предварительного наслаждения», но и оно является достаточным побудительным мотивом для занятий онанизмом. Только девочки, как уже отмечалось, могут в этих возрастах испытывать «конечное наслаждение», однако бывает это довольно редко.

Из вышеизложенного вытекает два вывода:

<sup>26</sup> Фрейд (со ссылкой на доктора Таланта) приводит случай, когда сосание является способом сексуального удовлетворения взрослой девушки.

<sup>27</sup> Пубертатный онанизм – онанизм возраста полового созревания, т. е. 12-16 лет.

1. Через онанизм проходят, очевидно, почти все люди (по крайней мере – через две детские фазы).
2. Детский онанизм является важным этапом подготовки сексуальности взрослых.

По данным исследований А. Кинси к 15 годам онанизмом занимается 82 процента мальчиков. И. С. Кон указывает, что в 15-16 лет к нему прибегают 80-90 процентов мальчиков. Всего же к этой форме удовлетворения прибывают в молодые годы по разным источникам от 90 до 99 процентов мужчин. И это при активнейшей борьбе с этим явлением! Надо сказать, что эта борьба практически всегда заранее обречена на проигрыш. В юношеском возрасте половые железы работают, как правило, очень активно: это объяснимо с позиций природной целесообразности – человек должен как можно быстрее воспроизвестись, (возможность нынешнего относительного долголетия человека природой не запрограммирована.) В современных условиях юноши обычно не располагают возможностями иметь регулярные половые сношения (особенно в возрасте до 15 лет). А обусловленная гормональным фоном гиперсексуальность этого периода жизни требует регулярной разрядки. Таковую и дает онанизм. Попытки прекратить его, загружая юношу учебой, спортом, физической работой, ведут, как правило, лишь к большему или меньшему сокращению частоты онанизма, но не к его прекращению.

Лишь ценой огромных усилий очень немногим юношам удастся прекратить онанировать. Психическая нагрузка при этом бывает столь значительна, что делает некоторых из них пациентами психиатров. Разве можно считать такой исход выигрышем? Кстати, неудавшиеся попытки бросить онанировать очень часто также не безвредны. Это, во-первых, связано с напряженной борьбой с самим собой во время такой попытки, во-вторых, с подрывом веры в собственную силу воли после того, как попытка не удалась. Нередко вред приносят запугивания последствиями онанизма, такими как импотенция, бесплодие, слабоумие, слабое физическое здоровье. Следствие таких запугиваний – напряженное ожидание расплаты за «юношеский грех», восприятие любого затруднения в сексуальной жизни (например, затруднения с потенцией) как такой расплаты. А отсюда комплексы, депрессии, которые отнюдь не всегда удается преодолеть.

Пубертатный онанизм у девушек распространен значительно меньше, чем у юношей. (Хотя до начала пубертата количество онанирующих девочек более чем вдвое превышает количество мальчиков.) Опрос В. В. Данилова свидетельствует, что в контингенте девушек в возрасте 15,5 лет с ним знакомо только 37,4 процента, что в два с лишним раза меньше распространенности онанизма у юношей того же возраста. По данным нашего анонимного анкетирования более чем двухсот женщин-медиков, совершеннолетие которых было достигнуто на рубеже 50-60-х годов, на знакомство с онанизмом, доставляющим оргазм, к 16-ти годам указало лишь 29 процентов. Наш же опрос 17-18-летних выпускниц медучилища 80-х годов показал, что в этом возрасте с онанизмом было знакомо около 40 процентов. По данным В. В. Данилова к 18,5 годам опыт онанирования имеют 65,8 процента женщин.

Если показатель максимального количества онанировавших у мужчин можно отметить уже где-то годам к 20-ти, то у женщин он продолжает увеличиваться еще многие годы, так как период наиболее массового и интенсивного использования этой формы сексуального удовлетворения приходится на возраст 35-40 лет. Иногда впервые прибегают к онанизму даже женщины, вступившие в климактерический период (когда нередко происходит значительное усиление половой потребности). Давний опрос Альфреда Кинси засвидетельствовал, что в то время когда-либо в жизни прибегало к онанизму 60 процентов женщин. По данным Г. Хамильтона, среди женщин с высшим образованием к нему прибегает 74 процента. Названный выше наш опрос женщин-медиков показал, что число пользовавшихся этой формой сексуального удовлетворения к моменту опроса составляет около 73 процентов.

Таким образом, общее число когда-либо занимавшихся онанизмом у женщин заметно ниже, чем у мужчин. Но показатели эти имеют явную тенденцию роста. Отчасти, может быть, этот рост связан с большей откровенностью современных респондентов и совершенствованием методов исследований. Однако, как представляется, главная причина – в выработавшихся в процессе сексуальной революции более высоких установках людей на сексуальную удовлетворенность и большей приемлемости онанизма как формы достижения такой удовлетворенности.

Современная сексопатология исходит из безвредности онанизма, за исключением случаев злоупотребления им<sup>28</sup>. Более того, существует немало ситуаций, в которых этот способ удовлетворения полезен и даже необходим. Так, для девушек онанизм является своего рода подготовкой к будущей половой жизни. Известный сексопатолог проф. Свядош пишет: «Приобретение опыта в переживании оргазма до начала половой жизни способствует более быстрой адаптации во время половой жизни». По данным другого известного сексопатолога проф. Г. С. Васильченко у женщин, онанировавших до начала половых сношений, сексуальная холодность, аноргазмия встречается втрое реже, чем у тех, кто онанизмом не занимался.

Таким образом, борьба с онанизмом у девочек и девушек – это, по сути, борьба с предпосылками их удовлетворенности будущей половой жизнью. И нужно сказать, что борьба эта нередко кончается «победой». Внушения, угрозы, наказания гораздо успешнее чем в отношении юношей, действуют на девушек. Потом, правда, им не так уж редко приходится с трудом преодолевать в молодости отвращение к сексу, лечиться от фригидности.

Необходимо, наконец, прекратить эту бессмысленную борьбу против естественной, безвредной и не бесполезной формы сексуального удовлетворения у молодежи обоего пола, ведущуюся уже многие столетия. Образцом правильного отношения к этому явлению может быть рекомендация из брошюры американского педагога: «Если ваш сын начал заниматься этим за обеденным столом, скажите ему, чтобы он отложил это занятие до конца обеда, а потом шел в свою комнату». («Секс в школе?» – Литературная газета, 02.05.90.) Из этой рекомендации следует, что бороться надо не с онанизмом, а с поведением, которое игнорирует принятые приличия и чувства других людей.

Онанизм является средством разрядки и поддержания половой «формы» для лиц обоего пола в период отсутствия сексуальных контактов. Современная наука располагает достаточно убедительными аргументами в пользу доказательства ошибочности существующего уже немало веков убеждения о безболезненности и даже пользе длительного полового воздержания. Так, у лиц с сильной половой конституцией, обуславливающей высокий уровень половых потребностей, длительное воздержание нередко становится причиной возникновения неврозов и даже соматических (телесных) расстройств. Многие из тех женщин, которые не испытывают заметных трудностей в период воздержания, сталкиваются с ними после его окончания, так как появляются отсутствующие в период, предшествующий воздержанию проблемы с достижением оргазма.

У мужчин длительное воздержание приводит к ослаблению потенции за счет избыточного накопления в простате секрета, тормозящего деятельность половой сферы. Для мужчин старше 45 лет такое воздержание угрожает необратимым угасанием половой

<sup>28</sup> Сравните, например, приведенное нами выше заключение о вреде онанизма у детей А. Фореля с тем, что писал об этом всего через пятьдесят лет известный американский педиатр и психолог Аллан Фромм в книге «Азбука для родителей»: «Все дети занимаются мастурбацией, и хорошо, что они это делают. Во-первых, это совершенно естественно. Во-вторых, дает им возможность познакомиться с чувствительной частью своего тела, с той частью, которую впоследствии они будут использовать для получения наслаждения. В-третьих, это просто приятное занятие. Что бы ни говорили по этому поводу ханжи и старые девы, мастурбация не причиняет никакого вреда – ни физического, ни морального – развитию ребенка». Ограничивать онанизм нужно, по мнению Фромма, только у замкнутых на внутренние переживания (так наз. интровертированных) детей, так как это может усугубить их замкнутость.

функции. Всех этих неприятных последствий помогает избежать практически всегда доступное самоудовлетворение.

Современная сексология считает онанизм важнейшим средством лечения женской фригидности. Знаменитый американский сексолог Альфред Кинси утверждал даже, что онанизм излечил от фригидности больше женщин, чем все врачи, вместе взятые. Не менее знаменитые его соотечественники В. Мастерс и В. Джонсон разработали методики мануальной и вибрационной стимуляции эрогенных зон, с помощью которых фригидные женщины самостоятельно научаются достигать оргазма. (О методиках лечения с помощью онанизма преждевременной эякуляции мы писали выше.)

В популярных сексологических изданиях, выходящих за рубежом, мы встречали рекомендации для супругов во время разлуки предпочесть самоудовлетворение внебрачным половым сношениям. Это-де более морально и способствует прочности семьи. Такие же рекомендации адресованы супругам, половые потребности и возможности которых не совпадают. (Так, у женщин пик их сексуальности приходится на 35-40 лет, когда у их мужей обычно несколько старших по возрасту, часто происходит снижение сексуальных возможностей.) Людям, не имеющим стабильных сексуальных партнеров, рекомендуют предпочесть онанизм случайным половым контактам, угрожающих венерическими заболеваниями и даже СПИДом. А женщинам еще и напоминают, что онанизм не грозит им нежелательной беременностью.

Надо думать, что приведенные рекомендации не безынтересны и бесполезны и для наших соотечественников.

В странах, уже прошедших через сексуальную революцию, не только позволяют себе рекомендовать онанизм в некоторых ситуациях и периодах жизни. Там выпускают и приспособления для него. Следует сказать, что такие приспособления появились в очень давние времена. В теплых климатических зонах Америки, например, женщины использовали для онанизма бананы, сама форма которых как бы подсказывает возможность такого применения. (Нам приходилось читать о поверье, существующем в Центральной Америке, согласно которому Ева соблазнилась в раю не яблоком, а бананом.) В Европе и Азии для женского онанизма изготавливались так называемые дилдосы или приапы, имитирующие половой член. А. де Мюссе описывает применение полового приапа, наполняемого теплым молоком. В Японии и некоторых других азиатских странах использовались и используются так называемые гариката – имитаторы полового члена, имеющие головку на обоих концах, что позволяет употреблять их и для гомосексуальных сношений женщин.

В таких известных западных посылторговских каталогах как Квилле или Отто помимо десятков видов презервативов, пособий по технике секса, книг и видеокассет эротического содержания предлагаются и вибромассажеры для стимуляции эрогенных зон, влагалища и вульвы, грудных желез. Товар, как товар.

Правда, надувные и наливные муляжи, изображающие женщин, искусственные влагалища, предназначенные для использования мужчинами, в солидных каталогах не предлагаются. Для этого есть специальные издания.

Несколько слов о технике онанизма. Мужчины чаще всего раздражают пенис рукой, совершая возвратно-поступательные движения обтягивающей его эластичной кожи. Иногда предпочтение отдается возбуждению головки члена рукой или трением о живот, ногу, мягкий предмет.

Женщины раздражают самые чувствительные эрогенные зоны – иногда сразу несколько. Обычно это клитор, влагалище, малые половые губы, анус, грудные соски. Воздействие на них оказывается руками, предметами, струей теплой воды. Как указал на это еще А. Форель, некоторые женщины обладают возможностью проведения автокуннилингвуса (автоминетта), дотягиваясь ртом до половых органов. Нередко оргазм достигается путем ритмичного сжатия и расслабления бедер.

И у мужчин, и у женщин встречается групповой онанизм – обычно в подростковом возрасте или в ситуациях полной изолированности от другого пола. Он нежелателен тем, что в процессе его может выработаться привычка видеть в однополых лицах сексуальных партнеров, что является предпосылкой возникновения гомосексуальной практики.

Встречается и групповой онанизм разнополых лиц. Впрочем, большей частью такие случаи скорее являются петтингом.

Завершая разговор об онанизме, отметим, что, несмотря на положительные стороны этой формы удовлетворения половой потребности, – физической и психологической близости с другим человеком он, обычно, не дает. Другие формы, при которых сексуальная активность в меньшей степени направлена на себя, а в большей – на полового партнера, которого, как правило, нет при онанизме, способны оказывать несравнимо большее психологическое удовлетворение. Такой формой, помимо полового сношения, является петтинг, о котором мы уже говорили.

Форма достижения сексуального удовлетворения, о которой пойдет речь дальше, подобно онанизму, осуждена в Библии. Причем, за нее Бог покарал не только тех, кто ею пользовался, но и все население двух городов – Содома и Гоморры, за исключением праведника Лота, его жены и двух дочерей. Книга «Бытие» повествует о том, что мужское население Содома пожелало изнасиловать двух пришедших в город мужчин, которые в действительности были ангелами, посланными Господом, чтобы убедиться, есть ли в Содоме хоть десять праведников, ради которых стоит сохранить город от уничтожения. Убедившись в дурных нравах горожан, Бог сперва ослепил их, а затем вывел из Содома семью Лота, уничтожил этот город, а заодно и Гоморру, залив их горящей серой.

В связи с тем, что горожане предприняли попытку изнасиловать пришельцев, можно было бы предположить, что это усугубило их вину и стало причиной столь суровой кары. Но в действительности, насилие, видимо, грехом не считалось. Так, дочери праведника Лота, через некоторое время после бегства их из Содома, где вместе с другими жителями погибли и их женихи, ради того, чтобы иметь потомство, подпоили отца, и изнасиловали его. Никакого наказания ни за насилие, ни за инцест – половую связь между ближайшими кровными родственниками – они не понесли.

Так что, столь сильный гнев Бога был вызван, видимо, только гомосексуальной направленностью поведения мужчин Содома. Такое поведение, как и онанизм, осуждалось за то, что не имело направленности на размножение<sup>29</sup>.

Надо сказать, что история знает множество прецедентов совсем иного отношения к гомосексуализму<sup>30</sup>. Так, например, еще в Древнем Египте гомосексуализм допускался религиозными верованиями египтян, о чем свидетельствует их представление о гомосексуальности богов Фета и Горуса. Греки также приписывали гомосексуальные отношения некоторым своим богам. Это отражало большую распространенность этой формы сексуальных контактов в греческих государствах. Правда, допускались они там только у свободных граждан и запрещались у рабов, так как рабовладельческое общество было заинтересовано в росте численности последних. (У свободных же граждан существовавшее значительный период греческой истории расширенное воспроизводство поколений делало необходимой миграцию части населения на относительно малозаселенные территории вне Греции, например, в северное Причерноморье.)

Именно из Греции пришло к нам большинство терминов, связанных с гомосексуальными отношениями: уранизм – мужской гомосексуализм (по имени богини Урании, которую родил бог Уран, и которая, в свою очередь, родила урнинггов – мужчин гомосексуалистов; лесбийская любовь или сафизм – женский гомосексуализм (по

<sup>29</sup> Зато подобно тому, как не было осуждено Библией поведение дочерей Лота, не было осуждено и поведение вдовы брата Онана Фамари, которая, переодевшись блудницей, имела половое сношение со своим свекром – отцом Онана и покойного Ира с тем, чтобы забеременеть.

<sup>30</sup> Первая часть термина «гомосексуальное» (гомосексуальность) происходит от греческого «гомойос» – одинаковый, равный. Т. е. буквальный перевод его – «одинаковополое», «равнополое».

названию острова Лесбоса, где якобы, особенно процветала такая форма сексуальных отношений, и его жительницы – знаменитой поэтессы Сафо, бывшей, как утверждалось, большой их приверженницей). Разновидность женского гомосексуализма, при котором удовлетворение достигается трением лобков и наружных половых органов партнерш, греки называли трибадией, а использующих его женщин – трибадами (от слова «требеин» – тереть). Мужской гомосексуализм, при котором производится сношение в анальное отверстие, они называли педерастией («пайдерастиа» – любовь к мальчикам).

У греков особо почиталась дружба между взрослыми мужчинами и юношами, которая скреплялась гомосексуальной близостью. В Спарте отношения между взрослым мужчиной и юношей даже считались браком, который прекращался, когда юноша вырос и у него начинали расти волосы на лице и на теле.

Длительное время главную цель мужских гомосексуальных союзов греки видели в обеспечении полноценного воспитания юношей под руководством старших – подготовке из них храбрых и умелых воинов. Позже на первое место стала выдвигаться эмоциональная близость. Любовники даже совершали паломничество к могиле Ялноса, возлюбленного Геракла, где давали клятву вечной любви.

Распространенным был гомосексуализм и в Римской империи. Особыми приверженцами его была знать обоего пола. Только в IV веке до н. э. император Константин Великий, признавший христианство, запретил его под страхом смертной казни. В некоторых странах Азии, Африки и Америки относительно легальные гомосексуальные отношения у какой-то части коренного населения распространены и поныне.

Так что привитая иудаизмом и христианством однозначно отрицательная оценка гомосексуализма в нашей цивилизации, не всегда и не везде была и является общепринятой. Но и у нас, несмотря на давние традиции полного его неприятия, гомосексуализм существует, причем в довольно значительных масштабах.

Опубликованные А. Кинси и его соавторами еще в конце 40-х годов сводные данные анонимных опросов американских мужчин о распространенности гомосексуализма были восприняты как потрясающее откровение. В этой стране, с довольно еще крепкими тогда пуританскими традициями, опыт гомосексуальных отношений, хотя бы однократный, признало 48 процентов опрошенных. 25 процентов мужчин в возрасте от 16 до 55 лет имело по несколько гомосексуальных контактов. 18 процентов имело в течение, по меньшей мере, трех лет приблизительно равное количество гомо- и гетеросексуальных сношений. 10 процентов мужчин в течение не менее чем трех лет вели исключительно гомосексуальную жизнь, 4 процента вели ее постоянно.

Опубликованные этими же авторами в начале 50-х годов данные о женском гомосексуальном поведении были менее впечатляющими, но говорили о достаточно большой распространенности и этого явления. Согласно опросов, к 40 годам гомосексуальные отношения, хотя бы однажды, имело 19 процентов американок. Исключительно гомосексуальную жизнь вел 1 процент женщин.

Подсчеты разных исследователей дают следующие показатели относительной численности контингентов с исключительно гомосексуальной ориентацией у полов: у мужчин – от 1 до 6 процентов, у женщин – от 1 до 4 процентов. Даже минимальный показатель (1 процент) означает, что в каждом миллионе взрослых людей – 20000 исключительно гомосексуальных мужчин и женщин. В 3,5 миллиарда взрослого населения планеты их, как минимум, у миллионов. Людей же, ведущих бисексуальную жизнь (т. е. имеющих и гетеро- и гомосексуальные контакты), не одна сотня миллионов.

Исключительно гомосексуальные мужчины играют в гомосексуальных отношениях пассивную, «женскую» роль. У женщин ситуация обратная – исключительно гомосексуальна здесь активная сторона. Правда, у мужчин пассивный партнер вовсе не обязательно может быть исключительно гомосексуальным, а исполнять эту роль в связи с

физическим или экономическим принуждением (у подростков – и из любопытства). У женщин – активных гомосексуалок отсутствует желание гетеросексуальных отношений, но опыт их иногда бывает. Он может быть связан с неудачной попыткой попробовать быть «как все» или с принуждением.

Активные гомосексуалисты-мужчины и пассивные – женщины обычно имеют опыт и гетеросексуальных контактов, т. е. они бисексуальны. (При гомосексуальных отношениях ими исполняются характерные, именно для своего пола, соответственно, активные и пассивные роли.) Бисексуализм обусловлен воспитанием человека, не обязательно сознательным, и жизненной ситуацией. Так в условиях изолированности от другого пола, например, в тюрьмах, гомосексуальные контакты вчерашних гетеросексуалов становятся массовыми. Особенно это характерно для женских тюрем, так как легко ранимая женская психика вынуждает искать эмоциональной поддержки у другого лица, а таковая там чаще всего возникает с сексуальным партнером. После изменения ситуации, гетеросексуальные отношения нередко через какой-то срок возобновляются. Но не всегда. Воспитанная привычка, сложившиеся отношения могут вытеснить прежние. Но, во всяком случае, путь к гетеросексуальным отношениям таким людям не заказан.

Исключительно гомосексуальная направленность лица связана с его психофизиологическим развитием, которое, возможно, имеет генетические предпосылки. Очевидно, что такого человека переделать нельзя. А потому общественный остракизм, а тем более уголовное наказание, которому подвергались в СССР гомосексуалисты-мужчины, в отношении их – иначе как неоправданной жестокостью не назовешь. (И отмена независимой Украиной действия соответствующего уголовного закона на своей территории является актом гуманизма и справедливости.)

Другое дело, как может показаться на первый взгляд, поведение бисексуальных лиц. Ведь их природа не препятствует гетеросексуальному поведению. И общество, вроде бы, вправе карать таких людей за неподчинение своим писаным и неписаным нормам. Но прежде чем настаивать на таком праве, нужно задать себе вопрос: а чем опасны для общества такие люди? И справедливы ли те нормы, которые осуждают их?

«Законы слишком строги и смотрят на дело с неправильной точки зрения. В конце концов гомосексуальная любовь, пока она не покушается на несовершеннолетних и невменяемых, довольно безвредна...» – писал еще в начале века Август Форель.

Если инцест, например, может стать причиной появления генетически ущербного потомства, угрозой ухудшения генофонда человечества, то тут запреты общества в достаточной мере оправданы (хотя, наверное, не во всех конкретных случаях).

Но гедонистическая ориентация (гедонизм – стремление к удовольствиям) современной сексуальной жизни делает неоправданным отрицание права гомо- и бисексуальности на существование. Отметим, что на Западе законодательство и общественное мнение относятся к ним теперь довольно либерально. Таковым должен стать и наш подход. Хотя отрицательное отношение общества к гомосексуализму в определенном аспекте оправдано. При всей сегодняшней отделенности чувственной сексуальной жизни от размножения, последнее все же весьма зависимо от установившихся форм сексуальных контактов.

Предпочтение гомосексуальных контактов означает, хотя и не всегда, но весьма часто, отказ от гетеросексуального брака, а следовательно, и от физического воспроизводства человека. Это, в свою очередь, при большой распространенности гомосексуализма может стать причиной суженного воспроизводства поколений, прогрессирующей депопуляции, то есть вырождения основы и субъекта всей общественной жизни – человека. Поэтому общество вправе противодействовать созданию подобной ситуации. (Но не уголовными репрессиями!)

Одновременно с процессом пересмотра нынешней нашей позиции в отношении гомосексуалов, нужно стремиться к созданию условий, уменьшающих риск воспитания

гомосексуальных наклонностей. Для этого, например, нужно избегать создания замкнутых однополых коллективов, особенно подросткового и юношеского возраста, в которых риск формирования гомосексуальных установок весьма значителен<sup>31</sup>. Необходимо также не допускать пропаганды гомосексуализма, но различными средствами показывать привлекательность гетеросексуальных отношений, разнополой любви, значимость репродуктивной деятельности людей для них самих и для всего общества.

Завершив разговор о **гомосексуализме**, выскажемся о необходимости не смешивать эту форму сексуальной жизни с так называемым трансвестизмом («вестис» – по греч. одежда), который заключается в стремлении к ношению одежды, несвойственной своему полу.

У траисвестистов нарушена половая аутоидентификация. Трансвестисты-мужчины ощущают себя женщинами, женщины – мужчинами. Такая идентификация действительно нередко, по некоторым данным – в половине случаев трансвестизма, обращает их к гомосексуализму. Но не всегда. Многие трансвестисты живут гетеросексуальной жизнью, некоторые воздерживаются от любых сексуальных контактов.

Издавна существует преимущественно негативное отношение к трансвестизму. Так, еще в законах Моисея (того самого, который вывел евреев из Египта и которому Бог на горе Синай дал скрижали с десятью заповедями) ношение платья, несвойственного своему полу, объявлялось грехом. В числе обвинений, предъявленных Жанне д'Арк, было ношение мужского платья.

В наши дни положение трансвестистов, видимо, несколько проще. Во-первых, сейчас немало видов одежды и обуви одинаковы у обоих полов. (На Западе это явление получило название «унисекс».) Таковы: например, джинсы, рубашки, спортивные костюмы, куртки. К тому же, мужчины теперь носят длинные, как у женщин, волосы, а женщины могут иметь вполне мужскую прическу.

Но и эти возможности не всегда удовлетворяют людей с нарушенной половой аутоидентификацией. Некоторые из них стремятся к однозначному признанию за собой принадлежности к другому полу. Иногда для этого добиваются изменения гражданского пола, – то есть записи о поле в паспорте. Такое явление в сексологии называется **транссексуализмом**. Уже более 30-ти лет в мире делаются сложные многоступенчатые операции по изменению пола в соответствии с аутоидентификацией оперируемых. При этом изменяют не только вид половых органов и другие внешние половые признаки, но и деятельность половых желез.

Возможно, встречающееся у некоторых мужчин желание выносить ребенка также является проявлением транссексуализма. На Западе было проведено какое-то количество операций по имплантации мужчинам в специально сформированный орган оплодотворенных зародышей. При этом производилась перестройка гормональной деятельности организмов, что, по сути, означало, что эти люди переставали быть мужчинами. Но и женщинами они, естественно, не становились. Таким образом, плод вынашивали искусственно созданные гермафродиты.

Трансвестизм и транссексуализм – явления довольно редкие. Общественной опасности они практически не имеют.

**«Содомским грехом»** – называют не только гомосексуализм, но и так называемую зоосодомию (зоофилию, скотоложство), заключающуюся в половых контактах с животными или птицами. Явление это, судя по всему, встречалось во все времена и во

<sup>31</sup> Это касается не только мужских, но и женских коллективов. Еще А. Форель отмечал, что у девушек и женщин, взаимная нежность и ласки которых воспринимаются достаточно естественно, эти ласки легко могут переходить в сексуально возбуждающие. Если признать верным тезис ряда сексопатологов, что сны женщин, в которых им снятся ласки других женщин, свидетельствуют о предрасположенности к гомосексуальным контактам, то такая предрасположенность есть у 32-37 процентов женщин. Именно таковыми были показатели, полученные нами в 2-х социологических исследованиях, проведенных в разные годы.

многих культурах не осуждалось. Даже богам приписывалась половая связь с животными, а наружность некоторых богов и мифических существ, например, кентавров, русалок – свидетельствовала об их происхождении от людей и животных. По поверьям многих народов, иногда их боги приобретали вид животных, птиц или насекомых, чтобы иметь половые сношения с людьми. (Выше уже приводились некоторые примеры этого: Зевс в облике лебедя и муравья для близости с Ледой и Клиторис.)

Даже в русских сказках есть отголоски терпимости языческих времен к рассматриваемому варианту половых связей (царевна-лягушка, царевна-лебедь). В «Золотом осле» Апулея удивление половыми сношениями женщины с ослом связано, кажется, только с несоразмерностью их половых органов.

Иногда зоосодомия приобретала большие масштабы и специально организовывалась. Так, в связи с необходимостью удовлетворения половых нужд римских легионеров, за выступившими в поход легионами гнались большие стада коз и овец.

Но и неприятие зоосодомии имеет достаточно древнюю историю. У древних иудеев она считалась большим грехом и наказывалась смертью. Столь же сурово относилось к зоосодомии христианство. В средние века уличенный в этом грехе человек сжигался на костре вместе с животным, с которым он согрешил.

Половые контакты людей могут быть с самыми разными животными. В «Тысяче и одной ночи» описывается сношение женщины с медведем. (Впрочем, это больше похоже на вымысел.) В индийском храме Кхаюраджо есть барельеф, изображающий сношение мужчины с лошадей. А. де Мюссе в «Графине Гамиани» описывает коитусы женщин с ослом, обезьяной, собакой. А. Толстой в «Возмездии» – фелляцию с котенком. В специальной литературе есть ссылки на коитусы мужчин с гусями, кроликами, ослицами, коровами, овцами, козами, собаками (с мелкими животными и птицами коитусы совершались в анус). Есть описания коитусов женщин с собаками<sup>32</sup>. Чаще же ими используется куннилингус (минет) с кошками или собаками. В одном известном нам случае, женщина натренировала небольшую собаку для куннилингвуса, капая себе на клитор сметану, которую собака слизывала.

Желание половых контактов исключительно с животными, насколько нам известно, встречается только у некоторых дебильных лиц, у которых эти контакты вошли в привычку. Предпочтение им могут отдавать и некоторые субъекты с садистскими наклонностями, которых привлекает возможность безнаказанно мучить, калечить животных или птиц.

В прочих случаях зоосодомия чаще связана с ситуацией, неблагоприятной для половых контактов с людьми и благоприятных – с животными. Так, по некоторым исследованиям, половые контакты с животными имел примерно каждый шестой подросток-мальчик, живущий в сельской местности. (По данным А. Кинси – 17 процентов.) В городах же это явление распространено заметно меньше.

В оценке зоосодомии нам кажется нужно согласиться с А. Форелем: «В этом «страшнейшем из всех грехов Содомы» мы не можем видеть, глядя с беспристрастной точки зрения (исключая мучительство животных, если дело идет об очень мелких) ни ужасного греха, ни преступления».

«Грехом и преступлением» (пользуясь терминологией Фореля) следует считать мучения, наносимые другому человеку (или людям) с целью достижения собственного сексуального удовольствия. Именно в этом суть **садизма**, о котором ничего не говорится в

<sup>32</sup> Вскоре после свержения правительства Альенде в Чили – мировую печать обошло известие о специфическом издевательстве, применяемом чилийской спецслужбой в отношении арестованных женщин. О нем рассказала подвергшаяся ему врач-англичанка. Она была обездвижена на специальном ложе-станке, где с ней произвела коитус натренированная для этой цели овчарка. Этот случай следует оценивать не как зоосодомию, а как садизм, но он свидетельствует о возможности тренировки самцов животных для половых контактов с женщинами.

Библии), хотя существовал он, разумеется, во все времена, правда, не имея нынешнего своего названия.

Мучения, причиняемые садистом, могут быть психического или физического характера, или того и другого одновременно. Садист может болезненно щипать, кусать, избивать свою жертву до или во время полового или онанистического акта, говорить оскорбительные для нее вещи и демонстрировать такие же жесты. Бывает, что оргазм у садиста наступает от одного вида мучений, без воздействия на половые органы. Иногда садисты сами не осознают связи между стремлением к издевательствам и мучениям других людей и своими половыми потребностями. Такие случаи можно объяснить отсутствием оргазма во время садистских действий. Имеющееся же при этом «предварительное наслаждение» не осознается как сексуальное, коль не было произведено специфических сексуальных действий<sup>33</sup>.

Наибольшую общественную опасность садизм имеет в крайних своих формах – покушениях на убийства и убийствах<sup>34</sup>.

«Оборотной стороной» садизма является **мазохизм**. Термин этот происходит от фамилии нашего бывшего земляка (он родился во Львове), австрийского писателя Леопольда Захер-Мазоха. В своих произведениях он, в частности, описывал и явление, которое носит сейчас его имя – сладострастные переживания подвергаемого мучениям человека. Такого рода удовольствия могут быть следствием случайно установившейся условнорефлекторной связи между чувством боли и половым возбуждением. Хорошо известен случай, описанный Жан-Жаком Руссо в «Исповеди», где он рассказал о случаях своего наказания поркой в детские годы со стороны воспитательницы, в которую Жан-Жак был влюблен. Такие порки вызывали у него не только боль и стыд, но и приятные сексуальные ощущения, в связи с чем он стремился вновь подвергнуться наказанию. Видимо, заметив этот необычный эффект порока, воспитательница прекратила их. Но появившееся у мальчика желание быть наказываемым и унижаемым женщиной – не исчезло.

Часто мазохизм связан с садизмом. Это бывает не только при «идеальном» подборе половых партнеров, один из которых садист, а другой – мазохист. Нередко садистские и мазохистские наклонности сосуществуют в одном человеке. Такое сочетание наблюдалось у самого маркиза де Сада, который был одержим страстью мучить людей, но и от собственных мучений получал удовольствие. Так, в одном случае де Сад угостил женщину каким-то отравленным лакомством из мяса, после чего она испытывала сильные страдания. Но маркиз и сам угостился этим лакомством, что доставило ему такие же ощущения.

А. де Мюссе в финале «Графини Гамиани» описывает, как графиня приняла вместе со своей любовницей Фанни яд и, умирая, упивалась ее и собственными страданиями.

В связи с указанной связью садизма и мазохизма, эти явления иногда называют садомазохизмом. Есть и другой термин – альголагния (по греч. – «мучительное сладострастие»). Употребляя последнее название в случае садистических проявлений, говорят об активной альголагнии, в случаях мазохизма – о пассивной.

Причины возникновения садизма и мазохизма в каждом конкретном случае могут иметь какие-то различия. Но, видимо, важнейшей предпосылкой садизма, чаще встречающегося у мужчин, чем у женщин, есть остатки атавистического инстинкта половой агрессии, проявившиеся и закрепившиеся в благоприятных для своего развития условиях. Женщины-садисты обычно обладают маскулинными (мужскими) чертами

<sup>33</sup> Так, одна жестокая в отношениях со своими детьми женщина, после сильной порки последних за любую провинность, занималась онанизмом «чтобы успокоиться». Она не осознавала действительной сущности связей этих явлений.

<sup>34</sup> Одним из проявлений садизма, можно считать и некрофилию, при которой сексуальные действия производятся с трупом. Даже если некрофил сам не совершает убийства, а пользуется телом мертвеца, умерщвленного другими или умершего естественной смертью, такие действия нельзя оценить иначе как издевательства.

характера. Мазохизм же, чаще встречающийся у женщин (в характере мужчин, которым он свойственен, обычно есть феминные черты), видимо связан со столь же атавистическим инстинктом, который можно назвать «инстинктом отдавания», проявляющемся как подчиненность половой агрессивности. Проявление мазохистских черт у садистов скорее всего связано с сильной положительной реакцией на любые мучения, в связи с чем так воспринимаются и собственные.

Общественной опасностью мазохизма, как нам представляется, является его возможное провоцирование возникновения садизма. Наказывать за это, конечно, нельзя. Мазохистов можно только лечить методами психотерапии.

Лечить нужно и садистские наклонности. Если же таковые проявляются достаточно жестоким образом, то здесь необходимо адекватное наказание (сочетаемое, при возможности, с лечением).

Необычными вариантами половой активности являются **вуайеризм**, **эксгибиционизм** и **фроттеризм**. У всех этих вариантов есть то общее, что действия, ведущие к сексуальному удовлетворению, здесь направлены на лиц, не желающих, как правило, быть их объектами. Это является основанием для негативной оценки таких действий.

**Вуайеризм** – стремление к подглядыванию сексуальных действий или обнаженных людей, особенно их половых органов. Чаще встречается у мужчин. Вообще, в стремлении видеть названное выше, нет ничего противоестественного. Но возникшая, чаще в подростковом и юношеском возрасте, привычка к подглядыванию, иногда закрепляется, становится навязчивой и необходимой для получения полового удовлетворения. Такое состояние обычно можно преодолеть с помощью психотерапии. Западные специалисты отмечают некоторое уменьшение частоты возникновения вуайеризма, объясняя это относительно большой доступностью вида нагого тела и знаний о половых отправлениях людей для детей и подростков в настоящее время, что часто препятствует возникновению желания подглядывать.

**Эксгибиционизм** – страсть к демонстрированию половых органов. В основе ее – закрепившаяся, часто еще в детстве, условнорефлекторная связь между обнажением полового члена при женщинах и девочках и чувством удовольствия. А. М. Свядоц дает типичное описание одного такого случая: 32-летний учитель, женатый, имеющий двух дочерей, был задержан милицией, когда показывал свой член 7-8-летним девочкам. «Когда ему было 4-5 лет, жил в деревне и часто бегал без штанишек. Сестра и ее подружки 7-8 лет часто играли с его половыми органами, «завязывали бантики» на его члене. В 15 лет стал онанировать, представляя себе прикосновение к его половому органу девочек 7-8 лет, затем перешел к эксгибиционизму перед девочками этого возраста. Для наступления оргазма иногда достаточно было показать девочкам свой половой орган, иногда же требовалась дополнительная мастурбация».

В специальной литературе можно встретить утверждение, что у женщин эксгибиционизм не встречается. Но, видимо, это не так. Вот известный нам случай женского эксгибиционизма: 30-летняя работница пекарни подолгу находилась в раздевалке своего предприятия при переодевании и умывании, полностью при этом обнажаясь. Окна раздевалки выходили во двор частного дома, где жил юноша, регулярно подглядывавший за ней. Выяснилось, что однажды замеченное подглядывание смутило, но, вместе с тем, и возбудило женщину. Ночью ей приснилась эта ситуация, причем она достигла оргазма. Заметив, что подглядывание продолжается, она стала специально обнажаться и ходить в таком виде по раздевалке так, чтобы ее можно было видеть из окна, Иногда при этом вызывала у себя оргазм (онанируя посредством сжатия бедер). Однажды, загорая на полупустом пляже, увидела неподалеку группу подростков и, подчинившись

желанию эксгибиционировать, разделась догола. Будучи задержанной за это нарушение существующих приличий, была направлена к психиатру, установившему причину такого поведения.

Эксгибиционизм может быть даже опасен, если он ориентирован на детей, так как может вызвать у них страх и, у девочек, отвращение ко всему, что связано с сексуальной жизнью (предпосылка будущей фригидности). Обычно удачно лечится психотерапевтическими методами.

**Фроттеризм** – навязчивое стремление прикоснуться прикрытыми одеждой половыми органами или сексуально чувствительными (эрогенными) частями тела (например, у женщин – грудью) к другим лицам. Желание таких прикосновений обычно возникает в подходящей для них ситуации: в толпе, на танцах, в переполненном общественном транспорте. Фроттеризм встречается в любых возрастах, но, преимущественно, в тех, в которых субъектам фроттеризма трудно удовлетворить свои половые потребности через коитус или петтинг из-за их недоступности. (Годы юношеской гиперсексуальности и пожилой возраст.) Некоторые фроттеристы довольствуются «предварительным наслаждением». Другие достигают оргазма прямо на месте своих действий или разряжая достигнутое возбуждение онанизмом в укромном месте.

Фроттеризм может быть в определенном плане опасным для самих фроттеристов. Имеются ввиду случаи, когда половое возбуждение возникает при касаниях людей того же пола, к которому принадлежит фроттерист, что может вести к появлению гомосексуальных наклонностей. Фроттеризм поддается лечению психотерапией.

В отличие от вуайеризма, фроттеризма и эксгибиционизма **фетишизм**, при котором сексуальное возбуждение и удовлетворение достигается при разглядывании имеющих для фетишиста сексуальную значимость определенных изображений или предметов, а также при осязании последних, мог бы, кажется, быть признанным совершенно безвредным. Кроме случаев, встречающихся у психически больных лиц, избравших своим фетишем какую-то часть тела другого человека, и стремящихся заполучить ее. Но и в случаях, когда фетишем является всего лишь предмет (например, белье, чулок, украшение), добывают его нередко посредством кражи. Поэтому нужно рекомендовать обязательное лечение фетишизма методами психотерапии.

**Педофилия** – направленность полового влечения на детей и подростков. Одной из главных причин этой направленности выступает податливость детей и подростков на такие контакты, вызванная любопытством, пробуждающимся половым желанием и неумением противостоять взрослым людям. У мужчин педофилия встречается довольно часто. Многие педофилы-мужчины – люди с невысокой половой способностью, часто, вследствие преклонного возраста. Неуверенность в себе или отсутствие возможности сексуальных контактов с взрослыми женщинами толкает их к педофилии. Некоторые педофилы испытывают нежность к объекту своего влечения и даже влюбляются в него. Обычно сексуальные действия педофилов ограничиваются ощупыванием половых органов, ласками, «половым просвещением». В последнем случае иногда демонстрируются собственные половые органы, а порой происходят и онанистические акты. Попытки коитусов и сами коитусы бывают редко. Помимо указанного контингента педофилов в этом качестве иногда выступают юноши, не обладающие возможностью иметь другие половые контакты и подталкиваемые к этому гиперсексуальностью своего возраста. В литературе есть указания на существование еще одного контингента педофилов, чья педофилия носит фетишистский характер. Ее основой являются переживания, связанные с девочками в детстве и юности. (Описание такого рода педофилии дал В. Набоков в романе «Лолита».) По утверждению А. М. Свядоша, чаще

всего – это сексуальные отношения с сестрой. Последнего рода педофилия встречается и у женщин.

Анонимный опрос 92-х выпускниц медучилища показал, что в подростковом и детском возрасте 31 из них были объектами действий педофилов. 12 человек из этого контингента ответили, что в принципе осуждают тех, кто проводил с ними подобные действия, но только трое считают, что они были вредны лично для них. Из этих трех девушек у одной были коитусы в подростковом возрасте. Еще одна девушка – имевшая коитус в 12 лет – считает, что он ей не повредил и не осудила «в принципе» имевшего с ней дело педофила.

Гораздо строже оценивает деятельность педофилов уголовное законодательство, наказывающее за любые сексуальные действия с лицами, не достигшими половой зрелости.

Педофилия обычно поддается психотерапевтическому воздействию.

**Геронтофилия** – половое влечение к пожилым людям. Некоторые, как правило, инфантильные девушки влюбляются в пожилых мужчин – надежных, добрых «как отцы», за которыми «как за каменной стеной». Юноши хотя и не влюбляются в пожилых женщин, но иногда их влечет к женщинам, намного старше себя. Психоанализ, не без оснований, как представляется, видит в геронтофилии проявление Эдипова комплекса, подавленного влечения к отцу или к матери. Но возможны и другие причины геронтофилии. Например, сформировавшееся в детстве или отрочестве влечение к пожилому педофилу.

Влечение к пожилому человеку может отрицательно сказаться на будущей жизни молодой женщины. Психотерапевтические методы помогают бороться с таким влечением.

**Групповой (коллективный) секс** – одновременные взаимные сексуальные действия нескольких лиц. Групповой секс бывает гетеро-, гомо- и бисексуальным. При групповом сексе действует эффект усиления собственного возбуждения участвующих сексуальными действиями партнеров и видом этих действий и сексуальных переживаний. Не случайно групповой секс являлся и является важной частью обрядов некоторых сект, трактующих очень сильное возбуждение от совместных сексуальных действий как ниспосланное объектом преклонений или как средство приближения к этому объекту.

Рассматриваемое явление существует столько же, сколько существует человечество. В разных цивилизациях и сексуальных культурах к нему относились и относятся по-разному. Так, на мусульманском Востоке и в Китае в относительно недавние времена «участие второй женщины (наложницы, служанки) было нормальным даже при сношении супругов. (Правда, здесь эта женщина часто выполняла лишь роль помощницы.) В период зарождения христианства групповые оргии были обычным явлением в Риме. (Вообще, слово оргия, имеющее общее происхождение со словом оргазм, первоначально обозначало именно групповой секс.) Утвердившийся христианский аскетизм резко ограничил масштабы этого явления, направленного исключительно на удовольствия. Исповедуемый идеал парного полового сожителства стал нормой морали и права.

Сейчас на Западе групповые сексуальные отношения и даже групповой брак приобрели заметные масштабы. По данным журнала Сис на начало 80-х годов в Западной Европе опыт, хотя бы однократный, групповых сексуальных действий имели 26 процентов мужчин и 19 процентов женщин в возрасте до 30 лет.

Опыт группового секса не исключает для имеющих его парный секс. Все указавшие наличие опыта группового секса, указали и на имевшиеся в то же время парные сексуальные контакты.

Наиболее распространенные варианты состава групп в коллективном сексе – две женщины и один мужчина или двое мужчин и одна женщина. Причем, первый вариант

встречается значительно чаще второго. (По оценке автора американских бестселлеров о сексе Рут Диксон соотношение их частоты 10 к 1.) Еще на заре развития сексологии эти варианты получили названия триолизм или плюрализм.

По мере демифологизации нашего общественного сознания, которое подобно тому, как прежде признавало оправданными только такие сексуальные контакты, которые ведут к воспроизводству людей, признает сейчас таковыми гетеросексуальные контакты, основанные только на любви (хотя почти для всех очевидно, что большинство сексуальных связей происходит на иной основе), терпимость нашего общества к групповому сексу вероятнее всего будет усиливаться.

Не думаем, чтобы это могло привести к «концу любви», чувства, в основе которого лежит человеческая сексуальность. В конце-концов, и при групповых сексуальных отношениях это чувство не обязательно отсутствует. Да и приемлемыми такие отношения станут, видимо, не для всех. А для тех, кто их приемлет – не во все периоды жизни.

Вместе с тем, указанная перспектива вызывает определенное беспокойство в связи с вполне вероятным возникновением новых проблем у такого важнейшего социального института как семья, в духовности общества, его культуре.

**Об удовольствии без опасности**

Свободная реализация сексуальности с целью получения наслаждения возможна только при наличии средств, препятствующих зачатию, беременности, деторождению. Такого рода средства известны человечеству с давних пор. Мы уже говорили, что действия библейского Онана были вызваны стремлением предотвратить беременность Фамари. История донесла до нас, что знаменитая египтянка Клеопатра пользовалась внутриматочным противозачаточным средством (тогда это был золотой предмет, вводимый в полость матки). По некоторым сведениям, на Руси в старину с той же целью в матку вводился пучок паутины. Одно из самых распространенных ныне противозачаточных средств – мужской презерватив, одевающийся на пенис перед сношением и удерживающий в себе после эякуляции сперму, был изобретен еще несколько столетий тому. (Изобретение это разными авторами приписывается то знаменитому анатому Фаллопию, то врачу Кондому.)

Все же, и поныне не найдено противозачаточное (контрацептивное) средство, объединяющее в себе абсолютную надежность, удобность применения, отсутствие помех сексуальным действиям и чувствам и отсутствие каких-либо последствий.

В СССР распространенным средством ограничения рождаемости являлся аборт. В 80-е годы только по официальным данным их делалось более 7 миллионов ежегодно. По количеству аборт на душу населения мы были бесспорными «лидерами» в мире, делая их на каждую тысячу женщин в возрасте от 15 до 44 лет в 6,5 раза больше, чем в Соединенных Штатах (181 и 24,7 – соответственно) и в 35 раз больше, чем в Голландии (5,6). А сколько аборт было не учтено статистикой?

В прессе немало пишут о тех жутких, унижительных условиях, которые; обычно ожидают в наших больницах женщин, пришедших делать аборт. К тому же эта операция нередко вызывает определенные осложнения, в какой-то части случаев препятствующих женщинам познать в будущем радость материнства. По некоторым данным, приобретенное (вторичное) бесплодие, являющееся, главным образом, последствием аборт, возникает у 6-8 процентов женщин, из которых только чуть больше половины излечивается от него.

За рубежом сейчас особенно активно протестуют против аборт в связи с тем, что при этой операции происходит убийство уже чувствующего существа, будущего человека. Ряд исследований свидетельствует, что даже десятидневный плод обладает зачатками эмоций. И он испытывает ужас, когда оперирующий приступает к его уничтожению.

Почему же аборт так много? Очевидно, что это связано с нехваткой противозачаточных средств и безграмотностью населения в плане методов контрацепции. В развитых странах первые представления о них дают уже двенадцатилетним школьникам. А в возрасте 14-15 лет эти ребята обладают не только нужными знаниями, но и имеют свободный доступ к средствам контрацепции. У нас же количество аборт у женщин-подростков и количество мам этого возраста увеличиваются. Избегая смущающего нас разговора со своими детьми о сексе, его опасностях и способах их предупреждения, мы, тем самым, нередко создаем предпосылки такого роста.

Но и выйдя из юного возраста, немало людей остается достаточно безграмотными в рассматриваемой области. Так у нас еще бытуют представления, что кормление ребенка грудью предотвращает зачатие. Но, в действительности этот метод срабатывает менее чем у половины кормящих мам. Большая же их часть, понадеявшись на него, нередко вынуждена рожать следующего ребенка менее чем через год после рождения предыдущего или же делать аборт. (Последнее часто даже более предпочтительно, так как для вынашивания полноценного ребенка и нормальных его родов желательно, чтобы период между родами и началом новой беременности составлял 2-2,5 года.) Нередки «проколы» и в связи с представлениями о невозможности зачатия в первые несколько дней после окончания менструации. Между тем, эти представления верны только в отношении случаев, когда у женщин относительно длинный менструальный цикл (период между первым днем предыдущей и первым днем следующей менструации). Например,

при 20-дневном менструальном цикле зачатие возможно даже в результате сношения, проведенного с третьего по седьмой день после ее начала. (Не конца: конец менструального кровотечения вообще в данном случае не должен приниматься во внимание.)

В связи с описанной ситуацией нам представляется необходимым рассказать, о различных средствах и методах контрацепции, существующих в наше время, их достоинствах и недостатках.

Достаточно простым и абсолютно эффективным средством предохранения от нежелательной беременности является стерилизация. Она заключается в перевязывании так называемых семенных канатиков у мужчин и маточных труб у женщин. Стерилизация – несложная хирургическая операция. У мужчин она делается проще, чем у женщин, но и у женщин она несложна, и, во всяком случае, значительно более безопасна для здоровья, чем аборт.

В СССР стерилизация делалась крайне редко, и только по медицинским показаниям. А в США, например, ею пользуются 27-30 процентов семей. Во многих развивающихся странах стерилизация активно пропагандируется (с целью снижения очень высоких там показателей рождаемости и темпов роста численности населения). Отрицательная оценка стерилизации основана, главным образом, на ее необратимости. Противники стерилизации указывают, что даже те семьи, где супруги решили ограничиться уже имеющимся у них количеством детей и решаются на стерилизацию, могут со временем пожалеть о таком решении в связи с изменением своих репродуктивных установок. Возможно, что судьба повернется так, что человек, подвергшийся стерилизации, создаст новую семью, но детей в ней иметь уже не сможет.

Однако, в современных условиях такого рода аргументы постепенно утрачивают силу. Жизнеспособная мужская сперма, заложенная на хранение в банк спермы до стерилизации, может храниться там многие годы и при необходимости быть востребованной для искусственного оплодотворения. Для женщин перевязка маточных труб в наши дни также не означает полной невозможности беременности. Так, например, им может быть имплантирована чужая оплодотворенная яйцеклетка. Правда, в нашей стране указанные возможности почти отсутствуют. Но преодоление экономической отсталости и решение научно-технических проблем, имеющихся сейчас у нас в этой области, со временем создаст эти возможности. И тогда, вероятно, стерилизация у нас станет достаточно распространенной.

К числу самых простых методов предохранения от зачатия относится прерванный половой акт. Суть его – в выведении полового члена из влагалища, после чего семяизвержение происходит вне половых путей женщины. Метод весьма доступен, не требует заблаговременной подготовки. Но у него есть ряд существенных недостатков. Один из них заключается в том, что многие мужчины не могут достаточно четко уловить момент начала эякуляции. Кроме того, напряжение обоих партнеров или даже одного из них, связанное с необходимостью контролировать течение полового акта, отрицательно сказывается на их настроении и сексуальных ощущениях. Нередко срочное выведение члена из влагалища не дает возможности женщине пережить уже приближавшийся оргазм. Регулярное применение прерванного полового сношения может привести к неврозам, утрате полового чувства.

Но непродолжительное или эпизодическое применение этого метода мужчинами, уверенно определяющими момент начала своей эякуляции, вполне допустимо. Особенно, если применяющий его мужчина может до собственной эякуляции довести женщину до оргазма (оргазмов). В этом случае он может, не дожидаясь, когда чувство легкого щекотания в пенисе подскажет ему о подходе эякуляции, вынуть его, и женщина с помощью мануальной или оральной стимуляции, или, сдвинув груди и дав возможность мужчине производить фрикции члена между ними (этот способ на латыни так и

называется – интермамма, дословно – «межгрудной»), или иным способом, поможет ему достичь оргазма.

В 1896 г. Алиса Штокман в своей книге «Карецца: этика брака» обобщила существующие издавна на Востоке методы задержки эякуляции. Для этой цели там использовались медитация, контроль дыхания, воздействие на точки акупунктуры, особые положения тела и другие элементы Йоги. Овладевшим этими методами доступно как угодно долго сдерживать эякуляцию и даже заставить ее двигаться вспять – в мочевой пузырь. Понятно, что овладение такими методами требует немало лет усиленных занятий Йогой, что делает их почти недоступными. К тому же, секс при этом отходит на второй план. На первом же – желание показать в сексе обретенные способности. (А кроме того, карецца не дает полной гарантии непопадания спермы во влагалище.)

Тем не менее, в Европе и Америке карецца получила некоторое распространение – в упрощенном варианте. Этот вариант предполагает необходимость прекращения стимулирующих действий партнеров во время акта в момент приближения эякуляции у мужчины. Затем, стимулирование продолжается до нового приближения. Половой акт прекращается, как правило, с исчезновением эрекции у мужчины без его доведения до оргазма. То есть мужчина ограничивается лишь «предварительным наслаждением». Женщину же, согласно этике карецца, нужно многократно довести до оргазма.

В основе этого метода – посылка восточной философии о желательности для мужчины заимствования жизненных соков женщины, которые выделяются в половом сношении, и нежелательности для него потери своих жизненных соков, содержащихся в сперме. Защищать такую идею в наши дни трудно (если вообще возможно). Тем более, что регулярное применение этого варианта кареццы отнюдь не укрепляет здоровье мужчины, а наоборот, чревато для него психическими и соматическими расстройствами. (Поэтому данный вариант можно применять лишь эпизодически.)

Тепловой (термический) метод контрацепции имеет многовековую историю. В 1912 г. Марта Вогели провела исследования, подтвердившие возможность его использования. (Вместе с тем, метод недостаточно изучен, что не дает возможности рекомендовать его для широкого использования.)

Суть теплового метода – в термическом воздействии на сперматозоиды в период их формирования. Регулярное теплое воздействие на этот процесс приводит к их нежизнеспособности.

Марта Вогели предложила тепловое воздействие осуществлять посредством ежедневного в течение трех недель приема горячей ванны (температура воды – 116 градусов по Фаренгейту). Продолжительность каждого сеанса – 45 минут. После этого цикла мужчина стерилен 6 месяцев. Затем нормальный спермогенез восстанавливается<sup>35</sup>.

Научное обоснование методам, основанным на использовании для сношений только неблагоприятных для зачатия дней, было дано в 30-е годы австрийцем Кнаузом и японцем Огино. Ими было доказано, что зачатие возможно всего в течение трех дней менструального цикла. Это объясняется тем, что именно столько живут проникшие после сношения в матку и маточные трубы сперматозоиды. (Вышедшая во время овуляции в маточную трубу яйцеклетка живет всего сутки и погибает, если не будет оплодотворена сперматозоидом, проникшим в половые пути женщины в те же или в предыдущие двое суток.)

Метод, по которому вычисляют опасные для половых сношений дни (эти дни могут считаться и благоприятными, если половые партнеры хотят достичь зачатия),

<sup>35</sup> Отметим, что даже однократный перегрев тела ведет к снижению жизнеспособности спермы. (Потому-то природа и вынесла железы, в которых формируются сперматозоиды в мошонку, подвергающуюся внешнему охлаждению.) Тем мужчинам, которые готовятся к зачатию ребенка, можно рекомендовать не носить плотных трикотажных трусов, прижимающих мошонку к телу, не греться в сауне и парилке, использовать чуть теплый душ вместо горячей ванны – одним словом, избегать перегрева яичек. (Особенно продолжительного и многократного.)

называется календарным. Уверенное применение его часто довольно сложно и даже невозможно.

Сложности эти связаны с необходимостью точного подсчета продолжительности менструальных циклов за достаточно длительный период времени (лучше всего за год). Если при этом выяснится наличие заметных колебаний этого цикла (8 и более дней), то лучше всего от использования данного метода отказаться в связи с его ненадежностью в таких случаях. Ненадежность метода возникает и в случаях, когда изменение внешних условий (климата, уровня радиации и т. п.) ведет к неожиданным сдвигам в сроках овуляции.

В связи с отмеченными недостатками календарного метода, думается, что его нельзя рекомендовать к применению. Поэтому мы не даем здесь методику расчета опасных и безопасных дней. Желающие познакомиться с этой методикой могут сделать это по работе З. Шнабля «Мужчина и женщина. Интимные отношения», издававшейся на русском языке в Кишиневе в 1982 и 1990 годах или по другим работам, рассчитанным на массовую аудиторию. Вместе с тем отметим, что дни кануна менструации (абсолютное большинство женщин чувствует ее приближение) безопасны в плане зачатия.

Температурный метод еще более сложен в применении, чем календарный. Он требует ежедневного в течение многих месяцев (лучше всего – года) измерения температуры в анальном отверстии женщины (измерения должны проводиться по утрам после сна до подъема с постели). Эти измерения позволяют установить дни овуляции, так как температура в эти дни повышается на 0,5-0,8 градуса Цельсия. С помощью графика, составленного на основании данных измерений, узнаются благоприятные для зачатия периоды менструального цикла.

Температурный метод, как и календарный, не применим в случаях значительных колебаний длительности циклов. К тому же, возможные колебания температуры в указанных пределах вне периода овуляции затрудняют составление ее графиков. Как уже отмечалось по поводу календарного метода, изменения внешних условий часто приводят к сдвигам овуляции у женщин (такие сдвиги возможны и в случае болезни, нервного потрясения, применения некоторых лекарств). И самый точный график в таких ситуациях не гарантирует от нежелательной беременности.

Иногда для предотвращения зачатия сразу же после эякуляции во влагалище применяют спринцевание подкисленной (уксусом, лимонной или борной кислотой) водой. При этом сперма вымывается из влагалища и, одновременно, создается неблагоприятная среда для той ее части, которую вымыть не удастся. Промедление со спринцеванием хотя бы на несколько минут резко увеличивает риск зачатия, так как сперматозоиды за это время уже могут попасть в канал шейки матки. Необходимость срочных действий часто мешает женщинам в полной мере насладиться половой близостью. Еще одним недостатком рассматриваемого способа предотвращения беременности является небезвредность для влагалища регулярного воздействия кислоты.

Помимо кислых спринцеваний есть и иные химические средства контрацепции. С этой целью применяются влагалищные пасты, таблетки и аэрозоли. (У нас это – Трацептин, Контрацептин, Лютеинурин и др.) Эти средства вводятся во влагалище непосредственно перед сношением. Надежность их невелика. К тому же они, образуя обильную смазку влагалища, снижают степень контакта половых органов, что часто влияет на их чувствительность.

Презервативы бывают женские и мужские. Женский презерватив представляет собой либо мягкую диафрагму, перекрывающую верхнюю часть влагалища вместе с шейкой матки, либо твердый колпачок, надеваемый на шейку матки. Диафрагму, подобранную по размеру врачом, вводит перед сношением сама женщина. Колпачок одевает после завершения менструального кровотечения врач. Снимает его сама женщина. Для большей надежности этих средств рекомендуется их применение в сочетании с химическими средствами контрацепции.

При локализации эрогенных зон на сводах влагалища и шейке матки диафрагмы и колпачки мешают наслаждению женщины. Нередко ощущение твердого колпачка во влагалище мешает удовольствию мужчины.

Когда-то мужские презервативы (кондомы) изготавливались из кишек животных. Сейчас они делаются из тонкого, эластичного синтетического материала. Но даже такой материал может несколько снижать уровень ощущений партнеров. Впрочем, при регулярном использовании кондомов к ним привыкают и отмеченное явление перестает замечаться. Еще один неблагоприятный аспект, связанный с использованием кондома, – необходимость одеть его на эрегированный член перед сношением, отвлекаясь для этого от сексуальных действий и раздражителей, – при обретении опыта регулярного применения этого средства, сглаживается. Нередко одевание презерватива становится элементом эротической игры и эту миссию берет на себя женщина, доставляя удовольствие и мужчине, и себе.

Все недостатки кондомов искупаются их весьма высокой эффективностью. К тому же, как известно, кондом является не только противозачаточным средством: он предохраняет от заражения венерическими заболеваниями и, что особенно сейчас актуально, ВИЧ (вирусом иммунодефицита человека), ведущему к заболеванию СПИДом. (За рубежом часто применяется обработка презервативов Ноноксиолом-9, убивающем ВИЧ и, таким образом, увеличивающем безопасность секса.) Современные кондомы рассчитаны на однократное применение.

Если такое эффективное средство контрацепции как кондом было изобретено несколько веков назад, то гормональным средствам контрацепции еще нет и четырех десятилетий. Опубликованные доктором Пинкусом для всеобщего использования данные об источниках получения гормонов и технологии этого процесса, стали началом знаменитого бума «антибепиллюль» 60-х годов. Правда, со временем стали обнаруживаться некоторые неприятные побочные действия пиллюль. Но постепенно большинство таких недостатков удалось преодолеть. Современные гормональные средства контрацепции даже способны оказывать положительное влияние на организм – уменьшить обильность и продолжительность менструаций, снизить неприятные ощущения предменструального синдрома и вероятность рака молочной железы, заболеваний яичников.

Помимо «антибепиллюль», принимаемых через рот, существуют гормональные контрацептивы, применяемые в виде инъекций и имплантантов. В первом случае используется прогестерон, инъекция которого избавляет женщину от возможности зачатий и менструаций сроком на три месяца. Во втором – под кожу вшивается капсула с левонор-гестрелом, препятствующая зачатию в течение пяти лет. Правда, у нас ни инъекции, ни имплантанты пока почти не применяются, так как в стране их не производят, а за рубежом не закупают.

А вот противозачаточные пиллюли в аптечную сеть поступают. Режим приема этих пиллюль различен. Большинство нужно применять ежедневно в течение 21 дня менструального цикла. Это Регевидон, Бисекурин, Ноновлон, Овидон, Тризистон, Триквилар и некоторые другие. Всего один перерыв в приеме более чем на 36 часов может привести к незапланированной беременности. А такое средство как Постинор применяют сразу, после сношения, что, конечно удобнее, чем регулярный ежедневный прием. Но Постинор, к сожалению, нельзя использовать чаще одного раза в 5-7 дней.

Гормональные контрацептивы обычно противопоказаны при болезнях кровотока и кровообращения, печени. Начинать ими пользоваться следует после консультации с врачом. После прекращения применения гормональных контрацептивов с целью забеременеть, рекомендуется до зачатия пропустить 3-4 менструальных цикла.

ВМС (внутриматочные средства) столь же высоко эффективны, как гормональные препараты, но более удобны в применении. Они появились в 60-е годы и получили огромное распространение в мире. В отличие от других средств регулирования

рождаемости, ВМС не предотвращают зачатия, но предотвращают беременность, поскольку вызывают менструацию, с которой удаляется оплодотворенная яйцеклетка.

ВМС изготавливаются из биологически инертной пластмассы. Они подбираются по размеру матки и вставляются в нее врачом в последние дни менструации. Непрерывное нахождение ВМС в матке может составлять до пяти лет. Большинство ВМС имеют специальную нить, выходящую во влагалище, с помощью которой они относительно просто извлекаются. Некоторые ВМС содержат медные фрагменты (обычно это тонкая медная проволока), так как ионы меди заметно усиливают действенность ВМС.

Как и гормональные средства, ВМС позволяют без риска последствий оставлять эякулят (сперму) во влагалище женщины, что весьма полезно для нее. По сравнению с гормональными средствами ВМС имеют то преимущество, что не вмешиваются в тонкий процесс гормонального обмена.

В первые месяцы применения ВМС возможно увеличение обильности и болезненности менструаций. В этот период по окончании менструаций нужно контролировать наличие ВМС в матке (проверяя присутствие нити, выведенной во влагалище), так как возможно его отторжение. Нерожавшим женщинам ВМС, как правило, не ставятся. Противопоказанием для их применения является наличие любых воспалительных процессов половых органов и кровотечения.

*“Feci quod potui,  
faciant meliora potentes”<sup>36</sup>*

## ПОСЛЕСЛОВИЕ

В нашей книге мы затронули лишь наиболее важные и интересные для большинства читателей вопросы, касающиеся сексуальной жизни людей, зависимости этой жизни от общественных процессов и ее влияния на них. Определить круг этих вопросов помогло нам изучение обширной литературы, собственные социологические исследования, лекции и беседы в различных аудиториях, опыт лечения больных с сексуальными расстройствами.

Мы не претендовали ни на постановку всех вопросов, ни на исчерпывающие ответы на те, которые поставлены. Все что относится к сфере сексуальной жизни, сексуальных отношений – столь же многообразно и сложно как все, что относится к любой иной сфере жизни человека и общества. И сколько бы ни исследовалась любая из этих сфер, невозможны ни окончательный перечень вопросов, ни исчерпывающие ответы на них. Жизнь всегда ставит новые вопросы и дает новые ответы.

Тех читателей, которые не нашли в нашей книге того, что их интересует, неудовлетворены нашим освещением проблем или желают глубже разобраться в них, мы отсылаем к работам, перечисленным в приведенном ниже списке литературы. Сразу оговоримся: он не является сколько-нибудь полной библиографией по теме. В него входят лишь несколько массовых изданий последних лет, заслуживающих, на наш взгляд, внимания.

В списке нет работ таких крупнейших сексологов как социолога А. Кинси, врачей Ван де Велде, В. Мастерс и В. Джонсон. К сожалению, переводов их работ ни на русский, ни на украинский языки пока еще нет. К тому же написаны они (кроме книги «Идеальный брак» Ван де Велде) специфическим профессиональным языком, малодоступным широкому читателю. По последней же причине мы ограничились в списке лишь одной работой (точнее, сборником небольших работ под общим названием) З. Фрейда и не приводим в нем работ философа И. Кона, психолога Э. Берна, врача А. Свядоша и ряда других крупных отечественных и зарубежных специалистов.

Мы не приводим здесь также названия работ, с которыми мы не согласны по ряду принципиальных вопросов. Отсылать к ним своего читателя – значит втягивать его в спор, который скорее всего ему не нужен. Не советуем Вам, читатель, тратить время на книгу «Брак под микроскопом», написанную якобы иностранным автором, прикрывшимся псевдонимом «М. Кинесса» и наворотившего в ней большое количество пошлых, неграмотных откровений<sup>37</sup>.

Итак, наш список:

**Фрейд З.** Очерки по психологии сексуальности. (Несколько изданий за последние годы.)

**Диксон Р.** Мужчина для женщины. (Издавалась также без указания автора под названием «Как стать желанной» и с указанием – «Не бойтесь любви»)

**Комфорт А.** Радость секса. – М., 1992.

«М». Как стать желанным. – Таллинн, 1991.

**Доктор «С».** Гармоничная пара. – Таллинн, 1991.

<sup>36</sup> «Я сделал, что смог, кто может, пусть сделает лучше».

<sup>37</sup> Чего стоят, например, утверждения автора о том, что Онан был греческим философом, или о наличии у мусульман «Бога любви» (это у тех, кто постоянно выражает свой символ веры: «Нет бога, кроме Аллаха...»!), с помощью статуи которого дефлорируют «целки» (термин М. Кинессы) девственниц. Полный перечень подобных «перлов» из названной книги был бы весьма обширен.

- Ременник Л. И.** Наука быть вдвоем. – Владикавказ, 1990.
- Каган В. Е.** Воспитателю о сексологии. – М., 1991.
- Шнабль З.** Мужчина и женщина. – Кишинев, 1990.
- Вислоцкая М.** Искусство любви. – М., 1990.
- Вислоцкая М.** Искусство любви (двадцать лет спустя). – М., 1990.
- Яффе М., Фенвик Э.** Секс в жизни мужчины. – М., 1990.
- Яффе М., Фенвик Э.** Секс в жизни женщины. – М., 1991.
- Лев-Старович З.** Секс в культурах мира. – М., 1991.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ОТ АВТОРОВ.....	5
Немного истории .....	7
Без ложного стыда.....	20
Сексуальная удовлетворенность.....	32
Отпущение грехов .....	44
Об удовольствии без опасности .....	61
ПОСЛЕСЛОВИЕ.....	68

**Корегин Александр Яковлевич**

**Корегина Елена Петровна**

## СЕКС В НАШЕЙ КУЛЬТУРЕ

Ответственный за выпуск В. Г. Горошинский  
Художественное оформление С. И. Райхлина

Подписано в печать 16.02.93. Формат 84x108/32.  
Бумага газетная.  
Гарнитура Балтика. Печать офсетная. Усл. печ. л. 3,0.  
Уч.-изд. л. 5,04  
Усл. кр.-отг. 5,88. Заказ 0213030  
Цена свободная

Малое предприятие «Радуга»

Отпечатано с компьютерного набора на комбинате печати издательства «Преса України».  
252047, Киев-47, проспект Победы, 50.

