

ТАЙНАТА НА ЖЕЛАНИЕТО В ДЪЛГОТРАЙНИТЕ ВРЪЗКИ

ЕРОТИЧНА ИНТЕЛИГЕНТНОСТ

Можем ли да желаем онова, което вече притежаваме?

Добрата интимност винаги ли води до **добър секс**?



ЕСТЕР ПЕРЕЛ

ЕСТЕР ПЕРЕЛ
ЕРОТИЧНА
ИНТЕЛИГЕНТНОСТ
ТАЙНАТА НА ЖЕЛАНИЕТО В
ДЪЛГОТРАЙНИТЕ ВРЪЗКИ

Превод: Емилия Илиева-Крайнова, Естер Гомбаш, Нина Гомбаш

chitanka.info

Можем ли да копнеем за онова, което вече притежаваме?
Добрата интимност винаги ли води до добър секс?

Естер Перел, един от най-уважаваните авторитети по темата за еротичната интелигентност, предлага една мъдра, провокативна и свежа гледна точка за интимността и секса. Еротична интелигентност ни кани да изследваме противоречивия съюз между семейния живот и сексуалното желание и ни разкрива нови начини да поканим страстта у дома.

Въз основа на повече от двадесетгодишния си опит на семеен терапевт, Перел изследва многобройните фактори, които помагат да поддържа желанието помежду ни живо. Чрез случаи от практиката и 8 оживени дискусии Перел демонстрира колко вълнуващ, забавен и дори поетичен може да бъде сексът в дълготрайните връзки. Мъдра, остроумна, откровена и пряма, Еротична интелигентност е провокативна книга, която ще промени начина, по който живеете и обичате.

Естер Перел е семеен и сексуален терапевт с частна практика, разположена в Ню Йорк, където живее със съпруга и двете си деца. Перфектно владееща девет езика, Перел, която е от белгийски произход, е търсен говорител навсякъде по света по темата за емоционалната и еротична интелигентност. Нейният бестселър Еротична интелигентност е преведен на 24 езика.

На моите родители Сала Фърлѝджиър и Исак Перел. Тяхната жизнеспособност продължава да живее в мен.

БЛАГОДАРНОСТИ

Никога досега не бях писала книга. Мислех си, че не бих могла да понеса самотата. За моя изненада открих, че мога да поставя любовта си към съвместната работа и среднощните разговори на писателската маса. Имам склонност да мисля в разговори — именно говорейки, идеите ми се раждат и придобиват яснота. Някои хора ми помогнаха да говоря, други — да пиша.

Дължа им толкова много, много повече от това скромно признание. Понеже размишлявахме за любовта и секса в продължение на две години, нека просто да кажа, че с всяка дума им изпращам по една целувка на благодарност.

Сара Мангес — изключителен редактор, ти беше моят компас. Ти ме държеше в избраната посока, когато разсейващи идеи заплашваха да ме отведат твърде далеч от пътя. Лаура Блум, ти възвиси прозата ми. Понеже английският не ми е майчин език, пропускам някои нюанси на езика, които твоят поетичен нюх успява да улови. Микеле Шайнкман, никога не знам дали една идея е смислена, преди ти да ѝ удариш печата на одобрението.

Гейл Уинстън, моят издател в Харпър Колинс, ти вярваше в мен така, както една майка вярва в детето си. Ти ме накара да събера разпилените си мисли и ми помогна да не използвам жаргон. Мери Уайли, когато редактира първоначалната статия, от която произлезе тази книга: „В търсене на еротичната интелигентност: примиряване на чувствеността и домашния уют“, знаеше ли колко далеч ще стигнем? Ти често разбираше какво искам да кажа още преди самата мен. Мириам Хорн, ти първа оформи първата статия. Рич Саймън, ти задвижи всичко това. Един прост въпрос през пролетта на 2012, „За какво мислиш напоследък?“ ме провокира да ти изпратя няколко рехави идеи, които единадесет версии по-късно се оказаха на страниците на „Psychotherapy Networker“. Нещата можеше и да приключат там, с една интересна статия. Но Трейси Браун, ти претърсваше вестникарските щандове така, както знае да го направи

само един предприемчив агент. Ти забеляза корицата на Utne Reader, които бяха препечатали статията от Networker. Веднага се свързахме и започнахме това невероятно пътуване. Препоръчвам те наляво и надясно.

Илана Бергер, ти ме въведе в света на секс терапията. Беше ми и ментор, и приятел. Питър Френкъл, дори и преди първия ден на този проект ти вярваше в него. Михаел Шерноф, предлагайки гей перспективата си, ти ми помогна да не попадам в хетеросексуални клишета. Пати Коен и Дейвид Борнщайн, за мен е чест, че ме приветствахте в своя кръг от писатели. Дебора Гиригер, Санди Петри и Катрин Франк, благодаря ви, че сте толкова бдителни читатели и мислители, Филис Левин, ти си моята поетична муза. Шели Келнер, ти внасяш богатство от ред в хаоса ми. Твоята изследователска подкрепа беше безупречна. Аня Щземин, ти прекара часове, слушайки ме на касета и след това транскрибирайки. Може ли отново да работим заедно? Мириам Бейкър, благодаря за чудесната метафора за чифтосването в плен^[1].

Просто не е възможно да се надцени приносът на моите клиенти. Доверието, което ми гласувате, е чест за мен. Благодаря ви, че ме допускате в душите си и че ми позволявате да споделя историите ви, за да обогатим живота на другите. Приятели, моля ви, включете се в списъка. Не бих могла да назова всички, които са седели на масата в трапезарията ни, анализирайки сложността на желанието, но вие знаете кои сте и няма как да ви се отблагодаря достатъчно.

Джак Сол, вече сме заедно почти четвърт век. Знам, че цениш избора ми на тема! Не бих могла да довърша този проект без постоянната ти подкрепа и ентузиазъм. Ти влизаше в темата, когато аз излизах от нея. Адам, моят по-голям син, ти си моят компютърен гений. За мен означава толкова много, че прояви такъв интерес към работата ми, дори когато тя ме водеше далече. Ноам, по-малкият ми син, обещавам ти, че като станеш на определена възраст, за мен ще е удоволствие да прочетеш книгата ми.

[1] Става дума за оригиналното заглавие — Mating in Captivity — Б.пр. ↑

УВОД

Историята на секса в модерните партньорски отношения често говори за намаляващо желание и включва дълъг списък с алибита за секса, които се счита, че обясняват неминуемата смърт на Ероса. И напоследък изглежда, че всички, от сутрешните новини до Ню Йорк Таймс разсъждават по темата. Предупреждават ни, че много двойки правят рядко секс, дори когато партньорите признават, че се обичат. Днешните двойки са твърде обременени, твърде стресирани, твърде заети с отглеждането на децата и твърде уморени за секс. И ако всичко това не е достатъчно да притъпи усещанията им, то идват антидепресантите, които, макар да целят да облекчат стреса, нанасят съкрушителния удар върху секса. Това наистина е иронично развитие за бейбибумърите, които преди 30 години проправиха пътя за новата ера на сексуалното освобождение. И сега, когато тези мъже и жени и поколението, което ги последва могат да правят толкова секс, колкото им се иска, изглежда, че са загубили желанието си за това.

Макар че не споря с точността на тези сведения в новините — със сигурност животът ни е изпълнен с повече стрес, отколкото би трябвало — мисля, че когато се фокусира почти единствено върху честотата и количеството на сексуалните отношения се обръща внимание само на най-повърхностните причини за безпокойството, което много двойки усещат. Мисля, че има още какво да се добави към тази тема.

Психолози, сексуални терапевти и социални наблюдатели дълго се борят с Гордиевия възел — как да примирят сексуалността и семейния живот.

Получаваме много съвети за това какви билки и подправки да ползваме, за да добавим нови вкусове към секса. Твърди се, че изчезващото желание е проблем, породен от лошо управление на времето, който може да се реши, ако се научим по-добре да поставяме приоритети и ако подобрим организационните си умения. Или че е

проблем в комуникацията, който може да се подобри, ако се научим с думи ясно да изразяваме какво точно искаме по отношение на секса.

Мен слабо ме вълнува статистическият подход към секса — дали правите секс, колко често го правите, колко дълго продължава, кой свършва пръв и колко оргазма преживявате. Вместо това искам да адресирам въпросите, които нямат лесни отговори. Тази книга говори за еротиката и поетиката на секса, за природата на еротичното желание и придружаващите го дилеми.

Какво е чувството, когато обичате някого? А когато го желаете, как това чувство е различно? Добрата интимност винаги ли води до добър секс? Защо така често преходът към родителство вещае еротична катастрофа? Защо забраненото е толкова еротично? Възможно ли е да искаме това, което вече имаме? Ние всички споделяме основна човешка потребност от сигурност, която най-вече ни движи към дълготрайно обвързване; но имаме и също толкова силни потребности от приключение и въодушевление. Модерната романтика ни обещава, че е възможно да намерим тази комбинация от различни нужди на едно и също място. Все пак аз не съм убедена. Днес се обръщаме към един човек, за да ни осигури това, което преди време цяло село е осигурявало: усещане за заземеност, смисъл и приемственост. В същото време очакваме нашите дълготрайни взаимоотношения да са романтични, както и емоционално и сексуално удовлетворителни. Нима е учудващо, че толкова връзки се огъват под тежестта на всичко това? Трудно е да се поражда въодушевление, очакване и желание със същия човек, в когото търсите комфорт и стабилност, но не е невъзможно. Приканвам ви да мислите за начини, по които можете да въведете малко риск в сигурността, малко мистерия в познатото и малко новост в дълготрайното.

В следващите страници ще обърнем внимание на начините, по които модерната идеология на любовта понякога се сблъсква със силите на желанието. Любовта разцъфтява в атмосфера на близост, споделеност и равенство. Стремим се да опознаем любимия, да бъдем близо до него, да съкратим дистанцията между нас.

Грижим се за тези, които обичаме, тревожим се за тях и се чувстваме отговорни. За някои от нас любовта и желанието са неразделни. Но за много други емоционалната интимност потиска еротичното изразяване.

Грижовните, закрилящи елементи, които засилват любовта често блокират съзнанието, което подпалва еротичното удоволствие.

Моето вярване, подсилено от 20 години практика е, че докато градят сигурност, много двойки бъркат любовта със сливането. Това объркване е лошо знамение за секса. За да запазим стремежа си към другия, трябва да има разстояние за преминаване. Еротиката изисква отделеност. Казано по друг начин, еротиката процъфтява в пространството между мен и другия.

За да преживяваме единение с любимия, трябва да можем да толерираме тази празнота и целия набор от несигурности, които съдържа.

Наред с този парадокс за преглъщане, трябва да имаме предвид и още един: желанието често се придружава от чувства, които биха били пречка за любовта: агресия, ревност и кавги, и това е само за предястие. Ще изследвам и натиска, оказван от различни култури, който оформя представата за домашния секс, и вярванията, че сексът трябва да е справедлив, равностоен и сигурен. Истината е, че по този начин се създават отегчените двойки. Бих искала да предположа, че бихме имали по-възбуждаващ, забавен и дори фриволен секс, ако бяхме по-малко обусловени от културните си пристрастия за демокрация в леглото.

За да подкрепя това предположение, ще поведем читателя малко встрани към обществената история. Ще видим, че съвременните двойки инвестират повече усилия в любовта в сравнение с когато и да било; при все това, по някаква жестока приумица на съдбата, точно този модел на любов и брак стои зад прогресивно нарастващия процент разводи. Тук подобава да поставим под съмнение и традиционните брачни структури: дали биха могли да посрещнат съвременните изисквания, особено когато „докато смъртта ни раздели“ в наши дни обхваща период, два пъти по-дълъг, отколкото в предходните столетия.

Магическият еликсир, от който се очаква да направи това възможно, е интимността. Ще стигнем до дъното на въпроса, като погледнем през различни лещи, но засега си струва да посочим, че стереотипите за жените като изцяло романтични и за мъжете като сексуални завоеватели е трябвало да бъдат развенчани преди много време. Същото важи и за всяка идея, която предрича, че жените са

жадни за любов, верни по съществуването си и домошарки, и че мъжете са биологично немоногамни и се страхуват от интимността. В резултат на социалните и икономическите промени, които се случиха наскоро в западната история, традиционните линии между половете бяха размити и сега тези качества се срещат както при жените, така и при мъжете. Дори когато в стереотипите се съдържа значима истина, те не успяват да се справят със сложността на съвременните взаимоотношения. Аз търся по-андрогенен подход към любовта.

Като терапевт на двойки обърнах обичайните терапевтични приоритети. В моята област нас ни учат да питаме за състоянието на връзката, преди да питаме дали и как тя се случва в спалнята. Погледнато по този начин, сексуалните взаимоотношения са метафора на цялата връзка. Водещото предположение е, че ако успеем да подобрим взаимоотношенията, сексът ще последва от само себе си. Но в моя опит това не се случва често.

Традиционно терапевтичната култура предпочита казаната дума пред експресивността на тялото. Но сексуалността и емоционалната интимност са два различни езика. Бих искала да върна на тялото полагащото му се значимо място в дискусиите за двойките и еротиката. Тялото често съдържа емоционални истини, които думите с лекота прикриват или разкрасяват. Самите динамики, които са извор на конфликти във връзките — особено тези, отнасящи се до власт, контрол, зависимост и уязвимост — често стават желани, когато се преживяват през тялото и се разглеждат от еротична гледна точка. Така сексът става както средство да осветим конфликтите и объркването около интимността и желанието, така и начин да започнем да лекуваме тези деструктивни разцепления. Тялото на всеки партньор, с отпечатъците от личната история и културните убеждения става текст, който всички ние трябва да прочетем заедно.

Връщайки се към темата на това четиво, сега е добър момент да обясня някои понятия, които ще срещнете в книгата. За повече яснота ще използвам думата „брак“, за да посочвам дълготрайни емоционални отношения, а не само легален статус. И понякога обичам да се движа свободно между използването на женски и мъжки род, без това да означава, че натрупвам преценка към който и да било от половете.

Както се вижда от името ми, съм от женски пол. По-малко видно е най-вероятно, че аз съм културен хибрид. Живяла съм на много места

и бих искала да представя една информирана културна гледна точка — или мултикултурна — по темата на тази книга. Израснах в Белгия, учих в Израел и завърших обучението си в САЩ. Придвижвайки се между различни култури повече от трийсет години, аз съм от онези, които са свикнали удобно да наблюдават от страни. Тази привилегирована гледна точка ми е донесла множество възможности да наблюдавам как се развиваме в сексуално отношение, как се свързваме един с друг, как разказваме за любовта и как се впускаме в удоволствия за тялото.

Пренесох личните си преживявания в професионалната си работа като лекар, учител и консултант, работейки в сферата на межкултурната психология. Фокусирайки се върху културния преход, специално съм работила с три групи хора: семейства от бежанци, международни семейства (двете групи, които се движат най-много в днешно време, макар и по съвсем различни причини) и межкултурни двойки, които включват комбинации от различна раса и религия. За двойките, които произхождат от различни култури, културните промени не идват в резултат от реално географско преместване, а се случват в собствените им домове. Това, което наистина възбуди интереса ми е как тези смесвания на културите влияят върху взаимоотношенията между половете и отглеждането на децата. Размишлявах върху многобройните значения на брака и как ролята и мястото му в разширените семейни системи се различават при различните култури. Дали това е лична работа на два индивида или е съвместно начинание на две семейства? При сесиите ми с двойки се опитвах да разгранича културните нюанси зад дискусиите, свързани с отдаването, интимността, удоволствието, оргазма и тялото. Любовта може и да е универсална, но нейните структури във всяка култура се определят и буквално, и метафорично на различни езици. Бях особено чувствителна по темата за детската и младежката сексуалност, защото точно в посланията си към децата обществата разкриват в най-голяма степен своите ценности, цели, намерения и ограничения.

Говоря осем езика. Някои научих вкъщи, някои в училище, няколко докато пътувах, и един или два заради любовта. В практиката си често ми се налага да използвам мултикултурния си опит и уменията си на полиглот. Пациентите ми са хомосексуални и хетеросексуални (към момента не работя с транссексуални), женени,

обвързани, необвързани или повторно женени. Те са млади, стари и всичко по средата. Покриват широк спектър от култури, раси и класа. Техните лични истории подчертават културните и психологически сили, които оформят начина, по който обичаме и по който желаем.

Едно от най-силните ми лични преживявания, оформило миогледа ми и стоящо в основата и на тази книга може да изглежда малко периферно на темата, но бих искала да го разкрия пред вас, защото осветява по-дълбоките причини, които подхранват страстта ми. Родителите ми са оцелели от нацистките концентрационни лагери. В продължение на години те се изправяли срещу смъртта очи в очи, всеки ден. Майка ми и баща ми са единствените оцелели от своите родове. Те са излезли от това преживяване с желанието да живеят въпреки всичко, да се възползват от всеки ден и да го изживеят пълноценно. И двамата чувстваха, че им е даден уникален дар: възможността да живеят живота отново. Мисля, че родителите ми бяха необикновени. Те не просто искаха да оцелеят, те искаха да се възродят. Така те притежаваха жажда за живот, стремяха към богати и наситени преживявания и обичаха да си прекарват добре. Те си отглеждаха удоволствия. Не знам нищо за сексуалния им живот, освен че имат две деца — аз и брат ми. Но от начина, по който живеяха, усещах, че имат дълбоко разбиране за еротиката. Макар да се съмнявам, че изобщо някога са използвали тази дума, те преживяваха мистичното ѝ значение като качество на жизненост и като път към свободата, а не просто тясното дефиниране като секс, което съвременето ѝ е придало. Точно това разширено разбиране бих искала да запазя в дискусиата си за еротиката в тази книга.

Има и още едно силно влияние, което помогна да се оформи този проект.

Съпругът ми е директор на международната програма за изследване на травмите към университета в Колумбия. Работата му е посветена на това да помага на бежанци, деца от войни и жертви на насилие в опитите им да преодолеят травмите, които са преживели. Като се възвръща усетът им за творчество и зарядът, който носят за забавление и удоволствие, тези оцелели са подкрепяни да се свържат наново с живота и с надеждата, която го движи. Съпругът ми се занимава с болката; аз се занимавам с удоволствието. Те двете се познават интимно.

Хората, за които пиша, не се споменават в благодарностите, макар че им дължа много. Автентичността на техните истории е запазена почти буквално, но идентичността им е скрита. През целия проект и в духа на сътрудничеството аз споделях с тях откъси от книгата. Много от идеите ми се развиха през работата ми, а не обратно. Идеите ми са извлечени също и от изобилието от внимателните заключения на многото професионалисти и автори, които преди мен са се изправяли пред противоречията на любовта и желанието.

Всеки ден в работата ми се изправям пред сложната действителност, скрита зад статистиките. Виждам хора, които са толкова добри приятели, че не успяват да се запазят като любовници. Виждам любовници, които вярват толкова силно, че сексът трябва да е спонтанен, че изобщо не правят секс.

Виждам двойки, които считат съблазняването за твърде сложна работа и нещо, което вече не е нужно да правят, след като са обвързани. Виждам и такива, които вярват, че интимността означава да знаят всичко един за друг. Те се отказват от всяко усещане за отделеност, а след това се чудят къде е изчезнала мистерията. Виждам съпруги, които предпочитат да носят етикета „фригидна“ до края на дните си, вместо да пострадат малко, докато обяснят на мъжете си, че любовната игра е нужно да бъде нещо повече от предшественик на истинското нещо. Виждам хора, толкова отчаяни в желанието си да преборят пустотата в партньорствата си, че са готови да рискуват всичко за няколко минути забранено въодушевление с някой друг.

Виждам двойки, чийто сексуален живот се е възпламенил отново след някоя любовна афера, и такива, за които аферата ефективно приключва крехката връзка, която е била останала. Виждам възрастни мъже, които се чувстват предадени от телата си и които тичат за „Виагра“, за да смекчат тревожността на голите факти; виждам и жените им, чувстващи се неудобно от внезапното предизвикателство към тяхната собствена пасивност. Виждам млади родители, чиято еротична енергия изтича по грижи за детето и са толкова погълнати от него, че забравят да затварят вратата на спалнята от време на време. Виждам мъже, които гледат онлайн порно не защото не намират жените си за привлекателни, а защото липсата на ентузиазъм в тях ги кара да мислят, че има нещо нередно в това мъжът да иска секс.

Виждам хора, които толкова се срамуват от сексуалността си, че спестяват мъчението на този, когото обичат. Виждам хора, които знаят, че са обичани, но копнеят да бъдат желани. Те всички идват да се срещнат с мен, защото жадуват за еротична жизненост.

Понякога идват засрамени, понякога отчаяни, мрачни, вбесени. На тях не просто им липсва сексът като акт; липсва им усещането за свързаност, игра и обновление, което сексът им позволява да преживяват. Приканвам ви да се присъедините към разговора ми с тези търсачи, докато работим по разкриването на техния вътрешен свят и се опитваме да доближим поне с крачка трансценденталността.

За тези, които периодично търсят начини да ускорят ритъма на сърцето си, предварително давам резултата: възбудата и гъделичкането отвътре са тясно свързани с чувството за несигурност и с желанието ни да прегърнем неизвестното, и нямат много общо с нуждата ни да се предпазим от тях.

Точно това напрежение обаче поражда усещане за уязвимост. Предупреждавам клиентите си, че няма такова нещо като „безопасен секс“.

Искам да посоча все пак, че не всички двойки търсят страст, дори някога в миналото да са ѝ се наслаждавали. Някои взаимоотношения се пораждат от чувствата на топлота, нежност и взаимна грижовност, и партньорите избират да останат в тези спокойни води. За тях важното е да намират ведрост в дълготрайното свързване. Няма само един път, както и няма верен път. Еротичната интелигентност се стреми да ви въвлече в една честна, открита и провокативна дискусия. Насърчава ви да си зададете въпроси, да изговорите премълчаното и да не се боите да подлагате на съмнение сексуалната и емоционална правилност. Отваряйки широко вратите за еротичния живот и домашния уют, аз ви приканвам да потърсим отново смисъла на думата секс.

Дивото в плен. Запазва собствената си дива чистота. Но не се множи, а линее и умира. Всички мъже са в плен. И действат с пленена активност. И най-добрите няма да се размножат, макар да не знаят защо. Великата клетка на домашния уют убива секса в човека, простотата на желанието се нарушава и изкривява. И така, в горчива перверзност, скърцайки със зъби срещу великия противник, младите се съешават, мразят да го правят и искат да плачат. Сексът е състояние на

благоволение. И просто няма място в клетка. Разбий клетката, започни и опитай.

ГЛАВА 1

„Основният огън на еротиката е сексуалността; тя повишава червения пламък на еротиката, който на свой ред повишава и подхранва друг огън, трептящ и син. Това е пламъкът на любовта и еротиката. Двойният огън на живота.“

Октавио Пас,
Двойният пламък

От приключение към плен.

Защо търсенето на сигурност изпива жизнената сила на еротиката.

Партитата в Ню Йорк са като антропологични изследвания на терен — никога не знаеш с кого ще се срещнеш и кого ще откриеш. Наскоро наминах на едно събитие, и както е типично в този град на хора, с огромни амбиции и постижения, преди да ме попитат как се казвам, ме попитаха с какво се занимавам. Отговорих: „Терапевт съм и пиша книга.“

Привлекателен млад мъж, стоящ наблизо, също пишеше книга. „За какво пишеш?“, го попитах. „Физика“, отговори той. Любезно подадох и следващия въпрос: „Каква физика?“ Не си спомням какъв беше отговорът му, защото разговорът за физика беше внезапно прекъснат, когато някой ме попита: „А ти? За какво е твоята книга?“ „Двойките и еротиката“, отговорих.

Никога рейтингът ми не е бил толкова висок — на партита, в таксита, в салона за маникюр, в самолети, с тийнейджъри, със съпруга ми, и назовете които искате още — както когато започнах да пиша книга за секса. Давам си сметка, че има определени теми, които отблъскват хората и такива, които действат като магнит. Хората

разговарят с мен. Разбира се, това не означава, че ми казват истината. Ако има една тема, която подканва прикриването, това е тази тема.

„И какво за двойките и еротиката?“, попита някой.

„Пиша за природата на сексуалното желание“, отговорих. „Искам да знам дали е възможно да запазим желанието живо в дълготрайните взаимоотношения, да се избегне обикновеното отмиране.“

„За секса не ти е нужна любов, но в любовта трябва да има и секс“, казва един мъж, който стои отстрани и все още не е наясно към кой разговор иска да се присъедини.

„Фокусираш се основно към омъжени двойки? Хетерогенни двойки?“ ме пита друг. Да се разбира: тази книга и за мен ли е? Успокоявам го: „Разглеждам множество двойки. Хетерогенни, гей, млади, стари, обвързани и с неуточнен статус.“

Казвам им, че искам да знам как или дали можем да запазим усещане за живост и въодушевление във взаимоотношенията си. Има ли нещо, присъщо на обвързването, което убива желанието? Възможно ли е да запазим сигурността, без да я превърнем в монотонност? Чудя се можем ли да запазим поетиката на това, което Октавио Пас нарича двойния пламък на любовта и еротиката.

Водила съм този разговор много пъти и коментарите, които чух на това парти, съвсем не бяха нови.

„Не може да бъде направено.“

„Е, в това е целият проблем на моногамността, нали?“

„Ето защо не се обвързвам. Не е свързано със страх, просто мразя скучния секс.“

„Страст, която да трае с години? А какво ще кажеш за страст, която трае само една нощ?“

„Взаимоотношенията се развиват страстта се превръща в нещо друго.“

„Отказах се от страстта, когато родих децата.“

„Виж, има мъже, с които правиш секс, и такива, за които се жениш.“

Както често става в обществените дискусии, най-сложните теми разделят веднага хората на два полюса и нюансът се замества от карикатура. И оттук идва делението на романтици и реалисти. Романтиците отказват живот без страст; кълнат се, че никога няма да се откажат от истинската любов. Те са вечните търсачи, все търсят

човека, с когото страстта никога няма да угасне. Всеки път щом желанието отслабва, те стигат до заключението, че любовта си е отишла. Ако еросът запада, значи любовта е на смъртно легло.

Те оплакват загубеното въодушевление и се страхуват да уседнат.

В другата крайност са реалистите. Те казват, че трайната любов е по-важна от горещия секс и че страстта кара хората да правят глупости. Страстта е опасна, създава бъркотия и е слаба основа за брак. По неумиращите думи на Мардж Симпсън: „Страстта е за тийнейджърите и чужденците.“ За реалистите зрелостта взима превес. Първоначалното въодушевление израства в нещо друго — дълбока любов, взаимно уважение, споделено минало и другарство. Намалващото желание е неизбежно. От теб се очаква да се спреш да се инатиш и да пораснеш.

При разгръщането на разговора двата лагера се гледат със сложна смесица от съжаление, нежност, завист, отчаяние и искрена насмешка. Но дори когато застават в двата края на спектъра, и двете страни се съгласяват с основополагащото предположение, че страстта се охлажда с времето.

„Някои от вас се противопоставят на загубата на интензивност, други я приемат, но всички вие изглеждат вярват, че с времето желанието замира.

Това, с което не сте съгласни, е само колко важна е действително загубата“, коментирам аз. Романтиците ценят интензитета повече от стабилността.

Реалистите ценят сигурността повече от страстта. Но и двата вида хора често са разочаровани, защото малко са тези, които могат да живеят щастливи с която и да било от двете крайности.

Неизменно ме питат и дали книгата ми предлага решение. Какво могат да направят хората? Скрит зад този въпрос е тайният копнеж за жизнения порив, за завръщането на еротичната енергия, която бележи чувството, че сме живи.

Независимо от сигурността и стабилността, заради които хората са избрали да се установят, те не престават да жадуват за тази сила в живота си. Аз станах много чувствителна за улавянето на момента, в който цялото това предъвкване на неизбежната загуба на страстта се превръща в израз на надежда. Истинските въпроси са тези: Можем ли

да обичаме и да желаем в една и съща връзка за продължителен период от време? Как? Каква точно би била тази връзка?

Котвата и вълната. Наречете ме идеалист, но аз вярвам, че любовта и желанието не са взаимно изключващи се, а просто не се случват по едно и също време. Всъщност сигурността и страстта са две отделни основни човешки потребности, които се пораждат от различни мотиви и имат тенденция да ни водят в различни посоки. В книгата си „Може ли любовта да бъде трайна?“, изключително внимателният психоаналитик Стивън Мичъл предлага рамка за разрешаване на тази загадка. Както той го обяснява, ние всички имаме нужда от сигурност: постоянство, стабилна опора и приемственост. Тези инстинкти за вкореняване и гнездене ни дават основа за преживяванията ни като хора. Но заедно с това имаме нужда от обновление и промяна — основните сили, които придават на живота пълнота и трепет. Тук рискът и приключението се развихрят свободно. Ние сме ходещи противоречия, от една страна търсеци сигурност и предвидимост, от друга — стремящи се към разнообразие.

Някога гледали ли сте дете, което тича напред, за да изследва света и след това тича обратно, за да е сигурно, че мама и татко са още там? Малкият човек има нужда да се чувства спокоен, за да влезе в света и да го изследва; и щом удовлетвори тази своя нужда от откривателство, иска да се върне обратно към сигурната си база, за да се свърже. Това е спорт, към който ще се завърне и като възрастен, и който ще достигне пика си в игрите на Ероса.

Периоди, в които ще е смел и ще поема рискове ще се редуват с периоди, в които ще търси спокойствие и сигурност. Вероятно ще се колебае известно време, но рано или късно ще предпочете едното от двете.

А това, което е истина за човешките същества, е истина и за всичко живо: всички организми имат нужда от сменящи се периоди на растеж и равновесие. Всеки човек или система, изложен непрекъснато на новости и промени, рискува да попадне в хаос; както и всичко, което е ригидно и статично, престава да расте и накрая умира. Този неспиращ танц между промяната и стабилността е като котвата и вълната.

Взаимоотношенията между възрастните отразяват точно тези динамики.

Търсим стабилна, сигурна котва в нашия партньор. И все пак очакваме любовта да ни предложи трансцендентално преживяване, което да ни позволи да се реем отвъд обикновения ни живот. Предизвикателството за съвременните двойки е да примирят нуждата си от сигурност и предвидимост с желанието да следват това, което е вълнуващо, мистериозно и ги кара да благоговеят.

За малко на брой щастливци това не е предизвикателство. Подобни двойки лесно съвместяват чистенето на гаража с взаимното правене на масажи. За тях няма разминаване между обвързването и въодушевлението, отговорностите и забавлението. Те могат да си купят къща и ще продължат да палуват и в нея. Може да станат родители и все така да са добри любовници. Казано накратко, те могат без проблем да съчетават обикновеното и тайнственото. Но за всички нас, останалите, които търсим тръпка в същата връзка, в която сме създали постоянство, това е висока летва. За съжаление твърде много любовни истории се развиват по такъв начин, че страстта се жертва в името на стабилността.

Така че какво всъщност искам?

Адел идва в офиса ми с половин сандвич в едната ръка, в другата с някакви документи, които чете в движение. На 38 години тя е известен адвокат с частна практика. Омъжена е за Алън от 7 години. Това е втори брак и за двамата и имат дъщеря Емилия, която е на 5 години. Адел е облечена елегантно и просто, макар че от известно време е искала да мине през фризьор и това си личи.

„Искам веднага да започнем да работим по темата“, казва ми тя. „През 80% от времето съм щастлива с него. Наистина щастлива.“ За тази добре организирана и успяла жена няма и минутка за губене. „Той не казва някои неща, не е многословен, но е наистина свестен мъж. Взимам вестника и чета за живота на другите и се чувствам късметлийка. Здрави сме, имаме достатъчно пари, къщата ни никога не е горяла, не се налага да избягваме куршуми по пътя към къщи след работа. Знам колко зле може да е там, отвън. Така че какво всъщност искам?“

„Гледам приятеля ми Марк, който се развежда за трети път, понеже жена му не го вдъхновявала, и питам Алън: «Вдъхновявам ли те?», и знаеш ли какво ми казва? «Вдъхновяваш ме да готвя пиле всяка

неделя.» Прави чудесен петел с вино, и знаете ли защо? Защото иска да ми угоди; знае, че го харесвам.“

„Така че се опитвам да разбера какво е това, което ми липсва. Нали знаете това чувство от първата година заедно, флирта, вълнението, пеперудите в стомаха, физическата страст? Всъщност дори не съм сигурна дали мога да го изпитам отново. И когато повдигна въпроса пред Алън, той прави физиономия: «Ох, искаш да говорим за Брад и Джен отново?» Дори Брад Пит и Дженифър Анистън са се изморили един от друг, нали? Учила съм биология, знам как работят синапсите, как прекомерната им употреба намалява реакцията, разбирам го. Въодушевляването угасва, да, да, да. Но дори и да не мога да усетя пеперудите в стомаха си отново, искам да усещам нещо.

Реалистичната част от мен знае, че вълнението от началото е заради несигурността, когато не се знае съвсем ясно той какво усеща. Когато още ходехме по срещи и телефонът звънеше, беше вълнуващо, защото не знаех, че може да е той. Сега като пътува, му казвам да не ми звъни. Не искам да ме буди. По-интелигентната част от мен казва: Не искам несигурност. Омъжена съм. Имам дете. Не искам да се тревожа всеки път, когато пътува извън града. Харесва ли ме? Не ме ли харесва? Ще спи ли с друга?“ Нали ги знаете тези тестове по списанията: Как да познаете дали наистина ви обича? Не искам да се тревожа за това. Нямам нужда от това със съпруга ми в този момент, но бих искала да върна малко от онова въодушевляване.

В края на дълъг работен ден, с грижите покрай Емилия, приготвянето на храната, чистенето, проверяването на задачите, които имам да свърша, сексът е последното нещо, за което се сещам. Накрая дори не ми се говори.

Понякога Алън гледа телевизия, а аз отивам в спалнята да си чета и се чувствам напълно щастлива. Така че какво е това, което се опитвам да кажа? Защото всъщност не говоря само за секс. Искам да бъда ценена като жена. Не като майка, съпруга или другар. И искам да го ценя като мъж.

Може да е поглед, докосване, дума. Искам да ме видят без целия багаж, който нося.

Той казва, че е взаимно. Прав е. Не е като да си облека нещо небрежно и да излезем да се мотаем. Мързелива съм в частта:

„Направи се специална“.

Когато се запознахме, му купих кожена чанта за рождения ден — нещо, което беше видял и харесал — и вътре имаше два билета до Париж. Тази година му подарих DVD и отпразнувахме с няколко приятели, хапвайки печено месо, приготвено от майка му. Нищо против месото, но ето до какво стигнахме.

„Не знам защо не правя повече. Станах самонадеяна.“

В задъхания поток от думи Адел успява цветисто да улови напрежението между комфорта на обвързаната любов и приглушаващия ефект, който има върху еротичната жизненост. Познатото наистина е успокояващо и носи усещане за сигурност, от което Адел никога не би и помислила да се откаже. В същото време би искала да си върне качеството на жизненост и въодушевление, което са имали с Алън в началото. Иска както уютата, така и живота на ръба, и ги иска и двете с него.

Епохата на хедонизма

Преди не чак толкова много време желанието да изпитваме страст по съпруга си би било противоречие в понятията. В историята тези две сфери на живота са били организирани поотделно — от една страна брак, а страстта най-вероятно някъде другаде, ако изобщо някъде. Представата за романтичната любов, която се появява към края на 19-ти век, за първи път ги събира на едно място. Поставянето на секса в центъра на брака и повишените очаквания, които го съпровождат, се появяват едва десетилетия по-късно.

Социалните и културните трансформации от последните 50 години предефинираха съвременния живот в двойка. Алън и Адел се ползват от постиженията на сексуалната революция през 60-те, освободеността на жените, наличието на хапчета за контрол върху бременността и появата на гей движенията. С широкото разпространение на хапчето против забременяване сексът се освободи от репродуктивната си функция, феминизмът и гей парадите се бореха да дефинират сексуалното изразяване като ненакърнимо човешко право. Антъни Иденс описва този преход в „Трансформацията на интимността“, когато обяснява, че сексуалността е станала собственост на личността и можем да я развиваме, определяме и

предоговаряме през целия си живот. Днес нашата сексуалност е личен проект с отворен край; тя е част от това, което сме, идентичност, а не само нещо, което правим. Тя стана основен елемент в интимните взаимоотношения и сега считаме, че сексуалното удоволствие ни се полага.

Настъпни ерата на хедонизма.

Тези развития, заедно с икономическия просперитет след войната допринесоха за период на несравнима свобода и индивидуализъм. Хората днес са насърчавани да се стремят към лична удовлетвореност и сексуално задоволство и да се освободят от ограниченията на социалния и семеен живот, които се свързват със задължения и дълг. Но в сянката на тази проявена екстравагантност, една нова разяждаща несигурност също си пробива път. Разширеното семейство, общността и религията може наистина да ограничават свободата ни (и сексуална, и не само), но в замяна предоставят така необходимото усещане за принадлежност. Поколения наред тези традиционни институции са осигурявали ред, смисъл, приемственост и социална подкрепа. Разпадането им ни оставя с повече избори и по-малко ограничения от преди. По-свободни сме, но и по-самотни. Както Гидънс го описва, станали сме онтологично по-неспокойни.

Ние внасяме в любовните си взаимоотношения това свободно носещо се безпокойство. От любовта се очаква не само да осигурява емоционална устойчивост, съчувствие и другарство, но и да действа като панацея за екзистенциалната самота. Ние гледаме на партньора си като на защитник срещу превратностите на съвременния живот. Не че човешката ни сигурност е по-голяма тези дни в сравнение с преди. Всъщност може би точно обратното е вярно. Различното е, че съвременният живот ни е лишил от традиционните ресурси и създаде ситуация, в която се обръщаме към само един човек за защита и емоционално свързване; нещо, за което преди са се грижели множество социални мрежи. Интимността се оказва претоварена с очаквания.

Разбира се, когато Адел описва състоянието на брака си, тя не мисли за съвременна всеобща тревога. Но вярвам, че опасностите пред любовта се засилват от особената съвременна болка, която внасяме в

нея. Живеем на големи разстояния от семействата си, не знаем нищо за приятелите си от детството и обикновено сме изкоренени и посадени на ново място. Цялата тази непоследователност има натрупващ се ефект. И така внасяме в любовните отношения почти непоносима екзистенциална уязвимост — сякаш любовта сама по себе си не е достатъчно опасна.

Съвременна любовна история: кратка версия

Срещаш се с някой посредством мощната алхимия на привличането. Това е сладка реакция и винаги е изненада. Изпълнен си с усещане за нови възможности, надежда и издигане от ежедневието към един свят на емоция и омая. Любовта те сграбчва и се чувстваш силен. Този устрем ти харесва и ти се иска да запазиш усещането за него. Също така се страхуваш. Колкото повече си привлечен, толкова повече може да загубиш. Така че започваш да се стремиш да подсигуриш любовта. Опитваш се да я поправиш, да я направиш зависима. Поемаш първите ангажименти и с удоволствие се отказваш от малко свобода в замяна на малко устойчивост. Създаваш си комфорт посредством навици, ритуали, наричането с мили имена — все неща, които носят успокоение. Но въодушевлението е вървяло ръка за ръка с известно количество несигурност. Усещането, че се носиш над земята е било резултат от неувереността, и сега, когато се опитваш да го уловиш, се оказва, че изцеждаш жизнеността на връзката. Наслаждаваш се на комфорта, но се оплакваш, че си ограничен. Липсва ти спонтанността. В опита си да контролираш рисковете на страстта, си я опитомил до такава степен, че вече не съществува. Така се ражда скуката в брака.

Макар че любовта ни носи обещание за спасение от самотата, тя също така засилва зависимостта ни от един човек. Това няма как да не ни направи уязвими. Ние имаме склонност да смекчаваме тревогите си със засилване на контрола. Чувстваме се по-сигурни, като намаляваме дистанцията между нас, максимизираме увереността, минимизираме заплахите и удържаме неизвестното. Обаче някои от нас се защитават срещу несигурностите в любовта с такова усърдие, че се лишават от богатството ѝ.

Съществува силна тенденция в дългогодишните взаимоотношения да се предпочита предвидимото пред непредвидимото. А еротиката процъфтява в полето на непредвидимото.

Желанието се сблъсква с навика и повторението. То е непокорно и предизвиква опитите ни за контрол. Така че докъде ни довежда това? Не искаме да се лишим от сигурността, защото връзката ни зависи от това.

Усещането за физическа и емоционална сигурност е основа за здравословни удоволствия и взаимоотношения. Все пак без елемент на несигурност няма копнеж, няма очакване и няма тръпка. Мотивационният експерт Антъни Робинс го изразява с лаконична простота, като обяснява, че страстта във връзката е пропорционална на количеството несигурност, което можем да понесем.

Да погледнеш с нови очи

Е, как да включим несигурност в интимните си взаимоотношения? Как да създадем този крехък баланс? В действителност той вече е налице.

Източните философи отдавна са знаели, че непостоянството е единствената константа. Имайки предвид преходната природа на живота и неспирния му поток, има повече от намек за арогантност в предположението, че можем да направим взаимоотношенията си постоянни и че сигурността може да се стабилизира. Както се казва в поговорката: „Ако искаш да разсмееш Бог, разкажи му плановете си.“ При все това със сляпа вяра ние продължаваме.

Като лоялни граждани на съвременния свят ние вярваме в собствената си ефективност. Ние сравняваме страстта в началото с юношеското опиянение — както преходно, така и нереалистично. Утехата за отказването от нея е сигурността, която чака от другата страна. За съжаление, когато заменяме страстта срещу стабилност, не подменяме ли една фантазия с друга? Както Стивън Мичъл посочва, фантазията за постоянство може да замени фантазията за страстта, но и двете са продукт на едно и също въображение.

Жадуваме за постоянство и бихме се трудили за това, но то никога не ни е гарантирано. Когато обичаме, ние винаги поемаме

риска да загубим — като бъдем критикувани или отхвърлени, като преживеем раздяла или в крайна сметка и смърт — независимо колко усилено се опитваме да се защитим срещу това. Да въведем несигурност понякога не изисква нищо повече, освен да се откажем от илюзията на сигурността. С тази смяна на перспективата разпознаваме вродената мистерия на нашия партньор.

Изтъквам пред Адел, че за да поддържаме желанието към един човек живо във времето, трябва да можем да внасяме неизвестност в познатото пространство. По думите на Пруст: „Истинското откривателско пътуване не е в това да търсим нови пейзажи, а да погледнем с нови очи.“

Адел си спомня за един момент, в който е преживяла точно тази смяна на перспективата. „Нека да ти кажа какво се случи преди две седмици“, казва.

„Такава рядкост е, че си спомням самия момент. Бяхме на работа и Алън говореше с няколко свои колеги, и когато го погледнах, си помислих — толкова е привлекателен! Беше почти странно, като преживяване извън тялото. И знаеш ли кое беше най-хубавото? За един миг забравих, че ми е съпруг и истински таралеж в гащите, противен, инат, дразни ме и оставя пълен хаос по пода. В този миг го видях, сякаш не знаех всичко това, и бях привлечена от него точно както в началото. Той е много умен, говори добре, има нещо особено успокояващо и секси в него. Не си мислех за всички наши глупави спорове — когато се караме сутрин, защото закъснявам, или защо някой е направил нещо, или какво ще правим по Коледа, или че трябва да поговорим за майка му. Бях далеч от всички тези безсмислици и абсурдни разговори. Аз просто го видях. Ето така се чувствах и се чудях дали и той понякога все още се чувства по подобен начин към мен.“

Когато питам Адел дали е споделила с Алън за това свое преживяване, тя набързо ми казва, че не е. „Няма начин. Той ще ми се присмее.“

Предполагам, че изчезването на романтиката се дължи не толкова на ограниченията на познатото или на ежедневните задължения, които преживяваме като товар, колкото на страха. Еротиката е рискована.

Хората се боят да си позволят тези мигове на идеализация и копнеж по човека, с когото живеят. Те включват признаване на

суверенитета на другия, което може да се усети като нестабилност, когато приемем, че нашият партньор е отделен човек, със собствената си воля и свобода, деликатността на връзката ни става по-видима. Уязвимостта на Адел е видима в начина, по който се чуди дали Алън се е чувствал по същия начин като нея.

Типичната защита срещу тази заплаха е да останем в царството на познатото и любящото — обичайните кавги, удобният секс, всекидневните аспекти на живота, които ни държат привързани към реалността и отстраняват всяка възможност за трансцендентност.

Но когато Адел гледа Алън извън контекста на брака им — превключвайки от близък план към широкоъгълен обхват — тя го вижда като отделна, автономна личност и това на свой ред засилва привличането ѝ към него. Тя го вижда като мъж. Тя трансформира един познат във все още непознат, дори и след всички тези години.

Точно когато си мислиш, че я познаваш...

Ако несигурността е вградена черта на всички взаимоотношения, така е и с мистерията. Много двойки, които идват на терапия си представят, че знаят всичко за партньорите си. „Съпругът ми не обича да говори“, „Приятелката ми никога не би флиртувала с друг мъж. Тя не е такъв човек“, „Любимият ми не би ходил на терапия“, „Защо просто не го кажеш? Знам какво си мислиш“, „Няма нужда да ѝ купувам скъпи подаръци, тя знае, че я обичам.“

Опитвам се да им обърна внимание колко малко са видели и да ги подтикна да възвърнат любопитството си и да погледнат през пролуките на стените, с които са барикадирали другия.

В действителност никога не познаваме партньорите си толкова добре, колкото си мислим. Мичъл ни напомня, че дори и в най-скучните бракове предвидимостта е мираж. Нуждата ни от постоянство ограничава готовността ни да опознаваме човека до нас. Ние се стремим да пригодим него или нея към една представа, която често е плод на собственото ни въображение, основано на собствения ни набор от потребности. „Той никога не се тревожи. Като скала е. А аз съм невротичка“, „Той е твърде страхлив, за да ме напусне“, „Тя не се примирява с никоя от глупостите ми“, „И двамата сме големи традиционалисти. Макар че тя има докторат, наистина обича да си

стои вкъщи и да се грижи за децата.“ Виждаме това, което искаме да видим, това, което можем да понесем да видим, и нашият партньор прави същото. Неутрализирането на сложността на другия ни позволява да се справим с неговата различност. Ние създаваме един опростен образ партньорите си, пренебрегвайки или отхвърляйки съществени части от тях, когато те заплашват установения ред на живота ни в двойката. Ние също така опростяваме собственото си аз, отказвайки се от големи парчета от нашата личност в името на любовта.

Така, когато вклиняваме себе и партньорите си към статични представи, не бива да се изненадваме, че страстта се спасява през прозореца. И съжалявам да го кажа, но загубата е двойна. Не само че сте изстискали живителната сила на страстта, но и не сте спечелили сигурност.

Крежкостта на това изфабрикувано равновесие става видима, когато единият партньор нарушава правилата и настоява да внесе по-автентични части от себе си във връзката.

Точно това се случва на Чарлз и Роуз. Женени от почти четири десетилетия, те са имали много време да се дефинират един друг. Чарлз е жив, провокативен и палав съблазнител. Той е страстен мъж, който има нужда от контейнер, някой, който да му помага да канализира разюзданата си енергия, която го разсейва. „Ако не беше Роуз, не мисля, че бих имал кариерата или семейството, които имам днес“, казва той. Роуз е силна, независима и трезвомислеща. Тя притежава едно естествено самообладание, което удържа неговата невъздържаност. Както те сами се описват — тя е стабилната, той е подвижният. Малкото пъти, в които Роуз се е впускала в по-страстни територии, е било преди да срещне Чарлз; намирала го е за твърде всепогълщащо и след това се е чувствала изтощена и нещастна. За нея той е страстта, която тя няма нужда да притежава. Това, което плаши Роуз, е да загуби контрол, а това, което плаши Чарлз, е, че се наслаждава на загубата на контрол твърде много. Взаимното допълване в тяхната връзка им позволява да процъфтяват в едно определено пространство.

Това плодно решение е работело добре до деня, в който вече не е работело. Както често се случва, има един момент, в който си признаваме, че това, което сме правели досега, вече не работи. Често

това се случва в резултат на значими събития, които ни заставят да преразгледаме смисъла и структурите в живота си. Изведнъж компромисите, които до вчера са работели, стават саможертви, които днес не искаме да търпим. За Чарлз поредица от загуби — смъртта на собствената му майка, смъртта на близък приятел и заплаха за собственото му здраве — са го накарали категорично да осъзнае, че е смъртен. Сега той иска да живее пълноценен живот, да използва жизнеността си, да се свърже с темперамента си, който е потискал, за да бъде с Роуз. И не може повече да издържа тази част от него да стои заключена, дори и в замяна на стабилната основа, която Роуз предлага. Но всеки път, когато се опитва да говори за този свой глад с Роуз, тя се чувства застрашена и го прекъсва: „Имаш поредната криза на средната възраст? Какво ще направиш, ще си купиш самолет ли?“.

И Роуз, и Чарлз са имали своите немонотонни прекъсвания през годините, фактите са били ясни, детайлите — не; и са оставили тези епизоди зад гърба си. Или поне Роуз го е направила. „Мислех, че вече сме преминали буйните години. Сега сме вече 60-годишни, за Бога“, жалва се тя.

„А това какво изключва?“ питам аз.

„Да ме наранява! Да рискува брака ни! Успях да приема условията на нашата връзка. Защо той не може?“

„И какви са тези условия?“

„Когато се оженихме, много се обичахме. И още е така. Но можем да кажем, че и двамата сме преживявали повече страст с други партньори.“

Чарлз осъзна своите илюзии след това — интензивността беше винаги кратка и в крайна сметка той се оказваше с жени, с които нямаше много общо. Аз излизах от своите връзки облекчена. Загубвах се в тях. Говорили сме за тези неща тогава и си казахме, че и двамата търсим нещо по-трайно и по-спокойно. Роуз продължава да обяснява как и двамата с Чарлз са имали други цели в брака си — партньорство, интелектуално развитие, физическа и емоционална грижа, подкрепа. „Ние наистина ценяхме това, което намирахме един в друг.“

Роуз израства в бедност. Баща ѝ притежавал склад за отпадъци в селската част на Тенеси. Днес тя има ъглов офис на 56-и етаж с гледка към улица Мадисън в Манхатън. „Моето провинциално градче не можеше да даде подкрепа на момичета с амбиции, а аз имах много.

Когато срещнах Чарлз, знаех, че е различен. Можех да бъда с него и той би ме оставил да правя каквото съм решила за себе си. В началото на 60-те това беше нещо много важно.“

„Какво си мислеше, че ще се случи със секса? В началото на 60-те и това беше нещо много важно“, казах аз.

„За мен сексуалният ни живот беше ОК. Мислех, че всичко е наред, даже ми беше приятно“, ми казва тя. „Винаги съм знаела, че за Чарлз не е достатъчно, но очаквах да се справи някак с това.“

В отделна сесия с Чарлз няколко седмици по-късно той ми разказва своята версия на нещата. „Сексът с Роуз е приятен, но винаги е бил някак скучен. Понякога се справях с ниската интензивност, понякога ми беше непоносимо. Влизах в интернет, излизах извън брака, отивах при Роуз. Най-вече се опитвах да го потисна, защото изглежда, че нямаше много място за секс между нас. Но повече не искам да го правя. Животът е твърде кратък. Остарявам. Когато се чувствам еротично жив — както ти казваш — не се тревожа за смъртта, не се тревожа за възрастта си, или поне за няколко мига е така.“

„Честно казано, изненадан съм от реакцията й.“, продължава той, „От години не се интересува от секс. Може и да звучи странно, но наистина не съм мислил, че тя ще има толкова силни емоции, свързани с желанието ми да излизам с други жени. Макар че вече не съм само с нея, аз съм й все така емоционално верен и отдаден, както винаги съм бил. Не искам да я нараня и със сигурност не искам да я напускам, но беше важно нещо да се промени за мен.“

Чарлз не се държи според предписанията, но и Роуз също не се държи според тях. Тя е крехка и се страхува, че не е непобедимата жена, която Чарлз иска тя да бъде. Точно както са забранили съблазънта, така са прикрили и уязвимостта си. Те са израснали респективните си роли и са в криза.

Двамата не подозират, това може да е най-прекрасната възможност за разширение, която са имали от години, защото тя им позволява да изразят части от себе си, които твърде дълго са отричали. Уморително е да държиш всичко под контрол през цялото време, и Роуз има нужда от почивка. Също толкова изтощаващо е да се чувстваш еротично мизерстващ, и отказът на Чарлз да понася повече тази ситуация е първата стъпка към това да представи по-автентични

части от себе си на Роуз. По ирония, насред целия този емоционален безпорядък те започнаха отново да се любят след дълги години прекъсване. Желанието на Роуз към Чарлз се завръща заедно с неговия интерес към други жени. Колкото повече ѝ се изплъзва, толкова повече тя го желае. А за него във факта, че нея я е грижа за това, което той прави, има много дълбок еротичен стимул.

Години наред тяхната връзка е действала като договор за взаимен интерес.

Те избягвали да изразяват чувства или потребности, които се намирили извън установените от тях граници. Никой от тях не си позволявал да бъде ирационален, безчувствен или алчен. Сега и двамата заявяват сериозно исканията си. Те изискват един от друг неща, от които не искат да се откажат. Има много болка, но заедно с нея и много жизненост, която никой от двамата не отрича.

„Не съм се чувствала толкова зле от години“, казва ми Роуз, „но под всичко това мога да видя, че нещо трябваше да се случи. Винаги съм се фокусирала върху това, което можеш да пипнеш — парите, къщата, децата да отидат в колеж — мислех си, че това е стабилност. Но кой казва, че това, което иска Чарлз, е фриволно? Може би е друга форма на грижа за брака.“

Отказвайки да признават всичко, което се намира извън рамките на приетото поведение, Чарлз и Роуз постигат точно обратното на това, което искат. Вместо да заздравят любовта си, те я правят по-крехка. Но позволенията, което двамата си дават, за да разкрият потискани досега части от себе си, също носи определен риск. Залогът е самата основа на връзката им. Всеки от тях има за задача да понесе разгръщането на другия, дори когато това ги води отвъд познатата им зона на комфорт.

Разпадането на системата за сигурност

Ние често очакваме нашите взаимоотношения да действат като опора срещу залитанията и стрелите на живота. Но любовта по природа е нестабилна. И ние започваме да я укрепваме: заздравяваме границите, запушваме пролуките, създаваме предвидимост, и всичко това в усилието си да се чувстваме по-сигурни. За съжаление механизмите, които използваме, за да заздравим любовта, често я излагат на още по-голям риск.

Ние се вкопчваме в познатото и може би постигаме мирно съжителство, но по пътя започваме да дирижираме скуката. Ентусиазмът във връзката изчезва под тежестта на прекомерния контрол. Разстроени, двойките се чудят: „Какво стана със забавлението? Къде отиде въодушевлението, издигането над ежедневно, изумлението?“.

Желанието се разпалва от неизвестното и по тази причина му е вродено да предизвиква безпокойство. В книгата си „Отворен за Желанието“ психоаналитикът будист Марк Епщайн обяснява, че именно стремежът да се отдадем на тази мистерия пази желанието живо. Изправени пред неоспоримата различност на партньора ни, можем да реагираме със страх или с любопитство. Можем да се опитаме да ограничим другия до едно познато цяло или да приемем, че той завинаги ще остане загадка за нас.

Отказвайки се от желанието за контрол, оставайки отворени към неизвестното, ние запазваме възможността за нови открития.

Еротиката живее в противоречивото пространство между тревогата и удивлението. Партньорите ни продължават да ни вълнуващ да ни носят удоволствие и да ни привличат. Но за много от нас да се откажем от илюзията за сигурност и да приемем реалността като изначална несигурност се оказва трудна стъпка.

ГЛАВА 2

„Любовта и желанието за някои хора са неразделни части от нещо по-голямо, но за други са безвъзвратно разделени. Повечето от нас все пак изразяват еротиката си някъде в сивите зони, където любовта и сладострастието едновременно се свързват и са в конфликт.“

Джак Морин,
„Еротичният ум“

Повече интимност, по-малко секс

Любовта иска близост, но желанието има нужда от дистанция.

При всяка първа среща с дадена двойка винаги питам как са се срещнали и какво ги е привлякло един към друг. Понеже свързваме терапията с проблеми, обикновено хората не идват при мен, когато все още са в първия плен на любовта. Понякога те имат нужда от нежно напомняне какво е било някога. За отчуждените и нещастни двойки понякога е трудно да се фокусират върху това, което ги е събрало заедно, но в рамките на „мита на създаването“ на всяка двойка се намира ключът за намиране и разгръщане на историята на техните взаимоотношения.

„Тя беше красива.“, „Той беше толкова умен и забавен.“ „Беше привлекателен и излъчваше такава увереност и стил.“ „За мен беше нейната топлина.“ „А мен ме привлече неговата нежност“ „Знаех, че няма да ме напусне.“ „Обичах ръцете му.“ „Пенисът му“, „Очите й“, „Гласът му.“, „Правеше невероятни омлети.“ Определенията, с които описваме един идеализиран любовник, винаги са щедри и богати. Любовта е упражнение по селективно възприятие, една сладка илюзия, но кой го е грижа за това в началото?

Ние увеличаваме добрите качества на тези, които обичаме, и им придаваме почти митични сили. Трансформираме ги и в замяна

трансформираме себе си в тяхно присъствие. „Той ме караше да се смея.“, „Тя ме караше да се чувствам специален и умен.“, „Можехме да говорим с часове.“ „Знаех, че мога да ѝ се доверя.“ „Чувствах се приет,“ „Той ме караше да се чувствам красива.“ Подобни коментари подчертават величието на любимия, както и силата му да ни възвисява и да ни издига над самите нас. Както пише психоаналитикът Етел Спектър Пърсън, „Любовта се поражда вътре в нас като акт на въображението, като креативен синтез, който се стреми да изпълни нашите най-дълбоки копнежи и най-стари мечти, и който ни позволява както да се обновим, така и да се трансформираме.“ Любовта е едновременно потвърждение и надминаване на това, което сме.

Началата винаги са богати на възможности, защото съдържат в себе си обещанието за изпълнение. През любовта ние си представяме нов начин да съществуваме. Ти ме виждаш така, както никога не съм виждал себе си. Ти прикриваш недостатъците ми и това, което виждам, ми харесва. С теб и чрез теб аз ще стана това, за което копнея. Ще преживея цялостност. Да бъдеш избран от този, който избираш, е една от основните триумфи на влюбването. Това преживяване създава усещане за интензивна лична значимост. Аз съм от значение. Ти потвърждаваш значимостта ми.

Когато слушам описанията на двойките за сливането, което придружава раждането на любовта, получавам достъп до мечтите, които са ги задвижили един към друг. Първият етап от всяка среща е изпълнен с фантазии. Това е поток от проекции, очаквания и вълнения, които могат да се превърнат във връзка, но може и да не успеят. Срещу вас стои човек, когото едва познавате, но вече си представяте как изкачвате заедно Килиманджаро, създавате дом-мечта, правите бебета, както и още ред други неустойими фантазии, също толкова променливи, колкото е и времето. Докато пациентите ми си спомнят въодушевляването, което някога са чувствали, аз имам възможност да погледна под баластрата и да видя какво всъщност са имали.

Изпълнено с надежди състояние на блаженство Джон и Беатрис прекарват първите си шест месеца буквално заключени в стаята в състояние на блаженство и приповдигнатост Джон е стоков брокер, който познава възхода и паденията на интернет революцията. Когато се срещнах с него за първи път на терапия, той току-що беше станал свидетел на това как богатството му се стопява пред очите.

Прекарваше дни, вторачен в монитора на компютъра си, безпомощно проследявайки унаследяването на портфолиото си, докато допива последното си уиски.

Той също така току-що беше преживял и еротичен срив по средата на иначе любовни и грижовни взаимоотношения с приятелката си от 5 години. Беше в тройна криза — едновременно емоционална, професионална и финансова. Срещата му с Беатрис беше като събуждане от кома.

Усещането му за облекчение и обновление беше наистина дълбоко. Беатрис — красавица от предрефаелитната епоха, беше 25-годишна студентка последна година по английска филология, 10 години по-млада от Джон. В пашкула под завивките те разговаряли с часове, любили се, после пак си говорели, после пак се любели и спели, но много малко. В този ранен екстаз те се чувствали свободни и отворени. Те с радост изследвали своите два свята, безкрайно любопитни и опиянени от чувствата на взаимност и топлина, свободни от проблемите на външния свят. С напредването на взаимоотношенията им Джон и Беатрис започнали да изпитват усещане за нарастващо спокойствие. Първоначалното вълнение узряло, реалният свят започнал постепенно пак да се появява и надеждите им се материализирали. И така навлизаме в зоната на интимността. Можем да твърдим, че ако любовта е акт на въображението, то интимността е акт на съзряването. Тя изчаква възторгът да отшуми, така че търпеливо да се вмъкне във връзката. Семената на интимността са време и повторение.

Избираме се един друг отново и отново и така създаваме общност от двама човека.

Когато заживяват заедно, Джон и Беатрис се запознават с вкусовете и предпочитанията си, но се срещат и с особеностите си. Джон обича кафето си черно и без захар. И има нужда от първата си чаша кафе веднага щом стане от леглото. Беатрис обича кафето си със сметана и без захар, но първо пие чаша вода. Някои от тези особености те посрещат с лекота и нежност; други се учат да приемат, а някои считат за истински притеснителни, дразнещи и буквално непоносими. Те се чудят как изобщо ще живеят с... (избройте трите най-отвратителни навика на собствения си партньор.) Навлизат в световите на навиците си и тази фамилиарност им носи успокоение. Създава

рутина, която на свой ред подхранва усещането за сигурност. Нарастването на близостта отменя нуждата от церемониалност или несвойствено поведение. Но същата тази липса на церемониалност, която приветстваме в интимността е и доказан антиафродизиак.

Разбира се, чувството за близост е само една от проявите на интимността.

Продължителното опознаване на другия надминава повърхностните навици и навлиза във вътрешните светове на мислите, вярванията и чувствата. Ние проникваме в партньора си на мисловно ниво. Говорим, слушаме, споделяме и сравняваме. Разкриваме някои части от себе си и украсяваме, подправяме и прикриваме други. Понякога научавам нещо за теб, защото ми разказваш за своето минало, семейство, за живота ти, преди да се запознаем. Но моето разбиране за теб идва също така от наблюденията, интуитивните заключения и взаимовръзките, които правя. Ти представяш фактите, аз свързвам точките и така се получава фигура. Особеностите ти постепенно се разкриват за мен, открито или прикрито, с намерение или без. Някои неща в теб са лесни за разбиране, други са кодирани и изискват усилие да бъдат разгадани. С течение на времето започвам да познавам ценностите ти и недостатъците ти. Като свидетел на начина, по който се движиш в света, аз започвам да разбирам как се свързваш: какво те въодушевява, какво ти натиска бутоните и от какво се страхуваш. Опознавам мечтите и кошмарите ти. Колкото повече те опознавам, толкова повече те харесвам. И всичко това разбира се, е двупосочно.

Когато Джон уседна във връзката си, спря да говори за това на терапевтичните ни срещи и аз предполагах, че щом не говори, значи няма проблеми. Така че когато след година поднови темата, обърнах засилено внимание.

„Нещата вървят добре. Заживяхме заедно. Разбираме се чудесно. Тя е красива, забавна и умна. Наистина я обичам. Не правим секс.“

Интимността създава сексуалност... Така ли е всъщност?

Преобладаващото схващане за терапията на двойки в Америка днес е, че сексът е метафора на връзката — разбери какво се случва емоционално и можеш да повлияеш на това, което се случва в спалнята. Ако партньорите са грижовни и подкрепящи се един друг, ако общуват добре, с взаимно уважение, справедливост, доверие,

емпатия и честност — можеш с голяма доза увереност да предположиш и силна, развиваща се еротична връзка. В книгата си „Гореща моногамност“ д-р Патрисия Лов назовава тези идеи по следния начин: „Добрата вербална комуникация е един от ключовете за добър сексуален живот. Когато двойките споделят свободно мислите и чувствата си през деня, те създават помежду си високо ниво на доверие и емоционална свързаност, които им дават свободата да изследват сексуалността си по-пълно. Интимността създава сексуалност“.

За много хора любящата и всеотдайна връзка е наистина голям стимул за сексуално желание, един вид подтик. Те се чувстват приети и обгрижени и тази сигурност им позволява да се чувстват свободни. Доверието, което идва заедно с емоционалната близост спомага за нарастването на еротичния им апетит. Но какво се случи при Джон и Беатрис? При тях тези сметки излязоха погрешни. Те имат красива, интимна, любовна връзка, общуват добре и според тази теория това би трябвало да е основата на устойчиво еротично желание. Но не е така. И ако изобщо това би могло да бъде утеха за тях, хората, при които нещата не се получават по този начин, действително са много.

По ирония това, което създава добрата интимност, невинаги спомага за добрия секс. Може и да звучи нелогично, но моят опит като терапевт показва, че нарастването на емоционалната близост често е придружено с намаляване на сексуалното желание. Това наистина е озадачаваща обратна взаимовръзка: спадането на желанието изглежда е неволно следствие от създаването на интимността. Мога да се сетя за много двойки, чиито първи изречения на влизане в моя офис са нещо от вида на: „Наистина се обичаме. Имаме чудесна връзка. Но не правим секс.“ Джо се наслаждава на интензивния интерес от страна на Беатрис към него, но не харесва да бъде физически погълтан — Джо иска да е само отгоре. Сюзан и Джени се чувстват по-близки от всякога, откакто са осиновили първото си дете, но тази близост не се превръща в чувственост. Адел и Алън описват нощите, прекарани в хотел като интимни, но не особено страстни. Макар че са фрустрирани от еротичната страна на връзките си, тези двойки изглежда споделят чудесна интимност, а не липса на такава. Андрю и Серена са наясно, че сексът е бил проблемен още от самото начало и независимо колко е процъфтявала връзката им, това никога не е било достатъчно, за да им осигури еротичен заряд. Преди да срещне Андрю, Серена е имала

няколко многогодишни връзки, наситени с богат сексуален живот в нейния опит нарастването на интимността прогресивно води до все по-добър секс, така че се изненадва, когато с Андрю не се получава по този начин. Когато я попитах защо е останала с него, щом като още от първата среща не се е чувствала желана, тя ми отговори: „вярвах, че ще се получи. Че с любовта ще стане по-добре.“ „Понякога любовта застава на пътя“ — обясних ѝ аз, „и така се случва точно обратното.“

Слушането на тези мъже и жени ме накара да преосмисля това, което от дълго време предполагах за връзката между интимността и сексуалността.

Вместо да считам секса за следствие на емоционалната връзка, започнах да го разглеждам като отделно цяло. Сексуалността е повече от метафора на връзката — тя стои сама по себе си като отделна история.

Интимната история на двойките може наистина да ни каже много за еротичния им живот, но не може да ни каже всичко. Има сложна връзка между любовта и желанието и тя не е причинно-следствена и праволинейна. Емоционалният живот на двойката и физическият им живот заедно имат своите възходи и спадове, високи и ниски моменти, но те невинаги са взаимосвързани. Те се засичащ взаимно си влияят, но стоят отделно. Това е една от причините, поради които често можем да „поправим“ връзката, без да променим каквото и да било в сексуално отношение. Може би интимността само понякога спомага за сексуалността.

Отделеността е необходимо условие за свързване

Твърде лесно се предполага, че проблемите със секса са резултат от липса на близост. Това, на което аз искам да обърна внимание е, че може би начинът, по който създаваме близост намалява усещането за свобода и автономност, което е съществена предпоставка за сексуалното удоволствие.

Когато интимността се превърне в сливане, не липсата на близост, а твърде многото близост, е тази, която пречи на желанието.

Любовта се крепи на два стълба: отдаване и автономност. Нашата нужда да бъдем с някого съществува редом с нуждата ни за отделеност. Едната не съществува без другата. Не може да има връзка,

когато разстоянието е твърде голямо. Но прекаленото приближаване премахва отделеността на два различни индивида. Тогава вече няма пространство за преминаване, няма мост за извървяване, няма кого да посетиш от другата страна, няма нечий друг вътрешен свят, в който да навлезеш. Когато хората се сливат — когато двамата стават едно — процесът на свързване става невъзможен.

Защото вече няма с кого да се свързваш. Отделеността е условие за връзката — това е основният парадокс в интимността и секса.

Двойствените (и често в конфликт) нужди от свързване и независимост са централна тема в нашата история на развитието. През детството си ние се борим, за да открием крехкия баланс между дълбоката ни зависимост от тези, които се грижат за нас и нуждата ни да извоюваме усещане за независимост. Психологът Майкъл Винсент Милър ни напомня, че тази борба ясно се вижда в детските кошмари: „сънищата с изоставяне, в които падаш или се губиш, и сънищата с вкопчване, в които те нападат и изяждат чудовища“. Ние доживяваме до зрелите си взаимоотношения, носейки със себе си една емоционална кутия, която е готова да бъде активирана.

Степента, в която нашите детски взаимоотношения подхранват или пречат на двата вида нужди, ще определи слабите точки, които внасяме в зрелите си взаимоотношения — това, което най-много искаме и това, от което най-силно се страхуваме. Ние всички сме яхнали и двете нужди.

Интензивността и преимуществеността им се променят през живота ни, и както обикновено се случва, имаме склонност да си избираме за партньори онези, чиито пристрастия допълват нашите слабости.

Някои от нас влизат в интимни отношения с изострена осъзнатост за нуждата ни от свързване, да преживяваме близост, да не сме сами, да не ни изоставят. Други се доближават до връзките си с повишена нужда от лично пространство — чувството за самосъхранение ни държи нащрек, за да не бъдем погълнати. Еротичната, емоционална връзка създава близост, която може да се окаже всепоглъщаща и да събуди усещане за клаустрофобия.

Някои хора го усещат и като нахлуване в личното им пространство. Това, което първоначално е било сигурно заграждение, се превръща в затвор.

Макар нуждата ни от близост да е почти толкова основна, колкото нуждата ни от храна, тя е съпроводена от тревоги и притеснения, които биха могли да потиснат желанието. Търсим близост, но не чак толкова, че да започнем да се чувстваме нейни заложенници.

Всички тези криволичения на интимността са все още далече от осъзнаването на Джон и Беатрис. Автентичността и спонтанността на началото ги оставило неподготвени за амбивалентността, която последвала в любовта им. От първоначалната им точка, интимността изглеждала проста. Отвори се, разкрий себе си, стани прозрачен, отвори се още малко... Джон и Беатрис са пример за типично начало. Всъщност интензивното физическо и емоционално сливане, което преживяващ е възможно само с някой, когото все още не познаваме. В тази ранна фаза сливането и отдаването са относително безопасни, защото границите между партньорите са все още външно обусловени. Джон и Беатрис са нови един за друг. И докато мигрират в респективните си светове, те все още нямат постоянно жителство; те все още са две отделни същности. Цялото това пространство между тях им позволява да си представят колко е хубаво да няма пространство. Те все още са омагьосани от срещата и не са се установили във връзката.

В началото преобладава фокусът върху свързването, защото психологическото разстояние е налице; то е част от структурата. Другостта е факт. Няма нужда да се грижиш за отделеността в първите фази на влюбването; вие все още сте отделни. Вие се стремите да преодолеете тази отделност. Като нови любовници Джон и Беатрис се радват на естествена дистанция, която им позволява да преживеят свободно изобилието от любов и желание, защитени от конфликтите, с които да започнат терапия по-късно.

Прекалената загриженост убива желанието?

За Джон интимността таи заплахата да бъде заклещен. Той израства в дом с агресивен баща алкохолик. Не може да си спомни време, в което да не е бил подчинен както на настроенията на баща си, така и на тъгата на майка си. Като младо момче той е станал душеприказчик на майка си — за да се грижи емоционално за нея и да смекчи самотата ѝ. Той е бил нейната надежда, нейната утеха, косвено потвърждение, че мизерният ѝ живот ще се оправдае чрез чудесния ѝ

син. Децата от подобни конфликтни бракове често стават защитници на уязвимия родител. Джон никога не се е съмнявал в дълбоката любов на майка си, но и никога тази любов не е била без известно усещане за товар, който носи. От ранни години за него любовта включва отговорност и задължение. И дори когато копнее за близост в интимността — а той винаги е имал жена в живота си — той не знае как да преживява любовта по такъв начин, че тя да не бъде ограничаваща.

Зараждащата се любов, която той усеща към Беатрис носи със себе си същата тежест, каквато винаги е имала за него.

Има много обстоятелства, които водят до това хората да преживяват любовта и интимността като ограничаващи — нещастното детство не е задължително условие. Популярните разговори за любовта успяха да превърнат този момент в голям въпрос и започнаха да го приемат за „страх от интимност“, който се счита, че засяга най-вече мъжете. Но това, което аз наблюдавам, не е толкова липсата на готовност да се започне интимна връзка — никой не може да се съмнява в дълбочината на чувствата на Джон към Беатрис. По-скоро е тежестта на това отдаване, която някои хора намират за непоносима. Заприщвайки необходимата свобода и спонтанност, които еросът изисква, те се чувстват пленници на интимността.

Сексуалните задръжки на Джон се засилват със задълбочаването на емоционалното обвързване с приятелката му. Впрочем колкото повече го е грижа за нея, толкова по-трудно успява свободно да я пожелае. За него, както и за много други мъже с подобни затруднения, еротичното затваряне е болезнен процес. Той е принуден да се подчинява на волята на един несговорчив penis, който просто не откликва. Но защо? Кой е еротичният блокаж, който го спира да се наслаждава на удоволствия с Беатрис, същата жена, с която преди не чак толкова много време е лежал в блажено опиянение?

По ирония дори близостта, породена от добрия секс може да има ефекта на бумеранг. Също като Джон и Беатрис, много двойки преживяват връзката си като танц, в който чудесният секс ги приближава един към друг, но след това същата тази близост може да направи секса труден. Първоначалният захлас улеснява бързото свързване и установява незабавна връзка. Но докато на много от нас ни харесва да изгубваме себе си в секса, самото единство, което

преживяваме при сливането на телата ни може да породи усещане за обезличаване. Интензивността на сексуалната страст провокира страха от загубване на себе си. Разбира се, малко от нас са осъзнати за тези подводни течения в момента, в който се случват вместо това изпитваме желанието да се оттеглим веднага след оргазма, или ненадейно решаваме да си направим сандвич или да запалим цигара.

Приветстваме появата на всяка случайна мисъл: „Трябваше да изпратя онзи мейл...“, „Тези прозорци имат нужда от измиване...“, „Чудя се как ли е приятелят ми Джак?“

Оценяваме възможността да ни оставят да се реем сами в собствените си мисли, защото това възстановява психологическата дистанция, очертаването на границите между мен и теб. От „интер-“ преминаваме в „интра-“. След като сме били погълнати един от друг, ние се връщаме обратно в собствената си кожа. Никъде преходът между свързване и отделяне не е представен по-ясно, отколкото в края на сексуалния акт.

В книгата си „възбуда“ психоаналитикът Майкъл Бейдър предлага друго обяснение за безизходната еротична ситуация между Джон и Беатрис. От негова гледна точка интимността идва със засилена загриженост за добруването на другия, което включва и страха да не го нараним. Но сексуалното въодушевление изисква да не се тревожим, а преследването на удоволствието изисква определено ниво на егоизъм. Някои хора не могат да си позволят подобен егоизъм, понеже се чувстват твърде отговорни за добруването на любимия. Това емоционално стечение на обстоятелствата напомня за начина, по който Джон се е чувствал по отношение на майка си — осъзнаването на нейното нещастие го изпълва с притеснения и чувство за тежест. Самата загриженост, която преживява, го затруднява да се фокусира върху собствените си нужди, да се чувства спонтанен, сексуално жив и безгрижен.

Джон се изправя пред този смущаващ проблем със загубата на сексуално желание във всяка интимна връзка, която е имал. В миналото всеки път, когато се е появявал блокаж, той го е тълкувал като знак, че вече не обича съответната жена. Всъщност точно обратното е вярно. Именно понеже я обича толкова много, той носи и усещането за отговорност за нея и не може да се радва на игривото търсене на еротична наслада.

Моделите се равняват на възможности за наемане на работа. Динамиките във взаимоотношенията винаги са взаимно допълващи се — всеки от партньорите спомага за създаването на модели. Не можем да говорим за страха на Джон от попадане в плен и намаляващото му желание, без да разгледаме какво добавя Беатрис във връзката.

Така че аз я поканих да дойде на няколко сесии заедно с Джон. По време на разговора ни приносят ѝ към пъзела се изяснява. В треската на свързването си с Джон тя е напасвала своите интереси към неговите и така постепенно се отказва от повечето дейности, които не го включват и спира да се вижда с приятели. За съжаление всичките ѝ опити да засили близостта помежду им са имали точно обратния еротичен ефект. Стремещт ѝ да му угоди и непрестанната готовност да се откаже от всичко, което може да застане между тях увеличават емоционалния товар и още повече засилват сексуалното му оттегляне. Сякаш пенисът му създава границата, която той не може да установи сам. Трудно е да се чувстваш привлечен от някой, който е изоставил усещането си за автономност. Може би може да я обича, но очевидно е много по-трудно да я желае. Между тях липсва напрежението, необходимо за пораждането на еротичната тръпка.

Предложих на Беатрис да се изнесе, да не живеят заедно известно време и по този начин да възвърне част от своята независимост. Това ще ѝ даде сили да се свърже наново с приятелите си и да спре да организира живота си изцяло около Джон. Казах ѝ следното: „Толкова те е страх да не го загубиш, че си се отчуждила от себе си и си загубила свободата си. Вече няма един отделен човек, когото той да обича.“ На Джон казах: „Прекалената ти грижовност ти пречи да бъдеш любовник. Трябва да установим някаква степен на разграничаване и да създадем наново част от дистанцията, която сте имали в началото. Трудно е да преживяваш желание, когато носиш товара на загрижеността.“

В следващите няколко месеца Беатрис наистина се изнесе. За удивително кратко време тя намери апартамент за себе си, подаде документи за докторска програма, отиде на ваканция с приятели и започна сама да печели парите си. Постепенно, когато Джон се убеди, че тя има два крака, на които стои стабилна, и като стана ясно на Беатрис, че няма нужда да се отказва от личността си, за да заслужи

любов, те създадоха пространство помежду си, в което желанието да тече по-свободно.

Много от мъжете и жените, с които се срещам в практиката си намират за изключително трудно да въведат този вид емоционално пространство в любовните си взаимоотношения. Човек би си помислил, че сигурността на една добре изградена основа би направила по-лесно поемането на подобни рискове, но не е така. Сигурната връзка наистина ни дава смелост да следваме професионалните си амбиции, да се изправяме срещу семейни тайни и да се запишем на курса за скачане с парашут, за който не сме се осмелявали преди. При все това се стряскаме от идеята да изградим дистанция в самата връзка — мястото, което ни гарантира на първо място уютно единение. Можем да приемаме пространството навсякъде другаде, но не и там.

Сексуалното желание не се подчинява на законите, които поддържат мира и хармонията между партньорите. Трезвото мислене, разбирането, съчувствието и другарството са слугите на хармонична връзка, изпълнена с близост. Но сексът често поражда по-скоро необяснимо пристрастяване, отколкото разсъдъчно мислене, и егоистично желание вместо алтруистична преценка. Агресията, пристрастното отношение и налагането на волята живеят в сянката на желанието и са компоненти на страстта, без да подхранват интимността. Желанието действа по своя собствена траектория.

Памучната нощница

Първата ми среща с Джими и Кендис беше ярък пример за една много често срещана история. Джими и Кендис са млади музиканти в началото на 30-те си години и са женени от 7 години. Те са смесена двойка: тя е афроамериканка, той е от ирландски произход. Тя излъчва увереност в момчешките си джинси и лакирани нокти в цвят аквамарин; той е в маркови дрехи от глава до пети. Те са привлекателни, енергични и вечно в движение — и са отчаяни от това, което се случва с тях. „Не правим секс и това е така от години“ обяснява Кендис. „Ужасени сме от това и сме недоволни. И си мисля, че и двамата имаме дълбоко вкоренен страх да открием, че ситуацията може би е непоправима.“

Също като Джон, и Кендис е преживяла това, което се усеща като неизбежна загуба на желание във всяка връзка, която е имала преди, и по време на разговора ни става ясно, че разбира модела си. „Моят проблем от моя гледна точка е, че това няма нищо общо с Джими — обяснява ми тя. — Когато съм интимна с някого, когато съм влюбена и той ме обича, внезапно изгубвам сексуален интерес. Имам усещането, че нещо липсва и не мога да се доближа до партньора си на сексуално ниво. Имала съм няколко дългогодишни връзки, преди да срещна Джими и всеки път се е случвало едно и също.“

Кендис знае кой е Джими за нея. На него може да се разчита, той е надежден, грижовен и интелигентен. Споделят богато партньорство. И макар че иска тези качества в един мъж, техните странични последиствия съвсем не са еротични за нея. Изправена пред загрижеността на Джими, тя не е в състояние да преживее собствената си сексуална енергия. „Това, което мога да ти кажа“, споделя тя, „е, че неговото грижовно внимание ме кара да се чувствам сигурна, но когато се замисля с кого искам да спя, сигурността е последното, което бих потърсила.“

„Защото Джими не е какъв?“ питам аз, „Не е достатъчно изненадващ? Не е достатъчно агресивен ли?“

„Не е достатъчно агресивен.“

„И е до голяма степен твърде послушен любовник за теб?“ „Даа.“

„И непрекъснато ти обръща внимание?“

„Кое е много мило от негова страна.“

„Много мило, но не особено възбуждащо.“, добавям аз. Всичко е много любовно и много уютно, само че не е сексуално. Вие сте заместили чувствената любов с нещо друго. Това е, което сексуалният терапевт Дагмар О’Конър нарича „удобната любов.“

Кендис кима утвърдително, „Като памучна нощница.“

Грижовните, защитаващи елементи, които подхранват домашния живот могат да се опълчат срещу бунтарския дух на плътската любов. Ние често избираме партньор, който ни кара да се чувстваме закриляни, но след първоначалната романтика откриваме както Кендис, че не можем да го възприемаме сексуално. Ние копнеем да създадем близост във връзката си, да преминем разстоянието между нас и партньора ни, но по ирония точно това разстояние между нас и

другия е еротичният синапс. За да доведем сладострастието в дома си, трябва да пресъздадем същото това разстояние, над което така усилено сме се трудили да построим мост. Еротичната интелигентност означава да създадеш дистанция, след което да дадеш живот на това пространство.

В една от сесиите ни с Кендис тя описва как нищо не я възбужда повече от това да гледа как Джими свири на сцена. Но когато я питам дали някога отива зад кулисите след представлението му, тя казва, че не. „Защо не отидеш в съблекалнята?“, питам. „Наблюдаваш го на сцената и се възбуждаш от него. Той е напълно себе си и владее таланта си. Но ти чакаш да се приберете вкъщи и той моментално губи еротичната си привлекателност“ Тя кима, съгласявайки се; той изглежда разочарован.

„Защо не се разведеш с него?“, предлагам аз. „Остани с него, но се разведете. Ако не си омъжена за него, няма да изглежда такъв домошар.“

„Знаеш ли какво му казах?“, признава тя, „Казах му: ако ме беше напуснал днес, щеше да ми станеш сексуално привлекателен.“

Кендис признава, че чувството на емоционална близост, за което копнее с Джими е това, което застава на пътя на сексуалната ѝ възбуда. За да преодолеем тази пропаст, тя трябва да създаде психологическа дистанция.

Много преди да се срещне с мен, Кендис се е опитала да направи точно това. Тя сама е намерила решение на затруднението: Джими да я пренебрегва, когато тя се прибира вкъщи, вместо веднага да я доближава.

Както тя каза: „Ако чувствам, че не се нуждаеш изобщо от мен, започвам да те желая.“ Интуитивно, без дори да знае защо, тя има нужда от този сценарий, и така се е опитвала да възроди желанието.

За съжаление Джими не е приел тази игра. Той разбира нуждата ѝ да стои на една ръка разстояние от нея като отхвърляне. С мъка дава глас на копнежа си, като обяснява: „Бях толкова ядосан. Спомням си времето, когато всичко, което трябваше да правя, беше да потъркам коляното си в бедрото ѝ и тя се възбуждаше. Но от толкова дълго не съм усетил да ме иска така. Искам да ме иска. Искам да е гладна за едно-единствено нещо. И това нещо да съм аз.“

„При все това ти виждаш молбата ѝ за кратка пауза като отхвърляне“, отговарям аз. „Знаеш ли, желанието действа по особен начин. Тя те моли да я пренебрегваш, за да може да те пожелае. Мога да разбера защо това звучи нелогично. Защо са нужни такива заобикалки? И разбирам твоята реакция. Но виждаш ли, тя има нужда да отделя интимното от еротичното и затова ѝ е необходимо пространство. Тя те кани в една схема, която да ѝ позволи да направи точно това. Това не е отблъскване; това е покана. Представи си го не буквално, а като форма на любовна игра. Поиграй си на «не ме искаш». Поиграй си на «пренебрегвай ме».“

Но Джими не може да играе, защото е въввлечен в борба с Кендис. Той не иска да се включи в подобно изопачаване на нещата, за да породи отново желанието ѝ. Той иска тя да го желае по неговия начин. Джими се е чувствал лишен и отблъскван толкова много години, че основното чувство, което изпитва, е гняв. Неговата жлъчност само подчертава степента на неговия копнеж и нужда. Начинът, по който двамата неутрализират заплахата от гневен изблик е чрез огромно количество привързаност. Тяхното почти непрестанно физическо докосване играе ролята на потисник на сексуалния апетит. Подобен контакт може да е устойчив много години, без да прерасне в желание. Безусловната любов не подклажда безусловното желание. Тя е нещо, което изпитваме към приятелите си, и Джими и Кендис бяха приятели, които искаха да са любовници.

Знаейки, че Кендис вече е изразила нуждата си от дистанция, видях начин да се включа. Чудех се как да въведе дистанция в уютното любовно докосване, което е заместило секса. „Докосвате ли се?“, попитах аз, макар че вече знаех отговора.

„Постоянно“, отговори тя.

„Гушките ли се?“

„Да“, каза Джими.

„Много ли?“

„Да“, отговориха и двамата едновременно. „Е, тогава трябва да спрете.“

И двамата ме погледнаха с широко отворени очи. Само преди секунди бяха споделили един аспект от връзката си, който и двамата ценяха, а аз им го отнемах. Но от начина, по който отговори Кендис, вече знаех, че съм напипала нещо.

„Идея си нямаш какво ми причиняваш“, каза тя. „Толкова съм чувствителна на докосване. За мен всичко е въпрос на докосване. Бих го получила от всеки, дори и от относително непознат. Аз съм гладна за всяко едно докосване.“ Джими добави: „Като бяхме на гости на семейството ми миналата седмица, най-добрият приятел на майка ми ѝ разтриваше раменете. Знаеш ли, сега, като се сецам за това, си спомням, че се запитах дали за нея има значение дали съм аз или г-н Монахан.“

„Е, значи това ще бъде целта на терапията,“ подхвърлих аз, „ще направим разликата между Джими и г-н Монахан.“

Като им казах да не се докосват аз създадох пространство, което да ѝ даде място да го последва. Това на свой ред би му дало усещането, че е желан.

„Нека да ви го кажа ясно. Без контакт. Без невинни целувчици, без страстни целувки, без масажи, без погалвания. Нищо. Съжалявам, драги. Може да пишете, да си пращате бележки, може да се гледате — всичко друго, което пожелаете да правите. Вие сте задушили страстта с привързаност и не сте ѝ оставили място, където да се възпламени.“

Кендис беше готова да се примири с предложението ми. „Добре“, съгласи се тя. „Омразно ми е, но е добра идея.“

Чудех се кому ще е по-трудно да следва предписанията ми. Макар че Кендис представи себе си като „гладна за докосване“, подозирах, че Джими първи ще наруши споразумението, защото имаше повече да губи. Той е бил бесен години наред и никога не е знаел как да се гневи на човек, когото обича — как да бъде гневен и свързан едновременно. Зад въздържанието му, зад сладките милувки стои неизказаният страх, че гневът неизбежно води до раздяла. През първите няколко седмици Джими периодично заобикаляше забраната. Така че дадох насоки на Кендис да стане по-категорична в налагането на правилото без докосвания. Опитвах се да повиша залога. В един момент Джими вече беше достатъчно свикнал и започна да съдейства. „След около месец от началото няхах желание да имам нещо общо с нея.“

Премахването на любящия слой защита се оказа много по-ефективно, отколкото се бях надявала. „Сигурното може и да не е атрактивно за мен“, призна Кендис, „но започнах да разчитам на него. През тези последни няколко седмици той беше значително по-

дистанциран и за мен беше действително некомфортно. Не сме свикнали да бъдем заедно по този начин. Получих това, за което помолих, но не съм сигурна, че е това, което исках.“

Кендис и Джими са създали интимност, която изключва всеки конфликт. Всяко напрежение е кристализирало в сексуалната им безизходица. Това е мястото, където са запазили своята различност. Нарушавайки баланса на хармоничната им, но сексуално равнодушна връзка, аз се надявах да въведа засилено усещане за различност; защото без това няма как да се появи желанието.

След няколко месеца от общата ни работа Кендис и Джими споделиха, че забелязват промяна, но все още ги чака дълъг път напред. „в много отношения нашата връзка е богата. Имаме много неща, за които трябва да сме благодарни, и това го знам“, каза Кендис. „Но също така осъзнахме, че това да сме близки не означава никога да не се караме. Странно е, че нещото, с което бяхме най-горди, в действителност се оказа проблем.“

Слушайки Кендис, на мен ми хрумна, че думата „безопасен“ има повече от едно лице. Психологът Вирджиния Голднър прави ясно разделение между „отпуснатата безопасност на постоянния уют“ и „динамичната безопасност“ на двойките, които се карат и помиряват и чиято връзка е поредица от кавги и успокоения. Не избирането на агресията, а нейното владение спомага за свободното изразяване на сексуалните импулси — а освен това носи и чувство за сигурност. Всеки има нужда от тайна градина. В забележителната си книга „вторият пол“ Симон дьо Бовоар пише: „Еротичността е движение към другия, това е основната ѝ черта.“ Но в нашите усилия да изградим интимност ние често търсим начини да премахнем другостта и по този начин заличаваме пространството, което ѝ е нужно, за да процъфтява. Ние търсим интимност, за да се защитим от чувството на самота и при все това създаването на пространство, което е съществено за еротиката означава да се отдръпнем от комфорта на нашия партньор и да се чувстваме по-самотни.

Твърдя, че способността ни да толерираме отделеността ни — и фундаменталната несигурност, която върви с това — е необходимо условие за поддържане на интереса и желанието във връзките. Често обяснявам на двойките, че вместо непрестанно да се стремим към близост, понякога се оказва по-важно да се учим да изграждаме свои

отделни идентичности. Ако създаването на отделеност звучи сурово, нека да мислим за него като подхранване на усещане за себе си. Френският психолог Жак Саломе говори за нуждата да развием лична интимност сами със себе си като баланс за интимността в двойката. Има красота в образа, който акцентира по-скоро върху хармоничното свързване със себе си, вместо върху раздалечаването от партньора. В общата ни интимност ние се любим, имаме деца и споделяме физическо пространство и интереси.

Действително, ние смесваме съществени части от животите си. Но „съществени“ не означава всички. Личната интимност маркира границите на една частна зона, която изисква толерантност и уважение. Тя е пространство — физическо, емоционално и интелектуално — което принадлежи само на мен. Не всичко е необходимо да бъде разкривано.

Всеки трябва да знае как да отгледа своя тайна градина.

Любовта се радва да знае всичко за теб; желанието има нужда от мистерия.

Любовта обича да смалява разстоянията между мен и теб, докато желанието се подсилва от тях. Ако интимността нараства с повторенията и взаимното опознаване, еротиката изстива от тях. Тя процъфтява в мистериозното, новото, неочакваното. Любовта е в това да имаш; желанието е това да искаш. Като израз на копнежа, желанието се подклажда от изплъзващото се. То не се интересува от местата, на които вече познава, а жадно търси територии, които тепърва да покори. Но много често докато двойките усядат в комфорта на любовта, те спират да подклаждат пламъка на желанието. Забравят, че огънят има нужда от въздух.

ГЛАВА 3

„Ние нямаме тайни, казваме си всичко.“

Карли Саймън,
„Нямаме тайни“

Капаните на съвременната интимност

Разговорите не са единственият път към близостта.

Когато майка ми говореше за взаимоотношения, тя определено беше лаконична по отношение на темата за интимността. „В брака са ти нужни две неща“, казваше тя. „Воля да го накараш да заработи, и да можеш да правиш компромиси. Лесно е да бъдеш права, но след това ще бъдеш права и сама.“ Баща ми, който не беше така прагматичен като майка ми, беше доста по-изразителен и отворен в изказването на чувствата си. Той открито я обожаваше и я обсипваше с целувки, подаръци и внимание. Но ако го бях попитала дали са имали интимност или не, би ме погледнал объркан, без да разбира за какво всъщност говоря. Той познаваше любовта и познаваше партньорството, а те безусловно включваха и простора на интимността.

На моите родители и на останалите от тяхното поколение съвременният дискурс за интимността би убягнал изцяло. Връзката им съвсем не беше перфектна — биха могли да посещават терапевт по редица причини — но понятието „да работят върху интимността си“ би им било чуждо.

Когато Тевие в „Цигулар на покрива“ казва на съпругата си Голди, че ще позволи на дъщеря си да се омъжи за мъжа, който обича, вместо за този, който той е избрал за нея, той обосновава решението си с разбирането, че „Това е нов свят“. Това е свят, в който хората се женят по любов и е много по-различен от света, в който той се е запознал с Голди в деня на сватбата, а баща му е казал, че с времето ще се научи да я обича. Сега, 25 години по-късно, ставайки свидетел на

разцъфващата любов на дъщеря си, той пита съпругата си дали го обича след всички тези години. Голди отговаря с учудващ списък на преживявания, които са споделили в съвместния си живот и прави красиво и лирическо описание на това как „старият свят“ е мислел за любовта и брака. Тя му перяла дрехите, доила кравата, споделяла леглото му, гладувала с него, борила се редом с него, отгледала децата му, чистила къщата, готвила. „Ако това не е любов, то какво е тя?“, пита тя. Знанието, че Голди го обича, не променя нищо, но Тевие завършва песента, признавайки, че „след 25 години е хубаво да се знае.“

Представата на Голди за брака не пасва на това, което днес в западните общества наричаме интимност. По-скоро бихме го нарекли домакинство (в най-добрия случай) и едновременно потисничество (в най-лошия). В миналото, когато бракът е бил по-прагматична институция, любовта не е била задължителна. Уважението е било най-важно. Мъжете и жените са намирали емоционално свързване на други места, най-вече във връзки с други хора от същия пол. Мъжете са се свързвали чрез работата и развлеченията; жените са се свързвали покрай отглеждането на децата и заемането на захар. Не било изключено с времето любовта да се развие в рамките на брака, но тя определено не била необходимо условие за успеха на семейството. Бракът подsigурявал най-вече икономическата стабилност и партньорството траело до живот. Създаването на двойки днес е въпрос на личен избор и на свободна воля и обвързването се основава на любовта. От страничен резултат в една многогодишна връзка интимността се превръща в задължително условие за връзката. В брака по любов основният пилон на връзката — уважението, е изместен от доверието и привързаността, а интимността безспорно заема централно място в него.

Възходът на интимността

Фамилният терапевт Лиман Уайн изтъква, че „интимността става разпознаваема като «нужда» само когато стане по-трудна за постигане.“

Настъпването на индустриализацията и съответното нарастване на градския живот води до съществена промяна в социалната

структура.

Семейството и работата се разделят и също така ние, хората: ставаме по-откъснати, по-самотни и по-нуждаещи се от смислен контакт. Като контраст, когато хората живеят в тесни социални мрежи, е по-вероятно да търсят пространство, вместо интимен диалог. Когато три поколения живеят под един и същи покрив, всеки знае мястото си; членовете на семейството са по-склонни да спазват формални правила, които гарантират лично пространство и дискретност. Макар че много се споделя, всеки има възможност да заяви нещо свое — личен ъгъл, любима чаша за кафе, място до прозореца, време за тихо четене на книга в тоалетната. От Токио до Джибути и до Куинс, Ню Йорк хората, които живеят в разширени семейства, или които са подложени на тежки икономически затруднения и са принудени да живеят в тесни квартали, обикновено не търсят повече близост. Когато хората живеят един върху друг, няма изолация за преодоляване и съответно са много по-малко заинтересовани да прегърнат идеалите за интимност на средната класа от западните общества. Животът им сам по себе си е достатъчно сложен.

Интимността става върховният антидот срещу живота в нарастваща изолация. Решимостта ни „да се протегнем и да докоснем някого“ достига върха си на религиозен плам. Точно тази сутрин, докато нахвърлях тези мисли, домашният ми телефон звънна, и като не вдигнах, звънна мобилният ми телефон. Веднага след това компютърът ми записука, за да ме уведоми, че съм получила мейл. След като и личната ми линия се включи в какофонията, се отказах и позволих да бъда „докосната“. В нашия свят на мигновена комуникация ние добавяме към връзките си богат асортимент от технологични уреди с надеждата, че всички тези средства ще засилят връзките ни. Тази всеобща запаленост по технологиите всъщност служи да маскира дълбокия ни глад за човешки контакт.

Разкажи ми за истинските си чувства

Интересно е как докато нуждата ни от интимност става всеобхватна, начинът, по който я разглеждаме, се стеснява. Ние вече не орем земята заедно; днес говорим. Стигнахме дотам да възвеличаваме вербалната комуникация. Говоря, следователно съм. Наивно вярваме,

че същността на това, което представяваме, се предава най-точно с думи. Много от пациентите ми са прегърнали това предположение от сърце, когато ми се оплакват: „Ние не сме си близки. Никога не разговаряме.“

В нашата ера на комуникации интимността получава нова дефиниция. Тя престава да бъде онова дълбоко познание и близост, които се развиват с времето и могат да се култивират в тишина. Вместо това ние мислим за интимността като процес на разговаряне, който включва себеразкриване и цялостно споделяне на най-лични и съкровени неща — нашите чувства.

Разбира се, става въпрос както за слушане, така и за изразяване. Този, който получава разкритията трябва да е любящ, приемащ и неосъждащ партньор — „добър слушател“, съпричастен и даващ обратна връзка. Искаме да се чувстваме напълно познати, дълбоко признати и цялостно приети такива, каквито сме. И очакваме на споделянето ни да се отговори със споделяне.

Не е случайно съвпадение, че появата на съвременната интимност с акцента, който поставя върху речта, се поражда паралелно с нарастващата икономическа независимост на жените. Когато жените вече не са финансово обвързани с мъжете си, нито са задължени да понасят нещастни съюзи, те започват да очакват повече от брака.

Безпрекословното слугуване става неприемливо. На негово място идва очакването за взаимно удовлетворяваща емоционална връзка. Ползите се отнасят също и до мъжете, от които вече не се очаква да са единствените, осигуряващи финансите (което само по себе си също е било форма на слугуване.) В съвременния ни модел за дълготрайно обвързване женското влияние е неоспоримо. Във време, в което обществото има нужда от ново средство за свързване, жените внасят своето добре развито умение за общуване. Много мастило е изписано, за да се обяснят по-развитите умения на жените за вербално изразяване в сферата на чувствата. За целите на книгата е достатъчно да кажем, че вековете на ограничен достъп до властта са превърнали нас, жените, в експерти по изграждане на взаимоотношения.

Социализацията на момичетата продължава да акцентира върху развитието на умения за свързване.

Повече от всякога животът, който живеем, изисква огромна адаптивност. Трябва да можем да поддържаме свързващата тъкан на

нашите връзки, независимо от натиска на забързаните ни животи, феминизацията на интимността с извеждането на преден план на открития и честен диалог осигурява необходимите ресурси, за да посрещаме нуждите на съвременните връзки.

И думата не стана плът

Казвайки това, акцентът върху „интимността на говоренето“ е не по-малко проблематичен по редица причини. Хегемонията на казаната дума променя посоката с пристрастие към жените и така отведнъж поставя мъжете в неравностойно положение. Мъжете са учени да изпълняват, да се съревновават, да бъдат безстрашни. Способността им да изразяват чувства не е умение, за което се дават награди в изграждането на американското мъжество. Да посмея ли да кажа, че дори не се счита за желано — или поне все още не. Когато се стигне до любовните отношения, „интимността на говоренето“ неизбежно кара много мъже да се почувстват изгубени. В този режим те страдат от хроничен недостиг на интимност, което има нужда от постоянно поправяне.

Голяма част от мъжката идентичност се основава на самоконтрол и неуязвимост. Наблюдавала съм обаче как същите тези ограничения водят много мъже към други полета на себеизразяване. При липсата на добре развито вербално изразно средство тялото става жизненоважен език и проводник на емоционалната интимност. Макар че много се говори за агресивното изразяване на мъжката сексуалност, не се отчита достатъчно фактът, че еротичното поле предлага на мъжете възможност да възстановят усещането за своята по-нежна страна. Тялото е нашият оригинален майчин език и за много мъже то остава единственият непокътнат език за близост. През секса мъжете могат да уловят чистата наслада от свързването, без да трябва да събират така трудно изразимите нужди в затвора на думите.

Хората, които са привърженици на идеята, че интимността се постига чрез разговори (често, макар и невинаги жени) трудно приемат другите езици на близостта и съответно се чувстват излъгани, когато партньорите им са сдържани и не споделят с тях. „Защо не ми говориш?“, умоляват те. „Би трябвало да можеш да ми казваш всичко. Нима не ми вярваш? Искам да съм ти най-добрият приятел.“ В този

сценарий натискът за промяна винаги лежи върху този, който не говори, вместо този, който говори, да е по-гъвкав. Ситуацията принизява значението на невербалната комуникация: да правите приятни неща един за друг, жестове на внимание, споделяне на проекти в духа на сътрудничеството. Безценна усмивка или навременно намигване са израз на съучастничество и синхрон, особено когато думите не са налични.

Еди е дългогодишен мой приятел, който има поредица от случаи, в които жени го зарязват изумени, че той не може или не иска „да се отвори“.

Всички тези жени са единодушни, че Еди има страх от обвързване.

„Каквото и да означава това“, казваше той. Те така и не разбраха какво изпитва той към тях. Той им отвърщаше в своя защита: „Какво имаш предвид? Виждаме се всеки ден, нали? Как може да не знаеш как се чувствам?“ Когато се срещна със съпругата си Норико, тя почти не говореше английски, а той изобщо не говореше японски. Тяхното ухажване беше буквално без думи. 12 години по-късно, с две деца на гръб, той си спомня за тези ранни дни. „Наистина си мисля, че точно защото не бяхме в състояние да говорим, всичко това стана възможно. Поне веднъж нямаше натиск върху мен да споделям. Така Норико и аз можехме да си показваме колко се харесваме по други начини. Готвехме си много, къпехме се заедно, миех й косата, гледахме изкуство. Спомням си, един ден тъкмо бях видял невероятна скулптура на улица Лафайет направена от бездомника Къртис — той беше луд, но брилянтен. Опитай се да обясниш това с пантомима.

Това, което не можехме да кажем, ние показвахме, така че я наметнах с палтото и я заведох за ръка през целия град. Лицето й грейна, като я видя.

Не е като да не сме общували; просто не говорехме.“

Когато твърде много не е достатъчно

Не съм убедена, че неограниченото разкриване — уменията да казваме истината и да не крием нищо — задължително спомага за хармонична и дълбока интимност. Всяка практика може да достигне смешни крайности.

Еди и Норико ни напомнят, че можем да бъдем много близки и без да си говорим непрекъснато. И обратното също е вярно — твърде много себеразкриване пак може да ни остави в покрайнините на интимността.

В чудесния филм „Блаженство“ след една гореща любовна сцена — приглушени светлини, неясни очертания на тела, нарастващи стенания, придружаващи оргазъм — веднага следва друга, в която двойка се намира на терапевтичен сеанс. Терапевтът, актьорът Сполдинг Грей, е привърженик на идеологията за откритост, която съпругът намира за меко казано трудна за следване.

Терапевтът: Как е сексът? Йозеф: Кажи ти първа.

Мери: ОК. Трябва да си призная нещо. Преструвам се, че преживявам оргазъм. Не исках да ти кажа, защото не исках да те нараня.

Йозеф: Никога не си имала оргазъм?

Мери: Не и с теб.

Терапевтът: Йозеф, важно е Мери да може да ти каже как се чувства и ти да можеш да я чуеш. Очевидно да знаем всичко за другия и той да знае всичко за нас невинаги допринася за типа близост, която искаме. Ако думите служат за път към свързване, те също така могат да поставят и непреодолими препятствия.

Сигурно е излишно да казвам, че не защитавам подобно терапевтично отношение.

Изискването за интимност може да прилича на принуда, когато стига до крайност. В работата си се срещам с двойки, които вече не чакат покана от партньора си да влязат в неговия вътрешен свят, а вместо това изискват свободен достъп, като че ли им се полага неограничен режим на влизане в личните мисли на любимия. Интимността става нахлуване вместо близост — интимност по разпореждане. „Трябва да ме слушаш.“ „Грижи се за мен; кажи ми, че ме обичаш.“ Нещо, което трябва да се развие естествено, което е част от мъдростта на любовните взаимоотношения, се налага на партньора, който е по-малко склонен да се изразява с думи. В книгата си „Страстен брак“ Дейвид Шнарх живо описва как желанието за интимност може да доведе човек до това да налага взаимност като начин да отклони заплахата от отхвърляне. Договарянето за взаимност може да звучи по подобен начин: „Ще ти кажа, ако ти ми кажеш, а аз

искаш, така че трябва да го направиш.“ Не обичаме да бъдем единствените, които разкриват интимните си тайни.

Някои двойки още повече се отдалечаващ като объркват интимността с контрол. Това, което се счита за грижа, е всъщност прикрито следене — търсене на фактите за детайли от живота на партньора ни. Какво хапна за обяд? Кой се обади? За какво си говорехте? Този вид разпитване симулира близост и обърква незначителните детайли с дълбокото усещане за знание. Често се удивлявам как двойките могат да са наясно с най-подробни детайли от живота на партньорите си, без да са имали смислен разговор от години.

Всъщност подобна прозрачност често може да предрече края на любопитството. Сякаш този поток от въпроси замества един по-обмислен и истински дълбок интерес.

Когато импулсът за споделяне стане задължителен, когато личните граници не се уважават, когато само споделеното пространство се признава, а личното пространство се отрича, сливането измества интимността и притежаването измества любовта. Всичко това погубва секса. Без загадка интимността става жестока, защото изключва всяка възможност за ново откритие. Там, където няма нищо за скриване, не е останало и нищо за търсене.

И телата говорят

Ако едно от последствията на върховенството на говоренето е, че оставя мъжете в неравностойно положение, другото е, че оставя жените в плен на потиснатата сексуалност. То отрича експресивността на женското тяло и тази идея ме смущава. Да фаворизираме речта като основен път към интимността подсилва представата, че женското сексуално желание е легитимно само когато е част от връзка — само чрез любовта женската чувственост може да бъде освободена.

Исторически погледнато, женската сексуалност и интелект никога не са били интегрирани. Телата на жените са били контролирани, сексуалността им ограничавана, така че да се избегне корумпиращият им ефект върху мъжкото целомъдрие. Женствеността, свързвана с чистота, жертвоготовност и крехкост е била характеристика на морално успешната жена. Нейният зъл близък —

уличницата, проститутката, вещицата, държанката — е била земната, чувствена и открито похотлива жена, която продава уважението си за сексуално изобилие. Силната сексуалност е ексклузивно царство за мъжете. Жените дълго време се опитват да се освободят от това разделяне на добродетел и сладострастие и още се борят с тази несправедливост. Като привилегироваме речта и подценяваме тялото, ние поддържаме заговора, ограничаващ жените.

Двезична интимност

Като става дума за това да оставим тялото да говори, Мич и Лаура се намират в двете крайности на спектъра. Те са ограничили сексуалната си идентичност до стереотипи. Лаура описва Мич като класически сексуално пристрастен мъж, който иска своето, независимо от това как се чувства тя.

„Единственото време, в което наистина иска да се доближи до мен е когато иска секс, а той иска секс през цялото време“, казва недоволно тя. Лаура — жена със силна воля и понякога доминираща във всекидневните им взаимодействия — е считана от Мич за сексуално затруднена жена, която постоянно отблъсква неговите пориви поради някакви необясними чувства на отвращение и презрение. „Тя се държи така, сякаш съм някакво грубо животно и се свива всеки път, когато я докосна — кара ме да се чувствам кръгла нула“, казва той и звучи огорчен.

За Лаура сексът е сбор от всички културни и семейни ограничения, които е възприела като дете; тялото ѝ е сборен пункт на множество табути и тревоги. Като много жени от нейното поколение (сега в 50-те си години) тя израства, вярвайки, че може да е умна или красива, но не и двете.

Единствените коментари за външния си вид, които си спомня от баща си, били във връзка с нарастването на гърдите ѝ. А изкривените думи на утеха от страна на майка ѝ били, че за щастие не е твърде красива, понеже момчетата искат едно-единствено нещо. Като възрастна носи дрехи, които прикриват тялото ѝ (поло блузи дори през лятото) и се чувства неудобно при комплименти за начина, по който изглежда. За нея сексуалността събужда страх. Никога не е била в състояние да се радва на екстаза на тялото си.

От друга страна, за Мич сексът е мястото, където се чувства наистина свободен, разкрепостен и в мир. Невинаги е било така. Развил се е по-бавно, бил е тромав и не особено атлетичен. Но той имал две неща, които изпълнили с надежда юношеството му: бил добър танцьор и искрено харесвал момичетата. На 18 се влюбил в Хилъри, абитуриентка в колежа със значителен опит и, благодарение на нея, въвеждането му в света на секса било незабравимо преживяване. За съжаление в брака си започва да се чувства ужасно по отношение на нещо, което винаги е преживявал с увереност и радост. Междувременно Лаура започва да се чувства напълно дефектна, непохватна и виновна.

Насърчавам Лаура и Мич да се слушат един друг с повече емпатия. Мич започва да разбира, че отчуждението на Лаура от тялото ѝ няма нищо общо с него. Това омекотява усещането му за отхвърленост и мъката му, че не може да ѝ достави удоволствие. Макар че за Мич е пределно ясно, че неговото желание се корени в любовта му, той трябва да помогне на Лаура да повярва в искрения му интерес към нея. Далеч от това да иска егоистично разтоварване, той копнее за съюз.

От своя страна Лаура научава нещо жизненоважно за Мич — че когато думите не му достигат както обикновено се случва в света на емоциите, той общува с тялото си. Тя винаги вярвала, че „сърбежът за хоризонтиране“ на Мич няма много общо с нея, че е просто физическо разтоварване. Чувайки го, тя разбира, че Мич има нужда от физическото изразяване, за да даде глас на нежността си и копнежа си за свързване.

Само в секса той се чувства емоционално сигурен. Като го ограничава до нейния нетелесен език и изключва неговия чувствен език, Лаура задушават способността му да ѝ „говори“. Тя си пречи да вижда това, което съпругът ѝ действително е, и в същото време подсилва поведението, срещу което се бунтува. Когато Мич е ограничен да използва окастрения език на думите, романтичният любовник изчезва и се появява тромавият юноша.

Мич и Лаура са пример за двете крайности в разграничението тяло-ум.

Двойките често се конфигурират около двете крайности на това разделение.

Едните са тези, за които тялото е като затвор, в който се чувстват ограничени, стеснителни и самокритични. Тялото е ограничено място, странно и напрегнато. Палавост и откривателство нямат място там. Думите се усещат като по-безопасни от жестовете или движенията, и тези хора търсят подслон в думите. Когато се пресягат към другите, те предпочитат вербалния път. Другите пък са тези, за които тялото е терен за игра, място, където се чувстват свободни и отпуснати. Те запазват детската способност напълно да населяват телата си. Във физическото пространство те могат изцяло да се отпуснат, без да са длъжни да бъдат отговорни. Те често са партньорът във връзката, който иска повече физическа близост. Най-вече правейки любов, те успяват да избягат от вътрешните си странствания. За тях сексът е облекчение, което спира тревожността им, а за техните по-свързани с вербалното изразяване партньори сексът се оказва извор на тревога.

Като терапевт се опитвам да накарам всеки партньор да говори по-добре на езика на другия. Преживяванията на Лаура я ограбват от способността да разпознава речника на тялото. Като много жени и тя се бори с едновременното потискане на женската сексуалност, което ограничава жените в пасивност и ни прави зависими от мъжете да ни съблазнят и въведат в сексуалността. Макар и икономически и професионално независима, Лаура остава сексуално зависима. Тя оставя на Мич да открие какво точно ѝ се иска. Заедно изследваме мъчителните конфликти между желанието и отричането му, искането и невъзможността да получиш, удоволствието и потискането. Приканвам Лаура да се вгледа във фантазиите си, да се свърже с това, което иска и да поеме отговорност за сексуалното си удовлетворение. Насочвам вниманието ѝ към физическото и я предизвиквам да отслаби бдителността, вината и отхвърлянето, които обграждат нейната сексуалност. Може ли да погледне майка си в очите и да запази усещане за себе си като чувствено същество? Може ли да се потопи в собствената си еротика и да заяви, че „доброто момиче“ вече го няма?

Когато казвам на Мич и Лаура, че са в плен на език, в който има твърде малко въображение, и азбука, която е твърде ограничена, за да поеме техния еротичен живот, Мич избухва в сълзи. „Не съм ядосан“, казва той за всички пъти, в които негова фрустрация го е провокирала да изрича обидни и нараняващи думи. „С разбито сърце съм.“ Помолих Лаура просто да го прегърне и излязох от стаята за няколко

минути, за да им осигуря шанса да се свържат през чистотата на физическото докосване.

Като се върнах, те на практика бяха седнали в двата най-отдалечени ъгъла на кушетката със зейнала помежду им пропаст. Като попитах какво се е случило, те веднага се върнаха към обвиненията кой е крив и кой прав, които ги доведоха при мен в началото. „Аз опитах, но той...“ „Не бих, ако тя не беше...“ Осъзнах, че моята намеса беше израз повече на моята надежда, отколкото на някакво намерение от тяхна страна. Те не бяха готови.

Осъзнавайки, че повече разговори ще бъдат излишни в следващите месеци, опитах няколко различни подхода, повечето от които се осланяха на физическо, а не на вербално взаимодействие. Накарах ги да се водят из стаята, опитвайки различни варианти на водене и следване: съдействие, съпротива и пасивност. Карах ги да падат с гръб в очакващите ръце на другия. Карах ги да стоят изправени лице в лице и да се бутат силно с отворени длани. Карах ги огледално да имитират движенията на другия.

Разговорите, които следваха упражненията постепенно ставаха все по-разкриващи, по-малко критични и дори все по-игриви. Давайки физическо, но не сексуално представяне на емоционалната си безизходица, те бяха способни да видят моделите си на съпротива.

„Мога да му позволя да ме доближи“, призна Лаура, „но не твърде близо. Доверявам му се, но очевидно само донякъде. Винаги се въздържам, нали?“

„Когато се съмняваш в собствената си способност да бъдеш желана, е по-трудно да се довериш, че Мич те желае“, обяснявам аз. „Много по-лесно е да видиш вината в него — и ако сме честни, той ти дава много материал в тази посока — отколкото да се изправиш пред дълбочината на съмненията в себе си.“

Мич, който изтъкваше сексуалната пасивност на Лаура години наред, също имаше своите осъзнавания. „Предполагам, че самият аз не съм особено креативен. Като правехме това упражнение, се чувствах неудобно да я поведя. Мразя да си го призная, но най-много ми харесваше пасивната съпротива. Непобедим съм в това.“ Напомних на Мич, че когато е срещнал Хилъри, първата му любов, тя е поела водачеството. „Ти наистина изразяваш себе си с повече красноречие

във физически аспект, но ти е нужен силен партньор, който да ти дава усещане за сигурност. Към момента Лаура не е била такава.“

Когато Мич и Лаура дойдоха при мен, имах колебания дали да започнем да работим заедно. Те ме считаха за терапевт от последна инстанция; бях или третият, или петият (не си спомням точно), с който се бяха консултирали в рамките на две десетилетия. Години наред се бяха опитвали да изговорят пътя за излизане от рутината. Очевидно не беше сработило. Вместо това те бяха въввлечени във вербални нападки и отблъскване, отбранявайки се, враждебни и напълно объркани. Имали са много себеразкрития, но са останали далеч от интимността.

Знаех достатъчно, за да не се ограничавам до навиците на лечението чрез говорене — говоренето беше станало грачещо и не беше довело до никъде.

Упражненията предоставиха алтернативна леща, през която да се изследват динамиките между тях. Физическият аспект на техните проблеми ни даде свеж текст, който да четем заедно. Бях достатъчно оригинална, за да ги подразня и да разклатя укреплението им. Те се разполагаха на една нова територия.

В работата си с пациенти подчертавам, че интимността не е монолитна, нито пък е винаги последователна. Тя е пулсираща, на приливи и отливи, дори и в най-добрите връзки, фамилият терапевт Кейт Уайнгартен ни отклонява от това да разглеждаме интимността като статична характеристика на връзките. Тя я разглежда като качество на взаимодействие, което се случва в изолирани моменти и съществува и със, и без дълготрайно обвързване. Съществуват неща като синхрона между танцуващи партньори, неочакваното напасване на непознати в самолет солидарността между свидетели на катастрофа, взаимното зачитане на оцелели след рак, алкохолизъм, терористична атака или развод. Съществува интимност между професионалисти и тези, на които служат — лекари и пациенти, терапевти и техните клиенти, стриптийзьорка и редовни посетители. Макар че имаме очаквания да преживяваме тези дискретни моменти на признание във връзките ни, те не са задължително присъщи на едно преимуществено изразно средство. Могат да са свързани с конкретни обстоятелства, спонтанни и без продължение. Наясно с идеите на Уайнгартен, аз вече не разглеждам връзките като интимни или не. Вместо това

проследявам способността на двойките периодично да си отправят интимни предложения.

Понякога емоционалната връзка се изгражда с разговори, но често се случва по друг начин. Да направите етажерка за любимия, да смените зимните гуми на колата на съпругата си и да се научите да правите пилешката супа на майка му — всички тези жестове носят обещанието за свързване. Голди в „Цигулар на покрива“ ни напомня, че дори обикновените ежедневни дейности за определен период от време изтъкват богат килим на свързаност. Еди и Норико — майстори на невербалната комуникация, могат да дадат на всички ни урок за алтернативните начини за изразяване на любов. Когато ценим само това, което се разкрива през думите, ние си правим лоша услуга. Във време, в което бихме могли да ползваме почти всяко средство за свързване, трябва да разпознаваме и ценим многото начини, по които можем да се протегнем и да докоснем другия.

ГЛАВА 4

Желанието и равенството не играят по едни и същи правила „Никаква харта на сексуалните права не може да се изправи пред беззаконния, неопитомим пейзаж на еротичното възбуждане.“

Дафне Меркин

Демокрацията срещу горещия секс

Преди няколко години посетих национална конференция, на която един от говорителите представи случай с двойка, която посещавала терапия отчасти поради силно намалено сексуално желание. В миналото те изигравали фантазии, свързани с подчинение и господство, а сега, след раждането на второто им дете, жената искала по-стандартен секс. Но мъжът бил все още много привързан към стария им стил и така се озовали в безизходица.

Презентаторът предприел подход, в който разрешаването на трудността в сексуално отношение изисквало да се поработи върху емоционалната динамика в брака и новия им статус на родители. В последвалата дискусия обаче публиката се оказа много по-малко заинтересована от общата връзка на двойката, отколкото от смущаващата практика на господство и подчинение в еротичния им живот. Каква патология — попитаха няколко от участниците — може да лежи в основата на потребността на мъжа да счита жена си за сексуален обект и нейното желание да бъде връзвана? Може би — някои хора предположиха, че майчинството е възстановило усещането ѝ за достойнство и затова сега тя отказва да бъде принизявана. Други счетоха, че безизходното им положение отразява дългогодишни различия между половете: мъжете имат склонност да преследват отделяне, власт и контрол, докато жените копнеят за любовна близост и свързаност. Имаше и такива, които бяха сигурни, че подобни двойки

имат нужда от повече емпатично свързване, за да преодолеят тенденцията си да се отдават на безспорно зловредни отношения на власт и подчинение. Това, което тези коментари направиха ясно, беше неизказаният подтекст, че подобни практики са един вид неуважителни към жените, подигравка със самата идея за равенство между половете и противоречащи на идеята за добрия здрав брак.

След два часа разговори за секса, групата нито веднъж не спомена удоволствието или еротиката, така че най-накрая се включих и аз. Чудех се дали съм единствената изненадана от този пропуск. Все пак сексът е бил изцяло по взаимно съгласие. Може би жената вече не иска да бъде връзвана от съпруга си, защото сега има бебе, което е постоянно вързано за гърдите ѝ и това я връзва с много по-силни от каквито и да било въжета. Нима хората в публиката нямат своите сексуални предпочитания, за които не чувстват необходимостта да се обясняват или оправдават? Защо автоматично да предполагаме, че трябва да има нещо принизяващо или патологично в еротичната игра на тази двойка? Или по-точно, чудех се дали готовността на една жена да се подчини не е твърде голямо предизвикателство за хората, които искат да бъдат политически коректни? Твърде заплашително ли е да си представим силна и уверена жена, която се наслаждава на това да играе фантазиите си, в които има подчинение? Дали подобно признаване намалява моралния авторитет на жената? Вероятно участниците в тази конференция се страхуват, че ако жените действително разкрият подобни желания, по някакъв начин те биха позволили на мъжете да доминират навсякъде — в бизнеса, професионалния живот, политиката и икономиката. Може би самите идеи за сексуално надмощие и подчинение, покоряване и заробване, агресия и предаване (независимо кой партньор каква роля играе) не могат да бъдат съчетани с идеалите за честност, компромис и равенство, които са основополагащи в брака днес.

В ролята си на донякъде аутсайдер за американското общество подозирах, че поведението, което видях на тази среща отразява дълбоки културни предпоставки. Дали учените в тази зала вярваха, че практиките на тази двойка, макар и по взаимно съгласие и напълно ненасилствени, са твърде диви и извратени и съответно неподходящи и безотговорни за трудната задача да поддържаш брак и да създадеш семейство? Сякаш сексуалните удоволствия и еротиката, заблудени в

малко по-непристойни пътеки на фантазията и играта — особено игрите, свързани с агресия и налагане — трябва да се изключат от репертоара на отговорните възрастни в любящите обвързани взаимоотношения.

След конференцията се включих в интензивни разговори с терапевти, които работят с двойки от Южна Америка, Близкия изток и Европа. Осъзнахме, че всички се чувствахме някак непривично с американското отношение, но да сочиш с пръст нещо, в което има културни различия, не е лесно. Да правим обобщения по тема, която изобилства от табута — каквато е темата за изразяването на сексуалността — може да бъде подхлъзващо. Все пак, рискувайки с едно недодялано наблюдение, бих казала, че равенството, прямотата и прагматизмът са характерни за американската култура и неизбежно влияят на начина, по който преживяваме любовта и секса.

Латиноамериканското и европейското отношение от друга страна клони към други културни ценности и е по-вероятно да включва динамиките на съблазняването, да акцентира върху чувствеността и идеята за взаимното допълване (т.е. различни, но равни по значимост), отколкото върху абсолютната еднаквост.

Политика в спалнята

Някои от най-добрите качества на американците — вярата в демокрацията, равенството, търсенето на консенсус, честността и взаимната толерантност — могат да доведат до скучен секс в случаите, когато педантично се вкарат в спалнята. Сексуалното желание и доброто гражданство не играят по едни и същи правила. И макар че просветеното равенство представя едно от най-значимите достижения на съвременното общество, то може да коства жертви в еротичната сфера.

Елизабет прекарва 20 години, водейки Вито от мачо традициите на Южна Италия към постфеминистичното равенство от предградията на Ню Йорк.

Когато той казва: „Мисля, че си партнираме много по-добре“ с глас като на Дон Вито Корлеоне, знам точно колко голяма културна трансформация се е случила. Елизабет е жена в средата на 40-те и описва себе си като свръхотговорна. Тя е училищен психолог, който се

грижи за здравето на повече от 400 деца в начален курс и в допълнение на това е отговорна за повечето неща в дома си. „Винаги съм правила правилните неща. И винаги съм била много насочена към това да отмятам задачите. Правя си списък и го изпълнявам. По някакъв начин винаги се получава. И винаги съм била във връзки, в които аз съм координаторът, знаещата и поела контрола — това ми е била отредената роля. Изглежда не съм имала такова време, когато просто да се оставя на течението, да се чувствам свободна, лекомислена и поне малко безотговорна.“ Елизабет спира за кратко и се усмихва срамежливо.

„Тогавя срещнах Вито и открих колко много ме привлича сексуалното подчинение. Може и да не пасва на начина, по който винаги съм мислела за себе си или по който другите мислят за мен, но е истина.“

„Защото сексът е място, където може спокойно да загубиш контрол?“ попитах аз.

„Да.“

„Това е една област, където не е нужно да взимам каквито и да било решения, където няма нужда да се чувствам отговорна за никой друг.“

„За мен е като ваканция“, обяснява тя, „Няма нужда да си слагам грим, няма нужда да отговарям на телефона, няма нужда да държа нещата под контрол. Сякаш съм на чудесен остров, далеч от ежедневието ми живот. Просто мога да изляза от света си и да бъда някоя друга, секси и малко дива.“

Елизабет иска да не бъде щадена и да ѝ бъде нареждано какво да прави — сякаш през еротичната си същност може да възвърне баланса в живота си и да възроди нещо жизненоважно. Тя извлича удоволствие от отказването, което идва вследствие на безпомощността. И аз бих добавила, че също така се зарежда, играейки в забранената зона на неравенството.

„Когато се мятат отгоре ми със сила, се чувствам секси. Това засилва напрежението. Като че ме иска толкова силно, че просто не може да се удържи“, казва Елизабет. Вито добавя, забързан да се включи: „И тя не може да се удържи също. Когато ми се отдава, знам, че съм неустойим.“

Грубата реалност на насилието, изнасилванията, сексуалният трафик, детската порнография и престъпленията от омраза изискват да държим изкъсо злоупотребите със сила, които проникват политиката на секса.

Поетиката на секса все пак често е политически некоректна, избуява при игри със силата, смяна на ролите, нечестни предимства, властни изисквания, съблазнителни манипулации и фини жестокости.

Американските мъже и жени, под влияние на феминистките движения и техните идеали за равенство често се оказват предизвикани от тези противоречия. Страхуваме се, че ако си играем с баланса на силата в сексуалната област дори и по взаимно съгласие на зрели възрастни, съществува риск да загубим уважението, което е съществено за човешките взаимоотношения.

В никакъв случай не призовавам за връщане на историята или за някаква антифеминистка програма. Всяка дискусия за съвременните двойки и сексуалност би била изкривено погрешна, ако не признава огромното и силно позитивно влияние на феминизма върху оформянето на американския семеен живот. Женското движение се стремеше да премахне дълбоко вкоренените полови неравенства и да подкопае структурите, които гарантират мъжкото надмощие във всички сфери на живота, включително и в секса. Това предизвиква двойният стандарт, който окуражава мъжките сексуални експерименти, дори ги разглежда като фаза, необходима за развитието, но забранява същото любопитство на жените. Същият двоен стандарт изисква сексуална лоялност от жените, и си затваря очите за свободното реене от страна на мъжете, понеже „мъжете са си такива“ (и до днес има страни, в които мъжете могат да убият невярната си жена без каквито и да било законови последствия. В някои култури да убиеш жената е единственият начин да възстановиш и личната и семейната чест).

Половите различия и свързаните с тях табута и забрани дълго време са били разглеждани като категорични императиви, биологично вкоренени и съответно неотменими, феминизмът показва, че тези неоспорими всеизвестни истини и категоризации са всъщност социално конструирани и засилват дългогодишния полов ред, който очевидно е в полза на мъжете.

Книги като „Вашите тела и ние самите“ и „Женската стая“ имат за цел да възстановят усещането за притежаване на секса от жените

както легално, така и психологически, и да ги освободят от ограниченията, които властват над женската сексуалност. Женското сексуално удоволствие не може да бъде освободено, преди жените да се чувстват относително сигурни във връзка с традиционните и съвсем реални опасности, свързани със секса.

Сексуално предаваните болести, изнасилванията, нежеланата бременност предизвикват не само срам, но и разруха, и раждането на дете винаги е носело заплахата от фатален изход.

Ранните феминистки са много по-заинтересовани от темата за сексуалния суверенитет, отколкото от темата за удоволствието. Първо най-важните неща, мислели те. Докато мъжете доминират изцяло в бизнеса и политическия живот, докато жените са икономически зависими от мъжете, докато тежестта по отглеждането на децата пада изцяло върху женските рамене (увличайки и най-равностойните двойки), не може да се говори за освобождаване на женската сексуалност. Не може да се отрече, че американските феминистки постигнаха значителни подобрения във всички аспекти на живота на жените; и никаква истинска свобода — сексуална или друга, не би била възможна без тях.

Но тези подобрения също така допускат някои непредвидени последствия.

Без да подценявам тези исторически значими постижения, вярвам, че акцентът, който се поставя върху равнопоставения и уважителен секс — пречистен от всеки израз на надмощие, агресия и транегресия — е противоположен на еротичното желание както за мъжете, така и за жените.

Защитеното пространство на еротиката

Елизабет и Вито се трудят много, за да създадат един справедлив брак, но сексът ги отвежда на друго място. Властовото разграничение, което би било неприемливо за нейната емоционална връзка с Вито, е точно това, което възбужда еротично Елизабет. В началото, когато открива своето сексуално пристрастие, тя е засрамена, защото не съответства на представата, която има за себе си като освободена, силна жена. „Борих се да приема това, което ме възбужда. Дълго време ме смуцаваха собствените ми фантазии. Подчинението просто не съм

аз. Отне ми години да примиря в себе си това, което ме възбужда, с моите политически убеждения. Някъде по средата на брака, децата и кариерата осъзнах, че е време да спра да се крия, да се преструвам и най-вече да спра да се извинявам за това, което съм, и за което бях най-гладна в този свят. Остаряването определено помага. Не мисля, че е нужно да се оправдавам. Може би това означава сексуалното освобождение.“

Много жени намират за трудно да приемат желанието си за сексуално подчинение. Но точно излизането извън себе си е това, което еротиката ни позволява да направим. При ероса поглаваме културните си ограничения; забраните, които така яростно браним на светло, често са тези, на които се наслаждаваме в тъмното. Това е едно алтернативно пространство, където безопасно можем да преживеем табутата. Еротичното въображение има силата да преодолява разума, условността и социалните бариери.

Колкото повече обръщам внимание на тези проявления на удоволствието, толкова по-облекчена изглежда Елизабет. Продължавам: „Разбира се, нищо не е по-страшно от това да изгубиш истински контрол над реалността. Но важното във фантазията е, че ти позволява да надскочиш моралните и психологически ограничения на ежедневието.“ В освободеното изразяване на сексуалността ние се отдаваме на непокорните импулси и на отречените, тъмни части от нас. Мордехай Гафни — изследовател на еврейския мистицизъм, обяснява, че фантазиите са като огледала. Държим ги пред себе си, за да видим какво има зад нас. И забелязваме представи за нас самите, които по друг начин са недостижими. Ако обвързването изисква замяна на свободата със сигурността, то еротиката е портата, която води обратно към свободата. В широтата на въображението ние откриваме свобода, която ни позволява да толерираме ограниченията на реалността.

Самата динамика на властта и контрола е такава, че макар да пречи на емоционалното свързване, тя е добре дошла за еротиката. В брънките на еротичния ум ние внасяме най-смуцаващите компоненти на любовта — зависимостта, подчинението, ревността, агресията, дори враждебността — и ги трансформираме в буйни извори на въодушевление. Пациентът ми Оскар не може да понася да му се казва какво да прави от властната му жена, но обича тя да го размотава насам-натам сексуално. Когато му заповядва да измие чиниите,

преживяването го връща в кухнята на майка му. Но не усеща подобна регресивност щом лампите угаснат. Това, което ненавижда в домакинството, се превръща в негов избор в еротичното.

Максуел, който държи под око многобройните ухажори на красивата си приятелка, често ги привиква в съзнанието си, докато се любят. Това, което представлява заплаха в публичния живот, е повод за очарование в личния.

Той превръща дневните си страхове в среднощни изкушения. И Елизабет, жената, която държи всичко под контрол, обича да си взема почивка, когато Вито я сграбчи. Тя не преживява контрола от негова страна като налагане. Напротив, чувства се обгрижена. И усеща нов вид уважение към него, когато „за разнообразие той поема лидерството.“ Неговият контрол ѝ предлага безопасен контейнер, в който да разтовари себе си. Дисбалансът във властта е едновременно сигурен и секси — едновременно закрилящ и освобождаващ.

Пагубна власт

Някои биха казали, че желанието на Елизабет за подчинение не е нищо друго, освен възобновяване на мъжкото господство. Биха твърдели, че сексуалните договорки, в които единият партньор доминира и контролира, а другият е пасивен и слаб са по дефиниция йерархични и насилствени и не са нищо повече от сексистко повторение на патриархалността. Само че затворниците рядко имат желание да се преструват на затворници. Само свободният може да избере да си вярва. За мен, да можеш да играеш роли по някакъв начин означава, че не си контролиран от тях. Играта има потенциала да разруши самата представа за полова категоризация.

За Елизабет, да се подложи на сексуален контрол е действие, което ѝ носи мощно усещане за освобождаване.

Същото е вярно и за Маркълс, който е начело на отдела за изследвания и развитие на голяма международна компания за софтуер. Той е класически мъж от тип А: борбен, амбициозен и прекарва повече време във въздуха, отколкото на земята. Неговата упоритост и агресивност са го превърнали в естествен лидер в една силно конкурентна среда. Думата „сила“ се свързва с много от дейностите му и често се появява когато говори. Той прави силови разходки, пие

силни питиета, хапва силно на обяд и се презарежда с десетминутни силови дремки. А в свободното си време обича добре да го напляскат. Когато Маркър се прибира вкъщи при приятелката си, обикновено е след дълъг ден, в който непрестанно се намира в ръководна роля. Със сексуално силна и доминираща жена, той си отдъхва от постоянната задача да контролира. Когато приятелката му взема нещата в свои ръце и влиза в ролята на господарка, той може да се откаже от контрола, защото знае, че тя може да удържи интензивността на копнежите му. Това предаване не просто му харесва сексуално, но и го подхранва емоционално. Подобно на Елизабет, Маркър също има преживяване с потисната, но жизненоважна част от себе си в еротичното огледало. В нашата култура пасивността се счита за женска черта и за слабост. Съответно създава много емоционални конфликти за мъжете, а и за много жени. Но това не я премахва от психиката и не я прави по-малко желана. Маркър се страхува да се отдаде точно толкова, колкото и жадува за това. Фантазиите му позволяват една ограничена пасивност, едно безопасно, но всъщност маскирано завръщане в ръцете на майка му. И въпреки че той не се интересува от интелектуални и психологически обяснения на „мотивацията си“, еротичните му пристрастия предизвикват стереотипа за разпределение на силата, който поставя мъжете винаги отгоре.

Няма любов без омраза

Защитниците на съвременната интимност — с брачните съветници и авторите на книги за самопомощ на първо място — непрекъснато се стремят да неутрализират трънливата тема за властта в обвързаните взаимоотношения. В идеалното партньорство се счита, че има пълно равенство във всеки аспект на връзката, като че ли с везна в ръка можем да измерим количествено властта. Много от нас, потопени в тази идеология на честност и взаимност, не искат нищо по-малко от това.

Факт е обаче, че договарянето на властта е част от всички човешки взаимоотношения. Разпознаваме я по-лесно, когато е явно изразена през авторитет, принуда, насилие, агресия или наказания. Силният раздава наказания или награди в зависимост от нивото на спазване на неговите или нейните желания. Но я има и силата на

слабите. Защита, пасивност, въздържание, подмазвачество и моралната неоспорима правота на жертвите са прояви на тяхната мощ. Властта и властовите неравенства са неизбежни. Етел Спектър Пърсън в книгата си „Да се чувстваш силен“ пише, че ние най-наред се учим да разпознаваме разпределението на властта във властовата решетка на семействата ни. „Всички силови взаимоотношения, всички желания или да доминираш, или да се подчиниш имат своите психологически корени във факта, че всички ние сме били някога малки деца с големи родители. И техните екзистенциални корени могат да се открият в нашето чувство за това, че сме малки в един голям свят, над който нямаме контрол и който трябва да можем да опитомим.“ Детството е основният ни тренинг за силовите тактики. Ние имаме нашата воля и нашите родители имат своята. Ние изискваме, те се противят. Ние спорим за това, което искаме, те ни казват какво можем да получим. Учим се да се противопоставяме и се учим да се подчиняваме. В най-добрия случай се учим да балансираме, да посредничим, да разбираме.

Всички тези силови промени препъват интимността ни като възрастни и в случая полът е от значение. Момчетата и момичетата преминават през радикално различно обучение в боравенето с властта. Мъжете стават умели в директното изразяване на сила, жените в индиректно изразяване, и тези различия са отчетливи и в сексуалните ни предначертания.

Като възрастни ние търсим контрол отчасти като защита срещу уязвимостта, присъща на любовта. Като възложим всичките си надежди на един човек, нашата зависимост получава крила. Също както и нашите фрустрации и разочарования. Колкото по-безпомощни се чувстваме, толкова по-опасна е заплахата от унижение. Колкото повече се нуждаем от нещо, толкова по-ядосани сме, ако не го получим. Децата знаят това, любовниците също. Никой не може да ни доведе до точката на избухване толкова бързо, колкото нашият партньор (освен може би нашите родители — истинското място, откъдето произхожда гневът, породен от чувството за зависимост). Любовта винаги е придружена от омраза.

Макар да се страхуваме от дълбочината на нашата зависимост още повече се страхуваме от дълбочината на нашия гняв. Ние прибегваме до най-сложни изкривявания във връзките си, за да държим всичкото това кипене под капак. За съжаление двойките, които

най-успешно въвеждат този модел на спокойствие рядко са страстни любовници. Като бъркаме отстояването с агресията, неутрализираме другостта, напасваме копнежите си и се убеждаваме да не сме враждебни, ние събираме спокойствие, което е обнадеждаващо, но не е много вълнуващо. Стивън Мичъл отбелязва, че способността да удържа агресията е необходимо условие за способността да обичаме. Трябва да интегрираме агресията си, вместо да я унищожаваме. Той обяснява: „Намаляването на романтиката и угасването на желанието се дължи не на заразяването на любовта с агресия, а на неспособността да поддържа необходимото напрежение между тях.“

Джед и Корал

Джед е непретенциозен. Гладко избръснат, архитект с меки маниери, бляскав и красноречив. Той е мил, от този тип хора, които никога не биха ти се скарали за нещо. Но сексуално той е друг мъж. Джед открива СМ (садомазохизма) като тийнейджър и години наред е използвал еротиката като пространство за агресия. Той обича кожи, твърди повърхности, белезници и вериги. „Бях срамежлив и ми беше трудно да отстоявам себе си. Но в същото време бях много ядосан и не знаех какво да правя с този гняв. Страхувах се да не нараня хората и го задържах целия вътре в себе си.“

„Мога да разбера защо СМ се е оказал толкова привлекателен за теб“, отвърнах аз. „Може да изискваш, без да те е страх, че ще нараниш някого. Недвусмислените кодове, договарянето преди това са го направили сигурен за теб. В емоционално отношение имаш склонност да поставяш другите хора преди себе си. Сексуалното доминиране за теб е начин да преодолееш преимуществеността на другите хора. Това е един умен отговор на твоята по-типична емоционална подчиненост.“

„Точно така“, казва той. „Но в същото време знаеш, че всичко е за техните нужди. Аз им доставям удоволствие — това е ключов момент Те го искат. Те трябва наистина да са погълнати от това, иначе не се получава за мен.“

Години наред Джед избягвал да влезе в сериозни отношения с жена.

Близостта с друг го карала да се чувства така, сякаш губи себе си.

Преследван от срамежливото малко момче, което някога е бил, той се е ужасявал от възможността отново да се почувства безсилен и зависим.

„Корал беше първата жена, която обичах, без да се чувствам задължен към нея. Не бях постоянно нащрек и не се страхувах, че връзката ще ме погълне.“

Джед е израснал самотен, имал е малко приятели и прекарва голяма част от юношеството си, четейки научна фантастика и слушайки хеви метъл в стаята си. Корал, която израства в същия квартал, почти не си го спомня от гимназията. Тя била харесвана, красива и отворена. Тя редактирала годишника на гимназията. „Не бях сред първенците в групата, но всички ме уважаваха“. И до днес Корал има много приятели. Тя е центърът на социалния си кръг и има много интереси, които допълват успешната ѝ кариера като документален кинорежисьор.

11 години след като завършват гимназия, те се срещат на една сватба. Джед се е научил да прикрива срамежливостта си със саркастичност и Корал е привлечена от неговата чувствителност към детайлите и необичайното му чувство за хумор. Не може да се пренебрегне и фактът, че междувременно той се бил превърнал в наистина хубав мъж. Тя се погрижила да си тръгне, взимайки номера му, защото знаела, че тя ще трябва да направи първата крачка. Започнали да се срещат и днес вече са заедно от 6 години.

Джед и Корал са идеално съвместими в повечето области от живота си, но сексуално имат много различна чувствителност. „Не разбирам откъде идват мотивите му“, казва тя. „Никога не ми се е случвало преди това, а съм била с много мъже и има много ексцентрични неща, които ме възбуждат. Това просто не го разбирам — може би защото израснах в този феминистки свят на политическа коректност и уважение към жените. По някакъв начин се чувствам унижена. Имам усещането, че е евтино, натруфено и се чувствам като...“

„Като кучка?“, питам я аз.

„Не, не мисля, че има нещо лошо в това да си кучка. Била съм кучка дълго време. Просто ме кара да се чувствам по-малко желана. Не

мисля, че е за мен. И понеже няма нищо общо с мен, не се чувствам свързана с него или мотивирана от него или заинтересована. Звучи ли смислено?“

„Да, смислено е“, отговаря Джед, „Но за мен това не е като да те забравям или да забравям идентичността ти. За мен е като да те уважавам толкова, че да съм готов да изляза от защитните си доспехи и да кажа: Е, доверявам ти се достатъчно, за да ти покажа това.“

За да продължим нататък, и Джед, и Корал имат нужда от по-силно усещане за перспективата, която всеки от тях има. Правим едно упражнение, в което те разделят едно парче хартия, прокарайки линия по средата и след това самостоятелно пишат асоциациите си, свързани с думата любов от лявата страна. Давам им насоки: „Като си помисля за любовта, си мисля за...“, „Когато обичам, се чувствам...“, „Когато съм обичан, се чувствам...“. Щом са готови, пишат отговорите си в друг набор от предложения от дясната страна на изречението: „Когато мисля за секс, мисля за...“, „Когато желая, чувствам...“, „Когато ме желаят чувствам...“, „В секса търся...“

Това упражнение, макар и просто, е изключително разкриващо. Първо, защото изтъква начина, по който любовта и желанието се разделят в мислите на двамата партньори — колко са различни и колко са свързани. И второ, защото ми позволява да погледна върху съвместимостта на тези разбирания между партньорите. Както и подозирах, Джед и Корал преживяват секса по различен начин и виждат в секса различни неща. Корал търси интимно свързване чрез секса, и любовта подсилва желанието ѝ. Тя свързва любовта с топлина и сигурност. Да е обичана я кара да се чувства сигурна. Да е желана също. За нея сексът е пълнокръвен, цялостен, луксозен. „Свързвала съм се с всеки, с който съм правила секс. Дори и да е било секс за една нощ, ще си тръгна усмихната, мислейки, че съм влюбена. Трябваше да се науча, че сексът и любовта невинаги са едно и също нещо, и че няма нужда да искам да се омъжа за всеки мъж, с когото съм спала.“

За Джед интимното свързване се появява постфактум и любовта и сексът не се смесват така естествено, както при Корал. Любовта се усеща като сигурна, но също така и ограничаваща. Тя е обшита с конфликти. „Имам усещането, че трябва да ограничавам това, което правя и казвам, за да не я наранявам. Чувствам се уязвим, разголен и объркан. Болезнено е. Мисля си, че може би не я заслужавам, защото

не се чувствам достоен за нея. Все още ми е трудно понякога да виждам това, което я вдъхновява да ме обича. Тревожа се.“

Но щом стане дума за секс, той има съвсем друго преживяване. „Сексът винаги ме е очаровал. Това е мястото, в което мога да бъда напълно себе си, където мога да изразя всякакви чувства, които обикновено крия под черупката. Сексът е дълбоко свързан с чувството за власт; а за мен те не са ясно разграничени.“ Агресията е вътрешно присъща за неговата сексуалност. Тя го окуражава. Той няма нужда да се подчинява на женските нужди или чувства, нито пък се губи в тях. „Имам нужда от усещане за надмощие, защото съм се чувствал така безпомощен толкова дълго в живота си. Имам нужда да разделям тези неща.“

„Когато емоционалната връзка е твърде силна, тя спира секса, защото започваш да ограничаваш себе си. Същото ограничаване, което описа в колонката за любовта.“, добавям аз.

„Ако ме е грижа твърде много за нея, не мога да рискувам да изразя агресията си. Грижа ме е какво си мисли тя за мен, разбираш ли? Другата страна не може да ми е твърде близка или ще се чувствам застрашен. Имам нужда от дистанция, за да се възбудя.“

Джед се опитва да направи карта на сексуалността си за Корал. Агресията е първоначалният мотив, но истинското сексуално привличане е в автономността, която агресията му позволява. „Става въпрос за този момент, когато маниерите вече нямат значение. Когато мнението на другите вече е без значение. Достойнството вече няма значение, всичко, което остава, е нуждата, животинското желание. Това е свободата, за която се боря през целия си живот.“

Нека да се изправим пред истината: Джес и Корал не си пасват идеално в сексуално отношение. И е възможно тази част от връзката им никога да не се превърне в „9 седмици и половина“. При все това всеки път, когато обмислят да се разделят те осъзнават, че може и да намерят по-добър сексуален партньор, но не и по-добър партньор в живота.

Ето в каква посока поех. Като се има предвид, че Джед се усеща в силата си най-вече в сексуалното доминиране, аз поръчах на Корал да преживее асертивността на Джед в друга среда, не само в спалнята. „Една от причините да ми е толкова странно това е, че Джед е невероятно пасивен в други аспекти на живота ни. Контрастът е

напълно шокиращ. Бих искала да е по-решителен и по-малко почитителен като цяло.“ Насърчавам Джед да започне да изисква и извън сексуалната арена. Той е безмълвна буква в този вид асертивност. Да избира ресторант или филм му е трудно; да й каже, че иска да остане в Ню Йорк за Деня на благодарността (вместо да се срещне с цялото й семейство, както правят всяка година) е почти невъзможно.

Никога не съм предлагала на Джед да преустрои сексуалността си. Но го насърчавам да се научи да използва власт и в други области от живота. За Джед е важно да знае, че исканията му ще бъдат зачетени и извън ритуалите на СМ.

По същия признак той не би имал нищо против, ако Корал пренесе част от категоричната си смелост от редакцията в леглото с балдахина. Джед посочва, че Корал също би могла да внесе малко асертивност в сексуалния им живот „Като приключиш с миенето на зъбите и си сложиш пижамата, и после ме питаш дали ще правим секс тази вечер по този фактологичен, сръчкващ ме начин, нищо не откликва в мен. Имам нужда от повече интензитет. Кажете ми, че ме искате, разкопчай ми панталона, влез гола в стаята. Нещо, каквото и да е, освен «Ще правим ли секс тази вечер?» Аз го правя за теб. Паля свещи, създавам атмосферата, която обичаш, любя те бавно. Аз се старая, а ти не.“

За Корал — тя може и никога да не хареса сексуалните ексцентричности на Джед, но я окуражавам да се отвори да ги разбере. Като ги разследва, осъжда го и не успява да схване вкусовете на червените фенери, тя е обречена да се чувства принизена. За съжаление тя не успява да види, че всъщност Джед поема огромен риск, като й се доверява и я допуска до скритите, дълбоки нива на еротичното си аз.

Да балансираме „доминантната“ култура

Повечето привърженици на ексцентричния секс, които съм срещала, са привлечени от еротиката на силата, а не както може и да изглежда отвън — от насието или болката. Всъщност внимателно обсъжданите договори, които определят какво може и какво не може да бъде правено, от кого, на кого и за колко дълго, са за да се гарантира

удоволствие и сигурност. Ти се подчиняваш само толкова, колкото имаш желание; ти доминираш само толкова, колкото ти позволят. В паралелната вселена на секса домогванията до властта стават играчка, експеримент, начин за временно преживяване на отношения, които не сме склонни да имаме в реалния живот. Ако в ежедневието си избягваме да сме зависими, в еротичния ни живот може да го приветстваме. Ако нашата агресия ни кара да потрепваме от неудобство, сексуалното разиграване на роли може да позволи безопасно преживяване на насилието.

Независимо дали в истинския си живот избягваме подчинението, както е при Елизабет, или автономността, както е при Джед, това, което се случва в света на секса, може да предложи катарзис.

Години наред СМ и ДП (доминиране и подчинение) бяха странични поведения, които блуждаеха в покрайнините на общоприетата сексуалност. Те бяха основно практикувани сред хомосексуални партньори, които сякаш по-успешно от хетеросексуалните мъже успяваха да изолират сексуалната агресия в името на удоволствието (както посочва социологът Антъни Гидънс). Последните години тези маргинални практики се включват в общия поток. Нарастващ брой граждани в началото на 21-ви век — гей и хетеросексуални, мъже и жени, леви и десни, градски жители и такива от покрайнините — утоляват своите сексуални нужди, изпълнявайки нареждания или заповядвайки. Тези хора са твърде много, за да бъдат окачествени като малцинство с психологически отклонения.

Социалният критик Камил Палия вижда това развитие на доминирането и подчинението като колективна фантазия, която пощипва грубите места на нашата култура на равенството. Струва ми се, че ритуалите на доминиране и подчинение са индиректен начин да се изиграе едно общество, което възхвалява контрола, омаловажава зависимостта и изисква равенство. В култури, в които тези ценности са най-развити — Америка например, откриваме все повече такива хора, които се опитват да се откажат от контрола, наслаждават се на зависимостта и зачитат неравенствата, за които никой не иска да говори. Погледнато в тази светлина, секс клубовете са убежище за приемане на това, което обществото отхвърля. Тази размяна на власт, която протича свободно и в консенсус между едната и другата страна е много далеч от ригидното разделяне на властта, което е превзело

нашето общество. В реалния живот властта много по-трудно се договаря и е почти невъзможно да бъде придобита или отказана. Никой не иска да си даде парчето от тортата.

Напълно съм наясно с неравенствата във властта, които превземат обществото ни, и не минава дори ден, без да стана свидетел на факта, че истинско отпадане на интимното насилие няма. Но също така знам, че агресивността като човешка емоция не може да бъде прочистена от човешките взаимодействия, и особено не може между тези, които се обичат. Агресията е сянката на любовта. И също така е вътрешно присъща характеристика на сексуалността, която не може да бъде напълно премахната от сексуалните връзки.

Когато работя с двойки, аз се стремя да разкрия динамиките по отношение на властта. Опитвам се да ги накарам да ги проявят, да изследват напрежението, което поражда и да приветстват различията. Също така следя хармоничните неравновесия, уникални за всяка двойка. Не всеки дисбаланс е източник на проблеми. Понякога той създава основата, върху която двойката гради своето хармонично взаимодействие. Поради това аз не просто се стремя да неутрализирам стремежа за надмощие; също толкова важно за мен е и умението този стремеж да бъде обуздан. Затова заедно търсим начини за неговото безопасно, творческо, смело и сексуално изразяване.

ГЛАВА 5

Протестантската работна етика води до намаляване на желанието „Енергията и постоянството побеждават всичко.“

Бенжамин Франклин

Всичко е въпрос на стратегия

По темите за любовта, както и всичко останало, Америка е общество, ориентирано към постигането на цели. Предпочитаме точни значения, прямота и ясно казване пред непредвидимост, двойственост и намеци.

Разчитаме на точността на думите при предаване на чувствата и потребностите, а не на едва разпознаваеми пътища към близостта. „Кажки същественото“, „Изплуй камъчето“, „Не ми носи вода от девет кладенеца!“. Америка измисля обучението по асертивност. Това увлечение по яснотата и неподправената директност се насърчава и от много терапевти: „Ако искаш да правиш любов с партньора си, защо просто не му го кажеш ясно? И да му/й кажеш също какво точно искаш.“

Ние вярваме, че с добре дефинирана цел, добър план, солидни организационни умения и упорит труд всичко е възможно. Това е идеята зад американския оптимизъм. С точното усилие и непоколебима решителност няма пречка, която да не можеш да преодолееш. И обратно, ако се провалиш, най-вероятно си мързелив, немотивиран, егоцентричен и без желание истински да опиташ да получиш това, което искаш. Липсва ти хъс и можеш да виниш единствено себе си. И няма причина това обнадеждаващо и по същността си предприемаческо обяснение да не се разпростре до всяко житейско или романтично затруднение. Приложи този бизнес модел към романтиката и се получават книги като „Намерих си мъж след 35, използвайки това, което научих в бизнес училището на Харвард“ от

Рейчъл Грийнуолд; „5 минути до оргазма всеки път, когато правиш секс“ от Клеър Д. Хътчинс и „Седем седмици до по-добър секс“ на Домина Реншоу. Американците ценят способността да определяме това, което желаем и да подреждаме всичко по точки: ако знаеш какво искаш във връзката си, просто го постигни, формулирането в точен брой стъпки, без да надвишават десет ти обещава навлизане в градината на земните удоволствия почти без да загубиш и минутка.

Като европейка винаги съм се възхищавала на американския оптимизъм.

Той е точно обратното на фатализма и примирението, които са превзели други, много по-традиционни култури, и изразява здравословното усещане, че това, което искаш, ти се полага. Хората тук не обичат да казват: „Това е положението; няма как да го промениш.“

Но тази нагласа, че всичко може да се направи, ни окуражава да предполагаме, че намаляващото желание е операционен проблем, който може да се поправи. От статиите в списанията до книгите за самопомощ, всички ни подканват да разглеждаме секса във взаимоотношенията си като проблем за влизане в графика, който изисква по-добро приоритизиране и управление на времето, или като следствие от недобрата комуникация. Ако проблемът е дефицит на тестостерон, може да получим рецепта — чудесно техническо решение. За сексуалното неразположение, което не може лесно да се опише в медицински термини, лековете изобилстват: книги, видеоматериали и сексуални атрибути са налице, за да ви подкрепят не само за основните неща, но и да ви отведат до неподозирани нива на екстаз.

В книгата си „Срещу любовта“, Лаура Кипнис пише: „Роди се изцяло нов сектор на икономиката. Разрасна се внушителен брой спомагателни индустрии и пазари и се предприеха масови социални инвестиции — от «Виагра» до порнографските филми за двойки; едно поклонническо шествие от ерата на късния капитализъм срещу умиращите бракове. Като отдадени лекари, които поддържат труповете на изкуствено дишане с лъскави машини, действащи като дробове и сърце и изкуствени органи. И двойките също — въоръжени с техните ултрамодерни технологии, не могат да възвърнат към живот загиналата страст.“

Прагматичният подход определя как великата държава, която вярва в управлението на съдбата, се опитва да решава проблемите. Разбиваш проблема на съставните му части, изследваш всяка от тях и създаваш план от стъпки, с който да работиш, и решение, което обещава изброими резултати. Прилагаш това към сексуалните проблеми и получаваш модел, който се фокусира повече върху функционирането на секса, вместо върху сексуалното усещане. Сексуалният терапевт Леонор Тифър ни предупреждава, че в тази парадигма тялото е разделено като колекция от несвързани части и удовлетворението се разглежда като резултат от тяхната синхронизирана дейност.

Акцентът върху физическото постигане, вместо върху желанието и наладата, върви заедно с прекомерното внимание върху гениталиите и подсилва доминиращата мъжка ориентация. Пенисът е нов пациент, заместил своя човешки притежател, и способността да поддържаш стоманена ерекция засенчва всеки друг вид сексуално майсторство, (а търсенията за намиране на женска „Виагра“ продължават — добра новина за всички отзивчиви съпрузи, които заменят домакинска работа срещу секс, но лоша новина за жените, които разглеждат липсата си на желание като свързана повече с романтиката, отколкото с механичната възбуда).

Субективното преживяване на сексуално удоволствие се замества от обективен списък от лесни за изброяване критерии, който обаче е печално осакатен: ерекция, сексуален акт, оргазъм.

Сексуалността е поставена под обсадата на количествено измерване, което осигурява статистика, според която да сравняваме собствените си връзки и да се мерим според тях. Списание „Нюзуик“ цитира експерти, които определят, че понастоящем браковете без секс са тези, в които двойките правят секс по-малко от 10 пъти в годината. Тези, които правят секс 11 пъти в период от 12 месеца, могат да си отдъхнат с облекчение. Останалите могат да се броят към групата на нормативно определените несексуални двойки (която наброява между 15 и 20 процента от населението). Ние сме станали излишно загрижени за честотата на сексуалната активност и броя на оргазмите. Колко секс? Колко интензивен е сексът? Какво е нивото на изпълнение? По-размитите и неуловими аспекти на сексуалното изразяване — любов, интимност, власт, отдаване, чувственост и

възбуда — рядко стигат до първите страници на вестниците или кориците на списанията.

Еротичността като неизмеримо качество на жизненост и въображение е ограничена до това, което френският автор Жан Клод Гилбо нарича „*ine arithmetique physiologique*“ — физиологична аритметика.

Но щом ограничим секса до функция, приканваме идеята за дисфункция.

Вече не говорим за изкуството на секса, а за механиката на секса. Науката замести религията като авторитет. А науката е по-страшен арбитър.

Медицината знае как да плаши дори тези, които се присмиват на религията.

Сравнен с диагноза, какво толкова е един грях? Преди проповядвахме морал, днес привеждаме в норма, и тревогата дали ще се справим със светската версия на религиозната вина.

В моя опит лечение, което поставя акцента върху изпълнението и издръжливостта често изостря проблемните, които претендира, че решава.

Индустрията за „идеални сексуални постижения“ си създава собствени тревоги и табута. В повечето случаи красотата и естественото развитие на сексуалната среща се разгръщат в атмосфера без очаквания за крайния резултат. Чувствеността просто не се поддава на възискателността на отброяването на точки.

С това не казвам, че практическият съвет или експертното решение никога не са нужни или полезни. Ако комуникацията ви куца, разбира се, трябва да поработите върху това. Ако сте твърде зает, за да правите секс, сте твърде зает. Ако ви липсва знание, информирайте се. Ако имате проблем от физическо естество — възраст, хормонални промени, диабет, рак на простатата, хистеректомия — намерете лекар, който може да предложи медицинска помощ. Има много книги, които предлагат сигурна помощ в тази област. Но докато моделът за решаване на проблеми обръща внимание на важни аспекти от сексуалните затихвания, той не успява да се справи с донкихотовските и основни екзистенциални теми на човешката еротика, които са отвъд каквото и да било чисто техническо оправяне.

Когато работата не върши работа

Ние наистина сме нация, която се гордее с ефективността си. Но ето къде е уловката: еротиката е неефективна, тя обича да пилее време и ресурси.

Както Адам Филипс унило пише: „В еротичния ни живот работата не върши работа... да се опитваш винаги означава да прекаляваш с усърдието. Еротиката е акт на въображението и не можеш да го измериш. Ние възхваляваме ефикасността и не успяваме да разпознаем, че еротичното пространство е бляскав антракт, в който се отдаваме на лукс, безразлични към изискванията на продуктивността; удоволствието е единствената цел.“

Октавио Пас пише: „Моментът на сливането е пролука във времето, мехлем за раните, нанесени от минутите и часовете на времето. Момент толкова вечен, колкото и краткотраен.“ Той е скок в един откъснен свят. Този скок включва загубата на контрол, срещу което от малки ни учат да се пазим. Ние сме социализирани да опитомяваме дивата си страна: непокорните си импулси, сексуалните желания, хищните апетити. Социалният ред се гради върху това ограничение и липсата му съответно заплашва да създаде хаос.

Понеже загубата на контрол почти изцяло се разглежда в негативна светлина, ние дори не допускаме идеята, че отдаването може да бъде и емоционално, и духовно просветляващо. Но да преживеем временното отстраняване на разпознаваемото ни „аз“ често е освобождаващо и разширяващо. Виждала съм много хора, които се спъват щом просто не могат да се заемат с проблема на ероса и да го оправят. Те остават учудени и изплашени, че командата им вече не действа. Помагам им да се научат как да се отказват от контрола умишлено, като средство за лично израстване и себеоткриване.

Райън и Кристин ходят на терапия от година. Срецам се с тях и заедно, и индивидуално, докато се борят с прехода си от сексуално свързана двойка към родители на три малки деца. След раждането на двете им дъщери — близначки любовното им еротично вдъхновение започва да се задушават.

Докато някои двойки приемат намаляването на интензитета с ведро примирение и се установят в привързано другарство, Райън и Кристин не искат да се откажат. Споменът за това, което някога са

имали, все още им е скъп. Те правят ясно разграничение между правенето на секс и правенето на любов и не са правили любов от известно време. Те са взимали видео под наем, къпали са се заедно и държат на ежеседмичните си любовни срещи. Опитали са много неща, някои постигащи задоволителни резултати, други пълна загуба на време. Техният проблем не е точно сексът. Разбира се, биха искали да го правят по-често, но тяхната загриженост е по-скоро за интензитета, отколкото за честотата на секса. Не ги тревожи намаляването на количество секс, а нарастващата скука. Искат сами да поемат инициативата и търсят нови инструменти за тази цел. Мога да измисля много неща, които да им предложи и да се включи заедно с тях в практичния подход за разрешаване на намаляващото желание. Но поставям под въпрос рационалистичния подход към темите на сърцето. Считам, че предизвикателството да поддържа ероса в дълготрайните отношения има друга природа. И ние невинаги знаем целите си предварително. Желанията ни не са без конфликти, нито пък страстите ни са без противоречия. Никакво количество воля или мисъл не може да диктува любовните ни мечти. Мисълта не познава корените на мечтите ни, нито пък разбира мистериозните нужди на сърцето. Невинаги можем да използваме законите за печалбата и загубата в романтичния и еротичния си живот. Да прилагаме работната етика е подвеждащо. Дори и най-логичният подход не може да неутрализира двойствеността на любовта.

Казвам на Райън и Кристин: „Нямам нищо ново, което да предложи в раздела «Как да...» Правилите сте си срещи, горили сте ароматни пръчици, ползвали сте лубриканти. И имате стабилна сексуална диета, която е удовлетворяваща, без да е действително удовлетворителна. Правилно ли разбирам?“

Да, разбирате правилно, но какво всъщност казвате? Че това е то? Като в песента, „Това ли е всичко?“ пита Кристин.

„Няма логика в това. Страстта е непредвидима; не следва диктата на причината и следствието. Това, което работи в понеделник, може да не сработи в четвъртък. Решението често е изненада, а не резултат от работата, която сте свършили до момента. Така че нека да не говорим за работа. Вместо това нека да поговорим за свобода. Да поиграем.“

„Хм?“

„Опитайте нещо с мен“, предлагам им аз. „Може да ви се стори заобиколен път, но понеже вашият път се е превърнал в задънена улица, може и да пробвате. Това, което вкаменява желанието, е ограничаването. Бих искала да се замислите за противоположното — свободата. Говорете за това в широкия смисъл на думата. Кога се чувствате най-свободни във връзката си? По какъв начин това, че сте женени, ви прави по-свободни, и по какъв начин ви прави по-малко свободни? Колко свобода можете спокойно да си дадете един на друг? А колко да дадете на себе си?“

Започвам разговора с тях в офиса си с надеждата, че те ще продължат самостоятелно след това.

Харесва ми да правя предложения, които да изваждат хората от зоната им на комфорт или поне да им дадат различен начин на мислене. Опитвам се да създавам някакво неудобство в установения ред. Макар че Райън и Кристин са нещастни в ситуацията си, не съм сигурна, че са достатъчно нещастни за смела промяна. В терапията подхвърлям много идеи, без да знам дали те ще покълнат и ще се вкоренят. Оставям идеята за свободата да остане в тях известно време, за да видя дали ще даде резултат. След няколко месеца Райън започва една от сесиите си, обявявайки: „Добре, искаш да чуеш една история за криза на средната възраст? Ще я получиш. Най-добрата приятелка на жена ми от колежа ни посети наскоро. Нали знаеш, че работя от къщи, така че няколко пъти обядвахме заедно с детегледачката и децата — със сигурност не е сцена, подходяща за свалки.“

Барбара е хуманитарен работник в средата на 40-те, която води програми за кризисни ситуации по целия свят. Без деца, серийно моногамна и независима, тя е отдадена на каузата, но и започва да се изморява от начина си на живот. Той продължава, „Тя е красива също така — споменах ли това? Тя живее живота, който аз не съм живял. Край нея се чувствам на средна възраст и средностатистически. Не че има нещо лошо в това, ще кажеш ти, но адреналинът е заразен. Тя наистина докосва нещо в мен и ме вълнува.“

Започнах много да си падам по нея. Нали знаеш как говорех за това усещане за застой, за изтичане на енергията ми, за натежаването на тялото ми? Струва ми се, че като уседнах, и изключих. Е, нейната енергия ме събуди. Искам да я целуна. Хем ме е страх да го направя, хем ме е страх, че няма да го направя. Чувствам се като глупак и

виновен, но не мога да спра да мисля за нея. Разбираш ли, когато казвахме брачните си обети, аз наистина ги мислех. Влюбен съм в жена си, това няма нищо общо с нея. Става въпрос за нещо, което загубих и което ме е страх, че никога няма да си върна.“

Когато Райън се омъжва за Кристин, той затръшва вратата на скиталчеството. Изоставя не особено успешната си кариера на актьор, превръща втората си работа като помощник в адвокатски офис в постоянна работа и се записва в адвокатско училище. В момента работи за природозащитни организации като юридически съветник. Като слушам как звучи, удивен от тръпката си, виждам събуждане на позаспалите му сетива.

Не осуetyavam „незрелите“ желаниa на Райън, нито му изнасям лекция. Нито пък се опитвам да наля малко разум в него или да изследвам емоционалните динамики под вероятно „юношеската“ му тръпка. Просто ценя преживяването му. Той гледа нещо красиво; да си фантазира за Барбара е начин да живее живота, който не е избрал. Дивя се с него на изкушението на очарованието, като заедно с това го наричам с истинското му име: фантазия. Въпросът, който му задавам, е как би могъл да се наслади на това преживяване, без да позволи това мимолетно увлечение да застраши брака му.

„Колко красиво и колко жалко“, казвам аз. „Чудесно е да знаеш, че все още можеш да си така жив. И знаеш, че никога не би могъл да сравняваш това състояние на опиянение с живота вкъщи, защото домът е нещо различно.

Домът е сигурност. Тук трепериш, намираш се на подвижна плоскост. Харесва ти, но и се боиш, че може да те отведе твърде далеч. Мисля си, че едва ли позволяваш на жена си да буди подобно вълнение в теб. Има един еволюционен антрополог — Хелън Фишър, която обяснява, че похотта е скъпа за метаболизма. И е трудна за поддържане след еволюционната отплата: децата. Ставаш толкова фокусиран върху непрестанните изисквания на ежедневието, че всеки пробуден заряд между вас се превръща в късо съединение.“

На следващата ни сесия Райън знае точно откъде иска да започне. По-рано през седмицата Кристин и Барбара направили план да излязат на ресторант за вечеря. Чувствайки се виновна както обикновено, когато излиза навън без него, Кристин поканила и Райън да отиде с тях. След това цяла вечер не му обръщала внимание. И този

път той нямал нищо против да е на заден план и да наблюдава как жените си спомнят миналото. След колежа и двете прекарвали по една година в Того с Корпуса на мира. Кристин се върнала, Барбара никога не го направила. Както често се случва в техните разговори, всяка споделя завистта и възхищението си от живота на другата.

„Току-що бяхме привършили една чудесна бутилка австралийско вино“, каза Райън, „и всички бяхме доста подпийнали, когато Кристин напълно ме шокира, избърборвайки на Барбара: Гледам те и се чудя дали си струва. Честно казано, не мисля, че ставам за това — децата, къщата, работата. Понякога се чудя дали не го направих само за да докажа, че мога.“ После каза: „Намирам го толкова тягостно.“

„Тя се чуди дали си струва и го намира за тягостно? Бях удивен.“ Райън повтори тези думи с притихнал глас, сякаш все още не можеше да повярва, че ги е чул. Подтикнат от мен, той ми каза и останалите бележки от страна на жена си — че чувства, че винаги прави това, което се очаква от нея, че така било по-лесно, отколкото да разбира сама какво да прави. Той продължи, като тонът му беше едновременно присмехулен и изпълнен с възхищение, когато умело имитираше жена си.

„Знам, че не е правилно да се оплакваш, когато имаш всичко“, каза тя. „Къде ми е благодарността? Благословена съм с деца, с Райън, останките от прилична кариера, добри приятели. Когато ги нямаш — семейството, брака — имаш романтични представи за тях. Или поне аз имах. Но когато ги имаш, се чувстваш в плен. Имам своите моменти наслада, но най-често тъна в слугуване.“

Райън не казал нищо, но бил шокиран. „Как се е очаквало от мен да знам, че тя се чувства по този начин? Тя винаги ми изглежда достатъчно щастлива. Мислех си, че има това, което е искала. Мислех си, че само аз се чувствам неспокоен“. Сега вече беше раздвоен. От една страна беше ядосан, че тя не е оправдала неговите очаквания, от друга беше загрижен какво казват нейните думи за него.

„За мен тя е като скала, аз съм този, който се гърчи. Работих усилено, за да съм това, което мислех, че тя иска да бъде, и да създадем този живот заедно. Почувствах се разочарован. Ако тя се чувства в плен, затънала в слугуване, в какво ме превръща това мен?“

„Имаш нужда тя да зачете усилията, които си положил ли?“ питам аз.

„Предполагам. Някак нейните съмнения омаловажиха стойността на моите усилия. Но тогава се случи най-странното“. Той замълча, преди да продължи. „Започнах да я харесвам.“

„Обясни ми малко повече“, казах аз.

„Сякаш се завъртях на пълни 180 градуса. Не можех да я прекъсна, което вероятно бих направил, ако бяхме сами, но и не че тя би ми казала подобни неща. И освен това бях заинтригуван. Тя се чувстваше точно така, както се чувствам и аз; тя казваше точно нещата, които аз не посмявам да изрека. Тя искаше повече. Също като мен тя беше гладна. На нея ѝ липсва свободата ѝ. Тя продължаваше да ми става все по-интересна и по-чужда. Виното действително ѝ беше развързало езика.“

„Какво друго каза тя?“ — аз също бях любопитна. Актьорът в него не можеше да устои и да не изиграе ролята ѝ.

„Чувствам се така, сякаш сме заседнали заедно“ — каза той, отново имитирайки гласа ѝ. „Понякога си фантазирам за други животи, други мъже. Не някой друг мъж специално — просто си представям чисто начало, необремененост без история, без проблеми. Някой, с който да мога да бъда различна. Понякога толкова негодувам, че съм затворена в тази къща, в това семейство, в тялото ми. Всичко, което ми се иска да кажа, е: оставете ме на мира и не ме закачайте.“

Райън сподели с мен неочакваната развръзка на вечерта. „В началото се шокирах, после исках да се защитавам и накрая се ядосах. Но странното беше, че колкото повече тя говореше ли говореше, толкова повече я желяех. Тя беше секси. Първо си помислих, ох, просто прекъсни речта, но после бях в неин плен, идентифицирах се с нея и по странен начин се почувствах по-близо до нея и по-възбуден от много време насам. Интересът ми към Барбара изчезна. И знаех, че ако се бях оженил за Барбара, щях да копнея за Кристин.“

„И дори не се наложи да се трудите, за да стигнете до това осъзнаване“, казах аз. „И да исках, нямаше да мога да ви дам домашно, което да има подобен резултат“ Обясних му, че неговото възобновено желание е дошло от затвърждаването на нейната отделеност и нейните мечти. Като изказва несбъднатите си копнежи, тя позволява на Райън да освободи своите.

Понякога всичко това е много непрактично. Същият сценарий с друга двойка би могъл да провокира страха от изоставяне, който да

възпламени битката на века. Никой не може да планира тези неща: това е същественото.

Желанието е енигма; непокорно е и се дразни от опитите да му се налагат. Тази вечер Райън се отвори към Кристин. Нейната искреност му помогна да я преоткрие. И още по-важно, той я избира наново и точно този акт на избора и свободата, която върви с избирането, е това, което държи връзките живи.

Във фламбето, което Райън и Кристин вкусват тази нощ, няма никаква ефективност или целесъобразност. Това не е задача, която да вместят в седмичната си практика. Кристин разклаща клетката и Райън се отмества.

Тя заявява своята индивидуалност и резултатът е по-голяма интимност. Желанието се ражда от парадокс: взаимното признаване на ограниченията на живота в брак създава връзка между тях; признаването на другостта вдъхновява близост. Няма начин да се институционализира или създаде лична политика за брака на тази двойка, която някак да гарантира, че те ще продължат да имат същото това преживяване. Като терапевт аз признавам, че установяването на някакъв вид програмирано подсигуриране, което да ги подкрепи да поддържат това новооткрито сияние е отвъд моите способности. Но макар да не мога да превърна това в някаква задача или упражнение, фактът, че то се случи може да ги събуди за нов вид реалност. Моята надежда е, че това ще промени начина, по който те гледат на себе си и един на друг „Парадокс, който да управляваме, а не проблем, който да решаваме.“

Това, което прави поддържането на желанието трудно в продължителен период от време е, че изисква да се примирят две противоположни сили: свободата и обвързването. Така че не е само психологически, но и практичен проблем; също така е и системен. Това го прави „труден за боравене.“ Той принадлежи към категорията на екзистенциалните дилеми, които са както нерешими, така и неизбежни. По ирония дори бизнес светът, където всичко е въпрос на прагматизъм и ефективност, признава, че някои проблеми нямат ясни решения.

Откриваме същите полярности във всяка система: стабилност и промяна; страст и разум; личен интерес и колективно благоденствие, действие и рефлексия (да назовем само някои). Тези напрежения

съществуват във всеки индивид, в двойките и в по-големите организации. Те изразяват динамики, които са част от самата природа на реалността. Бари Джонсън, експерт по лидерство и автор на „Мениджмънт на полярностите: идентифициране и управление на нерешимите проблеми“, описва полярностите като набор от взаимосвързани крайности, които принадлежат на едно и също цяло — не можеш да избереш едното без другото; системата има нужда и от двете, за да оцелее.

Бен например има нова приятелка на всеки 6 месеца и всеки път е убеден, че е открил „Истинската“. Но щом еротичната интензивност започне да увяхва дори малко, той се паникьосва и се подсигуриява, мислейки: „Оттук насетне тръгва само надолу. Предполагам, че все пак не е било любов.“ Той постоянно твърди, че иска стабилна връзка — иска обвързване, готов е да се съчетае с някой — но толерантността му към сексуалното униение е нулева. В опита на Бен обвързването и въодушевляването се изключват взаимно.

Но във фантазията му съществува онази всемогъща жена, която се намира „там някъде“ и може да направи така, че всичко да се случи. Нейните магически сили ще гарантират, че сексът ще остане жизнен — най-ясният знак, че любовта е дълготрайна. Тя ще е толкова изключителна жена, толкова удивителна, че самата и идеалност ще го накара да иска да се установи (сякаш това няма нищо общо с него). Неизменно това, че я няма, е нейната най-привлекателна черта. Той говори тези неща от години: „Просто не съм срещнал подходящия човек все още. Срещал съм се с много жени, но не съм срещнал правилната; тази, с която наистина бих могъл да остана. Питам приятелите си с кой биха ме свързали и те също не могат да се сетят за подходящ избор. Така че виждаш ли какво е положението?“

Бен е в постоянно търсене на идеалната жена. Разбира се, търси отдавна: дори и най-идеализираните създания в крайна сметка се оказват човешки същества и съответно с дефекти.

В началото на всяка нова връзка той се носи във въздуха и се чувства свободен от вътрешното си объркване. Неизменно, след като първоначалната възвисеност се снижи, страховете му се появяват отново, сякаш и най-красивата принцеса няма да може да го спаси от него самия или от предизвикателствата на любовта. Няма значение колко е уникална, тя не може да го защити от досадата, която се

появява с времето и разбиването на илюзиите. След края на всяка връзка той попада в това, което Октавио Пас нарича „блатото на похотта“ и което обикновено наричаме сексуално пиршество. Тези множество връзки му предлагат удоволствия от върховете на Олимп през нощта, но разговори в низините на следващата сутрин. Така всяка среща бързо започва да се усеща празна и той отново се оказва в копнежа на фантазията за свързване със стабилен партньор. Изгладнял след месеци неангажиращ секс, той подхожда към следващото си завоевание с не по-малко паника. Всеки път, когато Бен се влюбва, той се изстрелва от раз от 0 до 100. Не може да се успокои. Не може да се насити. Той я обладава — при това не само сексуално. Това е другият край на махалото — напълно симетрично и също толкова интензивно.

За хора като Бен лесно се говори с пренебрежение заради крайните им реакции, но те също така са неизбежно привлекателна тема за разговор. Бен е от онези, за които хората говорят със смесица от съжаление (основно жени) и завист (основно мъже). Той е живият конфликт, който много от нас преживяват тихомълком или по заобиколен начин.

Познавайки романтичната природа на Бен, не бързам да предписвам конкретни сексуални идеи за поддържане на либидото му. Бен не приема съвети; прагматичните решения не работят за него, защото затруднението му има нужда повече от признаване, отколкото от поправяне. С това наум заимствам едно упражнение от Бари Джонсън. Казвам на Бен: „Искам да вдишаш и да задържиш дъха си колкото се може по-дълго.“ Свежият кислород неминуемо се превръща в задушаващ въглероден двуокис, което го застава да издиша. В началото издишването се усеща чудесно, но след няколко мига копнее отново за свеж кислород. Обяснявам му: „Не можеш да избереш между вдишването и издишването; трябва да правиш и двете. Същото е с интимността и страстта.“ Обяснявам на Бен, че напрежението между сигурността и приключението е парадокс, който трябва да управляваме, а не проблем, който можем да разрешим. Това е пъзел.

„Можеш ли да удържаш осъзнатостта за всеки полюс? Имаш нужда и от двете в различни моменти, но не можеш да имаш и двете по едно и също време. Можеш ли да приемеш това? Това не е ситуация «или-или», а такава, в която получаваш ползите от всяка крайност и също така признаваш ограниченията на всяка. Това е прилив и отлив.“

Бен излиза с Адер от осем месеца — рекорд за него — и се случва нещо различно. „Мисля, че съм влюбен в тази жена“ казва той. „Е, да, аз мисля, че съм влюбен във всяка жена, но тази е различна. Добре де, всеки е различен, но тя е наистина различна. Тя ме приземява. Може да съм луднал за нещо — знаеш ме какъв съм — а тя не реагира. Не че не я интересува или не откликва, но не се увлича и не се паникьосва заедно с мен. Има нещо тихо в нея и нали знаеш, че аз никак не съм от тихите. Мисля, че това може да проработи. Харесва ми да съм с нея. И сексът е на ниво...“

Чакам „но-то...“, му казвам аз.

„Но усещам, че нещо се променя. И ставам нервен и се безпокоя. Наистина не искам да прецакам нещата този път. На 43 години съм, за Бога. Искам да имам дете, но се страхувам, че може да не се задържа.“

Не съм се срещала с Адер, но нещо в начина, по който се справя с Бен, ме кара да бъда оптимистка. Неизвестно за него, тя има защитно фолио срещу неговия (смея ли да го кажа?) страх от интимност. В миналото неговите приятелки с радост се сливаха с него, докато Адер е в състояние да удържа себе си — изглежда, че има истинско усещане за себе си, което съществува, независимо от него. Дори и след 8 месеца е много дискретна за личния си живот. Тя излъчва тихо самообладание, трезва и нежна интелигентност. Тя е сестра в педиатрична онкологична клиника и работи под надвисналото присъствие на смъртта. Бен я кара да се смее, той внася лекота в света ѝ.

Неговата жажда за живот я заразява. Еротичната му страст е точно обратното на патологията. Харесва ѝ контрастът Бен със сигурност внася цяла емоционална история в затруднението си и има много неща, с които да се справя. Но трудността да примири сигурността и въодушевлението не е само резултат от личните му проблеми. Това е предизвикателството на съвременния идеал за любовта.

Имайки това предвид, ние изследваме какво означава сексуалността за Бен.

Повечето от нас оплакват замирането на еротичната страст с меланхолия, тихо примирение или яростно вълнение; но поддържането на еротичната жизненост не е станало организиран принцип на живота ни. Не е така обаче за Бен. Сексът е мястото, в което се чувства най-жив. Той има възстановителни сили, които му позволяват да се връща

в света, чувствайки се обогатен и обновен. Правейки любов, той чувства свързаност и подхранване, което не получава никъде другаде.

Едновременно е уязвим и опитен, разкрит и уверен. Бен е мъж с активен ум. Подложен на високооктанови импулси от либидото си, той се движи най-вече с висока скорост. Става сприхав и дезорганизиран, но все пак неговата хиперактивност му служи добре в развиването на собствената му куриерска компания. За Бен сексът е най-висшето балансиращо преживяване, което разсейва маниакалната му енергия: след крайното напрежение следва пълно разтоварване. По никое друго време той не се чувства така спокойно, както когато е достигнал хедонистичния връх. Това е момент на пълна хармония между него и света. И докато Адер харесва секса, Бен има нужда от него. Сексът поддържа живота му — ако го изключи, ще си помисли, че умира. Не е за учудване, че се паникьосва от мисълта, че страстта запада.

Бен е съвременен мъж по всички показатели. Той се придържа към действието и затова типичният му отговор на сексуалната тревога е да прекрати връзката, да започне да излиза отново, да преживее горещ секс с някой друг, да започне нова връзка, в която се надява да е имунизирана срещу еротичното изстиване. Подчертавам за Бен, че противно на всеобщото вярване, предприемането на действие невинаги е добрият курс.

„Първото нещо е да не действаш веднага, щом се паникьосаш и да не изключваш Адер като начин да се отървеш от тревогата си“, му казвам.

„По-малкото секс не означава задължително по-малко любов.“

Предоставям му защитено пространство за обърканата му тревога и го окуражавам да обмисля противоречията на желанието, вместо да ги изживява. Това тласка Бен отвъд обичайния му начин на мислене. Карам го да признае дилемата и да я наблюдава със съчувствие и разбиране. Да минаваш през конфликта не е същото като да го премахваш. В зачитането и управлението на дуалността лежи оцеляването на желанието.

За Бен сексуалното преживяване е краткосрочно решение. То осигурява временен лек срещу тревогата му и му позволява да се гмурне до по-трудните въпроси: Какво ще му струва да се чувства въодушевен и сигурен в една и съща връзка? Защо екзалтираността и палавостта се разграничават от любовта и обвързването в главата му?

Как би могъл да запазва усещане за свобода, докато е в интимна връзка?

Аз давам нова интерпретация на тревогата на Бен, като му предлагам да започне да я приема като ранен сигнал за това, че нещата са влезли в едни прекалено удобни релси. „В миналото си реагираше на тревогата с бягство. Вместо това бих искала да я разглеждаш като инструмент. Тревогата ти е твой съюзник, барометър за нуждата ти да поемаш някои рискове. Щом започнеш да се чувстваш нервен, време е за нещо — не някой — ново.“

На тръгване му давам и следния цитат за размисъл от Франк Джуд Бочо, автор на книгата „Йога на осъзнатостта“: „Оплакваме се от стръмните участъци по пътя ни, проклинаме всеки остър камък под нас, докато по някое време в процеса на нашето съзряване най-сетне поглеждаме надолу, за да видим, че те са диаманти.“

Живеем във време, в което по-бързото е по-добро, контролът е власт, постижението е по-важно от процеса и рискът се калкулира математически.

В свръхангажирания ни живот съществува изкушението да опростяваме екзистенциалните си трудности. Ние просто нямаме времето и търпението за обмисляне с отворен край. Предпочитаме да държим инициативата в ръце и съответно да препотвърждаваме усещането си за контрол. В моята практика се срещам с двойки, които се оплакват как рутината на живота им ги е накарала да се чувстват претръпнали. Но когато непрестанно инвестираме усилия в типа прагматични решения за „правене на секс“, които обещават средностатистическа регулярност ние рискуваме да засилим равнодушието, което се стремим да поправим. Еротизмът ни предизвиква да търсим различни по вид решения, да се отдадем на непознатото и неуловимото, и да разчупим оковите на рационалния свят.

ГЛАВА 6

Сблъсъкът между пуританството и хедонизма „Сексът без грях е като яйце без сол.“

Луи Бунюел

„Съжалявам да кажа, че ние от ФБР не можем да направим нищо в случаите на орално-генитална интимност, освен ако по някакъв начин не затруднява вътрешната търговия.“

Д. Едгар Хувър

Сексът е мръсен; запази го за някой, когото обичаш

Защо толкова много двойки се отчуждават еротично? Списъкът с фактори, които допринасят за угасването на въодушевлението е дълъг, като най-често споменаваният е стресът.

„Щом седна, виждам прането, което трябва да се стъгне, неотворените писма в електронната поща, разпилените играчки, и цялото ми сексуално желание изчезва.“

„Между новите ни длъжности, старите ни родители и малките ни деца съм напълно изцеден. Нямам много силен сексуален заряд по принцип, а точно сега пък изобщо нямам никакъв. Не го приемай лично.“

Но когато пациентите ми цитират целия този напълно реален стрес в съвременния живот, за да ми обяснят защо романтиката си е отишла, аз им казвам, че може би има и още нещо.

Все пак стресът е бил постоянна характеристика в живота им и много преди да се срещнат, но това не ги е спирало да скачат в прегръдките на другия.

В следващата част от оправданията те изваждат по-дълбоките проблеми във връзката: разгорещените препирни и хладната

безизходица. Липсата на доверие, постоянните разочарования и цикълът на обвиненията.

„Секс? Може би се шегуваш. След всичко, което току-що ми каза?“

„Кога за последно си ми показал, че те интересувам?“

„Не мислиш ли, че може поне малко да се погрижиш да изглеждаш привлекателен/привлекателна?“

„Иска ми се да може да изключиш проклетия телевизор; кара ме да се чувствам като мъртво парче месо.“

Въпреки тази литания на разочарованието считам, че има и още един слой, отговорен за умъртвяването на либидото, и той има отношение към културата на дълбока двойственост около сексуалността. Докато признаваме важността на секса, ние също така се люшваме в крайностите на излишната разпуснатост и тактиките за потискане. „Не го прави, преди да се омъжиш“, „Прави го само когато ти се иска“, „Не е нещо важно“, „Изключително важно е“, „Трябва да има любов“, „Какво общо има изобщо любовта с това?“ Това е един подход на всичко или нищо по отношение на секса. Порно сайтовете се размножават в интернет, но ние продължаваме да спорим дали е нужно да се включи сексуално образование в училищата и ако да, дали да го наричаме „сексуално образование“, или да изберем по-малко ясното „здравно образование“.

Макар да живеем в период на небивала сексуална свобода в Америка, практиката да се регламентира сексът продължава, без да стихва още от дните на пуританството. Намесата на държавата позволява на някои от нас да си отдъхнат и кара други да се ужасяват. Ние насърчаваме въздържание с тактики, основани на страх, заплашваме кривналите политици с импийчмънт борим се с гей браковете и мъчим законите за аборта. Макар девствеността да изглежда реликва от отминала епоха, всеки ден официално избрани лица внасят морални тежести в законите за сексуалността. Абортите, хомосексуалността, изневерите и „семейните ценности“ са активни термини в националната политическа програма повече от 30 години. Този сексуален консерватизъм е вкоренен в традициите на пуританството с дълбокото си недоверие към удоволствията и морализаторското поведение спрямо всичко, което се отклонява от хетеросексуална, моногамна, брачна и репродуктивна сексуалност.

Междувременно телевизионни продуценти ни подканват да се обадем, ако сме имали повече от 100 сексуални партньора. Никога досега сексът не е бил толкова публично представен, безспирен наниз от красноречиви сексуални картинки, накъдето и да погледнем.

Сексът, за който постоянно се говори в рекламата, стана сам по себе си стока. Включете което и да е дневно предаване, за да чуете как майки спят с приятелите на дъщерите си, мъже, които обичат да гледат как други правят секс, и домакини, които проституират без мъжете им дори да подозират. Сексът е навсякъде, във всички свои проявления и подробно описан от Лилиан Рубин: „порнография, импотентност, секс преди брака, брачен секс, извънбрачен секс, групов секс, суингинг, садо-мазо и всички други сексуални поведения, за които един продуцент може да се сети, независимо дали са обикновени или странни.“

Политиката и икономиката на секса и диаметрално противоположните поведения, на които ставаме свидетели ежедневно проникват в американските спални и се промъкват в гънките на нашата интимност. Двойките, с които се срещам, живеят в тази двойственост и трябва да се споразумеят между тези съревноваващи се ценностни системи.

Наследството на пуританството, което поставя семейството в центъра на обществото, очаква от брака да е разумен, трезв и продуктивен. Работиш, спестяваш и планираш. Приемаш сериозно ангажиментите си. Но наред с това типично американско понятие за личната отговорност и умереност е и понятието за личната свобода. Ние вярваме в личното удовлетворение: в живота, свободата и преследването на щастие. Ние ценим свободата спонтанно да задоволяваме желанията си и живеем в консуматорско общество, водено от пазара, което се грижи желанията ни никога да не секват. Сексуалната култура ни казва какво е привлекателно и какво би трябвало да искаме (сякаш ние сме неспособни да открием сами за себе си кого да желаем и кой ни възбужда).

Цяла индустрия за любители на хедонизма се навърта в покрайнините на брака, постоянно напомняйки за всичко, от което сме се отказали в замяна на приглушената сексуалност на брачния живот. Могат ли съвременните връзки да бъдат толкова силни, че да устояват на песните на сирените за неограничени удоволствия? Когато

постоянно ни призовават да заменим старото с ново, когато сексуалните образи изобразяват вечна младост и красота (понеже никой не остарява, освен теб), когато сексът онлайн може да даде отговор и на най-особената ти прищявка, разумно ли е да очакваме, че може да останем доволни с един човек 50 години? Журито още не е решило. Обещава ни се незабавно удовлетворение и то е на разположение за всички, освен за нас. И всичко това засилва дълбокото разделение между това, което ни окуражават да искаме, и онова, което ни позволяват да имаме. Пуританството и хедонизмът се сблъскват „Не аз, не сега“ срещу „Сигурен секс или никакъв секс“.

Нека не се залъгваме, че насищането отразява просветлени сексуални поведения. Крещящият маркетинг на сексуални образи може да е по-скоро излишен, отколкото прогресивен, и се корени в стремежа за печалба и свободата на пазара, вместо в свободата на мисълта. Казано накратко, става дума повече за отваряне на портмонето ви, отколкото за отваряне на съзнанието ви. Може би именно затова подчертаната моралност в нашата култура остава неопетнена от графичните картини със секс, които блещукат по екраните на телевизорите: централната идея, че сексът е мръсен, остава непроменена.

Дълбокото ни неудобство, свързано със секса е най-видимо в начина, по който се отнасяме към сексуалността на тийнейджърите. Една осезаема група американци вярват, че ограниченият достъп до контрол над раждаемостта и сексуално образование ще отклонят тийнейджърите от изкушенията на плътта. Кампании като „Не аз, не сега“ насърчават въздържанието като средство за избягване на бременността и сексуално предаваните болести в тийнейджърските години, а здравната публична политика говори за идеята юношеската сексуалност да се счита за девиантно поведение, което трябва да се избягва. Независимо колко освободени могат да изглеждат медиите, за много американци сексуалността е дълбоко опасна — рисков фактор.

Европейците, от друга страна, разглеждат юношеската сексуалност като нормална фаза на развитието към здравословната сексуалност на възрастните. Сексът не е проблем: да си безотговорен към секса е проблем.

Така европейският вариант на мотото „Не аз, не сега“ е „Сигурен секс или никакъв секс.“ Струва си да отбележим също, че в Европа

тийнейджърите стават сексуално активни средно две години по-късно, отколкото американските си връстници, а процентът на раждаемостта в тийнейджърските години е смайващите 8 пъти по-малък. Как става така, че американското общество с толкова ясно антисексуално тийнейджърско пристрастие създава подобно статистически неудобно положение?

Сексуалност, изпълнена с табу, и разюздана сексуалност се смесват по смущаващ начин. И двете ни водят към това да искаме да се отделим психически от физическия акт на секса. Общество, което разглежда секса като мръсен, не може да премахне секса. Вместо това тази тревожна атмосфера отглежда вина и срам в най-крайните си версии или общо неудобство при по-изтънчените си проявления. Сексът се развежда с емоционалната и социална приемственост. Това, което липсва, е интегрирана сексуалност, в която удоволствието процъфтява в контекста на свързването. Не говоря за дълбоката любов; говоря и за основна грижа и зачитане на отсрещната страна.

„Искаш ли да се чукаме тази вечер?“

Рату е на 22 години и е студентка втора година в престижен университет. Тя е дъщеря на лекар и програмист, и двамата имигранти от Индия, чиито години усилена работа им се отплащат с висок стандарт на живот. Рату прекарва 12 години в силно конкурентните обществени училища на Ню Йорк и сега се надява да последва майка си и да учи медицина. Срегнах се с майката на Рату на партито по случай заминаването на моя приятелка.

Когато й казах темата на книгата си, тя ме насърчи да интервюирам дъщеря й. „Какво чувам от дъщеря си? Просто не е за вярване. Толкова студено се отнасят тези деца едно с друго. Наистина ли искаш да знаеш какво се случва? Трябва да говориш с нея. Аз не мога да го обясня.“

Знаех, че трябва да се срещна с Рату и го направих. Умна и красноречива, тя беше като говорител на едно от тези поколения, на които прикачаме буква — Х или У, или докдето са стигнали вече. Тя ми дава описание, което хвърля светлина върху това, което се случва в двора на университета.

„Ние наистина нямаме време за срещи. Така че бързото уговаряне става в петък или събота вечер. Отиваш на парти или отиваш на бар; всички се напиват, ама наистина, и всички се разделят по двойки. Всичко приключва в понеделник, след като всички сме си разказали историите по време на обета. «Чукане» е широко понятие и включва всичко — от натискане до орален секс или секс с проникване.“

„Идеалната връзка за колежа е сценарият «приятели с облаги». Имаш близък приятел, с който добре се забавлявате и с който имате сексуално привличане. Всичко започва някоя вечер, след като сте се напили и сте се срещнали случайно в бара или другаде. Прибирате се заедно, правите секс (чудесен или не чак толкова, няма значение) и след това се преструвате, че нищо не се е случило.

Следващата седмица това се повтаря със същия човек и така продължава, докато не усетиш, че вече не е нужно да излизате и да се напивате. Вместо това просто му се обаждаш, като ти се прииска да се чукаш или просто ти е доскучало.“

Това е нещото, което Рату и нейните приятелки безмилостно наричат покана за секс (booty call). Дори тази крайно съкратена форма на съвкупление има своя емоционален недостатък.

„Идва един момент, когато едната страна се оказва по-въвлечена от другата и е време за неудобния разговор. Приемат се основни правила: това е просто сценарий «приятели с облаги», нищо повече; и ако той или тя не са съгласни, всичко приключва. И тогава минаваш към някой друг приятел. Ние много се стараем да не позволяваме на емоциите да ни пречат“, споделя Рату без никаква следа от ирония.

Това, което ми е особено интересно в описанието на Рату е, че няма каквато и да било линия в разказа — няма възходящ сюжет, разгръщане, повратна точка и край. Всъщност изобщо няма история в историята. Сексът е отделен от историята, която сам е създал. „Полагаме съзнателно усилия да държим емоциите настрана от секса и това се отнася не само за момчетата, продължава Рату. И момчетата, и момчетата говорим за секс от една страна и за любов от друга, сякаш нямат нищо общо.“ Тя прави пауза: „Макар да подозирам, че много от приятелките ми биха предпочели да имат връзки, независимо дали си го признават или не.“

Далеч съм от това да подценявам свободното изразяване на неангажирания секс или секса за забавление. Една еротична среща може да покрие широк спектър от междуличностна интензивност, без някой да се почувства отхвърлен. Но точно този тип сексуална активност ми се струва по-малко израз на освободеност, отколкото действие, продиктувано от неосъзната тревога. За моя изненада Рату се съгласява напълно с тази идея. „Пиенето и сексът, разбира се, вървят заедно. И двете са неща, за които знаем, че не бива да правим.“

Докато слушах Рату, се чудех как тази социология на секса ще се отрази по-късно на сериозните им връзки. „Какво ще кажеш за любовта и брака?“, я питам аз. „За това изобщо замисляте ли се?“

„Гледаме на обвързването като на доживотна присъда. Знам със сигурност, че това е ужасяваща мисъл за много от приятелите ми момчета. Не могат да си представят да имат един и същ сексуален партньор за повече от седмица, а какво остава за 10 години.“ След това Рату казва по-сериозно: „За жените е различно. Те могат да видят в това привлекателност. Някои действително изглежда, че го искат, но и много от нас поемат стереотипния мъжки страх и разглеждаме моногамността като ограничение. Обвързването означава да жертваш собствените си цели и амбиции за нещо, което не можеш да контролираш и в което е възможно да се провалиш. Или поне така мислим за това сега. Връзките са загуба на независимост. Допускайки друг човек в себе си, оставяш по-малко място за себе си.“

„Значи връзките означават, че губиш нещо, а не печелиш?“ питам аз.

„Точно така.“

„А романтиката?“

„Хм. Нямахме такава в гимназията. Малкото двойки тук в колежа са изключение и изглеждат странни, сякаш са женени или нещо подобно.“

Заинтригувана съм от начина, по който Рату представя връзките. Винаги ми се е струвало, че създаването на връзка (или поне мечтата за такава) ни обогатява и че смисълът ѝ е в нещата, които можем да открием заедно с другия. Или поне бях убедена, че е така, когато бях на нейната възраст. Рату и приятелите ѝ изглежда намират повече сигурност в магистърска степен по бизнес администрация, отколкото в

силата на дългосрочна любовна връзка. Защо се чувстват по този начин?

Една от причините вероятно е това, че прегръщайки обществения императив за самостоятелност, те стават подозрителни към всяка една връзка. „Ако добавиш любов към секса, ставаш крайно уязвим“, ми казва тя. „Мисля, че това е може би сърцевината на проблема за цялото мое поколение — липсата на доверие. Научени сме да се осланяме на себе си и да не зависим от другите.“ Това не е романтично поведение, но вероятно е мъдро, като се има предвид несигурността на съвременните бракове.

Половото равенство е валидно с цялата си ирония: и мъжете, и жените сега имат правото да са ужасени от обвързването. По-добре да се въвлечеш в рисков секс, отколкото да се поддадеш на рисковете на сърцето.

Нищо не е по-излишно от това да предвидиш бъдещето за някой, който не се интересува да го чуе, но понякога не мога да се въздържа и затова си позволявам да споделя едно прозрение с Рату: „Караш ме да си мисля, че може би точно затова много двойки, с които разговарям, срещат трудността да преживяват горещ секс с човека, който обичат. Не е само твоето поколение. Цялата тази култура се чувства крайно неудобно с уязвимостта и зависимостта. Добрият интимен секс изисква и двете.“

„Може би“, казва Рату. „Но кой казва, че добрият секс трябва да е интимен? Какво, ако «добър» означава да ме приковеш към стената, да ме обладаеш и да си тръгнеш, преди да се събудя сутринта? Спонтанността е това, което обичам. Въодушевлението, което идва със спонтанността и многото партньори и мечтаните срещи, в които нищо не може да се обърка, защото след късната закуска на следващия ден си казвате довиждане и не се задържате заедно достатъчно дълго, за да откриете недостатъците си. Преминавам през периоди, в които съм прирастена към това въодушевление, но също така и през периоди, в които осъзнавам колко повърхностно е всичко това и искам по-дълбоко свързване с някой. Имала съм приятели и е приятно, макар че става малко скучно. Надявам се, че някъде занапред ще открия здравословен баланс — ако не съм се разглезила до такава степен, че да не мога да се задоволя с дълготрайните любовни връзки.“

Без да имам претенции да дам последната дума по въпроса за свободната любов, мнението ми е, че цялото това перчене разкрива подразбиращо се безпокойство. Чудя се до каква степен този вид секс, „чукай и бягай“, представлява всъщност форма на защита срещу чувството за неудобство, свързано със сексуалността, също както е форма на защита и избягването на нещата, които се считат за табу. Това е другата страна на монетата: същата тревога, различен отговор. Напиват се, правят секс и след това се преструват, че нищо не се е случило. Това е начин да го правиш, без да участваш. Всичко просто се случва; никой не трябва да го притежава.

Вероятно тези престорени развратници не са чак толкова отдалечени от пуританското наследство, колкото техните похождения в събота вечер биха ни подвели да си мислим. Техните плахи срещи не са точно празнуване на удоволствията на плътта. Ако нямаше и капчица разминаване с морала в тяхното желание за секс, можеше и да не се налага да се напиват, за да го правят. Ако се чувстваха по-удобно със секса, те биха се поставили в центъра му и биха искали да си го спомнят. За Рату въодушевляването, което се ражда от спонтанността е гарантирано, стига да сменя партньорите достатъчно често. Но какво би се случило с нея, ако ѝ остане само един? Може и никога повече да не се срещна с Рату, но много от хората, които идват да се срещнат с мен, ми напомнят за нея. Те откриват, че тяхната история на сексуално номадство не им помага да се справят с предизвикателствата по поддържане на сексуалната жизненост с един и същи човек за продължително време. Те разглеждат секса преди и след брака като две напълно различни реалности. Ергенският секс не те подготвя за ангажирания секс. Ако изобщо е нещо, то е последното „Ура!“ преди доживотния сексуален упадък.

Колко е важен сексът така или иначе?

Здравословното усещане, че еротиката ти се полага, се гради върху основата на спокойното, щедро и необременено отношение към удоволствията на тялото — нещо, с което нашата пуританска култура продължава да се бори. Свидетел съм на отпадането на тази двойственост в офиса си всеки ден. Голяма част от работата ми с двойки включва изправяне пред срама и тревогата, които обграждат

сексуалността на хората, и които им причиняват отдръпване от любимите им заради страховете да не бъдат осъдени или отхвърлени. Аз давам разрешение, намалявам тревогата, приемам фантазиите и желанията за нормални и предизвиквам изопачаването на представата за красота на човешкото тяло.

Заедно изваждаме на повърхността тайните и мълчанието, което заобикаля сексуалното им израстване и се противопоставяме на културни и семейни послания, които блокират еротичното изразяване. Терапията е процес на разширяване на сексуалността, като се отказваме от някои ограничения, насърчаваме физическия контакт и предоговаряме границите. Двойките се учат да танцуват стъпка по стъпка, и това отнема толкова време, колкото е необходимо.

Срещнах се с Мария малко преди да е преодоляла съвсем последната си раздяла. Тя беше прекарала две години на Западния бряг с мъж, за когото се е надявала да се омъжи, само за да се върне обратно с разбити надежди и напълно съкрушена. Приятелките ѝ решават, че ѝ е време да срещне някой готин мъж, мъжкар. Стига вече атрактивни, но празноглави компаньони.

Приятелите ѝ организирали вечеря с цел: вкусно прикритие за първа среща.

Проработило.

За Мария да започне да се среща с Нико било обучение наново в изкуството на любовта, бавно разгръщане, което било изключително свободно от притеснения. Не била влюбена; постепенно започнала да го обича. Но година след като го срещнала, идва в офиса ми с въпроса: „Колко важен е сексът така или иначе? Продължавам да се двоумя. Знам, че не можеш да градиш живота си върху страстта. Опитала съм го. Баба ми обичаше да казва: С какво ще живеете, с любов ли? Ха! Имаш много да учиш.“ Майка ми не беше по-добра.

Нейната линия беше: „Скъпа, страстта е обречена. Слушай какво ти казвам, това, от което се нуждаеш, е да намериш някой, с когото можеш да живееш. Някой като теб, който споделя ценностите ти. Знаеш също, че и парите не вредят.

Обичам Нико. Никога не съм се чувствала толкова сигурна, толкова доверяваща се. И след годините, в които бях там, навън, срещайки се с какви ли не нещастници, съм най-после свободна да мисля за други неща в живота си. Но просто не знам. Не мисля, че си

пасваме сексуално. Това е проблем. Или проблем ли е? Всички казват, че сексът отшумява, независимо колко пара се е вдигала в началото, така че колко важен е действително?“ „Ти ми кажи.“, провокирам я аз.

„Знаеш ли какво си казвам сама на себе си? Момиче, ти вече се позабавлява. Време е да пораснеш. Той е чудесен. Зарежи старите си навици.“

Три години по-късно Мария ми задава въпроса: „Колко важен е всъщност сексът?“ и отново е при мен. Очевидно все още не е открила отговор за себе си. В началото беше така обсебена от тръпката на сигурността, че беше в състояние да отложи да се занимае с липсата на сексуален отклик към Нико. Тя имаше някаква надежда, че проблемът ще се разреши от само себе си, че един ден блокажът ще се махне и всичко ще се намести. Нико от своя страна е търпелив мъж. Той не би натискал нещата, макар да не му е весело от техния анемичен сексуален живот. Да не настоява по темата е неговият начин да се предпази от отхвърляне. По време на срещите ни Мария винаги следваше тактиката да избягва темата за секса. В малкото случаи, когато директно го спомена, беше накрая на часа ни, когато вече нямаше време за дискусии. Една седмица реших да натисна педала на газта и да форсирам разговора.

„Сексът е труден, нали?“, я питам аз.

„Какво имаш предвид? Труден за правене или труден за говорене?“, отговаря на въпроса ми с въпрос.

„Труден да го притежаваш“, отговарям. „За мен е по-лесно да правя секс, отколкото да говоря за секс.“ „А с Нико?“

„С Нико е по-лесно да не правя секс, вместо да говоря за секс.“ „Разкажи ми.“

„Сексът е труден. Не ми се прави през голяма част от времето, което е странно, защото винаги съм мислела за себе си като за сексуален човек. Четох за жени с ниско сексуално желание и не се идентифицирам с тях, макар че ми приличат на мен, каквато съм напоследък.“

„С други мъже по-лесно ли беше?“

„О, Боже, не — но в миналото никога не ми се е налагало да трябва да говоря за секса. Никога не е било нещо, с което да работя. Или се случваше от само себе си и нещата се получаваша, или връзката така или иначе нямаше бъдеще, така че защо да се занимавам? Сега

съм с мъж, когото обичам. Мисля, че е красив, държи се с мен като с кралица, а аз не искам да правя секс с него. Той се фрустрира, когато го отхвърлям ден подир ден, а на мен не ми харесва фактът, че съм толкова безразлична към секса. Искан ми се да мисля, че се случи, когато забременях с дъщеря ни, но за да съм честна, ще кажа, че бях по-скоро облекчена, че имам извинение. «Бременна съм» се превърна в «Току-що родих.» И след това стана «Сега кърмя», а след това «Имам нужда от сън». Истината е, както знаеш, че беше проблем от самото начало.“

„Да се гмурнем ли по-надълбоко?“

„Изморих се да го избягвам, да чакам нещо да се промени. Не мога да сменя Нико с нов модел. Или ще проработи с него, или ще се съсухря.“

Мария е отраснала в работническо семейство, дъщеря на полицай и учителка по заместване. Религията била от съществено значение и тя посещавала женски католически училища до гимназията. „Никога не говорехме за секс вкъщи. Баба имаше 10 деца и така и не знаеше, че жените могат да изпитват оргазъм. Можеш ли да си представиш? Не съм виждала майка си гола, откакто бях на 3 години. Никога не съм виждала баща си гол. Аз бях най-малката от 5 деца и всеки от нас се бунтуваше по различен начин, макар че на братята ми никога не им се е налагало да се изправят срещу правилата, които важаха за момичетата.“

Мария осветява широко разпространената в Америка култура на всичко или нищо, изобилие или глад. „Бях на 17, когато загубих девствеността си; а за младите жени-католици, щом си спала с един, все едно си спала с целия град — и честно казано, повечето от нас го правеха.“ „Знам, че звучи архаично, но наистина беше така там, където израснах. Стейтън Айлънд е като природен резерват за застрашените от изчезване католици. Посланието беше ясно: сексът е грях, освен ако не си женен.“

„Ясно. Като старата поговорка: Сексът е мръсен, запази го за някой, когото обичаш“, казвам аз.

Мария се премества, влиза в колеж, става кастинг агент и днес живее в свят, много по-различен от този на детството ѝ. Но цялото това интелектуално разширяване не е успяло да унищожи забраните: плътското желание е греховно, особено за жените. Въпреки

изминалите 20 години на кратки срещи, временни връзки и стабилни гаджета, остарелите послания са се впили в сухожилията на тялото ѝ с прилепчива упоритост. Да действаш освободено не означава задължително, че си освободен. Когато е била сама, Мария е можела да надхитрява латентното си сексуално неудобство. По-лесно ѝ е било да е освободена, когато е инвестирала по-малко емоции. Но веднъж избрала да живее в географските ограничения на семейството, нашепванията от миналото започват да ехтят отново.

„Веднъж на всеки шест месеца или нещо подобно повдигам въпроса пред Нико. Казвам му: «Нико, сексът ни не струва. Трябва да направим нещо по този въпрос. Искам да прочетеш ей тази книга.» Но той не иска да чете книги. Мрази подобни книги. Той ми казва: «Да чета книги не е за мен. Нека да отделим малко време и да го прекараме заедно. Колкото повече секс правиш, толкова повече секс правиш, нали така?» Това е готовият му отговор.“

„Препоръчвала съм ти книги преди, но в този случай ми се струва, че ти ги използваш, за да се скриеш зад тях. Защо ти е толкова трудно да говориш за себе си? Да си адвокат сама на себе си? Какво ще се случи, ако му кажеш: Нико, искам да ти разкажа за мен — какво мисля и какво чувствам за секса и за себе си в сексуално отношение?“

„Тази тема е толкова емоционално натоварена, че ми се доспива.“

Мария е научена, че нищо не се дава безплатно; всичко трябва да се заслужи. Привилегиите са за онези, на които никога не се е налагало да се трудят здраво и такива хора имат силно подозрителен морал. Кредото е било да се жертваш в името на семейството. Трудността ѝ да заяви себе си е особено силна в сексуално отношение.

„Изглежда нямаш проблем с това да искаш нещата, от които имаш нужда, обяснявам аз, но да помолиш за нещо просто защото го искаш или ти харесва, ти се струва егоистично. Удоволствието само по себе си, освен ако не си го заслужила, е съмнително. То също така повдига въпроса колко усещаш, че заслужаваш и ти се полага да получиш — просто защото те има. Но еротика е именно това: удоволствие в името на удоволствието, предоставено ти безвъзмездно от Нико.“

С Мария заедно работим по развиване на здравословното ѝ усещане за това, че заслужава, което обхваща да поседне сутрин, докато си пие кафето, да прочете вестника, макар че кухнята е все още

мръсна, и да излиза с приятелки, дори това да означава Нико да поеме грижите за бебето две поредни вечери. Тя трябва да си почине от идеята, че за удоволствието се заплаща предварително с труд или задължение. Ние окастрияме тази сложна система на честност и заслуги, където всичко трябва да е напълно равностойно, за да се неутрализира егоизмът. Мария приема идеята. „Мисля, че моето «слабо желание» е най-вече свързано с това, че сякаш не притежавам секса, и с вътрешния ми конфликт с удоволствието, особено удоволствие със съпруга ми. Не мога да обясня защо ми е толкова неудобно да се отворя еротично за Нико. Това, което знам, е, че семейството ми никога не е било мястото, където съм получавала нещо извънредно.“

„Точно така. За теб семейството е свързано със саможертва, а не с радост. Но здравословното усещане, че ти се полага, е необходимо условие за еротична интимност!“

Само след като Мария започва да разглежда с какво тя допринася за еротичната патова ситуация, приносът на Нико става ясен. Тя му задава някои от въпросите, които сме обсъждали заедно на сесиите си: „Какво означава за теб сексът?“, „Какво е било отношението към секса в твоето семейство?“, „Кои са важните събития, които са те оформили сексуално?“, „Какво би искал да преживееш с мен в сексуално отношение и от какво най-много те е страх?“. Те започват разговори, които са провокативни и вдъхновяващи, и които се фокусират върху възможностите, а не върху проблемите.

Мария разбира, че за Нико сексът е както освобождаващ, така и свързващ и красноречив белег за любов. Когато го отблъсква, той се чувства необичан.

Нико не е разговорлив. Вместо това той изразява грижата си, правейки неща: мие чините, лъска обувките и винаги осигурява шоколад в хладилника. Той се грижи да излизат от къщи през уикенда без усещане за вина (което за Мария е трудно) и да не се заробят в безкрайните грижи за домакинството. Щедър е в проявите си на привързаност както с Мария, така и с дъщеря им. Но ласките спират, щом сексът започне. Макар че му харесва сексът, той не е толкова уверен в себе си при съблазняването. „Той е толкова нетърпелив да се стигне до секс частта в секса, където знае какво да прави, че има склонност просто да минава покрай съблазънта и романтиката. Игрите,

нали знаеш. Аз имам усещането, че препускаме. На Нико му отнема около две минути, за да стигне от гледане на телевизия до това да е емоционално и физически готов за секс. Аз имам нужда от по-бавно изкачване. И както обикновено в грижата си за него, защото не искам той да се чувства зле, се опитвам да ускоря възбуждането си. Пълно фиаско е.“

За Нико сексът е пиеса в една част За Мария е поредица от удоволствия, последователно разгръщане. Проблемът се появява, когато се оказват впримчени в едно линейно, целенасочено действие към секс и оргазъм и така подминават еротиката.

В този сценарий тя се бори с идеята, че мотаенето е по подразбиране егоистично и безсрамно алчно. Липсата ѝ на усещане, че ѝ се полага, и липсата ѝ на себеутвърждаване се срещат с бързината на Нико, което още повече подсилва представата ѝ, че не заслужава внимание. Разбира се, тя не би се тревожила, че ѝ отнема дълго време, ако смяташе, че той е истински въввлечен в това. Но за Нико бавенето провокира друг вид тревога, страхът, че може да е неадекватен, че може да не се справи достатъчно добре.

Предлагам на Мария двамата с Нико да се освободят от модела на сексуалност, който е ориентиран към изпълнението, и с изискванията за взаимен оргазъм. Това е обречен подход, който намирисва на сериозност и отнема голяма част от забавлението на секса.

„Спомняш ли си натискането?“, питам аз. „Кога за последно си го правила?“

„Ооо, минаха години. Знаеш ли, спомням си, в началото прекарвахме цяла вечер в натискане и страстни целувки по широките алеи на Кони Айлънд. Беше великолепно. Вече не го правим.“

„Ами ето какво имате да направите.“

Сложността на динамиката между Мария и Нико е едва доловима и това е вярно за повечето двойки, с които се срещам. Никога не е само едно нещо или само единият партньор. Мария казва, че иска да бъде съблазнена, но отказва да види Нико като съблазнителен. „Връзката ми стои на пътя на моето привличане към него. Понякога го поглеждам например, когато излиза от банята или се прибира от фитнес, и си мисля: «Боже, колко е секси.» Защо ми се струва толкова привлекателен, преди да се сетя, че ми е съпруг?“

Обяснявам на Мария, че си е страшно едновременно да си еротично открит и емоционално-интимен с един и същ човек; особено когато имаш вярването, че сексът е нещо срамно. „Има цяла част от теб, която все още не е влязла във връзката. Всъщност психическата енергия, която е въввлечена в това да я държи на скрито е достатъчно, за да те изтощи. Нищо чудно, че по-скоро би заспала, вместо да правиш секс със съпруга си.“

Като много от нас, Мария е израснала, научавайки се да крие еротичните си блянове и случайните си фантазии. В сексуалната ни социализация уменията да държим удоволствията си скрити е централен елемент. Мария си спомня срама, когато като дете я намират в момент на интимно еротично изследване и отвращението на лицето на майка ѝ, която казва: „веднага спри.“ Дори тези от нас, които са били късметлии да имат родители, които признават, че сексуалната игра носи удоволствие, най-вероятно си спомнят с потрепване съвета „Прави го насаме.“ Трудно е да извадим на открито това, което ни е отнело години да се опитваме да скрием.

Не е изненада, че на Мария ѝ е трудно да включи във връзката си еротичните представи, които е научена да потиска от малка и да отбранява.

Да усеща отзивчивостта на Нико е точно това, което я окуражавам да направи — да притежава искането си и да вярва, че ѝ се полага да бъде обгрижвана. Заедно с това я насърчавам да включи наново любопитството си към Нико. „Много е лесно да го вкараш в ролята на съпруг, с всички присъщи домакински качества, и после да се оплакваш, че ти липсва желание. Той има цяла вътрешна география, а ти все още се мотаеш само в стария познат квартал.“

Това е предизвикателството на сексуалната интимност, да върнем вкъщи еротиката. Тази е най-страшната от всички интимности, защото включва всичко. Тя достига до най-дълбоките места вътре в нас и включва разкриването на аспекти от нас самите, които са свързани със срам и вина. Страшно е, това е цяла нова голота, много по-изобличаваща от гледката на голите ни тела. Когато изразим еротичните си копнежи, поемаме риска да бъдем унижени или отхвърлени — и в двата случая това може да бъде опустошително. Ставала съм свидетел на болезнената сцена, когато предпочитанията на някой биват осъждани и порицавани от неговия или нейния

партньор като перверзни, извратени и отвратителни. Не е за учудване, че много от нас предпочитат сигурността на работещия секс като броня срещу този мъчителен сценарий. Може да сме далече от страстта, но поне се чувстваме нормални. В голямата схема на нещата това не е чак толкова лош компромис. Но ги има и тези, които искат да бъдат опознати по различен начин, да надскочат себе си и да поемат риска да преминат границата. Те събират кураж да се изправят срещу културните забрани срещу секса — пищния секс — вкъщи. Те жадуват за пълно изразяване в еротичната област и преборват желанието да се въздържат. За тях сексуалното общуване съвсем не е мръсно, по скоро е свещено сливане, което ги свързва с божественото.

Еротичната интимност е разкриване на нашите спомени, желаня, страхове, очаквания и борби в рамките на една сексуална връзка. Когато най-съкровениите ни желаня са споделени и посрещнати от нашия любим с приемане и признаване, срамът изчезва. Това е преживяване на дълбоко свързване със силата ни и е истински утвърждаващо за сърцето, тялото и духа. Когато можем да изживяваме осъзнато както любовта, така и секса, ние изоставяме полето, на което се борят пуританството и хедонизма.

ГЛАВА 7

„Възрастните нищо не разбират и е уморително за децата постоянно да им обясняват разни неща.“

Антоан Дьо Сент-Екзюпери, „Малкият принц“

„И така, като забравен огън, детството винаги може да пламне отново в нас.“

Гастън Бачлард

Еротичните планове

Кажете ми как си бил обичан и ще ти кажа как правиш любов.

Множество институции се грижат за нашите интереси. Религията, правителството, медицината, образованието, медиите, попкултурата — всички те се трудят неуморно да дефинират и регламентират параметрите на сексуалното добруване. Мерките и забраните, които ограждат сладострастието на тялото са майчино мляко за обществото. Много от това, което научаваме за секса идва от улицата, филмите, телевизията и училището. Но преди което и да е да достигне до нас, семейството ни вече ни е обусловило. Ние сме членове на обществото, но сме и деца на нашите родители (това включва баби и дядовци, доведени родители, попечители, приемни родители и всички останали, на които е била поверена грижата за ранното ни добруване.) Няма друга история с по-дълготраен ефект върху нас от тази, която пишем с хората, които първоначално са се грижили за нас.

Археология на желанието

Психологията на нашето желание често е заровена в подробностите на детството ни и разкопките в ранната история на живота ни разкрива неговата археология. Така стигаме до мястото, където сме се учили да обичаме. Научени ли сме да изпитваме удоволствие или не, да се доверяваме на другите или не, да получаваме или да ни отказват? Грижили ли са се нашите родители за потребностите ни или ние сме били тези, които да се грижат за техните? Обръщали ли сме се към тях за подкрепа или сме ги избягвали, за да защитим себе си? Отхвърляли ли са ни?

Унижавали ли са ни? Изоставяли ли са ни? Гушкали ли са ни? Люляли ли са ни? Утешавали ли са ни? Научени ли сме да не очакваме твърде много, да се крием, когато сме разстроени, да се гледаме в очите? В семействата си усещаме кога е прието да сме ненаситни и кога някой може да се засегне от нашата страст за живот. Учим се как да се чувстваме в телата си, какво да мислим за пола си и за сексуалността си. И учим и множество други уроци за това кои сме и какви да бъдем: да се разкриваме или да сме сдържани, да пеем или да шептим, да плачем или да крием сълзите си, да се осмеляваме или да се боим.

Всички тези преживявания оформят вярванията ни за нас самите и очакванията, които имаме за другите. Те са част от зестрата, която всеки мъж или жена привнася в зрялата си любов. Част от тази карта за емоционално оценяване е видима и заявена, но по-голяма част е неизречена и скрита дори от самите нас.

Нашите сексуални предпочитания се раждат от възторзите, предизвикателствата и конфликтите на ранните ни години. Как всички те поддържат прага ни за близост и удоволствие е предметът на нашето изследване. Какво ви възбужда и какво ви отблъсква? Какво ви привлича?

Какво ви е безразлично? Защо? Колко близост можете да понесете? Можете ли да се наслаждавате на удоволствие с човека, когото обичате?

Когато бащата на Стивън изоставя майка му, тя събира остатъците от семейството, отдава се на грижата за децата и се заклева, че никога няма да позволи някой да я нарани отново по този начин. Медицинска сестра в спешно отделение, понастоящем тя има три

отгледани и завършили колеж деца. Стивън е изпълнен с възхищение и уважение към майка си и е прекарал една голяма част от живота си, пазейки се да не се превърне в това, което нарича „онзи задник“. Шест години след сватбата си с Рита той започва да избягва нейните желания и обвинения срещу сексуалната му пасивност. Отвъд извиненията Стивън е озадачен както от липсата си на интерес, така и от ерекциите, на които не може да разчита.

Колкото повече обича и уважава жена си, толкова по-трудно е за него да я чука. В съзнанието на Стивън емоционалната сигурност изисква постоянно въздържане от каквито и да било егоистични или агресивни пориви. Това вярване, породено от любовта към майка му, става част от неговата сексуалност. Колкото повече обича Рита и колкото по-зависим става от нея, толкова по-силна става нуждата му да внимава и толкова по-затруднен се чувства в сексуално отношение. Той не знае как да преживява наслада в контекста на емоционалната грижа. Подсъзнанието му е лоялно към миналото.

За Дилън, мениджър продажни на дребно в 20-те си години, емоционалната сигурност като цяло е невъзможна, независимо със или без сексуална възбуда. Майка му, която починала, когато бил на 12 години, била емоционалният стожер в семейството. Когато на погребението ѝ очите му се напълнили със сълзи, баща му казал: „Надявам се, че сега няма да се сгромолясаш върху мен.“ За да остане близък с баща си, е трябвало да унищожи емоционалния си живот. „Всички чувства бяха проява на слабост в нашата къща.“, казва той. В момента, в който Дилън има чувства към някой, той потиска желанието си с нежелание, надявайки се да контролира непоносимата си уязвимост. Решението му? Два пъти в седмицата посещава клубове, в които сваля мъже, които няма да срещне и познае никога повече, и още по-важно — те също няма да го опознаят. В анонимния секс няма чувства и Дилън е защитен от това да повтори униженията, които е търпял в детството си. И в същото време преживява сладката тръпка да желае и да бъде желан от мнозина едновременно.

Един от аспектите на еротичната нагласа, който хвърля светлина върху липсата на рационалност на желанието е, че това, което най-много ни възбужда, често се появява от детските ни наранявания или фрустрации.

Сексуалният терапевт Джак Морин обяснява, че еротичното въображение е гениално в това да развали, трансформира и разгледа наново травмите от миналото ни. С други думи, преживяванията, които са ни причинили най-много болка в детството понякога стават най-големите извори на удоволствие и възбуда в по-късните години.

Нека да разгледаме случая на Мелинда. Баща ѝ бил истински донжуан. Тя съчувства на отчаянието на майка си, но и не иска да бъде на нейно място: разбита, нещастна и лишена от внимание. Вместо това тя става изкусителката — обратното на изоставената съпруга. Мелинда се насочва към най-добрите мъже в тяхната игра. Желанието в съзнанието на Мелинда се подклажда от недостижимостта на другия и веднъж съблазнила някой мъж, той моментално престава да я привлича. За да затвърди усещането си за сила, тя трябва да се прицели в следващия мъж, и следващия след това, и следващия след това. Ако няма предизвикателства за преодоляване, тя няма как да измери стойността си. Почти нищо не е толкова вълнуващо, както да съблазни силен и сдържан мъж; но основната тръпка е в това да го зарече — сигурно доказателство, че е отмъстила на миналото. Безсърдечно зарязвайки тези мъже, Мелинда се стреми да потвърди за себе си, че за разлика от майка си тя е силна и независима, тя е тази, която отброява ударите, прави изборите, одобрява или пренебрегва любовниците според настроението си. Разбира се, така безмилостно отстранявайки уязвимостта от живота си, тя се оказва в крайна сметка точно толкова самотна и необичана като майка си.

Централен елемент в еротиката е човешкото въображение, но за много хора проектът по сексуално себеоткриване е възпрян от посланията на родителите, които внушават страх, вина и недоверие. Нещо, което е било замислено да защитава децата, се оказва извор на много фрустрации в сексуалната им любов като възрастни. Лена израства с цял списък от неща, за които на порядъчната жена е позволено или не да мечтае, и от които ѝ е позволено или не да се възбужда. Като най-голяма дъщеря в едно консервативно и строго религиозно семейство, Лена научава, че почтените жени се придържат към стриктни стандарти за женско поведение, никога не са агресивни или настойчиви и винаги поставят нуждите на другите преди своите. Подобно на майка си (и на поколения жени преди нея) Лена извлича усещането си за себеуважение и стойност от това да дава, вместо да

взима. Като се прави на незаменима, тя се надява да се справи с прищевките на любовта. Но именно прекомерната загриженост на Лена действа антивъзбуждащо на мъжа ѝ. Нейният свенлив начин на правене на любов и липсата на сексуална настойчивост го потискат сексуално.

Последните месеци Лена започва да се чуди какъв би бил бракът ѝ, ако угажда на другите по-малко. Тя експериментира с идеята, че може би може да бъде харесвана за това, което е, а не само заради това, което дава. Заедно разгледахме тревогата, вината и себеотричането, наследени от ролята на „доброто момиче“. Лена би искала да стане достатъчно смела, не само за да знае какво ѝ харесва, но и за да се осмелява да го иска. Да си купи бельо заедно със съпруга си от Victoria's Secret може и да не изглежда кой знае какво, но за Лена беше въздигащо като сутиен Wonderbra.

Вътрешните напрежения, които се прокрадват в сексуалността на Стивън, Дилън, Мелинда и Лена са резултат от конфликти в детството. Детайлите на еротичните ни предпочитания и опасения се оформят през целия ни живот, но често се коренят в преживяванията ни като деца — както добрите, така и не чак толкова добрите. Понякога изисква малко психологическо разузнаване, за да се навърже всичко, но малко от това, което включва сексуалната еротика, е случайно.

„Аз“ в контекста на „ние“

Нашата физическа и емоционална зависимост от родителите ни надвишава чиято и да било друга сред живите организми, както по влияние, така и по продължителност. Тя е толкова цялостна, а нуждата ни да се чувстваме сигурни е толкова дълбока, че бихме направили всичко, само и само да не ги загубим. Ще потискаме желанията си и ще потискаме надълбоко агресията си. Ще поемаме вината за злоупотребите, ще се подчиняваме на контрола, ще ставаме самодостатъчни и ще се отричаме от нуждите си.

Накратко, ще прилагаме широка гама тактики за самосъхранение, всички, от които са с цел да запазим първоначалната си свързаност. Нещата стават още по-заплетени, като имаме предвид, че една от най-силните ни нужди, когато говорим за развитие, е нуждата от автономност. От момента, в който можем да пълзим, ние

навигираме по опасните пътеки на раздялата в стремежа си да балансираме основния си подтик към свързване с подтика да се преживяваме като самостоятелни агенти. Имаме нужда родителите ни да се грижат за нас, но имаме нужда и да ни дават достатъчно пространство, за да изградим усещането си за свобода. Искаме едновременно да ни държат, но и да ни оставят да си вървим.

През целия си живот се борим с тази игра между зависимостта и независимостта. Доколко умело примиряваме тези две потребности като възрастни зависи в голяма степен от това как родителите ни са реагирани на упоритата дуалност в нас като деца. Важно е да изтъкнем, че поведението на нашите родители, техните действия, са само едната половина от уравнението. Друга половина е собствената ни интерпретация за тези техни действия. Всяко дете има индивидуална устойчивост към лотарията на живота. Нещо, което едно дете усеща като добро, може да е прекалено за друго. На някои от нас може би ни се иска родителите ни да бяха по-ангажирани с нас, други пък се свиват от спомена за родителската намеса и контрол. Всяко семейство си има предпочитана реакция спрямо изразяването на зависимостта и автономността — кога се награждават и кога се наказват в процеса на даване и получаване. С нашите родители определяме колко свобода е безопасно да преживяваме и до каква степен нашите връзки ще изискват да загърбваме нуждите си. В крайна сметка си изработваме система от вярвания, страхове и очаквания — някои осъзнати, а повечето неосъзнати — за начина, по който работят връзките. Увиваме всичко това в спретната опаковка и го подаваме на любимия. И наричаме това честна търговия.

Неслучайно цялата тази емоционална история се разиграва във физическото изразяване на секса. Тялото е най-чистият, най-основен инструмент, с който разполагаме, за да общуваме. Както е писал Ролан Барт: „Това, което езикът скрива, се казва през тялото ми. Тялото ми е упоритото дете; езикът ми е цивилизован възрастен.“ Тялото е майчиният ни език — наш посредник със света много преди да изречем първите си думи. От момента на раждането ни любовта тече от възрастните към децата чувствено — осмелявам се да кажа дори, че тече еротично.

Усещанията на тялото надделяват при първите ни опити за осъзнаване на заобикалящата ни среда и първите ни взаимодействия с

хората, които се грижат за нас. Тялото е банка от спомени с чувствени удоволствия през кожата. Много често чувам в офиса си мъже и жени да се умоляват един друг: „Може ли просто да ме прегърнеш?“ Облекчаващите сили на една прегръдка са валидни както когато сме на 40, така и когато сме на 5 години.

Тялото също така е склад за мъката и фрустрацията, които сме преживели, и за мъката, която сме изстрадали. Колко умно, че телата ни помнят неща, които умовете ни може да са избрали да забравят както светли, така и тъмни. Може би точно заради това най-дълбоките ни страхове и най-натрапчивите копнежи се появяват в интимния секс: необятността на нуждите ни, страха от изоставяне, ужасът да не ни погълнат, копнежа за всемогъщество.

Еротичната интимност е акт на щедрост и фокусиране върху себе си, на даване и получаване. Трябва да можем да навлезем в тялото или еротичното пространство на някой друг, без да изпитаме ужаса, че ще ни погълнат и ще загубим себе си. В същото време трябва да можем да навлезем в себе си, да се отдадем на това да сме себепогълнати в присъствието на другия, вярвайки, че другият все още ще е там, когато се върнем, и че той или тя няма да се почувства отхвърлен от временното ни отсъствие. Трябва да можем да се свързваме без страха от заличаване и трябва да можем да преживяваме отделянето си без страха на изоставянето.

Егоизмът на интимните удоволствия

Винаги са ми били интересни хора, които успяват да постигнат баланс между себе си и другите на емоционално ниво, но постоянно се провалят да го постигнат на физическо ниво. Заплахата от сливането при физическия секс и последващата загуба на себе си е толкова интензивна, че те се отбраняват или като блокират сексуално, или като изживяват желанията си на друго място. Психоаналитикът Джесика Бенджамин пише: „Борбата на детето за автономност се случва в рамките на тялото и удоволствията, които то преживява.“ Същото важи и за възрастните.

Когато Джеймс влезе за първи път в офиса ми, той седна и каза: „Стела и аз имаме чудесен брак, но сексът винаги е бил проблем.“ Джеймс се чувства сексуално потиснат със Стела и това, че не си

пасват сексуално, го изпълва с напрежение. Каквато и да е била първоначалната му възбуда, когато Стела го доближава, той неизменно се оказва твърде ангажиран със собственото си представяне. „Ще остана ли твърд до края? Ще свърша ли твърде бързо? Стела ще получи ли оргазъм?“

Сексът се превръща в надбягване до финалната линия — може ли да стигне до там, преди да му спадне ерекцията? Способността му да се наслаждава на себе си е крайно скъсена от вторачването му. Той не може да бъде игрив, да пробва нови неща, защото всичко, което се отклонява от рутината, може да провали способността му да издържа до края. Тези тревоги винаги имат ефекта на вълната, и потиснатостта на Джеймс потиска и Стела. Тя усеща липсата му, тъгува поради липсата на внимание и се оплаква горчиво през годините.

„Разкажи ми за майка си“, казвам на Джеймс.

„Майка ми? Не губиш и минута, а? Преди няколко години отидох да се срещна с терапевт и тя също искаше да ѝ разкажа за майка ми. Това не промени нищо. Жена ми няма нищо общо с майка ми.“

„С цялото ми уважение, аз винаги се връщам при извора. Обещавам, че няма да ти кажа, че си се оженил за майка си. Но първото място, на което се учим за любовта и връзките, е в нашето изначално семейство. Никой друг — приятели, гаджета, учители, любовници — не може да има подобен емоционален отклик. Така че разкажи ми за майка си.“

Това, което се появява в разговора ни е, че Джеймс бил силно свързан с настроенятията на майка си, понеже тя често била самотна и тъжна. Не обичала шума, бъркотията и се дразнела, когато той или сестрите му били твърде шумни. Тя била добра майка, но много изрядна. „Винаги ми е било трудно да се справям с тези особености на нуждите ѝ. Тя имаше нужда от 72 неща, които да се случат, за да е добре.“ Майката на Джеймс е разчитала на него за подкрепа, компания и разговори (наричала е баща му „Заплатата“). „Когато поотраснах и исках да правя неща за приятелите си, знаех, че тя е разочарована. Казваше ми: «Забавлявай се», но по такъв начин, че ми беше много трудно да се забавлявам.“ Джеймс израства разкъсан между желанието си да не разочарова майка си и нуждата да има свой собствен живот. „Да получа стипендия за Станфорд, на другия край на страната, беше най-доброто, което можеше да ми се случи. Тя нямаше

как да ми откаже такава възможност. Тръгнах си, но отнесох и много вина със себе си.“

Когато среща Стела за първи път тя била като видение. „Всичко в нея беше толкова грациозно, искрящо и цветно. Тя беше жена, която не се страхува да се отличава. Цялата сияеше.“ Стела е антитеза на майка му и за първи път той бил в състояние да обича жена, без да се чувства натоварен с отговорност и вина. Всъщност Стела периодично отблъсквала опитите му да ѝ угажда твърде много, обяснявайки, че по този начин се чувства задушена. Смее се, като си спомня колко тревожен се е чувствал всеки път, когато е искал да прави нещо без нея — винаги се е страхувал да не я разочарова. Обикновено питал: „Имаш ли нещо против?“, което я подлудявало. Накрая му заявила: „Виж какво, не съм майка ти. Няма нужда да ми искаш позволение.“ Стела е научила Джеймс, най-вече с личния си пример, че може да си близък с някой — интимен, грижовен и сигурен — без да се жертваш в процеса. Отстоявайки независимостта си, Стела е изразявала отново и отново, че не е крехка и че да се чувства добре не зависи единствено от него. Цената на любовта не трябва да бъде личното заличаване.

В много отношения Джеймс и Стела имат брак за завиждане. Радват се един на друг. Той все още я кара да се смее с глас и тя е най-яръстният, но и най-доверен критик на работата му като графичен дизайнер и, както той би добавил, „както и на всичко останало.“ Стела, напълно наясно с позицията си, казва: „Дори когато го мразя, никога не съм била отегчена. Отегча ли се, приключвам с това.“ За 31-та години, в които са били заедно, са отгледали 4 деца, обновили са две къщи, изстрадали са смъртта на родителите си, преживели са рака на гърдата на Стела и са вдигнали наздравица по случай раждането на първия им правнук. Това е светлата страна на историята им.

Но наред тази пасторална картина е минното поле на секса, където се случват най-лошите им спорове. Тя иска, той не иска. Тя иска да говори за това, той не иска. Тя се ядосва. Той се защитава. Сблъскват се, след това чакат прахът да се уталожи. Тази ситуация е хронична и натрапчива и напоследък се е влошила.

Години наред Стела се е възмущавала, че е пазителката на сексуалния им живот „Аз съм тази, която мисли за това, която го иска, която прави така, че да се случва и която се оплаква, когато не се случва. Ако го оставя на Джеймс, еротичният ни живот ще е пустиня.“

Тайничко Джеймс признава, че инициира секс само когато е относително сигурен, че тя няма да откликне; по този начин изглежда, че той спазва своята част от уговорката.

Стела мрази да е тази, „която прави всичко“, но не смее да спре от страх, че нищо няма да се случва, непоносимо нищо. По-добре е да предполага липсата му на интерес, отколкото да я потвърди.

Откакто Стела е навлязла в менопаузата, сексуалното ѝ желание намалява и най-лошите ѝ страхове действително се потвърждават. Липсата на сексуална инициативност в Джеймс, прикривана досега от нейното желание, става явна. Тя се чувства ужасена от перспективата за никакъв секс, която се простира пред нея. „Ние сме като съквартиранти. Този път наистина имам нужда да видя, че полага усилия, но той няма да го направи.“ Посочвам на Стела, че макар да изглежда така, сякаш той не иска да го направи, по-вероятно е да не знае как. Промяната, която води менопаузата, провокира модела, който е бил установен още в ранния етап на връзката. Те скоро ще открият, че това носи със себе си и нови възможности.

Джеймс прибързано представя липсата си на желание с проблеми, свързани с това дали ще се справи. Той предвижда за себе си сексуален провал и тревогата му става самосбъдващо се пророчество. Всеки път, когато се проваля, се чувства маловажен и все по-малко мъж, и страхът му от импотентност го кара да спира дори преди да е започнал. Неочакваната ирония в това е, че Джеймс е толкова зает да го направи по правилния начин, да остане твърд за Стела, че напълно я загубва от поглед. Така че докато си мисли, че изцяло се е фокусирал върху нея, тя усеща, че той се намира на съвсем друго място. Това е тема за спор между тях от дълго време. Обръщам внимание на Джеймс, че фокусирането на обектива върху физическия акт на секса — сексът като представяне — няма нищо общо с еротиката. Ъгълът е твърде тесен. На мен ми изглежда, че на Джеймс му идва в повече да бъде сексуално активен с жена си: да заявява, че я желае, да си мисли еротично за нея, да се чувства свободен да изрази неприлично похотта си към нея.

Когато питам Джеймс дали някога е преживявал секс без тревога, той ми отговаря: „Само когато мастурбирам.“ Това е важно, защото потвърждава за мен, че няма органична трудност и че ако си говорим за анатомия, той може да се справя напълно добре. В самотния секс

Джеймс може да обръща внимание на себе си без напрежението от желанията на някой друг. Жените, които населяват фантазиите му са похотливи, сексуално атрактивни и по никакъв начин не са уязвими. Той няма защо да се страхува, че егоизмът му може да ги нарани и може да се наслаждава на възбудата си без вина. Това е свобода, която никога не е постигал с жена си и това осъзнаване ни води към причината на еротичния му блокаж.

Джеймс не знае как да се радва на секса в присъствието на жената, която обича. Той не е в състояние да достави едновременно удоволствие както на себе си, така и на Стела, и затова не доставя удоволствие на никой от двамата. Макар че емоционално и интелектуално успява да поддържа силно усещане за себе си с жена си, той мрази нейния музикален вкус, отказва да носи италиански костюми и се бунтува срещу това, че е гласувала веднъж за републиканците. В сексуален контекст това удържане на себе си се разпада. Той се страхува, че ако се отдаде на собствената си похотливост и забрави за Стела, дори за момент тя ще бъде непростимо наранена.

Макар Джеймс да не осъзнава това, неговият еротичен план е надупчен с белезите от връзката му с нещастната му майка. Щом стане дума за секс със Стела, той отново влиза в сценария от детството си: трябва да направи невъзможния избор между това да обърне внимание на себе си или да се погрижи за близостта. Вината, която е усещал като дете, че е егоист се е трансформирала в сексуално затруднение. Вероятно точно затова Джеймс преживява желанията на жена си за секс като изисквания вместо като покана, и за него е задължение, а не съблазняване.

Еротиката се е загубила в задължението и тежи с напрежение, вина и тревога — все доказани антиафродизиаци.

Разпалването на желанието

Джеймс и Стела са озадачени. Досега са живели с убеждението, че сексуалният им проблем е резултат от липсата на химия между тях и са вярвали, че това е едно постоянно състояние, необратимо като ампутиран крак. Години наред Джеймс стоял затънал в сценария за безпомощност, който звучал приблизително така: „Проблемът все би

трябвало да идва отнякъде; трябва някой да е виновен, ако не е моя вината, то чия е тогава? Остава да е на Стела. Тогава да обвиним нея.“

Давайки нова интерпретация на липсата на желание в Джеймс, аз намирам корена му категорично в последствията от детството му. И така той започва да изпитва някакво съчувствие към себе си. Същевременно го предизвиквам да поеме отговорност за това в настоящия момент. Заедно разопаковаме самообвиненията и отговорността и определяме посока за действия. Това му донася голямо облекчение. За Стела тази нова линия на разпределение е малка стъпка към възвръщане на себеуважението ѝ.

Работя с Джеймс, за да изградим комфортно усещане за сексуална отделеност грижейки се обаче да изясним, че отделеност не означава безразличие. Вместо да се фиксира постоянно върху Стела, го карам да направи немислимото и да задържи вниманието върху себе си. Имайки това предвид, предлагам няколко неща: „Първо, излез от спалнята. Твърде много лоши асоциации. Обърни гръб на леглото — навсякъде по него са изписани провали и това блокира чувствеността. Намери други повърхности в къщата. След това искам да се самозадоволиш пред Стела, за да преживееш възможността да си доставяш удоволствие в нейно присъствие. Дръж под око напрежението и вината. Осъзнавай ги, вместо да се опитваш да ги избягваш.“

Избрах самозадоволяването по няколко причини. Първо, това е една област от сексуалността на Джеймс, в която той се отпуска свободно. Второ, това го приканва да бъде напълно вгълбен в себе си и го освобождава от отговорността да доставя удоволствие на жена си. Трето, по този начин се надявам да му помогна да утвърди в себе си усещането, че може да доставя удоволствие на себе си без това да наранява нея. Това, че тя го гледа ще подкрепи задоволяването на еротичната му индивидуалност без вина. И накрая ще преобърне тревогата му за това дали се справя. Самият акт на самозадоволяването в нейно присъствие е голямо представление, в което Стела е единственият зрител. За първи път може да му хрумне, че на нея ѝ харесва да го вижда как преживява удоволствие. Да я остави да го гледа, докато се рее свободен в собствената си еротична територия е само по себе си интимен дар.

Всички тези нива спомагат да се създаде реалност, която е напълно различна от тази, която е усещал с майка си. Все пак ние не се самозадоволяваме пред родителите си, но можем да го правим пред любовниците си.

Разбира се, като предложих това, имах предвид също и състоянието на Стела. Когато Джеймс я докосва с намерение за секс и очаквайки знак от нея, че може да продължи, тя е изпълнена с негодувание. Оказва се, че внимателното отношение на Джеймс потиска възбудата ѝ. Неговото съобразяване я натовазва; целеустременият му фокус ѝ причинява болка.

В предишни разговори Джеймс отбелязва пред мен, че Стела е избухлива.

„Може и така да е, потвърждавам аз, но ако беше правил любов с жена си по-често, щеше да имаш жена с най-вероятно различен характер, защото фрустрацията, която хората преживяват, когато тялото им не е докосвано, задоволявано, прегръщано и преживяващо удоволствие прави хората много избухливи. Това, което получаваш тогава, е възбуда, превърната в гняв.“

Казвам на Стела това, което казвам на много хора, които са обичани съпрузи, но изгладнели любовници. „Знаеш, че те обича, никога не си се съмнявала в това и затова си останала през всичките тези години. Това, от което те боли най-много е, че никога не си се чувствала желана от него. Досега сексът действително е зависел изцяло от теб. Ти си заложила чувствеността срещу емоционалната сигурност. Това е жестока сделка.“

Подобно на внезапно разтопяващ се глетчер, по лицето на Стела рухва поток от сълзи. Те разказват безкрайни истории за копнежа и отхвърлянето, които е преживявала толкова дълго. Буквално е невъзможно да не приемем подобно повтарящо се отказване лично и да не го разглеждаме като доказателство, че сме нежелани и да се съмняваме в себе си.

Казвам на Джеймс: „Любовта и желанието не са едно и също. Уютно не е същото като секси. Жена ти знае, че я обичаш. Това, което иска, е да се чувства желана от теб. Исква да познае глада ти, да вкуси деликатните вкусове на копнежите ти и да види как пасват на нейните собствени.“

Невъзможността ти да се отпуснеш, да се отдаваш на собствените си хедонистични наклонности я влудява. Пасивността ти я възмуцава, а това, че се опитваш да се нагодиш, е точно обратното на нейната фантазия за освободен екстаз. Твоята похот би била открито насърчаване на нейната страст. Трудно е да се отпуснеш с някой, който не се отпуска.“

Експериментът със самозадоволяването има само частичен успех — мина горе-долу добре, както понякога се случват тези неща, но нямаше драматична трансформация. Самоосъзнаването на Джеймс изявява по-добрата страна в него. Той винаги е криел самозадоволяването като частно удоволствие и не е имал желание да го споделя. Но това, което се случва няколко дена след това, действително е повратна точка. Джеймс и Стела са се скарали. Тя се разстроила, убедена, че нещата няма да се променят никога. Първият му импулс е бил да я прегърне, но се зачудил, че може би не е това, което тя иска. Изглеждаше много ядосана. Но все пак събрал сили, и макар да се чувствал неловко, я прегърнал. Макар че тя не откликнала, той я задържал в прегръдките си. В миналото Джеймс винаги се е отдръпвал, разчитайки единствено на нейните знаци дали е готова. Поведението му винаги се определяло от нея.

Този път направил сам избора си, оставайки верен на собствените си чувства, и изненадващо се възбудил. Поразмачкал раменете ѝ, и тя започнала да се успокоява. Тя знаела, че той е там и че може да посрещне гнева ѝ. Той бил достатъчно силен, за да понесе цялата интензивност на чувствата ѝ. Така интензивността на единия имала ефекта на доминото за другия и това довежда до преживяване, което и двамата поотделно описват като „прекрасно правене на любов“. Върховете на бурния екстаз останали недокоснати от тях, но те пирували в тиха страст, породена от простото разбиране на две тела, събрани отново заедно след дълга раздяла.

Модел се създава от двама души, но и един може да го промени. Джеймс с доволство описва себе си на една по-късна сесия като „смел и настойчив“, и изненадан как това, че бил отговорен, действително го зареждало.

Поемайки контрола, най-сетне можел да загуби контрола. Сексуалният затвор, който със Стела така внимателно били съградили, започнал да се отключва. Освобождаването от хроничната реактивна

позиция дори за момент го изпълва с надежда и му дава достъп до еротичните възможности, които има пред себе си. За първи път от години му се случва да фантазира за жена си — какво биха могли да направят заедно, къде биха могли да го направят. Той възвръща една част от себе си, която дълго време е била напълно изгубена в тревогата.

Важно е да отбележим, че в този случай (както и в последвалите) Джеймс не е имал проблем с това да свършва твърде рано или дори да се тревожи за това. Когато сексът се преживява като задължение, е много ефикасно да се свършва бързо — донася бърз край на неудобството, което изпитваме. Когато любовниците се любят като независими агенти, превръщайки отдаването в акт на сеbezаявяване, няма нужда да приключваме бързо. Очакването на големия финал не е чак толкова целта, колкото вкусването на взаимното доверие и интимност по пътя.

Преждевременната еякулация е грешка. Не става въпрос за време; в действителност е липса на намерение. По-точно би било да я наричаме „неволна еякулация.“ Щом веднъж Джеймс взема нещата в свои ръце по отношение на желанието си, той взема нещата в свои ръце и по отношение на еякулацията си.

В едно интересно отклонение от сагата Джеймс ми сподели, че когато правят любов със Стела след началото на терапията, всеки път е след някакъв спор. „Това малко ме смуцава — признава си той, иска ми се да можем да правим любов, без да трябва да го предшестваме с каквото и да било.“

„Гневът и възбудата имат сложни взаимоотношения“, обяснявам аз. „Физиологично двете имат много общо. Психологически също. В твой случай си мисля, че гневът те прави по-смел. Освобождава те от отстъпчивостта и те прави по-дързък. Гневът подчертава отделеността и е повратна точка за зависимостта; ето защо може толкова силно да предизвика желание. Дава ви дистанцията, от която се нуждаете. Като навик може да е проблем, но не може да се отрече, че е мощен стимулатор.“

През годините съм се срещала с много хора като Джеймс и Стела, двойки, които се оказват на ръба на чувствения аскетизъм, въпреки че имат богата и интересна връзка. Заедно изследваме емоционалните подводни течения за техния еротичен застой.

Проследяваме произхода на блокажите, както и рационалните динамики, които поддържат. За тях е полезно да започваме по този начин и им е приятно да научат, че разбирайки миналото, това може да им помогне да променят настоящето.

Колко е важно да бъдеш егоист

Широко разпространено е вярването, че колкото по-близки сме с някого, толкова по-лесно би ни било да изоставим ограниченията си. Но това е само половината от истината. Интимността действително подхранва желанието, но сексуалното удоволствие също така изисква отделеност. Еротичното въодушевление изисква да можем да излезем от интимната връзка за момент да се вгълбим в себе си и да се фокусираме върху собствените ни нарастващи усещания. Нужно е да сме егоистични в един момент, за да бъдем еротично свързани.

Способността ни да се отделяме от любимите с доверие в тяхната устойчивост се кове в сигурността на връзките ни в детството. Колкото повече се доверяваме, толкова по-далеч можем да стигнем. Когато малки деца играят на криеница, обикновено не се отдалечават на повече от една ръка разстояние. Това, което задвижва играта, е осъзнаването, че дори когато не те виждам, ти продължаваш да съществуваш. По-големите деца вече играят на криеница на по-големи разстояния, сигурни в знанието си, че някой ще дойде да ги потърси. Тръпката на криенето е последвана от облекчението, че сме намерени. Еротичната интимност е версията на криеницата за възрастни. Като деца, колкото по-силна е връзката, толкова по-смели сме, за да я разтягаме. Знаем, че тези, които обичаме, ни чакат да се върнем, няма да ни накажат заради егоистичните ни странствания и всъщност може дори да ни аплодират за тях.

В книгата си „Възбудата“ Михаел Бейдър свързва идеята за егоизма с концепцията за сексуална безжалостност, която дефинира като „качество на желанието, което позволява на човек да се отдаде на пълната сила на собствения си ритъм на удоволствие и възбуда, без каквито и да било вина, тревога, или срам“. Обяснението на Бейдър набляга на важността на диференциацията — способността да оставаме в себе си в присъствието на някой друг. Без тази способност ставаме като Джеймс, който не успява да се отдели от мислите си за

Стела достатъчно дълго, за да преживее собствената си страст. Необработеното желание може да изглежда низко, животинско, дори нелюбящо. Може да усещаме ероса като хищник, като едно ненаситно сграбчване. Каквато и вина да изпитваме от получаването на плътското удовлетворение, и какъвто и срам да изпитваме заради своята ненаситност страст и непристойност — всички те се подклаждат отново и отново от примитивната уязвимост на секса. Ние добавяме в еротичните си преживявания доживотна забрана срещу егоизма в контекста на любовта, подробностите за която са написани в личния ни вътрешен модел за еротиката. В допълнение към семейното наследство, ние наследяваме и моделите на културата, в която живеем. В процеса на социализация ние сме научени да се контролираме, да потискаме импулсите си, да опитомяваме животинското в нас. И така, като благонадеждни граждани и съпрузи ние редактираме сами себе си, маскираме ненаситния си апетит и прикриваме нуждата си да възприемаме като обект този, когото обичаме.

За много хора забраните срещу „егоизма“ в контекста на любовните взаимоотношения са твърде големи, за да могат да си позволят еротично отдаване. Себепоглъщането, присъщо на сексуалната възбуда замъглява другия по такъв начин, че се сблъсква с представата за интимност. Подобни хора откриват, че може да са безпроблемно похотливи и разюздани само с хора, които не познават добре, или за които не ги е грижа. Сексът за удоволствие, порнографията, киберсексът — всички те споделят елемента с дистанцията, дори анонимността, като така избягват тежестите на интимността и позволяват сексуалното въодушевление. Ясно е, че тези емоционално неангажирани ситуации по-често се намират извън дома, където нуждата от диференциация не е чак толкова интензивна. Да си с партньор, който не е на разположение, осигурява защитна граница — ако не можеш да се доближиш твърде много до някой, няма защо да се боиш, че може да затънеш или да изгубиш себе си.

Според мен развиването на усещане за „здравословен егоизъм“ в интимните взаимоотношения е интригуващо решение за проблема с желанието. Макар да изглежда на пръв поглед като отдалечаване или дори като липса на загриженост, то всъщност се корени в любовта и сигурността на нашата връзка. Рядко преживяване на доверие е да си в състояние да се отпуснеш изцяло, без вина или тревога, знаейки, че

връзката, която имаш, е достатъчно обятна, за да те поеме изцяло. Така достигаме до уникална интимност в еротичните ни срещи. Тя надхвърля цивилизоваността на емоционалната връзка и включва суровите ни пориви и примитивни апетити. Кремъкът на триещите се тела излъчва жегата, която не се постига лесно при по-опитомени форми на изразяване на любов.

Парадоксално, егоизмът е начин за постигане на близост. Еротичната интимност ни приканва към състояние на разкрепостяване, където преживяваме сладка свобода. Получаваме възможност да си починем от себе си — също и от наследствата от нашето детство, от навиците във връзката ни, от ограниченията на културата ни.

Да обичаш другия, без да губиш себе си е централна дилема в интимността.

Способността ни да преговаряме за двойствените нужди от свързване и автономност израства от това, което сме научили като деца и често изисква цял живот практика. Това оказва влияние не само върху начина, по който обичаме, но и върху начина, по който правим любов. Еротичната интимност съдържа в себе си двойното обещание да намерим и да загубим себе си. Тя е преживяване за сливане и пълно вгълбяване в себе си, за взаимност и егоизъм. Да си вътре в някой и вътре в себе си едновременно е двойствена позиция на ръба на мистичното. Моментното единство, което преживяваме с любимия израства от способността ни да признаем нашата неотменима отделеност. За да станем едно, първо трябва да сме две.

ГЛАВА 8

„Ако някой се надява децата да му донесат вътрешен мир, самочувствие или трайно усещане за щастие, ще бъде силно шокиран. Онова, което децата правят, е да усложняват, вплитат и добавят сюжетни линии към сценария и цветове към картината, да прибавят допълнителни окраски към всичко, да носят непознат досега страх, да разкриват свящото, да обяснят жестокостта на човешкия разум, да изтриват или повтарят миналото, докато хвърлят сенки върху бъдещето. Когато в дома има деца, скуката е изключена. Рискът е висок. Волтажът е на максимум.“

Ан Ройф, „Женени“

Родителство — когато три заплашва две

Сексът прави бебета. Тъкмо в това е иронията — детето, което е възплъщение на любовта между двойката, често пъти се превръща в заплаха именно за романтиката, която е довела до зачеването му. Сексът, който е задвижил цялото начинание, често пъти бива изоставен в момента, в който детето се появи на бял свят. Дори когато децата се появят по друг начин, влиянието им върху сексуалния живот на родителите е не по-малко драматично.

Много от родителите, с които се срещам, потвърждават, че изчезването на интимния живот помежду им може да се проследи до момента на раждането на първото им дете. Защо родителството води до такъв фатален край?

Появата на третия в живота на двойката е едно от най-сериозните предизвикателства, с които някога ще се срещнат. Нужно е време — време, измерено в години — за да се ориентират в този напълно нов

свят. Раждането на детето е психологическа революция, която променя връзката ни с почти всичко и всеки, като започнем от чувството ни за самите нас и за собствената ни идентичност и стигнем до връзката с партньора, приятелите, родителите и роднините. Телата ни също се променят. Променят се финансите и професионалният ни живот. Приоритетите се пренареждат, ролите се предефинират, а балансът между свободата и отговорностите ни се подлага на основна ревизия. Буквално се влюбваме в малките ни бебчета, и както вече знаем от връзката с партньора си, влюбването е история, която напълно ни поглъща и измества всичко останало встрани. Създаването на семейство изисква преразпределение на ресурсите и за известно време се оказва, че за двойката от всичко остава по-малко: по-малко време, по-малко разговори, по-малко сън, по-малко пари, по-малко свобода, по-малко докосване, по-малко интимност, по-малко възможност за уединение. Макар двойките да споделят, че са щастливи от така разширилото се семейство и че се чувстват изпълнени като личности поотделно, все пак описват тези промени като предизвикателство за връзката помежду им.

Рано или късно идва моментът, когато повечето от нас успяват да преоткрият себе си в този нов, семеен контекст в най-добрия случай можем да се похвалим, че сме придобили по-голяма опитност в основните умения за грижата и възпитанието. Изграждаме подкрепата, от която се нуждаем.

Разпределяме както домакинските, така и работните задачи по начин, който е приемлив за всеки. Организираме кой да се грижи детето; сближаваме се с други родители; откъсваме по няколко минути за себе си, за да отпочинем и да се заредим. Ако сме късметлии, започваме отново да спим през нощта, да ходим на фитнес, успяваме да прочетем и последната статия от любимото ни списание, преди да е излязъл следващият брой, и успяваме да създадем известно пространство, в което да се свързваме един с друг като възрастни.

За някои хора това е моментът, в който романтиката започва да си пробива път обратно в тъканта на живота. Припомняме си колко забавен може да бъде сексът; колко добре се чувстваме след него и как ни кара да се чувстваме по-близки. Както казва Клара, моя приятелка: „Лесно забравяме, че преди да станем родители, сме били любовници. Сексът ни го припомня. Той ме кара да си спомня, че избрах Майер,

защото го обичам; днес отново бих избрала него. За мен това е романтично.“

Но докато някои двойки постепенно успяват да намерят отново пътя един към друг, други бавно се отдалечават по посока на взаимното отчуждение.

Възстановяването на еротичната интимност невинаги е лесно. Днешните американски семейства, независимо от слой и положение, са прекалено натоварени и заети. В резултат от това, на практика ние отписваме от живота си секса, като го поставяме на постоянна пауза, за да се отдадем на по-наложителните ни задължения. Семейният живот може да прилича на едно постоянно сортиране: какво изисква незабавното ми внимание и какво е онова, което мога да отложам за по-късно? Постоянно подреждаме задачи, които са в конфликт една с друга и ги поставяме в йерархично подредени категории: Неотложно, Важно, Жадувано, Задължително, Пренебрежимо, Онова, което може да се пропусне. Безинтересно, Маловажно. Всеки познава и категориите „Може би някой ден“ и „Не и в този живот“. Много често сексът заема стабилно място на дъното на този списък и така и не напуска позицията си на последен, давайки по този начин предимство на другите, по-ежедневни задачи.

Защо еротичната връзка с партньора ни стига до подобен жалък край?

Наистина ли е от такова значение дали съдовете са измити или има и нещо повече, което се крие под мистериозната охота, с която се отказваме от секса? Може би в съвременната американска култура има нещо специфично, което предизвиква еротичното онемяване у майките и бащите. Или може би еротиката в контекста на семейството е нещо, което просто е прекалено сложно за възприемане.

Родители ООД

Сигурността и стабилността придобиват съвсем различно значение, когато в картината се намесят децата. Отворете която и да е книга за бебета и деца и ще видите, че повтарящ се елемент навсякъде е акцентът върху рутината, предсказуемостта и постоянството. За да се чувстват децата достатъчно уверени, за да излязат навън и сами да започнат да опознават света, те се нуждаят от сигурна основа.

Родителството изисква от нас да бъдем стабилни, надеждни и отговорни. Пускаме здрави корени в земята, за да могат децата ни да полетят. Още преди детето да се е родило, проверяваме застраховката си за живот, купуваме кола с въздушни възглавници и се преместваме в най-добрия (разбирай най-сигурния) квартал, който можем да си позволим. Намаляваме количеството алкохол, най-накрая отказваме цигарите и започваме да държим в хладилника нещо повече от стека с бира, кетчупа и майонезата.

Правим всичко това заради децата си, но го правим и заради себе си. На прага на голямата неизвестност, която носи родителството, ние се опитваме да постигнем колкото е възможно повече сигурност за себе си. Създаваме структура, която да ни помогне да се справим с неизвестното.

Организираме, подреждаме приоритети, ставаме сериозни. В процеса на това зарязваме всичко, което ни се струва лекомислено, незряло, безотговорно, безразсъдно, крайно и непродуктивно, защото всичко това противоречи на задачата, с която сме се заели: създаването на семейство.

„Продадох мотора си, когато Джими се роди. Повече не можех да си позволя да рискувам да умра в инцидент на пътя.“ „По професия съм скулптор, но започнах да правя PowerPoint презентации за една водеща инвестиционна компания, защото заплатата е добра и получавам отлични бонуси, а освен това след пет години всичко ще ми е узаконено, ще съм спокоен за пенсията и ще мога да отделя пари по сметката на Беки за колежа“ (всичко това изречено без нито веднъж да си поеме въздух). „Приключих с купоните до зори, още повече откакто се налага да ставам в пет и половина — или в шест и петнадесет, ако бебето прояви милосърдие.“ „Преди децата животът ни беше фокусиран единствено върху тръпката от настоящето. Например, в единия миг ни скимне да отидем на къмпинг и в следващия вече сме натоварили палатката в колата и пътуваме натам. Можех да звънна на Даун в офиса в пет и петнадесет, за да ѝ кажа за някоя група, която ще свири от девет и тя винаги ме чакаше там. Сега си купуваме абонаментни карти за концертите през целия сезон и накрая раздаваме половината от тях на приятели.“

Семейният живот процъфтява в среда на спокойствие и постоянство. За разлика от него еротиката се нуждае от

непредсказуемост, спонтанност и риск. Ерос е сила, която не търпи ограничения. Когато навлезе в сферата на повторението, навика или правилата, той започва да умира. Превръща се в скука, а понякога и в нещо много по-силно — в отблъскване. Сексът винаги предвещава загуба на контрол, той е маркиран с чувствата на несигурност и уязвимост. Но когато на сцената се появят децата, търпимостта ни към тези дестабилизиращи чувства се изпарява. Вероятно това е причината, поради която така често ги пращаме в най-далечните кътчета на семейния живот. Онова, което е благоприятно за еротиката, е същото нещо, срещу което се бори семейният живот. Много от нас са обсебени от родителската си роля до такава степен, че сме неспособни да се освободим от нея дори когато ни се предложи възможността за това: „Разбрах, че имаме проблем, когато осъзнах, че мисълта за секс ми е невъзможна, ако играчките не са прибрани“, признава с неохота моята пациентка Стефани. „А освен тях трябва да се погрижа и за мръсните съдове, прането, сметките, кучето. Списъкът е безкраен. Трябва да призная, че домакинските задължения винаги надделяват, а интимността между мен и Уорън се изгубва сред бъркотията. Ако някой ме попита какво бих предпочела: да измия пода в кухнята или да правя секс с мъжа си, сигурно бих избрала секса. Но какво правя в действителност? Избутвам Уорън и хващам парцала.“

Лесно е да говорим с пренебрежение за парцала и чистенето. Подобно на много други майки (да, майки), Стефани негодува срещу домакинската работа, макар и да се чувства принудена да преследва идеала за чистия дом като символ на успешното майчинство. Изпитва непреодолима мания към чистотата, сякаш външният ред би могъл да доведе до вътрешен покой. И в известен смисъл това е точно така. Колкото и да ненавижда списъка със задачите, които има, по някакъв начин тяхното изпълнение ѝ носи усещане за контрол и ефикасност. Достатъчно бисквити и крекери, които да осигурят следобедните закуски за три седмици напред. Чисти шкафове. Обувки, подредени по големина. Някои дейности имат моментални и измерими резултати и човек се справя много по-лесно с тях, в сравнение с неяснотата и ужаса, съпровождащи отглеждането на дете.

Децата са благословия, извор на радост, истинско чудо. Също така са и малък катаклизъм. Тези така желани натрапници ни карат да се чувстваме дълбоко уязвими и да губим контрол. Страхуваме се от

мисълта, че може да им се случи нещо ужасно, или още по-лошо, че може да ги загубим. Те ни държат в плен на една постоянна тревожност. Обичаме ги безкрайно и искаме да ги защитим на всяка цена. Някои от нас се опитват да потиснат тези мисли, други са напълно обсебени от тях, но и в двата случая това, което искаме, е да се справим наистина добре. Добре ли се чувстват? Как да разберем? Правилна ли беше реакцията ми или е време да започна да спестявам, освен за колежа, и за терапия? Изправена пред тези обезсърчаващи въпроси, Стефани грабва парцала и започва да чисти дори когато не е нужно, защото това ѝ дава капка контрол в иначе емоционално хаотичната среда.

Истината е, че в миналото Стефани е била доста небрежна. „Преди да родя, никога нямаше да ми хрумне да почистя поставките за яйца в хладилника. Бях доста разпиляна. Навсякъде разхвърляни книги, вестници, и никога няхах усещане за загуба на контрол. Така ми беше уютно. Но сега усещам нужда да се наложи над средата, в която живея. Това съм аз срещу бъркотията, моята лична борба срещу силите на хаоса, които знам, че ще ме победят в мига, в който им обърна гръб, за да погледам телевизия, или, не дай си боже, да прекарам няколко интимни мига със съпруга си.“

Преди раждането на Джейк Стефани работи като офис мениджър в международна куриерска компания. Винаги е планирала да се завърне на работа, след като приключи майчинството си, но пристигането на Джейк променило това. Тя не могла да понесе мисълта да го изостави; и след като направила няколко бързи сметки, осъзнала, че по-голямата част от заплатата ѝ така или иначе би отишла за бавачка. След пет години се появила София. „С две деца, съответно на пет и две, аз съм майка на 24-часово работно време в седем дена седмично. Ако изобщо ми остане някакво свободно време, то го искам само за себе си. Когато Уорън направи опит да ме доближи, аз се чувствам сякаш още един човек иска нещо от мен. Знам, че не това е намерението му, но това е начинът, по който се чувствам. Изчерпана съм и нямам какво повече да дам.“

„Кога сексуалната близост се е превърнала единствено в негова нужда? На теб не ти ли липсва интимността?“ питам аз.

Тя свива рамене. „Не бих казала. Продължавам да мисля, че тази нужда ще се завърне някой ден, но не бих казала, че ми липсва.“

Докато желанието на Стефани е в застои, напрежението в Уорън постоянно расте. „Опитах всичко“, признава той. „Тя ме моли за помощ — помагам ѝ. Мия съдовете, позволявам ѝ да се наспи до късно през почивните дни, излизам навън с децата, за да може да отдели малко време за себе си. Но разберете ме, аз също работя. По цял ден препускам. Не мислете, че почивам и ходя на пикник. Тя си мисли, че единственото нещо, което искам, е да я вкарам в леглото, но това не е така. Искам просто понякога да мога да се прибера и да прекарам известно време със съпругата си. Но всичко, което получавам, е една жена, която се е превърнала изцяло в майка. Всичко се върти около децата. Постоянно правим планове, заети сме, пазаруваме. Не можем ли просто да оставим всичко това настрана от време на време?“

„Гледал ли си филма «Преди залез»?“ питам го аз. „В едната сцена главният герой, Джес, казва, че се чувства така, сякаш с човека, с когото навремето са излизали, сега са колеги, които се грижат за детска градина.“

„Точно така!“, щраква с пръсти Уорън.

„Забавлявате ли се понякога?“ питам аз.

„О, да, прекарваме си чудесно. Като семейство правим много неща заедно и аз обичам това. Миналата седмица отидохме да берем ябълки. Караме колела, разхождаме се в парка и такива неща. Децата са прекрасни, смеем се много. Стефани е страхотна майка. Винаги има нови идеи за това какво да правим заедно.“

„Двамата заедно или заедно с всички останали?“

„Заедно с всички останали.“ смръщва се той.

Пренасоченият ерос Стефани изобилства от идеи: художествени проекти, разходки сред природата, посещения на музеи и пожарни станции, куклени театри, изрязване на сладки, печене на сладки, партита със сладки. Не минава и ден, без да измисли нещо ново и забавно, което да прави с децата. Родителската любов пулсира от жизненост. Наблюдавайки семейните занимания на Стефани, става ясно, че нейната игривост не е изчезнала, след като е станала майка. Животът ѝ е изпълнен с новости и приключения, но всичко това е свързано единствено с децата и оставя Уорън сам с копнежите му.

Сега децата са приключението за нея.

Ако приемем, че еротиката не е само секс сам по себе си, но е и вибрираща, творческа енергия, то лесно можем да се съгласим, че

еротичният импулс на Стефани е жив и в отлична форма. Само че нейният еротизъм не е насочен към съпруга ѝ. Вместо това е канализиран към децата. С Джейк редовно играят заедно, докато с Уорън имат едва три срещи насаме в годината: два рождени дни — нейният и неговият — и годишнината им. За София се купуват дрехи, които са най-новият писък на модата, докато Стефани носи предимно колежански анцузи. На всеки двадесет филма за деца гледат по един филм за възрастни. За децата нежните и дълги прегръдки са в изобилие, докато възрастните трябва да оцеляват на диета от кратки докосвания.

Това ме навежда на една друга мисъл. Стефани получава огромно количество физическо удоволствие от децата си. Нека бъда напълно ясна тук: тя разбира разликата между сексуалността на възрастните и чувствеността в грижите за малките деца. Подобно на повечето майки, никога не би пожелала да търси сексуално удовлетворение от децата си. Но в определен смисъл се е получило известно заместване. Чувствеността, която жените преживяват с децата си в известен смисъл има много общо с женската сексуалност по принцип. За жените, много повече отколкото за мъжете, сексуалността съществува заедно с онова, което италианският историк Франческо Алберони нарича „принцип на целостта“. Женският еротизъм е дифузен, не е локализиран единствено в половите органи, а е разпръснат навсякъде по тялото, ума и възприятията. Той е свързан със сетивата и слуха, с обонянието, кожата и допира; сексуалната възбуда често е по-скоро субективна, отколкото физическа, и желанието се пробужда върху мрежа от различни емоции.

Физическият контакт между майка и дете предлага всевъзможни чувствени преживявания. Милваме копирената им кожа, целуваме ги, люлеем ги и ги поклащаме. Гризем пръстите на крачетата, те докосват лицата ни, смучем ръчичките им, позволяваме да ни хапят, когато им никнат зъбите. Запленени от тях, ние сме способни да ги гледаме в захлас часове наред. Те ни поглъщат с големите си очи и ние оставаме омагьосани, както остават и те от нас. Това блажено сливане поразително прилича на връзката между влюбени. Всъщност, когато Стефани описва ранния възторг от връзката си с Уорън — продължителни погледи, уикенди, прекарани в леглото, използване на умалителни имена, закачане с пръстите на краката — не мога да не

разпознава същите знаци. Когато тя казва: „В края на деня вече нямам какво да дам“, аз ѝ вярвам. Но също така започвам да си мисля, че в края на деня може би тя не се и нуждае от нищо повече.

Цялата тази ангажираност в игра и забавления, както и дълбоката и проникновена отдаденост на развитието на децата ѝ, целият физически контакт са пленили еротичния потенциал на Стефани за сметка на интимността и сексуалността на двойката. Пренасоченият ерос е именно това. Сублимираната енергия се е изместила върху децата, в които тя намира основно емоционално удовлетворение.

Култът към децата.

Чувственото удовлетворение, което получаваме от грижите за малките деца е естествено и универсално. Освен това е много мъдро от еволюционна гледна точка — връзката на майката с детето е мощна психологическа реакция, която осигурява оцеляването на малкото. Въпреки това бих искала да направя разграничение между връзката родител — дете от едната страна и модерната отскоро тенденция за отглеждане на деца, която от друга страна е раздула тази връзка до изумителна степен.

Интензивният фокус на Стефани върху децата не е просто нейна лична прищявка или стил на възпитание. Този вид фанатизирано родителство отразява едно сравнително ново явление, което, да се надяваме, вече е достигнало връхната си точка на безумие. Наистина, детството е основен етап от живота, който неизменно оказва влияние върху бъдещето на детето. Но през последните две десетилетия щастието на детето се преекспонира до степен, от която предците ни биха настръхнали.

Детството се счита за свято и днес вече никой възрастен не смята за абсурдно да жертва напълно себе си в името на гладкото и щастливо развитие на своя наследник — така създавайки еднолична, 24-часова фабрика за отглеждане на дете. Това е много далече от дните, когато децата изначално са били считани за колективни икономически средства (явление от близкото минало на Америка, което съществува и до днес в много точки по света), а жените са давали живот на много

деца, с надеждата да запазят поне няколко от тях. Днес децата ни трябва не за работа, а за да осмислят живота ни.

Междувременно американският индивидуализъм, със стремежа си към автономност и лична отговорност е поставил нас — семейните — между чука и наковалнята. От една страна обграждаме децата си със сантиментална идеализация и имаме култура на отглеждане на деца, която изисква огромни емоционални и финансови ресурси. От друга страна обществото ни очевидно не разполага с подкрепата, която е нужна за успешното изпълнение на този проект. Основните услуги за децата ни — здравеопазване, детски градини и образование — се намират отвъд възможностите на много семейства, дори на онези, които представляват средния слой от обществото. Нашата индивидуалистична култура ни прави склонни да „приватизираме“ недостатъците на обществения сектор и да ги приемаме като личен провал. Живеем в изолирани семейни единици: пренатоварени родители, лишени от близостта на роднините и от подкрепата на близките и институциите. С баба, която живее на 3000 мили разстояние, и с висококачествената грижа за деца, която на някои места достига 30 000 долара на година (и сумата продължава да нараства), двойките едва успяват си поемат въздух, докато преследват пространство, време и пари.

Отговорността за отглеждането на детето и ограничените ресурси засягат най-вече майките, които носят по-големия товар в хетеросексуалните връзки. И проблемът не приключва дотук; този безпрецедентен фокус върху децата изтрива романтиката от бита на съвременното семейство. Ние не само се стремим да бъдем перфектни родители и да дадем всичко на децата си; ние искаме също така връзката с партньора ни да е щастлива, пълноценна, сексуално вълнуваща и емоционално-интимна. Трябва да признаем, че в нашата култура оцеляването на семейството зависи от щастието на двойката. Но култивирането на идеална връзка изисква грижа и внимание, а това директно противоречи на всеотдайното родителство, което много от нас приветстват. Утопичната представа за романтиката е разрушена от действителността на семейния живот. Стефани се чувства пренатоварена, защото наистина е така.

Уорън иска жена си обратно. Стефани и Уорън са олицетворение на типичната брачна двойка: тя е ангажирана с децата, изтощена и

незаинтересована от секса; той е потиснат и самотен. Тя негодува срещу факта, че всичко, свързано с децата и домакинството пада директно върху нейните рамене и твърди, че ако получаваше повече подкрепа от него, щеше да е по-склонна да прави секс.

Иска ѝ се от време на време да могат да бъдат физически близо, без това да води непременно до нещо повече, и се оплаква, че неговите очаквания са доказателство за липсата му на разбиране. Чувствата на негодувание и вина постоянно се редуват в нея.

Уорън се чувства не на място и твърди, че през годините се е наслушал на тиради от извинения. „Първо беше неразположена и ѝ се гадеше, след това беше прекалено уморена, а след това се чувстваше прекалено наедрияла. След раждането на Джейк причината беше епизиотомията, после кърменето и възпалените зърна.

«Не сега, трябва да накърмя Джейк. Не сега, тъкмо накърмих Джейк. Не сега, ще трябва да кърмя Джейк по-късно.» След това пък се чувстваше напълняла и извън форма. Събрахме се отново за кратко до зачеването на София, след което отново се върнахме на нулата.“ Във времето, когато започват да посещават кабинета ми, вече са затворени в една повтаряща се матрица. Той прави стъпка, тя го отблъсква, той се чувства отхвърлен и се отдръпва, тя се чувства емоционално ограбена и още по-подозрителна към сексуалните мотиви на съпруга си. „Не се разбираме достатъчно добре, за да поискам да опитаме.“ оплаква се тя. И двамата обвиняват другия за посърналия им сексуален живот и всеки счита другия за отговорен да го поправи.

Притеснявам се за тях и им го казвам. Причината не е в това, че не вярвам, че една връзка може да съществува и без наличието на секс — когато липсата на сексуално желание е взаимна, тогава той не се превръща в проблем.

Съществуват много начини да бъдем щастливо обвързани и не всички от тях предполагат присъствието на секс. Но ако единият от двамата наистина желае секс, а не успява да привлече за него партньора си, те тръгват надолу по една пагубна низходяща спирала. За тези хронично разочаровани двойки липсата на сексуална интимност създава емоционална пустота. Рано или късно нещата започват да избиват на повърхността. Започват да се бунтуват и да търсят секс другаде: по интернет, във флиртове, в лъжи и изневери.

Или си тръгват, дори ако това означава да изчакат, докато децата пораснат. Или пък остават, но толкова се вгорчават и свиват, че ти се иска да си бяха тръгнали. Затова посоката, в която са поели Уорън и Стефани, ме тревожи.

Това, което Стефани пропуска да види, е, че зад досадното настояване на Уорън се крие неговото желание да бъде близо до жена си. За него сексът е прелюдия към интимността, път към собствената му емоционална уязвимост. Реакцията ѝ към него е като към още едно дете, което се нуждае от нещо. Тя не осъзнава, че сексът не е само за него, но и за нея. Подобно на много жени, веднъж навлязла в ролята на грижовна майка, за нея става много трудно да излезе от нея. Умът ѝ до такава степен е организиран около нещата, които тя трябва да направи за другите, че е неспособен да забележи случаите, в които на нея ѝ се предлага нещо.

Непоносимото за Уорън е това, че подходът му има тъкмо обратния ефект спрямо намерението му. Отчаяно търси да открие искра от желание от страна на Стефани, но той си представя, че то просто ще се появи, внезапно и цялостно, по начина, по който той самият го усеща в себе си. Обяснявам му, че очакването партньорът ни да е в настроение само защото ние сме, е гаранция за разочарование. Приемаме липсата на желание у другия като отхвърляне на самите нас и забравяме, че едно от най-добрите средства за възпламеняване на страстта е очакването. Не можеш да принудиш другия да те пожелае, но можеш да създадеш атмосфера, в която желанието да се пробуди. Можеш да привлечеш, да ухажваш, да бъдеш романтичен, да прелъстиш. Можеш да изслушаш, поканиш, раздразниш, целунеш. Всички тези тактики помагат в създаването на еротична атмосфера, от която партньорът ви по-лесно да придобие настроение.

Още преди раждането на децата сексуалността на Стефани винаги е била по-скоро откликваща, отколкото иницираща и тя рядко е изпитвала спонтанно желание. През онези дни ролята на Уорън е била определено допълваща: нейната плахост се е компенсирала от неговата настъпателност. Той не само я е карал да се чувства желана и привлекателна, но също така и сама да почувства желание. Той я съблазнявал бавно, постепенно пробуждайки сетивата ѝ, и тя пламенно отвърщала на това. Тази отзивчивост така подчертана през ранните

дни на връзката им, временно замаскирала липсата на сексуално желание в нея (което е често срещана черта сред жените).

Посочвам му, че може би тя би била по-отзивчива днес, ако той обърне повече внимание на култивирането на нейното желание, вместо просто да го наблюдава и отбелязва. За Стефани любовта и желанието са две неразделни неща. Тя се нуждае да чувства близост, преди да си позволи уязвимостта от секса. В противен случай тя остава с усещането, че към нея са се отнесли като с предмет.

„Понякога ми се струва, че той просто иска да се облекчи. Цялата работа няма нищо общо с мен,“ казва тя. „Това напълно ме отблъсква.“

„Стефани се нуждае ти да поемеш инициативата, но ти не можеш просто да й купиш билет; трябва да я накараш да пожелае да пътува,“ казвам на Уорън. „Ти имаш важната роля да поддържаш пламъка. В момента, тя чувства единствено натиск. За нея твоето настояване е грубо и натрапчиво. Тя е убедена, че искаш единствено секс. Докажи й, че не е така.“

В търсене на Стефани

Беше ми по-трудно да достигна до Стефани, защото и тя, и аз трудно успяхме да се издигнем над идеологическия натиск, който се криеше под повърхността на нашия разговор. Приемането на нуждите на съпруга й лесно можеше да се изтълкува като отричане на нейните собствени. Как да накараш една жена да се свърже отново със своето тяло и сексуалност, отделно от децата й, когато е напълно безразлична към това или когато се чувства недостойна или непълноценна? Как да избяга от капана на това да се люшка напред и назад между нуждите на децата и съпруга си, вечно оставяйки собствените нужди на последно място? Не ми се искаше да налагам гледна точка за секса, която да добави допълнително напрежение към този микс.

Казах й следното: „Никога няма да ме чуеш да те съветвам да се насилваш. Нищо не охлажда еротичното желание така, както сексът по задължение. Но също така вярвам, че сексът е важен: за теб, за твоя партньор, за брака и децата ви. Озадачена съм от лекотата, с която си склонна да загърбиш тази значима част от себе си. Как се е получило така, че в дългия списък с нуждите на децата не фигурират родители, които правят секс?“

Много жени се борят с проблема как да съвместят сексуалността с майчинството. В обществото ни е прието да мислим, че майчината грижа означава пълно себеотдаване: саможертва, себеотричане, себеотказване.

Години наред Стефани е поставяла децата на първо място, напълно забравяйки за себе си. Отказала се е от свободата и независимостта си — крайъгълните камъни на желанието — и сама се е отказала от себе си. Заедно изследваме изплъзващото ѝ се сексуално желание. Връщаме се назад в историята на нейната сексуалност: какви изрази е намирала сексуалността в семейството ѝ докато е растяла и какви са били най-ранните ѝ преживявания. Разказва ми колко странна е била майка ѝ по отношение на темата за секса, как никога не го е споменавала открито, а вместо това е говорила завоалирано за морал и грях. Никога не е възприемала майка си като човек, който прави секс и не мога да не мисля, че историята вероятно се повтаря.

Разговаряме за това как се е променила нейната сексуална идентичност в резултат от бременността, раждането, кърменето и майчинството.

Поставяме личния ѝ опит в един по-широк обществен контекст и обсъждаме общественото мнение за майчинството, митът за непорочността и медикализирането на бременността и раждането — всички те са се съюзили, за да отнемат сексуалните аспекти от майчинството. Препоръчвам ѝ да прочете една много ценна книга: „Секси майки“ от Кати Уинкс и Ан Семанс, която разглежда темата за сексуалността и майчинството по един достъпен, земен и позитивен начин. Предлагам ѝ да си я постави на видно място, върху нощното шкафче.

Тези разговори бяха моят опит да помогна на Стефани да преоткрие сексуалността в себе си и да придобие усещане за себе си като за сексуално същество. Години наред тя беше прехвърляла своето желание на Уорън, а едновременно с това го беше критикувала за начина, по който се опитва да се грижи (наред със зимните гуми, градината и боклука) за еротиката помежду им. Разбирам, че сме засегнали нещо важно, когато избухва: „През целия си живот съм била пълен сексуален провал и не мога да понеса това, че Уорън приема за свое право нещо, което аз не мога да позволя на себе си!“

Заедно преместваме фокуса от себеотричането към себеосъзнаване.

Изследваме начините, по които тя би могла да възстанови правото си да получава удоволствие, с принципно заложената в него егоцентричност, без това да я кара да се чувства лоша майка. В резултат от нашите разговори Стефани прави радикална (за нея) крачка — отива на двудневна почивка със сестра си и оставя Уорън и децата да се справят сами. Бяха ни нужни много усилия, докато стигнем до този момент, но усещам, че преди да се отвори към секса, тя има нужда да разшири основните си представи за лично удоволствие. Ако започне да бъде по-щедра към себе си, надявам се, че може би ще бъде и по-отзивчива към съпруга си.

Не съм много добра в поставянето на домашна работа по време на терапията, особено когато знам, че списъкът със семейните задължения и без това е безкраен. В същото време знам, че действията са предпоставка за промяна. Така в края на една от общите ни сесии моля Уорън и Стефани през следващата седмица всеки от тях да направи нещо по различен начин.

Казвам им да не го обсъждат, защото усилията им ще бъдат оценени не според успеха, а според намерението им. „Бих искала да излезете извън досегашните си граници и да направите нещо, което да ви отведе една крачка отвъд онова, с което сте свикнали.“ На Уорън казвам: „Склонни сме да правим за останалите онова, от което самите ние се нуждаем, но всъщност не е сигурно, че те искат същото. Необходимо е да се сработим и да уважаваме различията помежду ни. В миналото ти преследваше Стефани с голяма креативност, но сега е време да престанеш да го правиш.

Има едно такова вярване — и то важи и за много други хора — че преследваме само онова, което не притежаваме. Разковничето се крие в това, че за да поддържа еротичната ангажираност на партньора си, трябва да бъдем по-изкусителни, а не по-малко.“

До този момент сексът е бил сведен до това какво Уорън иска и това, от което Уорън се нуждае. Отзивчивостта на Стефани се е превърнала в реактивност. От тази пасивна позиция основната ѝ сила се е състояла в това да отказва. Предлагам ѝ да размисли над следното: „Имай предвид, че има нещо ограничаващо в едно абсолютно «не». Онова, което го наранява, е категоричното отхвърляне. Може би ще

откриете повече свобода в отговори като «Може би» или «Хайде да се целуваме» или дори в «Убеди ме да го направя». Уорън повече от всеки друг е способен да ти помогне да преоткриеш жената в майката. Можеш ли да си представиш да го привлечеш, вместо да го отблъснеш? Накарай го да те покани и виж какво ще последва.“

Погълната от майчинството, Стефани прекалено прибързано е отхвърлила ценното в настойчивостта на Уорън. Това, което виждам аз е, че Уорън носи в себе си постоянното послание за това, че интимната близост е нещо важно и ценно. С негова помощ и чрез него тя има възможност да започне да развързва стегнатия възел между себе си и децата и да прехвърли известна част от енергията си обратно върху себе си и върху връзката с Уорън. Когато бащата потърси близост с майката и когато майката го допусне до себе си, пренасочвайки своето внимание към него, това променя баланса на силите в цялото семейство. Поставят се граници, въвеждат се нови териториални правила и се очертава пространство, в което се допускат само възрастни. Времето, ресурсите, игрите и забавлението се преразпределят, а либидото е освободено от принудителната почивка.

Работата ми с хомосексуални двойки ме накара да осъзная, че същата динамика се повтаря навсякъде, където основно единият родител, независимо от пол, се грижи за децата. Двойките от един и същи пол не се подчиняват на традиционното разпределение на труда — жените у дома, а мъжете на работа — поради което те предлагат една полезна база за сравнение. Онова, което виждам да се повтаря отново и отново е, че човекът, който поема основната грижа за децата, почти винаги се сблъсква със същите предизвикателства, с които и Стефани: тотално въвличане в живота и ритъма на децата, загуба на себе си и невъзможност за измъкване от домашните задължения (което действа със силата на вътрешна принуда и е едновременно сломяващо духа, но и даващо чувство за сигурност и стабилност).

Ролята на по-автономния родител е да помогне на грижещия се родител да се откъсне от децата и да пренасочи енергията си към двойката. „Зарежи за малко играчките, никой няма да те награди с медал, отиди да подремнеш.“

„Не е нужно да правиш този орехов пай, достатъчно си свършила за днес.“

„Бавачката е тук, нека да поседнем за десетина минути и да изпием по чаша вино, преди да си е тръгнала.“ Това е по-различен подход спрямо традиционното разделяне на труда, подход, който подчертава споделената отговорност и взаимност и който зачита взаимозависимото положение и на двамата родители.

Когато Уорън пита: „Искаш ли?“ и Стефани най-накрая отговаря: „Накарай ме да искам“, динамиката между тях е започнала да се променя. Това прекъсва изтощителното напрежение помежду им и въвежда на сцената една позакъсняла взаимност. Молбата да ѝ помогне сама по себе си е израз на сексуална инициатива. И Уорън, най-сетне свободен от ролята на молещия се, може да започне да възвръща жена си. Ролята му на пазител на огъня получава ново значение.

Повдигане на еротичното ембарго

Уорън и Стефани са се отправили в правилната посока, но силите на ероса все още не са изравнени. И най-изпипаните ритуали за прелъстяване на Уорън постоянно и безславно биват провалени от неговорчивия семеен живот. Има нещо абсурдно в степента, в която техният живот се върти около децата: уикенди, изпълнени с бейзбол, игри и рождени дни; деца, които си лягат само половин час преди техните родители; политика на отворени врати към спалнята на родителите. От шест години Уорън и Стефани не са прекарвали нито един уикенд сами, далеч от децата. Престанали са да отразяват собствените си нужди в семейния бюджет, а детегледачката за тях представлява рядък лукс, вместо ежедневна необходимост. Казано накратко, никога не са си отделяли времето и пространството, от което се нуждаят, за да се отпуснат и да се заредят индивидуално или като двойка. Престанали да се забелязват един друг, те са се обърнали към децата, за да компенсират онова, от което се нуждаят. През годините забелязах, че поставянето на децата в центъра на света е не само въпрос на начин на живот; също така понякога това е емоционална нагласа. Децата наистина са извор на внимание и обич за възрастните.

Тяхната безусловна любов и пълна преданост изпълват живота ни с едно извисено чувство за смисъл. Проблемът се появява тогава, когато започнем да търсим от тях онова, което вече не получаваме един от друг: усещане за това, че сме специални, че сме от значение, че не

сме сами. Когато прехвърлим тези свои емоционални нужди върху децата, ние поставяме прекалено голям товар върху тях. За да се чувстват защитени, децата трябва да знаят, че съществуват граници за нещата, които могат да се искат от тях открито или неизказано. Те се нуждаят родителите им да имат своя любовна връзка, какъвто и облик да има тя. Когато се чувстваме емоционално и сексуално удовлетворени (или поне до разумни граници; нека не си правим излишни илюзии), ние даваме на децата си онази свобода и подкрепа, която е нужна, за да развият собствената си независимост. Ако Уорън и Стефани искат да излязат от своята рутина, те трябва да се освободят — както емоционално, така и на практика — от несъразмерния фокус върху децата си. Спонтанността е желано нещо, но реалността на семейния живот изисква планиране. Двойките без деца могат да инициират секс, когато си поискат, но на родителите се налага да бъдат по-практични. Независимо дали става въпрос за определяне на редовни дати за среща, самостоятелен уикенд през няколко месеца или един допълнителен час в колата, важното е родителите да отцепят една еротична територия за себе си. Когато Уорън и Стефани се отдръпват от мисълта за предварително уговорения секс, аз им казвам: „Планирането може и да ви се струва неромантично, но в действителност то предполага наличието на намерение, а намерението изразява ценност. Когато планирате секс, онова, което действително правите, е да потвърдите своята еротична връзка. Не е било по-различно и когато сте се срещали като гаджета. Приемете го като една продължителна любовна игра, която може да трае двадесет минути или два дена.“

Планирането се оказва полезно най-вече за Стефани. Тя обяснява следното: „Представата на Уорън за любовна среща е следната: вторник, в единадесет часа той иска да правим секс. Когато му отказвам, той предлага: «Може ли да си направим среща утре вечер?» Тогава се налага да му обясня, че сексът по програма за мен не е любовна среща. Аз искам да излезем някъде навън. Искам да поръчаме храна, която е сготвена от някой друг, и да се нахраним върху съдове, които ще измие някой друг. Когато излезем навън, ние разговаряме, целуваме се, шегуваме се. Можем да довършим изреченията си, без да бъдем прекъснати. Той ми обръща внимание и това ме кара да се чувствам секси.“

Тези излизания навън не само помагат в поддържането на така важната за Стефани емоционална връзка между двамата, но също така й помагат да направи прехода между целодневно ангажираната майка и любовницата.

„Толкова дълго време единствената ми мисъл за секса беше как да го избегна. За разлика от тогава, сега, когато знам, че двамата с Уорън ще имаме среща, започвам да я очаквам. Глезя се, взимам си душ, обръсвам си краката, слагам си грим. Старая се да спра негативното си настроение и да си позволя просто да усетя своята сексуалност.“

Историята на Стефани и Уорън е типичен пример за влиянието на родителството върху еротиката. Техният случай е само един сред многото.

Това е историята на праволинейните, бели, официално бракосъчетани двойки от средната класа, чиито идеали за равноправие и романтични вдъхновения са били безмилостно потъпкани от прехода от двама към трима. Работата ми с тях все още не е завършена. Нещата определено са се подобрили, но за тази двойка, за тази жена грижата за малките деца определено не е в съзвучие с идеята за еротика. Подозирам, че когато достигнат до следващия етап от живота си — когато и двете деца започнат училище и когато Стефани се върне на работа, както планира сега — ще се освободят нови енергии. А дотогава мисълта за това като за просто един етап от една доживотна връзка им помага да запазят търпението и надеждите си.

А секси майки все пак съществуват в днешно време навлизаме в родителството с една често пъти напълно разгърната сексуална идентичност всички ние се възползвахме от момента, в който сексуалността се отдели от репродукцията. Като редовни ползватели на средствата за контрол над раждаемостта ние получихме привилегията за безопасно лудуване, което може да продължи с години.

Наслаждаваме се на желанията си без това да има сериозни последствия поне до известно време, и очакваме връзките, на които сме се отдали, да ни донесат сексуална пълнота. За нашите родители и техните родители сексът след раждането на децата вероятно не се е различавал особено от секса преди децата — забременяването и тежките отговорности, които вървят с него, винаги са надвисвали като

една потенциална заплаха. Но за хората, родени по време на и след големия бум в раждаемостта^[1], родителството просто е внесло усложнения в нашия освободен и хедонистичен начин на живот. Разривът след раждането на първото дете е още по-оскърбителен и поради факта, че има с какво да бъде сравнен. „Преди това ти обожаваше секса“, „Правехме любов часове наред“ и „Някога знаех как да те накарам да ме желаеш“ — постоянно чувам такива и подобни оплаквания. Когато родителството внезапно и остро прекъсне забавленията ни, ние се чувстваме едновременно изненадани и обидени.

И мъжете, и жените се сблъскват с тези промени, но не по един и същи начин и определено не по равно. Освободителните процеси, които така силно подкрепиха женската сексуалност, има какво още да свършат по отношение на майчинството, което все още е обградено от аурата на целомъдрието и светостта, която винаги е имало. Десексуализирането на майката представлява един от стълбовете на традиционните патриархални култури, вследствие на което сексуалната невидимост на съвременните майки от западния свят достига особено голям размер. Може би нашето пуританско наследство е онова, което е лишило майчинството от неговите сексуални елементи; може би сме подчинени на убеждението, че страстта и желанието не могат да бъдат съчетавани с майчините ни задължения.

Разбира се, Америка не е хомогенна и ще намерим изобилие от културни различия в границите на тази обширна страна. Приятелката ми Джун не забравя да ми напомни, че не всички американци са пристигнали с кораба Мейфлауър^[2]. „Чернокожите хора, естествено, също си имаме своите сексуални проблеми, но ние определено сме много по-разкрепостени в сравнение с вас, белите,“ казва тя. „Сексът е естествена част от живота, а не някаква голяма мръсна тайна. Моите деца са наясно с това, че аз правя секс; като дете и аз знаех, че родителите ми правят секс. Те си пускаха плоча с Марвин Гей, затваряха се в спалнята и ни предупреждаваха да не се опитваме да ги притесняваме.“ Приятелката ми от аржентински произход обича да се шегува с това как съпругът ѝ я нарича „мамче“ в леглото — какъв подобър начин за преборване на табуто? Испанската ми колежка Сузана споделя, че в Мадрид най-големият ѝ сексуален актив е именно

нейният прекрасен тригодишен син: „В Ню Йорк е акцентът, косата, краката ми, но определено не и синът ми.“

Една моя пациентка — Стейси, чиста американка и бяла жена, която живее в Бруклин с дъщеря си, е наясно със своето демографско разположение: „Единствените мъже, които флиртуват с мен, са източноиндийският педиатър, руският зъболекар, италианецът пекар и пуерториканският бакалин. Белите мъже? Забрави! Когато съм с детето си, те просто гледат през мен.“ За разлика от това мъжете, които се грижат за бебета, получават съвсем различни реакции. Силата не е единственото качество, което действа като афродизиак. Мъжът, който се разхожда с малко дете на раменете си излъчва стабилност, всеотдайност и грижа. За повечето жени (както и за някои мъже с обратна нагласа) това е секси.

В книгата си „От Париж до Луната“ Адам Гопник съпоставя американския асексуален модел на репродукция с много по-чувственото отношение на французите: „Всички американски книги, в които се говори за нещата, които да очакваме, започват с теста за бременност, а не със сексуалния акт на зачеването.“ Той продължава така: „В Париж бременността е нещо, което се е случило вследствие на секса, и с малко помощ и съвети може да приключи с освобождаване от нея, за да можеш да продължиш с още повече секс. В Ню Йорк бременността се намира под опеката на медицинските институции. В Париж тя е просто глава от сантименталното ни образование, едно странно последствие от удоволствията на тялото.“

Въпреки широко разпространения американски модел на мислене, не са малко жените, които водят ежедневна битка срещу отричането на ероса. За тях майчинството е вестител на новооткрита сексуална самоувереност, женственост и дори лек, който възвръща целостта на нараненото им тяло.

Веднъж имах две сесии със Стефани и Амбър една след друга. В действителността, в която живееха, в тяхното ежедневие съществуваше необичайна прилика, но като лично преживяване не биха могли да бъдат по-далеч една от друга. Амбър сподели: „Преди естествената ми позиция беше да отказвам да правя секс. Кой знае поради каква причина.

Отхвърлянето на всяко желание, дори на глада, се беше оформило в мен вследствие на примера на майка ми, която тежеше 48

килограма. Преди да родя, всеки път, когато мъжът ми ме питаше дали искам да ям, отговарях с «не». Отказвах просто по навик, преди изобщо да съм осъзнала въпроса.“

„Сега вече имам много по-дълбоки причини да отказвам предложението за секс: ужасната преумора вследствие на грижите за новороденото; привидно безкрайният ми гняв срещу две и половина годишното ми дете, което събужда малкото си братче; горчивината от това, че не чувствам достатъчно подкрепа, сякаш съм кон, който не спира да работи за децата и къщата. И въпреки това аз съм тази, която изпитва постоянен глад за секс и която си го иска и се оплаква, ако не го получи. По цял ден се отдавам по един много физически начин: кърмене, готвене, събиране на играчки, носене на децата на ръце, смяна на пелени. След няколко последователни дни на мазане на филии с фъстъчено масло и гледане на детски сериали, когато се превръщам в участник в живота на децата си до степен, в която изключвам собствения си живот, знам, че е време за моята чаша шери, моята музика и моя мъж. В този момент мечтая да се измъкна от рошавата коса, смачканата тениска и лекъосаните панталони, които представляват моята обвивка на «майка». Използвам всеки възможен случай, за да слагам тази обвивка да си ляга заедно с децата.“

Друга моя пациентка, Шарлийн, разказва как собствените ѝ деца са се превърнали в пример за нея. „Децата ми ме научиха да бъда егоист. Петнадесетмесечното ми бебе може да суче от мен в продължение на половин час, след което да отиде да играе, само за да се върне след минути обратно за още. Когато му предлагам мляко от шише, той клати отрицателно глава, повдига блузата ми и скимти, докато не разкопчае отново сутиена си за него. Когато види зърното ми, на лицето му грейва усмивка, започва да гука и потъва в пазвата ми. Тригодишният ми син иска близостта, времето и вниманието ми толкова често, колкото успява да си ги открадне от братчето си.

Обяснява ми как да разположа тялото си на земята, как точно да бутам камиона, и не изпитва грам вина или срам, когато обявява с кой от двамата родители иска да играе или кой иска да го сложи да спи. Естествено, те невинаги получават нещата, които искат, но съм впечатлена от лекотата, с която тялото и умът им предават техните желания. Те си позволяват да чувстват по начин, който отдавна съм забравила или от който съм била отучена; наблюдавайки ги, започвам

все по-силно да осъзнавам собственото си тяло и да си припомням собствените си желания.“

Бременността донесла на Рене непознато дотогава себеприемане.

„Бременността беше изцеляващо преживяване за мен. Като дете бях сексуално насилвана и заради това вечно изпитвах омраза към всеки признак на женственост в тялото ми. Бях във война със себе си в продължение на двадесет и пет години. В годината, преди да забременея бях приета в болница заради хранително разстройство. Бях толкова кльощава, че дори не можех да си представя да забременея. От години не бях имала редовен цикъл. Но от секундата, в която видях двете черти на теста за бременност, всичко се промени. За първи път през живота ми храната престана да ми бъде противна и нежелана. Наслаждавах се да наблюдавам как тялото ми назрява. За първи път през живота ми гърдите ми бяха естествено закръглени и аз бях толкова горда. Повечето от приятелките ми се оплакваха от чувството за дискомфорт и от увеличените килограми. Но за мен това означаваше, че най-сетне съм в мир с идеята да изглеждам като жена. Родих по естествен път; беше могъщо преживяване. Бях поразена от това да видя на какво е способно тялото ми и какво може да понесе. Дори не предполагах на колко много съм способна. Оттогава всеки път, когато правя любов, търся същото онова интензивно преживяване.“

За Джули, майка на тригодишно дете, майчинството също донесе позитивна нова идентичност: „В началото на двадесетте си години се обличах като момче: големи пуловери, джинси, огромни кецове. Напълно отхвърлях женствеността и притежавах едно феминистко недоверие в нещата, които стояха зад нея. Считах интереса към мен като акт на това, че ме приемат за предмет и не вярвах, че един мъж може да погледне на мен като на друго, освен сексуален обект. Днес вече нося стилни панталони — тесни и забавни; блузите ми са с изрязани деколтета. Най-накрая се превърнах в жената, на която и баща ми, който е италианец, би се възхитил, и която би накарала майка ми да се изчерви — жадна, секси и пълнокръвна. Защо ли? Сега вече се чувствам защитена. Няма кой да ми хвърля око. Вече съм хваната, напълно ангажирана с нуждите и желанията на другите (четирима мъже, както става ясно). И в това място, където не съществува война за надмощие, аз се чувствам свободна. Не се налага да откликвам на

никой, който преди това да не съм избрала сама. Като майка аз не се страхувам да бъда сексуална, чувствена и да преследвам желанията си.“

Следродилна депресия, но при бащата

На всеки един мъж като Уорън, който се чувства сексуално изоставен, когато жена му се превърне в майка, има и по един такъв като Лео, чието либидо се изпарява по пътя от родилното към дома. Отслабналото желание при майките в известен смисъл не е нещо ново. Може и да не ни харесва, но поне донякъде можем да намерим обяснение за него. Но как да си обясним бащата, който вече не изпитва еротично влечение към майката на децата си? Този сценарий е не рядко срещан от другия, но е доста по-рядко споменаван.

Когато Карла и Лео ме посетиха за първи път, тя се беше изчерпала от идеи.

Бяха заедно от седемнадесет година: първите шест — подчинени на страстите на плътта, следващите четири на хаоса покрай децата, а последните седем — сексуална пустота. Тя преминала от разговори към молби, после кавги, а накрая потърсила решение навън. Имала няколко афери и една сериозна връзка. Той разбрал за нея, тя отворила дума за развод, той предложил терапия и ето как стигнали до мен.

Тя разказва: „Омръзна ми от извинения. Винаги има някакво оправдание: работата, стресът, баща му на смъртно легло, ранното ставане, това, че не е ходил на фитнес и няма енергия, това, че го боли гърбът, дъхът ми, килограмите ми, неговите килограми. Толкова дълго време приемах това лично, но вече приключих. Обичам този човек, готова съм да остана с него, но не мога да живея повече така.“

Той казва: „Винаги съм се смятал за сексуално компетентен. Често се шегуваме с това как в началото на връзката ни потрошавахме леглото; тогава имаше много страст. Никога не съм гледал на децата като на определящ момент в сексуалния ми живот, но очевидно нещо се е преобърнало някъде дълбоко в мен.“

Научих, че Лео е започнал да се отдръпва физически, когато Карла забременяла с първия им син и когато сексуалният им контакт прекъснал през последния триместър. Лео просто започнал да се

прибира все по-късно от работа. Карла усетила, че нещо се случва, но те така и не го обсъдили открито.

„Какво се промени за теб, когато тя стана майка?“ попитах.

„Значимостта ѝ“, отговаря той. „Цялата ѝ същност се измени — от моя любовница, партньор и съпруга до майка на моя син. А след това до майка на другия ми син. За известно време те се нуждаеха от пълното ѝ внимание и за мен това беше в реда на нещата. Мислех си, че това е най-страхотното нещо на света — две бебета, които спят до нас, за да може тя да ги кърми през нощта. Изобщо не ревнувах. Аз самият съм много сърдечен и грижовен баща.“

Питам го: „Какво е усещането да смучеш гърдата на жена, която преди това е кърмила бебето си?“

„Беше странно“, отвръща той. „Целият физически акт на раждането беше малко странен. Два пъти я наблюдавах как дарява живот и трябва да кажа, че това не се отрази добре на сексуалните ни отношения.“

„Знам, че се предполага това да е един магичен момент чудото на живота и всичко останало, но като че ли никой не желае да признае, че го има и момента на отвращението“ уверявам го аз. „Не е прието един мъж да признае, че му е противно да наблюдава как жена му ражда. В една от книгите на Алис Уокър, мисля, че беше «Мистър Хол», след като вижда жена си да ражда, никога повече, до края на живота си не пожелава да я докосне — нито нея, нито друга жена. Той казва, че никога повече не би искал да изложи някого на подобно нещо.“

„Да, това е малко крайно, но да. Отношението ми към нея се измени, станах по-предпазлив и по-малко освободен. Предполагам, че това ме накара да бъда по-малко агресивен или страстен към нея, по-малко да я желая по този начин — да отдавам себе си или да я имам — неща, които преди това бяха нормални за нас. Това определено беше промяна.“

„Не би могъл да сториш това на майката на децата си?“, питам аз.

„Очевидно не“, отвръща той.

„Нека да обсъдим въпроса по темата за Светата Дева и кучката, продължавам аз. Всичко това има своите дълбоки психологически корени.“

Много мъже се затрудняват да изпитват еротични чувства към майката на децата си. За тях това е прекалено животинско, прекалено близо до темата за кръвосмешението и Едиповия комплекс. Но не бива да забравяш, че тя е тяхна майка, а не твоя. На този етап препоръчвам да внесете нещо във връзката ви, което да ти помогне да я разграничиш от образа на „майката“.

През по-голямата част от срещата ни Карла беше мълчалива, но при следващата сесия вече не се и съмнявах, че е слушала внимателно. Смеейки се, тя ми разказа следната случка.

„Имах силно желание да се отпуснем с Лео. Искях да му доставя удоволствие с едно наистина продължително и страхотно фелацио. Не просто поради задължение или учтивост. Но знаех, че той има проблем с това, че съм съпруга и «майка». Щеше ли тогава да ми позволи? Затова започнах една игра и казах: Знаеш ли, може да правим какъвто си искаме секс и приеми това, което ще ти кажа, както пожелаеш, но ако искаш да продължа със свирката, това ще ти струва пари. Сто долара, ако го искаш. Сто долара. Мислех си, че идеята с парите е забавна, но най-вече исках да разбера дали Лео ще успее да ме види извън ролята на майка. Все пак човек не плаща пари на майката на децата си, за да му направи свирка, нали? Човек не плаща на жена си, за да получи свирка. С една дума, искам да кажа, че експериментът си заслужаваше.“

„Може би е време да започнеш да приемаш и кредитни карти. Сложи си един терминал за плащане с кредитни карти на нощното шкафче“, шегува се Лео.

Примерът за игривата еротична намеса на Карла остана с мен години наред. Само с един жест тя беше успяла по един много остроумен начин да улови и прекърши същността на целия проблем и да избави любовницата от рамката на майката. Лео се страхуваше да изрази необузданата си страст към майката на децата си — жена, която заслужава изключително уважение и любов. Карла рискува, разчупи матрицата и го покани да бъде неин еротичен съучастник. Тя свали маската на ограниченията и се превърна в една сексуално провокативна, мръсна жена, която искаше заплащане срещу услугите си. В цялата тази ясно заявена постановка на крещяща сексуалност страстта на Лео най-накрая се отприщи.

Бягство от оковите на семейния живот

Децата са една от основните цели в живота ни. В известен смисъл ние се размножаваме, независимо дали по биологичен път или създавайки семейство по друг начин, за да не умрем. Изиграваме своята роля в цикъла на живота и вписваме имената си в хода на историята. Издигаме се над преходността, като оставяме след себе си нещо или някой: един представител на нашия съюз. В този смисъл създаването на потомство е израз на страстта към живота. Това е един чист, жизнеутвърждаващ акт. Колко жестоко е да наблюдаваме как именно той нанася смъртоносния удар на силата, която го е създала.

Няма съмнение, че децата затрудняват поддържането на еротичната връзка.

Семейният живот не може да съществува без присъствието на определена рутина, но точно тя проваля сексуалната спонтанност. Можем да твърдим, че по отношение на ресурсите двойката е подложена на неоспорим стрес: по-малко време, по-малко пари и енергия един за друг. Също така съществува сексуалната незабележимост на американската майка, която е така дълбоко вкоренена в нашата психология, че мъже и жени в пълно съзвучие отхвърлят майчината сексуалност. Съществуват и множество начини, по които възпираме своето сексуално аз в рамките на семейството и действат водени от убеждението, че за да предпазим децата си, трябва да крием секса от тях.

За много родители представата за тайната градина предизвиква широка гама от емоции, които се простират от остра вина и безпокойство до по-меките степени на неудобство и смущение. Основните ни опасения са, че нашата сексуалност на възрастни може да повреди по някакъв начин децата ни, че е неуместна или опасна. Но кого всъщност предпазваме? Децата, които имат за пример родители, които изразяват с лекота своята привързаност един към друг — дискретно и в подходящи рамки е много по-вероятно да израснат с една здравословна представа за сексуалността и ще се отнасят към нея с уважението, отговорността и любопитството, които тя заслужава. Когато поставяме цензура върху сексуалността, потискаме желанието си или директно се отричаме от него, ние предаваме своите задръжки непокътнати на следващото поколение.

Съществуват толкова много причини да се откажем от секса, че онези, които не го правят, заслужават да бъдат наречени шампиони. Смелите и непоколебими родители, които успяват да запазят еротичната връзка помежду си, преди всичко са онези двойки, които ценят тази връзка. Когато усетят, че желанието помежду им се намира в криза, веднага задвижват своята изобретателност и започват да полагат съзнателни усилия за неговото съживяване. Те знаят, че не децата убиват желанието, а възрастните, които не успяват да запазят искрата жива.

[1] Между 1946-та и 1964 година. — Б.пр. ↑

[2] През 1620 година корабът транспортира 102 английски преселници за Новия Свят — Б.пр. ↑

ГЛАВА 9

В храма на еротичния ум откриваме директен път към удоволствието „Цялата фауна на човешките фантазии, тяхната морска растителност се носи по течението и избуява в слабо осветените зони на човешката активност и сякаш сплита дебели плитките от тъмнината.

Тук също изникват фаровете на съзнанието, с тяхната привидна прилика с по-малко ясни символи.

Портите на неизвестността се отварят, докоснати от човешката слабост, и вече сме навлезли в царството на мрака. Една погрешна стъпка, една погрешна сричка и мислите на човека са разкрити.“

Луи Арагон

Плът и фантазия

При навлизането си в пубертета Катрин е била с около 25 килограма наднормено тегло. Сексуално невидима, многократно отблъсквана, тя била „грозното пате“, което оставяли да пази на вратата, докато нейните приятелки правели секс от другата страна. Днес тя е красива жена, омъжена от почти 15 години. Тя и съпругът ѝ играят въображаем сюжет, в който тя е високоплатена проститутка. Мъже плащат огромни суми за удоволствието от нейната компания — желаят я толкова силно, че са склонни да похарчат цяло състояние, да рискуват работата и брака си, за да получат частица от нейното време. Колкото по-далеч прекрачат границата на общоприетото, толкова по-висока е и нейната цена. Униженията от миналото на Катрин сега са отмъстени от мъжете, които не могат да я подминат, без да ѝ отправят погледи, изпълнени с възхищение. В своя свят на фантазии тя

триумфира и търси своето отмъщение за болката и обидата от нейната ранна младост.

Жената на Дарил се оплаква: „Той не може да вземе решение дори за това в кой ресторант да отидем, а иска да ме завърже за леглото? Как да си го обясня?“ Трудностите, които Дарил среща в отстояването на мнението си във всекидневния живот са драматично отразени в неговите фантазии за доминиране. В силно ритуализирана и взаимно съгласувана хореография на подчинение и доминиране, агресията на Дарил намира безопасен начин на изразяване. Потребностите му са удовлетворени, страхът му да не отиде твърде далече е овладян и неговата мъжка сила носи на другите удоволствие вместо болка.

Лукас, освободен хомосексуален мъж, израснал в малък град в южен Илинойс, години наред се преструвал на хетеросексуален и живеел в постоянен страх да не бъде разкрит. Играел във футболния отбор на гимназията и дори правил секс с главната мажоретка, защото тя флиртувала с него пред очите на всички, и знаел, че ако ѝ откаже, ще събуди съмнения относно сексуалната си ориентация.

Сега, вече навършил 30 години, той обяснява: „Махнах се от този град, защото исках открито да бъда гей, без това да застрашава живота ми. Сега се разхождам по нудисткия плаж в Акуина и се преструвам на хетеросексуален, като се надявам някой гей да пожелае да ме съблазни. Ще бъда хетеро, но само според собствените ми условия. Днес се преструвам на хетеро само когато това би ми помогнало да накарам някого да ме свали. За мое щастие толкова много обратни мъже харесват да свалят мъже с хетеро ориентация, че непрекъснато ми се усмихва късметът“.

Емир е моногамен мъж и винаги е бил такъв. „винаги съм имал приятелки, истински приятелки, жени, които обичах и с които бях заедно с години. Такъв съм. С Алтеа сме заедно вече от пет години. Имахме страхотен сексуален живот, но откакто се роди детето ни преди шест месеца, тя не иска да правим секс толкова често, колкото преди. Налага се да мобилизирам целия си арсенал от тактики за съблазняване, но дори и това невинаги помага. В повечето случаи се налага сам да се погрижа за себе си.“ Любимата фантазия на Емир е да прави секс с две жени едновременно: „Харесва ми идеята за цялото това внимание.“

Много хетеросексуални мъже фантазират за жени-нимфоманки, защото те не трябва да бъдат ухажвани или увещавани за секс. Не е необходимо да се разпалва настроението им, защото те винаги са в настроение. Те не казват: „Как можеш сега да мислиш за секс, когато имаме толкова много работа?“

Те казват: „Искам още, още и още.“ До тях мъжът не изпитва чувство за вина поради това, че е пожелал да прави секс, защото те самите го искат също толкова силно. Когато две французойки ви поканят в леглото си, можете да бъдете сигурни, че нито една от тях няма да каже: „Не тази вечер скъпи, прекалено съм изморена.“

Хлябът на бедните

До неотдавна на сексуалните фантазии се гледеше с неодобрение. Това, което в християнството някога е било грях, покъсно в очите на модерната психология започнало да се смята за извратеност, характерна за незадоволените и незрели личности. Дори в наши дни много хора считат, че фантазията не е нищо повече от слаба компенсация на сексуалната неудовлетвореност и пустота, и се дължи на слаби нерви, възпрепятствано развитие или наднормено тегло.

Те вярват, че сексуалните фантазии показват какво искаме да ни се случи в действителност. „Ако мъжът ми ме смяташе за достатъчно привлекателна, нямаше да има нужда да гледа снимки на жени с големи гърди“, оплаква се една съпруга. „Когато фантазирам, че други мъже ме обладават, се чувствам все едно изневерявам на приятеля си.“, казва друга клиентка. „Коя жена би искала да бъде изнасилена?“

Аз също следвах тесния миоглед, според който фантазиите са хлябът на бедните — храна за сексуално незадоволените. Бях научена да гледам на фантазиите като на симптом за невроза или незрялост, или като на еротично подправени романтични сънища, които пречат на хората да видят истинската личност на партньора си и подкопават връзките от реалния живот. Бях заседнала на границата между въображение и реалност, неспособна да се потопя в сложността на еротичния интелект. За щастие бях достатъчно любопитна, за да продължа да разпитвам пациентите си за техните фантазии. Но дори след като ми бяха разказали за тях, аз все още не знаех какво да правя с тази информация.

Все едно гледах някой велик руски филм без надписи; макар и да се възхищавах на красотата на кинематографията, нямах представа за какво става въпрос.

С годините мисленето по тази тема претърпя развитие и днес гледаме на фантазиите като на естествен компонент от сексуалността на възрастния човек. Докато някога на фантазиите се е гледало единствено като на скрити, натрапчиви импулси (или като на перверзни желаня, характерни за неосъществените хора, представляващи малцинство), то днес вече мисленето по въпроса е много по-разкрепостено. Съвместната работа на философи и клинични психолози като Мишел Фуко, Жорж Батай, Етел Спектър Пърсън, Робърт Столър, Джак Морин, Майкъл Бадер, както и дузина други доведоха до огромната промяна в разбирането за дълбочината и богатството на еротичното въображение — какво представлява и как функционира.

В личната си практика започнах да считам фантазирането за ценен ресурс на въображението, независимо от това дали то се практикува самостоятелно или съвместно от двойките. Способността да отидем където пожелаем благодарение на нашето въображение е прост израз на личната ни свобода. То е креативна сила, която може да ни помогне да се издигнем над реалността. Осигурявайки ни временно бягство от дадена връзка, то служи като мощен лек срещу загубата на либидото във връзката. Казано по-просто, въображението е подправката, която обогатява любовта и нежността.

Фантазиите — сексуални или други, също така разполагат с почти магичната сила да лекуват и възобновяват. Те възвръщат отнетите при мастектомия гърди и ни помагат да се движим, както сме го правили преди осакатяващата злополука. Те ни връщат обратно в миналото, правят ни отново млади и за кратко време ни позволяват да бъдем такива, каквито вече не сме и каквито може би никога не сме и били: безупречни, силни, красиви. Помагат ни да бъдем с любимия човек, който вече е починал, или ни връщат към спомени на страстно любене с партньора, който вече не предизвиква желание у нас. Чрез фантазията ние поправяме, компенсирате и трансформираме. За кратък момент ние се издигаме над реалността на живота, а следователно и над реалността на смъртта.

Колкото повече слушам и проучвам, толкова повече оценявам колко значимо нещо е фантазията — нейната енергия, благоприятно ѝ влияние, лечебните ѝ качества и психологическата ѝ сила. Фантазиите ни обединяват уникалността на нашата лична история с широкия обхват на колективното въображение. Всяка култура използва поощрения и забрани, за да изрази какво е секси (Американски идол/ Моника Люински!) и какво е забранено (Секс с църковен служител/ Секс с Моника Люински!) Полетите на въображението ни попълват празнината между възможното и позволеното, фантазията е онази алхимия, която превръща смесицата от психически елементи в чистото злато на еротичното желание.

В работата ми с двойки сексуалната фантазия също така служи като източник на информация за душевния живот на човека и за динамиката във връзката на двойката, фантазиите са хитроумен начин, благодарение на който нашият креативен разум преодолява всякакъв вид конфликти, свързани с желанието и интимността. Психоаналитикът Майкъл Бадер (чиято проникателна книга „Възбуда“ разкрива скритите тенденции на фантазиите) обяснява, че в храма на еротичния разум ние намираме психологически сигурно място за освобождаване от измъчващите ни тревоги и страхове. Нашите фантазии ни позволяват да обезсилим и премахнем ограниченията, наложени от съвестта, културата, в която живеем, и самооценката ни.

Ако се чувстваме несигурни и непривлекателни, то в нашите фантазии ние сме неотразими и завладяващи. Ако очакваме въздържана жена, то във фантазиите тя е ненаситна. Ако се страхуваме от собствената си агресия, в нашите вътрешни мечти ние може да се чувстваме силни, без да се тревожим, че може да нараним друг човек. Ако не смеем да изречем желанията си, в нашето еротично въображение другите отгатват нашите нужди още преди нас самите. Ако сме убедени, че не бива да правим секс, в нашия измислен свят ние се отдаваме на другия, без да се налага да поемаме отговорност за това — направили сме онова, което той е поискал, а не ние.

Фантазиите съдържат в себе си и проблема, и решението. Те са горещо пространство, в което страхът, който дотогава ни е възпирал, се трансформира в дързост. Какво облекчение е да открием, че срамът ни е преминал в любопитство, боязливостта в отстояване, а безпомощността в независимост. И все пак въображението невинаги се

проявява под формата на подробно изработен сценарий. Много хора мислят, че ако не си представят внимателно нагласен сюжет, с добре описани герои, тогава те изобщо не фантазират. Това важи с особена сила за жените, които като цяло се затрудняват да създават собствени сексуални образи. Моята пациентка Клаудия веднъж ми разказа в големи детайли как би искала мъжът ѝ да я прелъстява. Тя си представяше бавен, постепенно разгръщащ се танц на съблазняване, който продължава през целия ден, с провокиращи разговори, леки целувки по врата, нежни докосвания, сърдечни усмивки и съблазняващи погледи. „Искам да докосва раменете ми, без да докосва гърдите ми. Искам да се закача с мен, да се движи леко предизвикателно и след това да се оттегля, така че да ме накара да го желая. Искам да го моля да докосва гърдите ми.“ обяснява тя. „А ако той правеше подобни неща?“, попитах аз.

„Бихме имали напълно различна сексуална връзка.“, отговаря тя.

Когато след приблизително двадесет минути започвам да я разпитвам за нейния свят от фантазии, тя ме уверява: „Аз не фантазирам. Джим го прави, но не и аз. Той все мечтае за тройка.“ Изумена, аз ѝ казвам: „Шегуваш ли се? Цялото ти описание за любовната игра и очакване е фантазия. Със сигурност не е реалност, нали?“

Считам, че сексуалните фантазии включват всяка мисловна дейност, която поражда желание и засилва ентусиазма. Не е задължително тези мисли да бъдат прекалено описателни, нито дори добре дефинирани. Те често са неизразими, и представляват по-скоро усещания, отколкото образи, по-скоро са чувствени, отколкото сексуални. Еротичното въображение може да се задвижи принципно от всичко. Спомени, миризми, звуци, думи, определени части от деня, повърхности и материи — всички те могат да бъдат считани за фантазия, в случай че задвижат дъгата на желанието.

В своята книга „Влюбени мъже“ Нанси Фрайдей пише: „Фантазията е карта на желанията, уменията, пътищата за бягство и скритите тайни; навигационна пътека, която изобретяваме, за да държим курса между рифовете и подводните пясъчни насипи на безпокойството, чувството за вина и потиснатостта. Тя е дете на съзнанието, но е родена като ответ на напора на подсъзнанието. Очарователното във фантазиите е, че са странни, но също така лесни

за тълкуване; всяка от тях ни дава ясна и логична картина на личността — подсъзнанието — на човека, на когото принадлежи, дори той да е убеден, че това е било просто случайно хрумване за момента.“

Тишина, моля!

Символичните парадокси и ирационалността на нашето еротично въображение предоставят най-очарователната и разкриваща гледка към нашите психологически дълбини. Фантазиите изразяват истини за самите нас, които трудно могат да бъдат достигнати по друг начин. Те ни разголват докрай и по свой собствен, мистериозен начин изразяват нашите най-съкровени желания.

Въпреки това, когато се стигне до споделянето на нашите вътрешни размишления, повечето от нас са извънредно сдържани дори със собствените си партньори (а вероятно най-вече с тях). Във времена, в които интимност означава разкриване на нашите неудобни лични истини, мълчанието около еротиката продължава да се спазва като твърдо правило.

Въпреки че повечето от нас с охота споделят за нещата, които правят, малцина имат желание да разкрият за какво мислят, докато го правят. На най-елементарно ниво нашата неохота произлиза от просто смущение.

Повечето от нас от най-ранна възраст са научени да запазват мислите за себе си и да държат ръцете си далече от тялото. Някои от нас са получили дори по-строга предупреждение, което е превърнало невинното любопитство в постоянен срам. Научени на мълчание, наследили неоспоримото недоверие към секса — нищо чудно, че изпитваме пълно неудобство да споделим най-съкровениите си мисли. Разкривайки се пред друг човек, рискуваме да ни се присмеят или да ни разкритикуват. Една от пациентките ми на име Зоя го обобщи много точно: „Възпитана съм да вярвам, че сексът е нещо лошо и за него не се говори. Хората, които обичат да правят секс, са манияци и перверзници, ослепяват и им порастват косми върху дланите. Можеш да бъдеш сигурна, че си държах устата затворена.“

Ако ние не говорим, никой друг няма да го направи. Много от нас преживяват еротичните си фантазии единствено в усамотените мигове (въпреки широката публичност на секса). Тъй като не знаем

другите какво мислят и правят, няма с кого да се сравним и няма начин да преценим дали сме нормални. Страхуваме се да не се окажем различни и с това да отблъснем останалите.

Всичко това нямаше да представлява такъв проблем, ако нашите еротични фантазии бяха по-съдържани и в по-голям синхрон с публичната ни личност. В нашата вътрешна еротична територия ние всички притежаваме кътчета, които са ни скъпи. Но обикновено се случва така, че поне при някои от тях се налага да се промъкваме, за да избягаме от строгия поглед на съвестта ни. Мъжът, който изпитва удоволствие от това да фантазира, че прави нежна любов с жена си, няма нужда да се укрива — както и жената, която фантазира за дузина рози от любимия, разпръснати върху леглото ѝ. Нищо в техните романтични копнежи не дава повод за притеснение или вина. Би трябвало всички да имаме същия късмет въображение, населено с дами и джентълмени, все внимателни и учтиви, може лесно да се вмести в нашите вътрешни морални граници. Но еротичният ум рядко е така деликатен.

Това, което ни възбужда, често е в противоречие с предпочитаната от нас представа за самите себе си или с моралните ни и идеологични убеждения.

Както феминистката, която копнее някой да доминира над нея; жертвата на сексуално насилие, която изпълва личната си еротика с травматичните преживявания; съпругът, който фантазира за детегледачката (стриптийзьорката, масажистката, порнозвездата), за да повиши удоволствието с жена си; майката, която намира допира с кожата на бебето си чувствен и дори еротичен; съпругата, която мастурбира, докато си представя картини от страстен секс с приятеля психопат, за когото винаги е знаела, че няма да се омъжи; любовникът, който трябва да мисли за добре сложения мъж, който е видял във фитнеса, за да се възбуди, когато е с приятеля си.

Вярваме, че нещо не е наред с нас, защото имаме подобни похотливи мисли — че този вид фантазия не може да е част от еротичния живот на щастливо омъжената жена, че доминирането и налагането на волята нямат легитимно място в ума на един почтен съпруг и баща.

Колкото по-голям е дискомфортът от съдържанието на еротичното ни въображение, толкова по-големи са вината и срамът,

които изпитваме, и толкова по-силна е вътрешната ни цензура.

Ралф живее с Шарън от петнадесет години. По всички параграфи те са много щастлива двойка. Но скоро след като се събрали, Ралф осъзнал, че фантазира всеки път, когато правят любов: неговата любима Шарън била заменена от едно седемнадестгодишно момиче, а действието се развивало в затъмнен киносалон. За Ралф вътрешният му живот е като племенна война: нежният любовник от едната страна и похотливият опипвач от другата.

Един ден той призна: „Това няма никакъв смисъл. Никога не бих докоснал едно седемнадестгодишно момиче. Смятам се за свестен човек и не мога да направя връзката. Няма начин да призная това на Шарън. За мен самия е трудно да го приема.“

Истината е, че еротичното въображение се възпламенява от най-различни чувства, които далеч не отговарят на нормите за благоприличие: агресия, необузdana страст, инфантилна зависимост, власт, отмъщение, себелюбие и ревност (и това е само една малка част от тях). Тези чувства, които са постоянни участници в интимните връзки, представляват заплаха за нашите отношения и могат да превърнат любовта в нещастие. Много по-лесно и често пъти по-мъдро е да ги пропъдим в нашето въображение, откъдето не могат да навредят. В преддверието на еротичния разум правилата за уместност се обръщат с главата надолу и често биват поканени с единствената цел да ги потъпчем. Забранените граници са престъпени, ролите на двата пола се преобръщат, благоприличието бива покварено, подчинението и властта се превръщат в разточителна игра, и всичко това се случва единствено заради самото забавление. Във въображението си ние изиграваме онова, което не смеем да направим в реалността.

Йони и Рей

Йони има следното оплакване: „Рей е убеден, че не обичам секса. Но аз го обичам, или поне го обичах, просто не ми харесва да го правя с него. Той не ме възбужда сексуално и изглежда, че и аз не мога да го възбудя. Безнадеждно е. Аз съм само на двадесет и девет. Прекалено млада съм, за да се откажа от секса.“

„Има ли определена възраст за спиране на секса?“, питам аз. „По-късно може би може да определим дата. Засега по-скоро бих искала да знам кое е нещото, което искаш от Рей, но не получаваш?“

„Искам да е по-мъжествен и не мога да повярвам, че го казвам на глас“, казва тя, поклащайки глава. „Дори не знам какво означава това. Искам да е нещо като неандерталец от 50-те години. Но не искам това. Майка ми имаше такъв съпруг. Не мисля, че баща ми някога я е питал какво иска в спалнята или извън нея. Рей е много човечен. Той е истински джентълмен, уважава ме, оставя ме да бъда себе си. Харесва ми лекотата на нашата връзка, но не може да ме задоволи в сексуално отношение.“

„Какво ти липсва?“ — питам аз.

Изведнъж тя се протяга и грабва китката ми, не грубо, но с увереност „Ето това е, което искам“, казва тя. След това колебливо и нежно тя едва докосва ръката ми и добавя: „А това е, което получавам.“

„Имаш предвид, че е пасивен?“

„Не точно. Той през цялото време инициира секс, но начинът, по който го прави, ме подлудява. Той повдига вежди по един определен начин, и ме пита: «Хммм?» все едно че ме пита: «Ще ме вкараш ли в леглото си днес?», все едно оттук нататък аз трябва да поема нещата.“

„Неговият начин на доближаване към теб не казва «Искам те», а по-скоро казва: «Искаш ли ме?» Това ли имаш предвид?“

„Да!“ извиква Йони.

Ако искам да разбера какво иска от Рей, първо трябва да разбера какво иска да получи от секса. „Ако сексът е поход в търсене на съкровището, кой е твоят Свещен Граал?“, питам аз.

Йони е силно предпазлива в разкриването на сексуалното си минало: най-върховното ѝ преживяване досега, най-лошото, както и нещата, които са ги направили такива. Тя ми разказва подробно за атмосферата, в която е израснала, за ранните си вълнения, за възрастта, на която е започнала да мастурбира, и възрастта, в която разбрала какво всъщност е мастурбацията.

Но когато я попитам: „Какво означава за теб сексът? Какви са чувствата, които съпровождат твоите желания? Какво търсиш в секса? Какво искаш да почувстваш? Да изразиш? Къде започват задръжките

ти?“, тя ме погледна смутено и призна: „Нямам представа. Никой досега не ме е питал за това.“

Всички ние внасяме в еротичните си срещи един пълен комплект от нужди и очаквания. Ние търсим любов, удоволствие и признание. За някои от нас сексът е най-добрата арена за изразяване на бунт и бягство. Други търсят трансценденталност и екстаз, дори духовно сливане. Това, което чух от Йони, беше историята на нейния сексуален опит. Но това, което исках да разбера, бяха копнежите и конфликтите, които внасяше в този опит.

„Може ли да те попитам за фантазиите ти?“, попитах аз.

Йони пребледнява. „О, Господи. Това е толкова лично. Това, което правя, или това, което съм правила, далеч не е толкова неудобно в сравнение с това, което минава през ума ми.“

„Но това е точно нещото, за което е бих искала да говорим. Имам усещането, че ако говорим за твоите фантазии, можем да достигнем до същността на това, което стои между теб и Рей.“

С течение на времето и с много убеждаване, Йони разкрива фантастична колекция от несдържани, наситени с чувственост и безкрайно подробни еротични сцени, които тя е изграждала от най-ранно юношество. Каубои, пирати, царе и любовници в безкрайни комбинации от умело упражняване на власт и много изтънчено отдаване. С годините интригите се изменяха, но не и същността им. Последната сцена се развива в ранчото на нейния „съпруг“, където тя ритуално е поднесена в ръцете на неговите работници като сексуален дар. Вечерта, когато пристигат тя трябва да се подготви за вечерята, на която ще се срещне с тях. Съпругът ѝ (който според нейното описание категорично не е Рей) избира облеклото — елегантна и едновременно с това разкриваща прелестите ѝ рокля и съвършено подходящи ѝ, изискани аксесоари — обици-висулки, висящо между гърдите ѝ диамантено колие, високи токчета. Той обръща внимание на всеки детайл от външността ѝ. След вечерята я приканва да се съблече пред тях, за да могат да се полюбуват на нейната красота. Тя се съгласява, въпреки че е смутена и дори унижена, а цялата ситуация е някак особено вълнуваща. Тя е оставена изцяло в техни ръце и не прави никакъв опит да избяга. Мъжете също са поставени пред предизвикателство — те трябва да предусетят всяко нейно желание и

да я издигнат до такива висини на сексуален екстаз, каквито никога преди това не е достигала.

„Искаш ли да знаеш от какво се страхувам? Страхувам се, че съм мазохистка, също като майка ми“, казва ми тя.

„По какъв начин си мазохистка в тази история?“ питам я аз.

„Отстъпвам. Пасивна съм, нямам собствена воля. Правя това, което ми казват и обичам да ми се казва какво да правя. Какво изобщо търся на едно такова място, където изпълнявам заповедите на някакви мъже? Аз не приемам заповеди от никого, не мога да понасям някой да ми се налага, но в същото време отстъпвам пред група каубои. В това няма никакъв смисъл, по дяволите!“

„Истината е, че в това има доста смисъл“, казвам ѝ аз.

„Ами тогава, би ли била така добра да ми го разясниш, докторе?“

Обясних им, че сексуалната фантазия не работи като останалите видове фантазии. Ако някой ми каже, че мечтае за ваканция на Таити, ще си помисля, че този човек действително иска да отиде на почивка в Таити. Тук връзката между фантазия и желание е освежаващо проста. Но сексуалните фантазии не отразяват действителността по същия начин. Разликата е в това, че сексуалните фантазии включват игра наужким. Те представляват симулация, представление — не отразяват реалността, нито съдържат непременно желанието за сбъждане в реалността. Подобно на сънищата и произведенията на изкуството, фантазиите са много повече от това, което виждаме на повърхността. Те са сложни психологически комплекси, чието символично съдържание не бива да бъде тълкувано буквално. „Мисли поетично, а не прозаично“ казвам ѝ аз.

След всичко, което Йони ми разказа за връзката си с Рей, не мисля, че трябва да се притеснява за това, че е мазохистка, или че е пасивна.

Каубоите може привидно да я контролират, но в крайна сметка тя е тази, която държи нещата в ръце. Тя е авторът, продуцентът, агентът, който извършва кастинга, тя е режисьорът и звездата в шоуто. Цялата пиеса е поставена от нея, с цел да си достави удоволствие, а не болка. Участниците са нейни пламенни обожатели, а не садисти. Ако действително беше насилвана, тя нямаше да чувства такава висша степен на удоволствие.

Макар средството да е контролът, нейното преживяване всъщност е свързано с усещането за обгрижване. Заплетените сюжети са просто сигурна пътека към насладата.

Когато обясних на Йони, че фантазиите ѝ по-скоро отразяват уязвимост и нужда от внимание, отколкото мазохизъм, облекчението ѝ беше осезаемо.

Тя се възстановяваше от алкохолна зависимост и мисълта, че има и други зависимости не беше изненадваща за нея. През целия си живот тя беше отхвърляла нуждата си от подкрепа, докато в същото време тайно беше копняла някой да се грижи за нея. Единственото нещо, от което си позволила да зависи, защото то ѝ давало усещане за спокойствие, бил алкохолът — един верен и сигурен приятел. Още повече че той никога не е очаквал нищо в замяна.

На тринадесетгодишна възраст Йони кандидатства по своя инициатива в интернат, приета е и така напуска дома си завинаги. По това време тя се е смятала за амбициозно момиче. Сега, поглеждайки назад към миналото осъзнава, че това по-скоро е бил начин да избяга от нездравословното разпределение на нуждите и ресурсите, което доминирало в емоционалния живот на семейството ѝ. През годините тя си е създала мрежа от здрави приятелства, които я обогатили по много начини. Но в крайна сметка нито интернатът, нито кариерата, нито алкохолът, нито дори приятелите ѝ са успели да я предпазят от неизбежната зависимост и от тресавището на ранимостта, които интимната любов носи след себе си.

Втора сцена: влиза Рей. По собствените му думи, той е мъж до мозъка на костите си. Той е щастливият продукт на успешната мъжка социализация — независим, самоуверен, способен да се справя със собствените си проблеми. Той бил различен от момчетата, с които Йони обикновено излизала — напрегнати, обсебени от себе си, емоционално ненадеждни, алкохолизирани артисти, които напускали връзката, казвайки неща като: „Нека не вкарваме случващото се между нас в рамки, не може ли просто да видим докъде ще стигнат нещата?“, или „Много те харесвам и точно заради това не мога да бъда с теб.“ За разлика от тях Рей ясно показал, че има сериозни намерения към нея. Винаги се обаждал, когато обещавал, че ще го направи, никога не

закъснявал и сам участвал в планирането на срещите им. „На практика той наистина ме изслушваше внимателно. Разпитваше ме за самата мен и запомняше отговорите. Бях свикнала с положение, в което човек можеше да прави секс с някого от половин година, без това изобщо да повдигне въпроса за значението или посоката на връзката. Рей не играеше такава игра. Той ме харесваше и не се страхуваше да ми го каже.“

Откритостта, последователността и емоционалната щедрост на Рей пробудили в Йони чувство на спокойствие и сигурност, каквито тя не познавала дотогава в романтичните си връзки. Тя била запленена от неговата способност да усеща нуждите ѝ, а фактът, че самият той изглежда почти няма собствени потребности, също бил в негов плюс.

„Какво неустойимо обаяние — да имаш мъж, който да предусеща нуждите ти“, казах аз, „Кажми ми, колко време продължи това?“

„Не достатъчно дълго. Напоследък имам чувството, че постоянно трябва да моля Рей за всичко, а понякога се налага да го правя и по два пъти. Не мога да понасям това положение.“, отговаря тя.

„Ето в този момент идват на помощ каубоите. На тях дори веднъж не се налага да им се казва.“

По време на терапията многократно се чувствам затруднена от силата, с която Йони успява да заобиколи всякакъв вид изразяване на нуждите си.

Има нещо крайно в това колко унижена и ограничена се чувства тя от собствената си нужда от грижа и няма как да не отбележа колко точно фантазиите с каубоите отразяват сърцевината на този емоционален проблем. В своите колоритни еротични фантазии тя се оставя на чуждата воля, без това да я кара да преживява съкрушителната безпомощност, от която се ужасява. Този конкретен сюжет (както и всяка една от другите ѝ фантазии) ѝ позволява да заобиколи рисковете на зависимостта: чувствата на безпомощност и ярост, униженията. Още повече — и това е важно — тя е желана заради същите онези качества, които в реалността най-много ненавижда в себе си. В убежището на своя разум тя трансформира пасивността в еротична наслада; властта се превръща в израз на грижа, а риск и сигурност се сливат в едно.

Йони е победена на всички фронтове: презряла собствените си нужди, емоционалните потребности на другите са смазващи за нея. Тя

намира решението, като населява фантазиите си с карикатурни образи на мъжествеността. Това са силни мъже, които нямат слабости, нито пък нужда от грижа. Тези мъже не молят, те взимат. По този начин Йони сменя от себе си общественото очакване за женското себеотрицание, и собствената ѝ безгрижна сексуална ненаситност е освободена.

Зад маската на каубоя

Еротичните фантазии имат необичайната способност да разрешават по няколко въпроса наведнъж. Докато фантазиите на Йони определено говорят за нейните лични конфликти, те също така отговарят на въпроса за културното табу относно женската сексуалност като цяло. През историята на човечеството винаги са се полагали огромни усилия за контролиране на женското желание. Прави ни чест, че жените винаги сме се борили и стремили да преодолеем това табу. С всяка нова забрана нашето въображение е ставало все по-силно и устойчиво. На съзнателно ниво Йони се идентифицира с жените в своите измислени истории. Но тя също така е създала и мъжете, както и всички детайли в сюжета. Всъщност тя играе всички роли. Тя знае как да бъде сексуален хищник, знае какво е сладострастие и безмилостност. Чрез своите каубои тя получава достъп до чувството на агресия, себелюбието и мощта — качества, които в нейната представа са свързани най-вече с мъжествеността, поради което могат да бъдат изразени единствено чрез мъжки образи.

За много жени въображаемата представа за насилствено съблазняване представлява безопасен отдушник за изживяване на сексуалната агресия.

Женската сексуална агресия е несъвместима с културната ни представа за женственост, поради което ние си позволяваме да я изразим единствено в паралелните светове на фантазията. Въображаемият насилник получава правото да изрази агресията, която толкова много жени отхвърлят в себе си.

Почти скучната в днешно време фантазия за изнасилване звучи като падение в посока на широко разпространеното сексуално насилие над жените, но в тези въображаеми сюжети нападението не е реално. Едва ли са много жените, които включват в еротичните си блянове

насинено око или разцепени устни. Сексологът Джак Морен твърди, че въображаемите изнасилвачи определено не са агресивни. Във фантазията насилието е победено от нежността. Благодарение на нежния мъж, жените безопасно преживяват удоволствието от „здравословното доминиране и мощното капитулиране“.

Междувременно, отново в ранчото в моята практика се стремя да създавам среда, която предразполага хората да говорят за секс и която е освободена от осъждане и морализиране, така че хората да могат спокойно да говорят за своята сексуалност. Дори единствено с това — а често това изобщо не е лесно — е възможно да се постигне огромен успех. От една страна сексът се превръща в начин през призмата на интимността и желанието да се осветят и конфликтите, а от друга се превръща в път към лекуване на деструктивните пукнатини във връзката. Заедно с Йони използваме съдържанието на нейните фантазии, за да изясним критичните моменти между нея и Рей. Зависимостта и пасивността, агресията и контролът са чувства, които е потискала с години и които са били допускани само до уединението на нейното съзнание.

Събуждайки тези чувства чрез терапията, тя започваше да ги освобождава и в дома си.

Вече освободила се от срама от фантазиите, тя се успокои и възвърна увереността си. За своя изненада тя започна да се обръща към Рей с всякакъв вид молби без почти никакво безпокойство. Последваха разговори, в които се оказа, че огромните проблеми не са нищо повече от неприятни недоразумения, които поради пренебрегване бяха нараснали лавиноопасно и бяха излезли извън контрол.

Години наред Рей живеел с убеждението, че именно неговото нежно отношение е това, от което се нуждае Йони. Всъщност той вярвал, че това е нещото, което всички жени искат и затова не можел да разбере защо, когато пита: „Какво бих могъл да направя за теб?“, винаги предизвиквал така раздразнен отговор като: „Нищо!“ Той нямаше как да знае, че за Йони сексуалното обгрижване означава да й бъде позволено да избяга от всички отговорности и да се наслади на една пасивна зависимост, без да изпитва чувство за вина.

Тяхната динамика беше станала абсурдна — нейният отказ задействаше неговата загриженост, която от своя страна довежда до още по-голямо отхвърляне от нейна страна.

Когато Йони подкани Рей да бъде потвърди самоинициативен, това подейства освобождаващо и за двамата. За първи път той почувства, че има пространство за целия диапазон от чувства, не само от нежност. Йони беше изненадана от положителния отговор на Рей към нейното собствено отстояване. Дори самото изразяване на нейното желание да бъде пасивна беше неவிждана досега стъпка към отстояване на себе си. Като много други жени, тя беше възприела силно втълпяваната идея, че смелото изразяване на женската сексуалност е неморално, непривлекателно, егоистично и определено не е част от интимната любов. „Страхувах се, че ако кажа на Рей «Прави това и онова, забави, стой по-дълго, и т.н.», това ще го накара да се почувства немъжествено.“

Изцяло съобразявайки се с Рей в сексуално отношение, оставяйки се в негови ръце и пренебрегвайки собствените си желания, Йони успешно беше изпълнила вековната женска мисия да запази егото на мъжа си и да укрепи мъжествеността му. Или поне така си мислеше тя. Но предположенията ѝ се оказаха погрешни — защото Рей очевидно беше възбуден от предпочитанията и дори от изискванията ѝ. За него да има жена, която му е сексуално равнопоставена премахна товара на догадките и на постоянната несигурност от това никога да не знае дали се справя добре.

Когато тя даде сигнал, че има желание за секс, той не се притеснява за нея и повече не се чувства унижен заради нейните помирително равнодушни отговори. Нейното повишено настроение му позволява да прояви някои собствени изисквания и да изпита необузdana страст с жената, която обича.

Йони никога не разказа на Рей специфичното съдържание на фантазиите си, но въпреки това разкриването на тяхното значение доведе до значителни промени в тяхната сексуална и емоционална връзка. Веднъж осъзнала какво търси в секса и разбрала личните и социални бариери, които стояха на пътя ѝ към удоволствието, Йони беше способна да се свързва и да отговаря на Рей по различен начин. На мен тя ми каза: „Сега, когато вече съм наясно какво означава сексът за мен и как искам да се чувствам по време на секс, мога да говоря за това с Рей, без да се налага да му споделям фантазиите си. Въпреки че дори и това вече не ми изглежда толкова страшно — в тях няма нищо, от което да се срамувам или страхувам.“

Личните фантазии — да ги споделим или да ги запазим за себе си?

Някои двойки си създават еротичен заряд, като споделят фантазиите си с думи или действия. Катерин и мъжът ѝ са си създали схема на палаво съучастничество, в което заедно измислят детайлите на своя сладострастен акт. За тях това е забавно, разнообразно и им позволява да бъдат някой друг (или с някой друг), без да трябва да отиват другаде. По този начин те създават разнообразие вътре в моногамната връзка.

Но не всеки търси подобен начин за съблазняване. Споделянето и разкриването не е задължително необходима част при работата с фантазиите. Не съм поддръжник на тактиката „пълно себеразкриване“; не всеки би избрал да живее в атмосферата на „Откровени изповеди“^[1].

Възможно е да желаем да запазим за себе си своите въображаеми картини не от срам, а по-скоро защото подсъзнателно усещаме, че излагането им на дневна светлина може да ги попари. Друга възможна причина е, че просто сме достатъчно мъдри да фанглазираме сами, защото не сме на една и съща еротична вълна с любимия.

Нека вземем за пример Нат и неговата приятелка Аманда. Сексуалните фантазии на Нат не са спретнато подредени и заключени в уединението на неговия ум; те са поставени на преден план — в касетите, изложени на рафта с филми: „Секс оргия 1“, „Секс оргия 2“, „Секс оргия 17“, „Секс оргия 50“.

Сексуалните му вкусове не могат да бъдат сбъркани. Той никога не е изпитвал необходимост да ги крие, но също така не е изпитвал и нужда да ги споделя. „Те са нещо като фетиш за мен. Не мисля, че хората винаги разбират своите фетиши. Защо някои хора обичат обувки? Нямам представа. Опитвал съм се да го разбера, но не мога. Не съм срамежлив. Това е нещо дълготрайно при мен, още от тийнейджърските ми години, и няма връзка с актуалния ми сексуален живот.“

Ако Аманда не беше изразила своето безпокойство във връзка с видеокасетите, Нат вероятно щеше да продължи да си гребче удобно в своите лични води (въпреки че беше логично да очаква, че излагането

им на преден план вероятно ще повдигне известни въпроси). „Не мога да разбера насилието. Ужасява ме. Веднага ме кара да си мисля за собствената ми уязвимост като жена“, казва тя. „Искам да кажа, има нещо сбъркано във всичко това, не съм ли права?“ Аманда вижда разгорещени мъже, които се възползват от беззащитни жени. Но Нат гледа съвсем различен филм.

Когато го пита: „Кой е силната страна тук?“, веднага отговаря: „Без съмнение жената.“ Нат се пали по жени, които са ненаситни, сексуално потентни, жени, които могат да задоволят по няколко мъже наведнъж.

Удоволствието му не е свързано нито с насилие, нито с болка. „Тя го иска, харесва ѝ. Ако не беше така, веднага бих се отдръпнал.“

Обяснението на Нат успокоява Аманда и по този начин филмите ѝ изглеждат по-малко отблъскващи, но тя все още е обидена от факта, че жените на екрана нямат нищо общо с нея. „Не мога да се състезавам с тези жени. Ако това е нещото, което той харесва, как е възможно да бъде удовлетворен от мен?“, попита тя.

Когато Аманда гледа записите, тя вижда само какво те намекват за самата нея, а не обръща внимание на това какво те изразяват за Нат, и така тя се чувства отхвърлена.

„Намирам тези жени за секси,“ признава той. „Виждам момиче, което се разхожда по улицата по бюстие и къса кожена минипола и ела-ме-изчукай ботуши, и разбира се, това ме възбужда. Но искам ли да прекарам остатъка от живота си с този човек? Не. Искам ли да рискувам връзката си с теб и да отида да изчукам това момиче? Не. В миналото бил ли съм привличан от такъв тип хора, чукал ли съм ги? Да. Имал ли съм дълготрайна връзка с някой от тези хора? Не. Мога ли да разпозная разликата между нещо, което намирам за възбуждащо и някой, когото обичам? Мисля, че съм достатъчно зрял, за да боравя с тези понятия. Чувствата ми към теб са нещо напълно различно.“

Подканвам Аманда да помисли върху факта, че вълнуващото за Нат е точно това, че жените в неговите фантазии не са реални. Пълната липса на психологическа усложненост възбужда желанието му. Ако тези жени бяха истински — ако те имаха чувства, нужди, несигурности, мнение — и цял гардероб с ботуши не би свършил работа. В тези фантазии комплексните личности са ограничени само до онова, което той иска да вземе от тях.

Жените в неговите порнографски филми трябва да бъдат достатъчно празни от съдържание, за да могат да поемат неговите въображаеми проекции и да задоволят нуждите му.

Нат извиква във въображението си образа на ненаситната жена-демон. За Йони това са каубоите, които сами по себе си също не са твърде сложни образи. При Дарил това е похотливият случаен минувач на плажа. За Катерин това е съпругът ѝ в ролята на клиент. Нашите фантазии често са населени с подобни образи на необузdana сексуалност. Чрез тях можем да изпитаме просто развлечение или неудържимо сладострастие, освободени от сложните емоции на зрялата интимност. Тези добре дошли странници ни помагат да оставим настрана липсата на ориентир в желанията и превратностите в любовта.

Въпреки че те вървят ръка за ръка с любовта, не могат да заместят реалността.

Хетеросексуалната порнография, основно произвеждана за мъжката аудитория, е ангажирана главно с онова, което социологът Антъни Гидънс нарича „нисък емоционален и висок сексуален интензитет“. В известен смисъл тя посреща нуждата на мъжете да разделят сексуалния от емоционалния си живот и да поставят граница между стабилната връзка и желанията на плътта. Но също така служи и на една друга, не така очевидна цел. Докато опонентите на порноиндустрията се фокусират основно върху агресията и насилието на мъжката сексуалност, Гидънс поддържа тезата, че мъжката потентност, представена в тези сцени, е явно доказателство за неувереността на мъжете — сексуална и друга. Женските образи в повечето порнографски филми (сами по себе си неуязвими) неутрализират мъжката уязвимост, защото винаги са напълно отзивчиви и напълно задоволени.

Мъжът никога не страда от чувство за некомпетентност, защото жената е в състояние на екстатично блаженство, което е изцяло негова заслуга. Тя потвърждава неговата мъжественост.

Докато Нат слушаше моята опростена дисекция на порнографията, имах усещането, че в този момент би дал всичко на света, за да се намира някъде другаде. Не му хареса идеята, че „Секс оргия 47“ наистина може да отразява мъжката сексуална несигурност. Но все пак се отъждестви с нуждата от зона без емоции, където сексът

е необременен и в суров вид и където всичката уязвимост, неадекватност и зависимост — неговата и нейната — могат да бъдат временно загърбени.

Ако касетите не бяха изложени на видимо място, вероятно нямаше да се задълбоча до такава степен във филмовите предпочитания на Нат. От друга страна Нат и Аманда бяха заедно от сравнително скоро време и все още полагаха основите на общия си живот и установяваха облика на връзката си.

Усещах, че несигурността, предубежденията и естетическите разлики биха затруднили Аманда да изслуша неговия личен начин за възбуждане, без да почувства заплахата от това.

От своя страна Нат не беше особено отзивчив към тревогите на Аманда.

Беше нехаен относно въздействието, което имаха всички тези касети върху нея и (обратно на собствените му твърдения) с твърдоглава уклончивост отказваше да проумее всичко това. Аргументът му, че я обича прекалено много, за да може да я вижда в подобна еротична светлина беше изключително повърхностен. За да пожелае някой да разкрие вътрешния си еротичен свят се изисква значително повече чувствителност и такт от това, което Нат проявяваше. Но също така, когато влизаме в света на фантазиите на партньора си, е нужно много повече чувство за лично разграничаване, отколкото Аманда съумя да събере в себе си.

Някои хора се възбуждат, надничайки зад завесите на тайните фантазии на партньора си; за други това се оказва катастрофално. Не само че не успява да обогати, но и вреди на тяхната еротична връзка. Да поканиш някого в интимното пространство на еротичния си свят е рисковано. Когато фантазиите не са добре приети, това може да действа опустошително. Но когато са приети по начин, който ни кара да се почувстваме приети и признати, те могат да бъдат силно утвърждаващи. Докато самата фантазия може да не съдържа интимен сценарий, нейното разкриване и изразяване допринася за задълбочаването на любовта и доверието.

В същото време навлизането в еротичните територии на съзнанието на другия изисква да положим усилия за разбирането му, както и да притежаваме значително умение за емоционално разграничаване.

Възможно е нещата, които чуем, да не ни харесат. Възможно е да не ни се сторят секси. Постигането на подобно ниво на емпатична обективност не е лесна задача, особено когато става въпрос за интимните ни желания. Ако партньорът ни се възбужда от нещо, което ни е чуждо и несвойствено, тогава изкушението първо да го осъдим, а след това да задаваме въпроси, ако изобщо го направим, е огромно. Разговорът, който е започнал като открито изследване на другия, може бързо да се изроди в отбранително оттегляне. Когато еротичният ум усети критика, той се скрива. Загубил неприкосновеността си, той става потаен.

Считам личното пространство за нещо много важно и предпочитам предпазливия подход, когато става въпрос за сексуално себеразкриване.

Изследването на личната еротика не е синоним на публичното ѝ разкриване. А признаването на нуждите не означава тяхното споделяне в детайли. Има много начини, чрез които да внесем своето еротично аз в интимните си връзки. Не всички от тях изискват да го облечем в думи.

Подходът, който изберем, трябва да отговаря на конкретната връзка и на съвместимостта между партньорите.

Нашето културно табу относно еротичните фантазии е толкова силно, че за много хора самата идея да се говори за тях предизвиква безпокойство и срам. И все пак фантазиите са карти на нашата психологическа и културна нагласа; изучавайки ги, можем да постигнем по-високо самосъзнание, което е съществена стъпка за създаването на промяна. Когато отцепим своя еротичен вътрешен свят оставаме със секс, който е орязан, лишен от жизненост и не особено интимен. Това, което хората пропускат да видят, е, че скучните и отегчителни сексуални връзки често са последствие от затварянето на въображението именно по този начин.

Еротичното въображение е ярък израз на нашата жизненост и е едно от най-мощните средства, които притежаваме, за да поддържаме желанието живо. Даването на пространство на фантазиите може да ни освободи от многобройните лични и социални препятствия, които стоят на пътя към удоволствието. Ако успеем да признаем приноса, който фантазиите имат за нас, това ще ни помогне да осъзнаем какво търсим в сексуално и емоционално отношение. Еротичните ни сънища

съдържат енергията, която ни помага да останем отдадени и будни към собствената ни сексуалност.

[1] Препратка към филм с Робърт Де Ниро, True Confessions — Б.пр. ↑

ГЛАВА 10

„Въпрос: Каква е тайната на трайните връзки?“

Отговор: Изневярата. Не самото действие, а заплахата от него. Според Пруст предизвикването на ревност е единственото нещо, способно да спаси една връзка, разрушена от навика.“

Ален де Ботон, „Как Пруст може да промени живота ти“

„Оковите на брака са толкова тежки, че са нужни двама, за да ги носят, а понякога и трима.“

Александър Дюма

Сянката на третия. Преосмисляне на верността.

Талмудът, големият сборник на равинската традиция разказва следната притча: всяка нощ Раби Бар Аши се просвал на земята с молитви към милостивия Бог да бъде спасен от нечестивите си желания. Жена му случайно го чула и си рекла: „Изминаха толкова години, откакто той се отдръпна от мен. Какво го кара да говори така?“ Така един ден, докато изучавал книгите в градината, тя се облякла като Харута^[1] и отишла при него.

„Коя си ти?“ — попитал той.

„Аз съм Харута.“ — отговорила тя.

„Искам те!“ — заповядал той.

„Донеси ми нара от най-високия клон!“ — поискала тя в замяна. Той ѝ донесъл нара и я направил своя.

Когато се прибрал у дома, жена му стояла до огнището и пазела огъня. Той се устремил към огъня и се опитал да се хвърли в него. „Защо правиш това?“ — попитала го тя.

„Защото това и това се случи!“ — признал той.

„Но това бях аз“ — отговорила тя.

„Да, но въпреки това аз пожелах забраненото.“

Монолитна моногамия

В момента, в който двама човека станат двойка, те започват да създават граници — да определят какво се намира вътре и какво извън тях. Избираме един човек сред всички останали и след това очертаваме границите около щастливия си съюз. Тогава се поражда въпросите. Какво съм свободен да правя сам и какво трябва да споделя. Трябва ли да си лягаме по едно и също време? Ще празнуваш ли заедно със семейството ми всяка година Деня на благодарността? Понякога успяваме да направим еднозначни уговорки, но по-често се случва да действваме по метода проба-грешка.

Определяш докъде можеш да стигнеш, без да докоснеш твърде чувствителни места.

„Защо не ме покани да дойда с теб? Помислих, че ще пътуваме заедно.“

Един поглед, един коментар, момент на засегнато мълчание — това са знаците, които се налага да интерпретираме. Интуитивно напипваме колко често да се срещаме, колко често да говорим и колко споделяне се очаква от нас. Отсяваме собствените си приятелства и решаваме доколко е позволено да бъдат важни за нас сега, когато се имаме един друг. Отсяваме и бившите любовници — знаем ли, говорим ли за тях, виждаме ли ги? Официално или не, всички ние очертаваме границите на личното и споделеното си пространство.

Най-основната сред всички граници, тази, която царува над всичко, е верността, тъй като тя повече от всичко друго потвърждава нашия съюз. Традиционно моногамията означава един сексуален партньор за цял живот — както при лебедите и вълците. В наши дни значението ѝ е леко изменено — един сексуален партньор за даден период (оказва се, че дори лебедите и вълците само изглеждат моногамни). Жената, която се омъжва, развежда, за известно време е

самостоятелна, има няколко любовника, омъжва се отново, развежда се, след това се жени за трети път, въпреки всичко отговаря на условието за моногамност, тъй като във всяка от връзките си има само по един партньор. Докато мъжът, който е обвързан с една и съща жена в продължение на петнадесет години, след което през петнадесетата година си позволява приключение за една нощ, веднага е запратен в групата на изневеряващите. Ако си изневерил, значи си изневерил.

Както пее Боб Дилън, „Времената — те се менят“ През последните петдесет години обществото ни се отвори към цяло едно изобилие от нови съпругески и семейни конфигурации. Вече можем да имаме хетеро, хомо или транссексуални бракове. Можем да имаме съжителство на семейни начала. Можем да бъдем самотни родители, доведени родители, приемни родители или бездетни. И последователната смяна на брачните партньори, и смесените семейства са нещо обичайно. Можем да съжителстваме без някога да сключим брак, или можем да бъдем съпрузи, които само от време на време живеят под общ покрив. Фино настроени към деликатността на брачния живот, ние вече ползваме предбрачни споразумения и правим разводи по общо съгласие. Всички тези уговорки са променили границите както вътре в самата двойка, така и между двойката и външния свят.

Въпреки това, колкото и гъвкаво да е отношението ни към брака, ние оставаме непоколебими в своето настояване за моногамия. С няколко изключения — кинозвезди, застаряващи хипита, любители на секс клубове — границите, които очертаваме около сексуалната ексклузивност остават твърди.

Любовната ни връзка с моногамията безспорно има своята цена.

Бразилският семеен терапевт Мишел Шайнкман казва: „Американското общество показва висока толерантност към разводите — в които между другото можем да бъдем свидетели на пълния провал на лоялността във връзката и на болезнените последици за всички членове на семейството — но е общество, което няма никаква толерантност към изневярата.“ По-скоро бихме разрушили една връзка, отколкото да поставим под съмнение нейната структура.

Нашата вяра в моногамията е толкова силно утвърдена, че повечето двойки, особено хетеросексуалните, рядко отварят темата. Те приемат, че няма смисъл да обсъждат нещо, което се разбира от само

себе си. Дори тези, които проявяват интерес да изследват сексуалността във всичките ѝ измерения, в повечето случаи не са склонни да преговарят относно установените граници на изключителността на партньора. Моногамията е основно изискване. Според този начин на мислене не е възможно да бъдеш в повечето случаи моногамен или 98 процента моногамен, или периодично немоногамен. Обсъждането на верността предполага, че тя е изложена на предоговаряне, тоест не представлява абсолютно условие. Възможността за изневяра е толкова тежка и мрачна, че отбягваме темата с добре отработено отхвърляне. Страхуваме се, че и най-малката слабост би могла да се окаже фатална и да отприщи потока на Содом и Гомор.

Въпреки че изневярата е причината за развод при 50% от първите бракове и 65% от вторите; въпреки потресаващата честота на извънбрачните връзки; въпреки че моногамията е потъващ кораб, който едва ли някой би могъл да спаси, ние продължаваме да се придържаме към отломките на корабокрушението с абсолютна вяра в нейната структурна стабилност.

Да срещнеш „голямата любов“

В исторически план моногамията е външно наложена система за контрол над женската репродукция. „Кое дете е мое? Кой ще наследи кравите ми, след като умра?“ верността като основна опора на патриархалното общество е била главният гарант за потеклото и имуществото — и не е имала нищо общо с любовта. Днес, особено в западния свят всичко е въпрос на чувства. След като бракът от договорено споразумение се превръща в сърдечен въпрос, верността става израз на любовта и отдадеността. Докато в миналото верността е представлявала обществен императив към жените, днес тя е въпрос на личен избор и за двата пола.

Вътрешното убеждение замества обществените договорености.

Днес грижата да си намерим партньор е единствено наша. Освободени от задължението да сключваме брак по сметка, ние заявяваме своите нови идеали за нещата, които искаме, а искаме всичко. Нашите желания все още включват нещата, които се е очаквало да осигури традиционното семейство: сигурност, деца, имоти,

обществено уважение. Но днес ние също така искаме нашият човек да ни обича, да ни желае, да се интересува от нас. Трябва да бъдем едновременно довереници, най-добри приятели и страстни любовници. Модерният брак ни обещава, че там някъде има един човек, с когото всичко това е възможно и единственото, което трябва да направим, е да го открием. Толкова здраво сме се вкопчили в идеята, че бракът трябва да посрещне всичките ни нужди, че разочарованите избират развода или любовните афери не защото поставят под въпрос самата институция, а защото мислят, че са избрали погрешния човек, с когото да достигнат нирвана. Те са убедени, че следващия път ще направят по-добър избор. Фокусът винаги е върху обекта на нашата любов, а не върху способността ни да обичаме. Именно от тази точка психологът Ерих Фром прави заключението, че хората вярват, че е лесно да се обича, но е трудно да се намери правилният човек за това. Веднъж открили „голямата любов“, ние няма да имаме нужда от никой друг. Изключителността, която търсим в моногамията, се корени още в най-ранния ни интимен опит с хората, които са се грижили за нас като малки. Психоаналитикът — феминист Нанси Чодороу пише следното: „Тази преобладаваща тенденция, според която аз трябва да бъда обичан по всяко време, навсякъде, по всякакъв начин, с цялото ми тяло и цялото ми същество, без никакви критики, без и най-малкото усилие от моя страна, е крайната цел на всички еротични стремежи.“ Във възрастните си любовни отношения ние търсим да преживеем наново първичното чувство за единение, което сме изпитвали с майките си. Бебетата не познават отделеността. Те живеят в приказен свят, в който има един човек, чиято единствена работа е да се грижи за тях. В екстатичното сливане между майката и детето не съществуват празнини. За новороденото майката е всичко, всичко наведнъж, неразделно и неограничено: кожа, гърди, глас и усмивка — всичко съществува единствено заради него. Като бебета с розови дупета ние сме били цялостни и напълно задоволени и някъде дълбоко в себе си все още си спомняме този рай. Онези от нас, които не познават това идилично състояние — чиито майки не са се отзовавали, не са били последователни, отсъствали са или са обръщали внимание единствено на себе си — са често дори още по-силно решени да намерят перфектния партньор.

Оставаме с въпроса дали единството, което се стремим да възстановим не е само една илюзия? За детето майката представлява цялата вселена, но майката винаги е познавала и други хора. До нея дори стои един ревнив любовник — бащата. Както се оказва, мама никога не ни е била напълно вярна — дори не и в приказките.

И така, призракът на измяната дебне наблизко още от самото начало. Ние израстваме с него. Изолиращите условия на модерния живот само увеличават тътен на несигурността, която се крие зад нашата романтична склонност към обсебване. Страхът от загуба и страхът от това да не бъдем изоставени ни карат да се вкопчваме още по-силно във верността. Нашата култура на безгранична свобода и обезценяване постоянно напомня колко заменими сме всъщност, а това прави нуждата ни да се чувстваме в сигурност по-голяма от всякога.

Колкото по-малки се чувстваме в света, толкова повече искаме да блестим в очите на партньора ни. Искаме да знаем, че сме от значение и че поне за един човек сме незаменими. Копнеем да се чувстваме цялостни и да се издигнем над затвора на самотата ни.

Може би това е причината, поради която така безкомпромисно настояваме за сексуална изключителност. Сексуалната любов на възрастните мигновено пресъздава тази най-проста форма на ранно сливане — сливането на телата, зърното на гърдата, което изпълва цялата ни уста и ни кара да се чувстваме напълно заситени — поради което мисълта за любимия ни с друг партньор е напълно съкрушителна. Сексът за нас е най-висшата възможна измяна.

Моногамията, както следва, е свещената крава на романтичния идеал, тъй като тя е доказателството за нашата специалност: избрали са мен, а останалите са отхвърлени. С това, че обръщаш гръб на другите възможни партньори, ти потвърждаваш моята уникалност. Когато ръцете и разумът ти се разхождат по непозволени територии, моята важност намалява. И обратно, ако вече не се чувствам специален, моите собствени ръце и мисли започват да търсят нови пътища. Разочарованите са склонни да скитат. Те си задават въпроса: „Дали някой друг ще възстанови моята значимост?“

Съпружеският джакпот

Дъг срещнал първата си съпруга в колежа. Те били добри приятели, но сексуалният им живот никога не е бил особено интересен. Накрая и бракът им се провалил. Той продължил нататък с няколко страстни връзки, които били сексуално освежаващи, но емоционално изтощителни. След това срещнал Зои, енергична и жизнерадостна графична дизайнерка с, както той го нарича, „Висок невротичен коефициент“. Дъг разказва: „Тя беше неповторима. Беше практична, здраво стъпила на земята и необузdana в леглото. Мислех, че съм спечелил джакпота относно избора на съпруга.“

След няколко години брачен живот ентузиазмът ѝ към него започнал да спада. Тя все още е силно енергична, но голяма част от енергията ѝ е насочена в друга посока. Децата изискват вниманието ѝ. Работата изсмуква креативността ѝ. Огромното ѝ семейство — родителите, петте сестри и всичките им деца — е центърът на социалния ѝ живот. Дъг се чувства незабележим. Без секса, който да го отличи сред другите участници в ангажирания живот на жена му, той започнал да се чувства все по-ненужен, като някаква добавка.

В следващите години растящата раздразнителност на Дъг е прекъсвана от временни и краткотрайни периоди, в които искрата между тях се пробужда отново. Той отвлича Зои за романтични уикенди, внимателно подбира седмичните DVD-та, купува ѝ обици, защото знае, че тя харесва висящите дрънкулки. През повечето време Зои е плячка, която той преследва. Но колкото повече го прави, толкова повече осъзнава колко са едностранни усилията му и това го потиска. Въпреки всичките си усилия, той никога не успява да разпали буйния огън, от който се нуждае. Колкото повече се опитва да запълни празнината между тях, толкова по-празен се чувства.

Последните вече са ясни — той започва да се оглежда в различни посоки и този път погледът му се спира не върху Зои, а върху Наоми.

Тази удивителна червенокоса негова колежка не се притеснява да изрази увлечението си по Дъг. Намира извинения, за да го посещава в офиса му, и веднъж влязла вътре, успява да намери причини да се задържи за по-дълго.

Изявява очарованието си от това колко добре се е справил с шефа им; харесва костюма му; а, а това нови очила ли са? Сандвичът

на обяд преминава в питие след работа, което преминава в петгодишна връзка.

Сексът е пламенен, но не само той е в основата на връзката им. Това, което ги свързва така силно е изобилното внимание един към друг и тръпката, която преживяват, извършвайки нещо непозволено. С Наоми, която никога не страда от липса на мъжко внимание, Дъг се чувства неотразим. Той ѝ липсва изключително много през уикендите, тя го ревнува от паралелния му живот. И макар нейната склонност да го обсебва да е изтощителна и дори дразнеща за него, тя също така потвърждава именно колко важен и ценен е той.

Когато Дъг идва при мен, той едва успява да се справи с противоречията в живота си. Неговият брак, който би трябвало да бъде моногамен, не е такъв. Неговата любовна афера, която на практика е немонагамна, току-що беше приключила, защото той не можеше да изпълни изискването на Наоми за вярност. „Всичко това е лудост“, казва той. „Наоми искаше да спра да правя секс със Зои, но аз ѝ казах, че не мога да направя това. В отговор тя започна да се среща с друг и сега вече обсъждат сватба. Тя отказва да прави секс с мен и е напълно потайна относно връзката си с Юън. Ще полудея от ревност, направо съм обсебен. Само като си я представя в обятията на друг мъж, губя самообладание.“

„Надявам се, че не си изгубил чувството си за ирония,“ казвам аз. „Търсиш вярност на същото място, където се случва изневярата.“

„Да, но тук става въпрос за нейната невярност, не за моята.“, отвръща той.

„А, да, забравих, че тук имаме двоен стандарт. Очакваш Наоми и Зои да ти останат верни, докато ти не си верен на нито едната от двете.“

„Нещо такова, да. Не е много честна уговорка, знам. Повярвай ми, не се гордея с това положение.“

„Тогава защо не напусна Зои?“, питам аз. „След като получаваш толкова много неща от връзката си с Наоми, защо не последва «горящия храст», огъня, който никога не угасва?“

„Аз обичам Зои!“, казва Дъг, шокиран от паралела, който току-що направих. „Никога не съм искал да прекъсна брака си. Животът ни със Зои е добър, а и не искам да живея отделно от децата си. Струва ми се абсурдно — Наоми и аз женени? Това би било катастрофално.“

„Тоест, това не е афера, целяща да ти помогне да прекратиш брака. Може би по-скоро е изпълнявала ролята на нещо като стабилизатор, където третият човек във връзката помага на другите двама да останат заедно?“

„Не знам. Може би. Истината е, че въобще не съм се замислял. Просто действах инстинктивно и сега се чувствам ужасно.“

Истинското послание на изневярата

В известен смисъл ми се струва, че Дъг очаква да потвърдя, че той наистина е направил ужасна грешка. Изменил е на брачната клетва, което, черно на бяло, си е чисто пресичане на морала. Но подобни обобщаващи присъди прекалено лесно отвлечат вниманието ни от съществените причини, които стоят зад подобно поведение. Предпочитам да заема морално неутрална позиция, от която имам свободата да изследвам истинската причина на любовната история, вместо да разнищваме неетичността ѝ. В момента, в който Дъг разбере мотивите, които са го отвели в прегръдките на Наоми, той ще може да направи собствените си изводи както относно досегашните си действия, така и относно това, което би искал да прави от тук нататък.

Хората се отклоняват от правия път поради ред причини — несподелена или опорочена любов, отмъщение, неосъществени копнежи, или пък заради най-обикновена похот. Понякога изневярата е израз на търсене на интензивност или на бунт срещу ограниченията на съпружеския живот. Престъпването на правилата е силен афродизиак. Понякога тайните ни дават усещане за автономия, друг път представляват реакция срещу липсата на лично пространство. Какво би могло да бъде по-възбуждащо от един таен телефонен разговор в банята? Най-накрая изтормозената майка може отново да се почувства като истинска жена; любовникът ѝ не знае нищо за счупеното Лего или за водопроводчика, който за втори път забравя да се появи в уговореното време.

Незаконната любовна връзка може да бъде съкрушителна, но също така може да бъде и освобождаваща, да бъде източник на сила и да има лечебно въздействие. Често тя е всичко това наведнъж. Когато интимността си е отишла, когато вече дори не разговаряме, когато не сме били докосвани от години, ние сме по-чувствителни към добротата

на чуждите хора. Когато децата са малки и постоянно изискват грижите ни, извънбрачното внимание има силата да ни освежи. Когато пораснат и си заминат, родителите, които остават в изпразненото гнездо, може да потърсят удовлетворение също навън. Ако здравето ни е напуснало или ако наскоро сме имали досег със смъртта, най-вероятно преживяваме изблици на недоволство и отчаяно започваме да търсим нещо по-добро. Понякога извънбрачните връзки означават, че не сме се предали, друг път са сигнал за това, че сме го направили. Изневярата може да бъде сигнал за тревога в брака, даваща знак, че е нужно неотложно да му се обърне внимание. Или може да бъде и камбанен звън, който следва последното издихание на връзката.

Аз лично поставям под въпрос широко разпространеното вярване, според което изневярата винаги е симптом на дълбоки проблеми във връзката.

Една афера може да бъде започната поради хиляди причини, не всяка от които е пряко свързана с трудностите в брака. Между другото, немалка част от прелюбодейците са до голяма степен щастливи във връзката си. Така беше и с Дъг. Но той искаше нещо повече. Не можеше да каже какво точно, знаеше само, че е свързано с по-редовен секс.

Заедно с Дъг изследваме анатомията на неговата страст и така започвам да разбирам потребностите, които успява да задоволи чрез бурната си връзка с Наоми. За него сексът е едновременно емоционална храна и убежище.

Израз на съвършената любов. Чрез секса той се освобождава от егото си и това му дава усещането за единство със света. Страстта му дава така жадуваното освобождаване от непоносимата самота на съществуването му.

„Чувството е все едно съм умрял; това преживяване измита всичко от съзнанието ми. Този абсолютен фокус, пълната концентрация по някакъв начин ме освобождава от самия мен. Спирам да мисля, усещането преминава по гръбнака ми, след това през мозъка ми и излиза навън. Но аз изобщо не следя какво се случва.“ Правенето на любов обхваща цялото му същество. С Наоми Дъг успява да поддържа този високооктанов, издигащ го над цялата реалност секс. Причината за това отчасти е, че от еротична гледна точка двамата са направени от едно тесто. Но по-важното е, че самата структура на

тяхната връзка, и на всички останали извънбрачни връзки, е създадена така, че да служи на страстта.

Извънбрачните връзки са рисковани, опасни и краткотрайни — съдържат всички елементи, които разпалват страстите. В самодостатъчната вселена на извънбрачната любов ние сме отделени от останалата част на света, а съпровождащата я потайност само подсилва връзката. Защитена от лъчите на ярката дневна светлина, магията на другия остава непокътната. Няма защо да се тревожите, че приятелите ви няма да го харесат, тъй като никой не знае за него. Аферите се развиват извън стандартните граници на живота ни и притежават лукса да са неведоми за часа при зъболекаря, данъците и сметките.

От друга страна съществуват и препятствията, които трябва да се преодоляват. За да се срещнат, любовниците трябва да положат усилия, които често пъти никак не са малки. Има прескачане през обръчи, подправяне на програми, подsigуряване на терен, измисляне на извинения.

И целият този неуморим стремеж многократно потвърждава важността на двамата един пред друг. Погледнато от тази гледна точка, прегрешението на Дъг беше опит отново да преживее нещата, които някога имаше заедно със съпругата си и без които не можеше да живее: чувство за значимост, освобождаване от чувството за самота; и усещане за лична сила.

Вече може да се прибереш вкъщи

По времето, когато любовната връзка на Дъг приключва, бракът му вече едва се държи. Дъг и Зои са сърдечни и почтителни един към друг, дори от време на време и любящи, но емоционално са на дъното. Привикнали са да живеят в неяснота относно неговите повтарящи се отсъствия. Дъг говори със Зои рядко и само накратко. Страхува се неволно да не направи грешка на езика и да не се издаде; неговата потайност заема все по-голямо пространство в брака им, оставяйки му само няколко теми, които могат да обсъждат заедно: децата, президента и времето.

Докато разнищваме кое е дало първоначалния тласък на връзката на Дъг с Наоми, започвам да разбирам причината, поради която той

избира да не се бори за нея, а вместо това да остане с жена си. Зои е като твърдата почва под краката му. От друга страна способността ѝ да вижда нещата в перспектива ѝ дава известна свобода; не ѝ е трудно да спи през нощта или да става сутрин. Зои не търси страст, тя рядко позволява на емоциите да я завладеят. С Наоми Дъг може и да е намерил липсващото парче от пъзела, но Зои притежава всички останала негови части.

С Дъг обсъдихме как неговата идеална представа за брака отразява реалността от собствения му специфичен съюз. Той иска едновременно сърдечност и страст. Исква кухненската маса да е олтар на похотливото сливане през нощта, а на сутринта да бъде слънчево кътче, където да закусват палачинки заедно с децата. Но Дъг вероятно никога няма да преживее същата интензивност, каквато е изпитал с Наоми. Извънбрачните връзки имат свой собствен вид страст. Потайност, терзания, вина, грях, опасност и ревност — този леснозапалим коктейл „Молотов“ може да предизвика еротична експлозия, прекалено опасна за дом с деца.

Когато Дъг постепенно започва да си изяснява какво е разумно да очаква от брака си, в него започват да възникват редица нови въпроси. Сега, когато е избрал да запази брака си, какви възможности има? Може ли да уважи желанията си, без да трябва да ги следва? Ще продължи ли да преговаря моногамията едностранно и без знанието на Зои — което е типична черта на любовните афери — или ще избере да проведе с жена си по-отворена дискусия относно сексуалните граници в брака им? Необходимо ли е да разкрие любовната си връзка, за да се свърже отново с жена си? Какво да направи с чувството си за вина?

Отговорите се променят с всеки изминал ден. Миналата седмица той смяташе, че няма да може да я погледне в очите, ако не изчисти съвестта си пред нея. Днес вече е на мнение, че най-доброто, което би могъл да направи, е да запази цялата тази каша за себе си. „Трябва ли да разбия сърцето ѝ, само за да успокоя съвестта си? Понякога си мисля, че тя е знаела през цялото време и единствената причина, поради която не ме е напуснала, е защото си държах устата затворена. Така поне може да запази достойнството си.“

Повечето американски семейни терапевти смятат, че извънбрачните връзки трябва да бъдат признати, за да може интимността да се възобнови. Тази идея върви ръка за ръка със

западния модел за интимна любов, според който тя трябва да се гради върху прозрачност — да нямаме тайни един от друг, да не се лъжем, да споделяме всичко. На практика някои хора осъждат измамата дори повече от самата постъпка: „Проблемът не е в това, че си ми изневерил, а в това, че си ме лъгал!“ в американския начин на мислене уважението е тясно свързано с честността и честността е съществена по отношение на личната отговорност. Криенето, преструването и останалите форми на измама се равняват на неуважение. Лъжеш само онези, които се намират под теб — децата, избирателите, служителите.

В други култури уважението по-скоро се изразява с благородни лъжи, които целят да запазят достойнството на партньора. В тези култури една неистина, изречена с цел да предпази другия е за предпочитане пред това да се кажат истини, които могат да накарат другия да се почувства унижен.

Следователно укриването не само подпомага поддържането на хармонията в брака, но също така е и признак на уважение. Лично аз съм повлияна от начина на мислене на американската култура, но се съобразявам с решението на Дъг да запази тишина относно аферата си, и в същото време го насърчавам да търси други начини, за да се свърже отново емоционално с жена си. Дълго време бракът му е бил на „пауза“ и сега е време да натисне бутона „старт“.

Дъг започва отново да инвестира във връзката си със Зои. Разполагайки с повече свободно време, той започва да пренасочва своите изобилни ресурси от време и енергия към жена си. Тя се преструва на изненадана от ненадейното завръщане на нейния Одисей, но Дъг знае, че причината за духовитото ѝ поведение в стил „Откога не сме се виждали!“ е защото ѝ е олекнало. Насърчавам Дъг да започне да поема по-голям дял от домакинската работа, да прекарва повече време с децата, да бъде по-активен в семейния социален живот и да се надява, че разтоварвайки Зои от част от домашните задължения, може да я отвори към еротиката.

В усилията си да бъде внимателен и заинтересован, Дъг дори пита Зои дали ѝ се случва да изпитва привличане към други мъже. Отговорът ѝ е уклончив: „Може би да. Може би не. Има ли значение?“ Това леко го озадачава. „Когато някой е обгърнат в тайни, както си бил ти,“ отбелязвам аз, „не е трудно да си представим, че ти си

мистериозният, бунтарят, а тя е Пенелопа, седнала пред тъкачния стан в очакване да се завърнеш вкъщи.

Но може би и тя самата има своите малки тайни, фантазии за мъже, които могат да ѝ дадат неща, които ти не би могъл“.

Бракът е несвършен. Обикновено в началото мечтаем за единство, но скоро откриваме различията помежду ни. При мисълта за всички неща, които няма да може да притежаваме или да изживеем, в нас се пробужда страх. Караме се. Оттегляме се. Обвиняваме партньора си за това, че не успява да ни направи цялостни. Поглеждаме в друга посока. За съжаление прекалено много от нас остават в това положение, чак докато главите им оплешивеят или посребреят. Други оплакват загубата на мечтата си, след това се примиряват с избора, който са направили. Любовта се уповава на приемането. Когато Дъг опознае себе си и опознае и Зои такава, каквата е, тогава ще може най-сетне да превърне различията между тях в богатство.

Сянката на третия

На границата на всяка двойка живее сянката на третия. Той е първата любов от гимназията, чиито ръце все още не можем да забравим, привлекателната касиерка, красивият учител на четвъртокласниците в основното училище, с когото флиртуваме, когато взимаме сина си от училище. Третият е и усмихнатият непознат в метрото. Също така стриптийзьорката, порнозвездата и работещият в сексиндустрията, независимо дали го докосваме или не. За него фантазира жената, когато прави любов с мъжа си. Все по-често може да бъде намерен в интернет пространството. Реален или въображаем, въплътен или не, третият е опорната точка, върху която двойката поддържа своя баланс. Третият е проявата на желанието ни за това, което стои зад оградата. Той е забраненият плод.

Третият е извънбрачната връзка, но третият е и съпругата вкъщи. Наоми е скритата сянка в брака на Дъг, но в същото време Зои е тази, която представлява центърът на аферата. Ревността на любовницата зависи от присъствието на съпругата. Без нея всичката власт, страст и лудост на възбудените любовници просто би увиснала. Може би това е причината, поради която само малка част от любовните афери

продължават да съществуват и след разпадането на брака, който ги е вдъхновил.

Истинското изпитание за любовта в извънбрачната връзка започва едва когато препятствието е премахнато.

Всички връзки съществуват в сянката на третия, тъй като той е онзи, който споява двойката. В своята книга „Моногамията“, Адам Филипс пише: „Двойката зависи от това доколко двамата успяват да се противопоставят на нахлуването на третия, но едновременно с това, за да просъществува, на нея са й нужни врагове. Затова моногамният човек не може да живее без тях. Когато сме двама, ние сме заедно. За да се превърнем в двойка, трябва да бъдем трима.“

Какво се очаква да стори в такъв случай една двойка? Много от пациентите ми отказват да признаят присъствието на третия. Те са привлечени от обаянието на идеята за единство, която настойчиво твърди, че не се нуждаят от други хора.

Перфектната любов е самодостатъчна. Но тази сплав е толкова крехка, че дори мисълта за присъствието на друг човек е достатъчна, за да я разбие.

Тази идея е пикантно илюстрирана във филма на Стенли Кубрик „Широко затворени очи“. Бил и Алис току-що са се прибрали от пищно коледно парти, където е започнал разговор на тема секс. Бил винаги е смятал, че Алис, подобно на самия него, никога не би изневерила. „Ти си моята жена, майката на децата ми, и аз ти имам пълно доверие. Ти никога не би ми изневерила. Сигурен съм в теб.“ Алис, обидена от предположението му и окуражена от цигарата с марихуана, която току-що са изпушили, решава да му разкрие някои истини за себе си. В мъчителни подробности започва да описва колко мощно може да бъде присъствието на другия, дори и той да не е нищо повече от фикция. Разказва му за своите трескави фантазии, свързани с военноморския офицер, когото желае от разстояние. Те никога не са се срещали; въпреки това я покорява моментално с такава сила, че ако той пожелае, тя е готова да зареже всичко. Освен всичко това, тя признава, че това се е случило в ден, когато с Бил тъкмо били правили любов и когато съпругът ѝ е бил по-мил от всякога.

Бил е съкрушен след признанието на жена си и прекарва остатъка от филма в опити да отмъсти за измяната и да възстанови реда в своя рухнал свят. Онова, което ми направи силно впечатление е,

че за Бил фантазиите са също толкова силно прегрешение, колкото и една действителна изневяра.

Бил е като много от партньорите, които срещам. Неговата сигурност почива не само върху действията на Алис, но и върху нейните мисли, фантазиите ѝ са доказателство за нейната свобода и отделеност и това го плаши. Образът на третия сочи към другите възможности, към изборите, които не сме направили и поради това той е свързан с нашата свобода. Лаура Кипнис казва следното: „Какво може да е по-тревожно от свободата на партньора ни, която може да означава свободата да не те обича, да спре да те обича, или да обича някой друг, или да се превърне в човек, различен от онзи, който някога е дал обет да те обича завинаги, а сега... може би вече не?“ Ако тя може да мисли за други, вероятно също така би могла и да обича други, а това е непоносимо.

Бастيونът на любовта

Заплахата от третия е присъща за любовта и дори най-контролиращият брак може да не успее да намали безпокойството ни. Въпреки това много от нас се опитват да упражняват контрол. „Имаше среща с този мъж. За какво си говорихте?“, „Прекарваш много време пред компютъра. Толкова много работа ли имаш?“, „Къде беше?“, „Кой беше там?“, „Липсвах ли ти?“

Много от нашите въпроси се колебаят в границата между интимността и натрапването. Искаме да сме осведомени, но не искаме това да бъде прекалено очевидно. Казваме, че питаме, защото сме загрижени, но често го правим просто защото ни е страх.

И така започваме да поставяме правила, като се надяваме, че партньорът ни ще ги спазва. Държим каишката изкъсо и вярваме, че по този начин ще се предпазим от евентуални изневери. Желанието не може да бъде подчинено; действията се поддават на разума и поради това по-лесно се контролират. Не ти е позволено да имаш близки приятели от противоположния пол. Не можеш да ходиш на кино с този и онзи, освен ако няма и други хора с вас.

Няма филми, които да не може да гледаме заедно. Никакви стриптийз клубове, като изключим ергенските партита. Никакви танцьори от мъжки пол. Тази дреха е прекалено оскъдна. Не може

невинно да се отдадеш на спомените за бившите си гаджета и, разбира се, не може да се виждаш насаме с тях, когато минават през града. Когато безпокойствието ни е прекалено голямо, за да го понесем, преминаваме към по-примитивни средства за контрол: започваме да шпионираме. Проверяваме извлеченията от кредитната карта, бутона „назад“ на интернет браузъра, резервоара на колата, мобилния телефон, прослушваме всичко възможно за информация. Но тези стратегии никога не са достатъчни. Разпитването, разпореждането, дори съдебните доказателства не успяват да успокоят нашия първичен страх от свободата на партньора ни. Нашият любим може би жадува за някой друг. Проблемът започва, когато моногамията повече не е свободен израз на нашата лоялност, а форма на принудително съгласие. Прекаленото следене може да предизвика това, което Стивън Мичъл нарича „да действаш необуздано напук“. Когато третият се отрича, някои хора решават да действат тайно. Любовни афери, онлайн срещи, стриптийз клубове и секс по време на командировки са все обичайни прегрешения, които осигуряват психологическа дистанция от една потискаща връзка. Когато третият е изпратен в изгнание и присъствието му се допуска само извън границите на брака, именно там е мястото, където го търсим.

Непобедимото „ние“

Принципно не е трудно да приемем, че всеки човек се нуждае от лично пространство, но въпреки това на практика тази тема е малко по-сложна.

Психоложката Джанет Райбщайн отбелязва, че нашият партньорски, романтичен модел за брака, който набляга на сплотеността и искреността е „много по-добър в това да обясни критерия за интимност, отколкото този за автономия.“ Набляга се върху създаването на близост, а не на поддържането на индивидуалността. Пациентите ми, които строго се придържат към този дух на интимността, се оказват в положение, в което чувстват, че техните индивидуални стремежи, както и тези на техния партньор, повече не са легитимни. Непобедимото ние заменя хилавото аз.

Нив се изнервяше от ранния час за лягане на приятелката му. „Тя е танцьорка и си ляга в девет часа вечерта. Аз не мога да заспя толкова

рано, затова само лежа до нея.“

Когато го питам дали понякога излиза с приятелите си, след като тя си е легне, той остава учуден. „Мога ли да го направя?“ Мисълта да го направи — или дори да попита — никога не му е идвала наум. Лайла и Марио са били постоянни партньори в танца още когато рейв музиката беше на мода. Но когато тя започва да излиза с Анджела, която е с два леви крака и не може да понася силната музика, започва да изпитва неудобство във връзка със седмичните си срещи с Марио. Не иска да нарани Анджела.

Въоръжени с идеология за любовта, според която постоянно трябва да бъдем и да действаме заедно, ние не знаем как да отстояваме своята автономност. Това е особено вярно при различията в желанията ни. Дори двойките, които си дават достатъчно голямо пространство в друго отношение — отделни ваканции, излизания в града през нощта, близки приятели от противоположния пол — не могат да се помирят с идеята, че биха могли да имат еротичен живот, който е независим един от друг. Не говоря за извънбрачен секс. Говоря за едно сексуално Аз, което е дискретно, създава свои собствени образи, откликва на други и се радва, когато неочаквано усети тръпка. Това са всички онези непредвидими желания, които се опитвам да повдигна в работата си с двойки.

Моногамен брак в общество на промискуитет^[2]

Обикновено ролята на терапевта е да поставя под въпрос обществено-културното статукво. Често окуражаваме пациентите си да преразгледат възгледите си относно това, което се счита за нормално, приемливо или очаквано. Въпреки това сексуалните ограничения са една от малкото области, в които терапевтите очевидно отразяват нормите на доминиращата култура. Основната норма е моногамията, а сексуалната вярност отразява зрялост, ангажираност и реалистичност. Неспазването на моногамията, дори и по взаимно съгласие, е подозрително. То отразява липса на ангажираност или страх от интимност и подкопава връзката.

Както един от колегите ми твърдо заяви: „Отвореният брак не може да функционира. Мисълта, че подобно нещо е възможно, е напълно наивна. Опитяхме се да го постигнем през седемдесетте и

резултатът беше катастрофален.“ „Това може и да е вярно, но и затвореният брак едва ли е гаранция срещу провала“, предупредих го аз. „А идеята за моногамия, която голяма част от женените хора не спазват, може да се окаже не по-малко наивна. Ако не друго, то определено можем да твърдим, че тя самата провокира да правим прегрешения, които се оказват изключително болезнени. Колегата ми, който въпреки това е отличен семеен терапевт, относно темата за верността е поддръжник на подхода: Всичко или нищо.“

Според тази гледна точка, емоционалната ангажираност изисква сексуална изключителност и не търпи никакви други нюанси.

Ние обаче живеем в свят, който не ни помага да се успокоим или да поискаме да си останем кротко по местата. В нашата потребителска култура винаги искаме следващото най-добро нещо: най-свежото, най-новото, най-младото. Ако не успеем да го имаме, то тогава поне искаме повече: повече интензитет, повече стимулиране, по-голямо разнообразие.

Търсим незабавно удовлетворение и сме все по-малко толерантни към каквото и да е вид чувство за неудовлетвореност. Никой не ни окуражава да бъдем доволни от това, което имаме и да мислим: „Това е добро. Това е достатъчно.“ Сексът е част от тази икономика — някои хора дори биха казали, че сексът е буталото, което я движи. Тази дреха, тази кола, тези обувки, тази спиртна напитка, тази нова татуировка, стегнатото дупе — всички те носят в себе си обещанието за повече секс в живота ни. Убедени сме, че сексуалното удовлетворение и личното щастие вървят ръка за ръка.

Светските удоволствия са навсякъде, около нас тече истинско пиршество и ние чувстваме, че единствената ни основна цел е да се присъединим към празника. Нищо чудно, че хората често изпитват безпокойство в брака си. Фантазията за безкрайното разнообразие е осуетена от ангажимента към брачния живот. Всичко това не означава, че оправдавам или подкрепям официалното приемане на извънбрачните връзки.

Искушението съществува откакто Ева отхапва от ябълката, но също така оттогава съществуват и забраните срещу него. Католическата църква е експерт не само във въздържанието от изкушението, но също така и в раздаването на наказания за тези, които не могат да му устоят. Онова, което е различно днес, са не самите

желания, а фактът, че сега се чувстваме задължени да ги следваме — поне докато не се оженим. Когато изведнъж от нас се очаква да се откажем от всичко, което досега сме били окуражавани да преследваме. Моногамията остава сама също като малко дете, което поставя пръст в дигата и се опитва да задържи потока от разюздана безнравственост.

Поканване на сянката

Някои двойки избират да не игнорират съблазънта от забраненото. Вместо това отнемат силата му, като го поканват във връзката си. „Никога не бих искала да ми изневери, но знанието, че това на практика е възможно, поддържа сексуалния ми интерес към него силен.“ „С това, че се опитвам да се самозалъжа, че не съществуват други красиви мъже на този свят няма да направя връзката си по-стабилна и определено няма да я направя и по-искрена.“ „Приятелката ми е много красива. Мъжете непрекъснато се навъртат около нея. Лекотата, с която ги отсвирва, ме кара да се чувствам страхотно; тя всеки път избира мен.“ Тези двойки споделят фантазиите си, четат заедно еротична литература, връщат се заедно към миналите си спомени. Те признават, че да, доставчикът е сексапилен, също така и компютърният техник, касиерът в магазина, неврологът и жената на съседа.

Селена и Макс си позволяват да флиртуват, но и двамата знаят къде да теглят чертата, когато стане въпрос за действителни възможности. „И двамата сме жадни за много внимание. Самочувствието ми скача до небето, когато някой се опита да ме свали, особено сега, когато имам дете. А когато някой флиртува с Макс? Забрави! Чувствам се така, все едно се прибирам с царя на купона.“ Макс и Селена обичат да упражняват ефект над другите, но и двамата са изключително сериозни относно спазването на правилата на играта.

Когато Елза се връща от конференция, Жерар винаги се интересува от това с какви хора се е срещнала. „Имаше ли някой интересен? Разказа ли му за страхотния си съпруг? И флиртува ли с него, докато бълнуваше за мен?“

Уенди винаги е знаела, че Джордж има слабост към блондинките. Затова миналия четвъртък решила да се направи руса за един ден.

Надянала една платиненоруса перука, облякла едно манто и се появила без предварително предупреждение на строежа, за да го отмъкне за обяд. Той казал: „Страхотно. Момчетата ще си помислят, че имам любовница.“ Уенди веднага използвала момента да се пошегува: „Накарай ги да ти завиждат!“

Тези двойки по свой собствен начин са избрали да приемат възможността за Третия: приемането на това, че партньорът ни си има своя собствена сексуалност, изпълнена с фантазии и желания, които не са задължително свързани с нас. Когато взаимно потвърдим свободата на другия във връзката, ние сме по-малко склонни да я търсим някъде другаде. В известен смисъл приемането на третия помага донякъде да се овладее неговата изменчивост, да не говорим за привлекателността му. В този момент вече не говорим за сянка, а за присъствие, нещо, за което говорим открито, шегуваме се и играем с него. Когато можем да кажем истината открито, ние сме по-малко склонни да пазим тайни.

Вместо да вреди на сексуалността на връзката, признаването на третия придава повече пикантност в отношенията, и не на последно място, присъствието на третия ни напомня, че никой не притежава партньора си.

Никой не бива да приема за даденост другия.

Несигурността е почвата, в която пониква семето на желанието. Още повече, когато създадем психологическа дистанция, ние също можем да погледнем на партньора си с възхитените очи на непознатия, забелязвайки за пореден път навика, който ни е пречел да го виждаме по този начин. И накрая, отказвайки на други, потвърждаваме избора, който сме направили.

Това е човекът, когото искаме. Признаваме блуждаещите си желания, но все пак ги отказваме, флиртуваме с тях, държейки ги през цялото време на безопасно разстояние. Може би това е нов начин, по който да погледнем на зрелостта: не като на безстрастна любов, а като на любов, която познава другите страсти, които не е избрала.

Да поканим третия

Има много начини да поканим третия във връзката си, без това да води до извънбрачен секс, и също така има и няколко начина, които все пак водят до него. При повечето хора самото споменаване на

отворената връзка включва червена сигнална лампа. Малко теми, свързани с ангажираната любов пораждат подобни първични отговори. Какво ще стане, ако тя се влюби в него? Ами ако той никога повече не се върне? Мисълта, че можеш да обичаш един човек и да правиш безнаказано секс с друг ни кара да потръпнем. Страх ни е, че престъпването на една граница може да доведе до потенциалното нарушаване на всички граници. Във въображението ни изникват образи на хаос: оргии, безразборен секс и поквара. Единствената барикада срещу този упадък е връзката. Тя ни предпазва от собствените ни импулси. Тя е нашата най-добра защита срещу необузданите ни животински пориви.

Адам Филипс отбелязва, че „моногамията е вид морална връзка, нещо като ключалка, през която можем да шпионираме главните въпроси, които ни вълнуват. Когато започнем да дискутираме взаимно договорената полигамия, възникват множество болезнени въпроси. Емоционалната обвързаност задължително ли трябва да води след себе си сексуална изключителност? Можем ли едновременно да обичаме повече от един човек? Възможно ли е изобщо сексът да бъде просто секс?“ Мъжете по-склонни ли са от жените да изневеряват? Тези въпроси вероятно са сред най-често повтарящите се, но разбира се, има и много други. Ревността израз на любов ли е или на несигурност? Защо сме готови да споделяме с други хора приятелите си, но изискваме изключителност от нашия любим? Не претендирам да имам отговор на всички тези въпроси. Но вярвам, че ако смекчим романтичната си носталгия и обмислим тези въпроси сериозно, можем само да спечелим.

Дори най-здраво установените ни убеждения относно сексуалността са податливи на преразглеждане. Преди време отхвърляхме предбрачния секс и хомосексуалността; днес те вече са повече или по-малко приети в повечето кръгове. През последните години малка група от мъже и жени се изправят срещу моногамията като участници в следващата голяма битка за своето лично право на сексуална еманципация.

Джоан и Хиро описват два типа секс: секс по любов и секс за забавление.

Вторият тип секс е запазен за екскурзията, която правят до Лас Вегас за ежегодното събиране на суинг клуба, в който членуват.

Разказват ми, че това е направило чудеса за техния сексуален живот и интимност. Независимо от това как изглежда отстрани, Джоан и Хиро твърдо отстояват брачните идеали, на които привидно се противопоставят. Те не поставят под въпрос институцията на брака. На практика всъщност се стараят да я съхранят. Ценят сплотеността, честността и споделянето. Верността също стои високо в тяхната класация. Джоан и Хиро ефективно неутрализират опасността от изневяра, като я канализират във връзката си. И както антроположката Катерин Франк иронично отбелязва: „Това, което се случва във Вегас, си остава във Вегас.“ Посещаването на суинг клуб е форма на прелюбодеяние по взаимно съгласие. Освен всичко друго, то дава еднаква свобода на партньорите.

Ерик и Джаксън също са почитатели на секса за забавление, и през десетте години, откакто са заедно, винаги са правили разлика между емоционална вярност и сексуална изключителност по отношение на връзката си. „Още от самото начало и на двама ни беше ясно, че ще правим секс и с други мъже. Ние сме отворени за подобно нещо. За нас истинското обвързване е емоционалното. Сексът извън връзката не е причина да късаме. Предполагам, че по-скоро можем да бъдем наречени емоционално моногамни и сексуално полигамни.“

Арлийн, която е с шестнадесет години по-възрастна от Джена, обяснява: „Знам, че сексът е от значение, но той просто вече не е толкова важен за мен. И колкото повече остарявам, толкова по-малко ме интересува. Джена от своя страна се чувства в разцвета си и не е готова за ранно пенсиониране.“ Те са се разбрали, че когато Джена отива да свали някого, може да се позабавлява, като обаче не забравя приоритетите си. Когато питам Арлийн дали не се чувства застрашена от тази уговорка, тя отговаря: „Разбира се, че се чувствам така. Но в този момент мисля, че опитите ми да накарам Джена напълно да се откаже от секса биха довели до по-голяма заплаха, отколкото няколко гаджета. Не мога да си представя да й кажа: Тялото ти ми принадлежи, независимо дали искам да се възползвам от него или не.“ Осъзнала, че соковете на Ерос вече не текат между тях, Арлийн преосмисля идеята за верността. Моногамията помага да задържим забраненото извън връзката, но рядко ни дава провизии, с които да се подкрепим като двойка. Рано или късно, когато желанието отслабне, моногамията прекалено лесно се плъзва надолу към пълното въздържание. Когато

това се случи, верността се превръща по-скоро в слабост, отколкото в добродетел.

През двадесет и петте години, през които Маргерит и Иън са заедно, е имало периоди на пълна вярност и болезнени изневери. „Когато разбрах за аферата на Маргерит, се почувствах разбит“ разказва Иън. „Отне ми месеци, за да призная пред себе си, че също така ревнувам. Не от любовника ѝ, а от нея. Дотогава винаги бях отказвал на други жени. Когато тя призна всичко, направихме преоценка на нещата. Решихме да останем заедно, но да направим връзката си отворена.“ Маргерит добавя: „Опитваме се да създадем вариант, който работи за нас. Но това не е решение, което може да бъде рецепта за другите.“ Когато я питам дали отвореният брак не е болезнен за нея, тя отговаря: „Понякога е. Понякога не е. Но моногамията — която между другото никога не бяхме преговаряли — също беше болезнена.“

Скептиците се присмиват на този вид уговорки и поставят под въпрос ангажираността в тези връзки. „Никога не съм виждал отворен брак, който да просъществува.“ „Изпробвай го, пък след това се върни при мен.“

„Егоистично е.“ „Самоугаждащо.“ „Когато си играеш с огъня, някой все ще се опари.“

И все пак опитът ми показва, че двойките, които уговарят сексуалните граници във връзката си, както в горепосочения пример, не са по-малко сериозни към връзката си от тези, които държат вратите затворени. На практика именно желанието им да направят връзката си по-стабилна ги мотивира да търсят нови модели за дългосрочната любов. Вместо да изключат третия от територията на брачния живот, те му предоставят туристическа виза.

За тези двойки верността се обуславя не от сексуалната изключителност, а от степента на отдаденост един към друг. Границите не са физически, а емоционални. Превъзходството на двойката остава първостепенно. Тези двойки изтъкват емоционалната моногамия като задължително условие и оттам нататък, в сексуален план, те правят всякакъв вид отстъпки. Далеч съм от това да бъда хедонистично открита, но тези връзки се характеризират с открити договарки, които с времето могат да се предоговорят, ако възникне необходимост от това. Маргерит и Иън подчертават, че тяхната уговорка е

едновременно ясна и гъвкава. „Ние имаме своите правила — никакви дълготрайни връзки, никакви любовници в града, в който живеем, никакви афери с общи приятели — и докато се придържаме към тези правила, нещата видимо вървят добре. Ако след време почувстваме нужда да договорим правилата наново, ще го направим.“

Интересно е да се отбележи, че въпреки че тези двойки влагат нов смисъл в понятието за верността, те все пак са чувствителни към измяната.

Доверието е решаващо във всяка връзка и това по никакъв начин не е по-различно при онези, които са поканили третия в интимното си пространство. Изневярата произлиза от нарушаването на споразумението, от изиграването на доверието. Въпреки че самите правила може да изглеждат съвършено различни, те също могат да бъдат нарушени и нарушаването им води до също толкова болезнени последици. В този смисъл сексуално отворените двойки по нищо не се различават от моногамните.

Сблъсквайки се с усложненията около любовните афери, разводите и повторните бракове, някои от пациентите ми решават да тръгнат по различен път. Немоногамните хора оценяват свободата на сексуалното изразяване и се опитват да съгласуват дълготрайната любов с изненадите на желанието, надявайки се да се противопоставят на апатията, която с времето се промъква във връзката им. Но само ще повтора думите на Маргерит — това не е рецепта за всеки.

Присъствието на третия е безспорна част от живота; но как се отнасяме към този факт зависи от нас. Можем да подходим със страх, избягване и морално възмущение; или можем да му придадем твърдо любопитство и усещане за интрига. В своята гореща връзка, Дъг ухажва тайно. Чувството за съкрушеност на Бил е породено от отчаяния му опит да го игнорира.

Селена и Макс го приканват във фантазиите си, но също така там теглят чертата. Джоан и Хиро допускат третия директно в спалнята си.

Бракът се е превърнал във въпрос на любов; любовта е въпрос на избор; а изборът предполага отхвърляне на останалите. Но това не означава, че те са мъртви. Нито означава, че трябва да притъпим сетивата си, за да се предпазим от техния чар.

Приемането на третия е свързано с приемането на еротичната самостоятелност на партньора ни. Това означава, че сексуалността на

партньора ни не ни принадлежи. Тя не е само за нас и заради нас и ние не трябва да приемаме, че тя с право попада под нашата пълна власт. Защото не е така. Може би това е вярно в практиката, но със сигурност не и в начина ни на мислене. Колкото повече задушаваме свободата на партньора си, толкова по-трудно е желанието да диша свободно в рамките на една сериозна връзка.

Тази логика може да се приеме като пътеводител за емоционално по-пълноценна връзка. Имам предвид следното: „Знам, че поглеждаш и други, но няма как да знам какво точно виждаш. Знам, че и други те поглеждат, но не знам в действителност какво виждат в теб. Изведнъж ти вече не си ми така познат. Вече не си онази позната същност, която не може да възбуди любопитството ми. На практика ти си мистерия за мен. И съм малко объркан. Кой си ти? Искам те.“

Приемането на третия отваря еротично пространство, в което любовта не трябва да се тревожи, че ще увехне. В това пространство ние можем да бъдем очаровани от различността на партньора ни и скоро след това — силно възбудени.

Бих искала да предложа един по-различен мироглед, чрез който да приемем моногамията не като даденост, а като избор. По този начин тя се превръща в договорено решение. Още повече ако планираме да прекараме петдесет години с един и същи човек до себе си — и искаме да имаме щастлив юбилей — може да се окаже мъдро решение от време на време да преразглеждаме наново точките на нашата договореност. Има големи различия по отношение на степента, в която дадена двойка приема съществуването на третия. Но дори само да признаем, че го има, това би ни помогнало да запазим желанието към нашия единствен избраник в дългосрочен план — и може би дори да създадем ново „изкуство на обичането“ за двойките в двадесет и първи век.

[1] Харута е събирателно име, което означава проститутка в Древен Вавилон. Думата също така означава „свобода“ на староеврейски език. ↑

[2] Метод на безразборен избор. Най-често терминът се употребява за сексуалните контакти и означава безразборно избиране на интимни партньори. ↑

ГЛАВА 11

„Любовта никога не умира от естествена смърт. Тя умира, защото не знаем как да напълним отново извора, който я подхранва.“

Анаис Нин

„Иска се кураж, за да отидеш на местата, на които никога досега не си бил... да изследваш границите си... да прекрачиш бариерите. И идва денят, в който рискът да останеш в стегнатата пъпка е много по-болезнен от риска да разцъфнеш.“

Анаис Нин

Секс в брака. Как да върнем еротиката у дома

Винаги ме изненадва готовността, с която хората се впускат да правят сексуални експерименти извън връзките си и в същото време колко тихи и въздържани са у дома с партньорите си. Много от пациентите ми сами признават, че от семейния им живот липсват забавлението и еротичната тръпка, а в същото време се отдават и търсят възбуда в един силно въображаем сексуален живот извън семейството — афери, порнография, виртуален секс, трескави фантазии. За тези хора сексуалната любов е била пожертвана в името на създаването на семейството, дори това семейство да се състои само от двама. За тях еротиката застива. Така, отказали се от свободата (и от свободата на фантазиите си) в своите връзки, те излизат навън, за да създадат за себе си един нов образ, който е освободен от оковите на връзката. Сигурност отвътре, приключение и страст отвън. Така че когато медиите екзалтирано (и същевременно с периодична честота)

съобщават, че двойките не правят секс, не мога да не си помисля, че напротив, вероятно правят много секс, но с други хора.

Понякога основното нещо, което стимулира началните стадии на една връзка, е страстта. Друг път не. И в двата случая изпълнената с виталност и страст еротика се очаква да придобие една много по-улегнала, стабилна и управляема форма, като се превърне в зряла любов. Всеизвестно е, че самата биохимия на страстта е краткотрайна. Според изследванията на еволюционния антрополог Хелън Фишър хормоналният коктейл на романтичната любов (допамин, норепинефрин и фенилетиламин) в най-добрия случай трае едва няколко години. Хормонът на прегръдката — окситоцинът — ги надживява всичките. Повечето хора приемат плодовете на зрялата любов — близост, уважение, споделеност и грижа — като честна сделка в замяна на еротичния плам. Ако в началото на връзката основните герои са били привличането и желанието, сега те се оттеглят на заден план, за да сторят път на основното действие: изграждането на общия живот. Еротиката подозрително отсъства от идеята за брака. Естествено, отдадените един на друг двойки се очаква да правят секс и, в днешно време, дори да му се наслаждават. Сексът с единствена цел репродукция теоретично вече може да се счита за минало. Но секс и еротика не са едно и също нещо и можем да твърдим, че страстният, възбуждащ, интимен, пламенен, освободен и изпълнен с еротика секс между влюбените често се изпарява бързо, след като новодомците започнат съвместния си живот въпреки медиите, които постоянно бълват статии за секса и ни обещават безкрайни наслади, ако следваме десетте съвета, публикувани в последното издание на дадения брой, все още преобладава атмосфера на недоверие спрямо идеята, че сексът у дома може да бъде добър. Възможно ли е причината да бъдем постоянно затрупани с новини за начините на съживяване на сексуалния ни живот да е именно в това, че не вярваме, че той може да бъде страстен с партньора ни? И още, възможно ли е самите ние някъде дълбоко в себе си да сме убедени в това, че той не бива да бъде такъв? Възможно ли е да вярваме, че независимо от това колко освободени сме били преди да се обвържем, бракът не е подходящо място за лудуване и страсти?

Ако смисълът на брака е в любовта, както обичаме да вярваме, то сексът в брака би трябвало да бъде декларация за тази любов. Би

трябвало да бъде изпълнен със смисъл. Но сексуалният терапевт Дагмар О'Конър твърди друго: „За да бъде сексът (в брака) «изпълнен със смисъл», всеки път, когато скачаме в леглото, той би трябвало да бъде израз на любовта — за предпочитане на любовта, която трае за цял живот. А какъв голям товар е това! С това се елиминира сексът, стимулиран от цяла една друга палитра емоции и възприятия: игривият секс и гневният секс, бързият «необмислен» секс и «мръсният» секс. Всъщност, с това се елиминира всеки възможен случай за правене на секс. В крайна сметка кой би могъл непрекъснато да изпитва «постоянна и вечна любов» — особено в единадесет часа вечерта?“

Научени сме да вярваме, че бракът означава отдаденост, сигурност, спокойствие и семейство. Бракът е сериозно нещо, отговорно и целенасочено начинание; той е всичко, от което се нуждаем, и всичко, което е необходимо да постигнем. Играта и нейните другари (риск, прелъстяване, лудории и прегрешения) са оставени на произвола на съдбата, извън солидните основи на дома ни.

Много колеги от моята сфера считат, че интензитетът, който характеризира началните стадии на романтичната връзка, представлява просто временна лудост предопределена да бъде излекувана от треските на времето.

Психиатрите често интерпретират желанието за сексуални приключения — вариращи от обикновено флиртуване и увличане, от възстановяване на контакта с бивши любовници до обличане в дрехите на другия пол, участие в тройки и ползване на фетиши — като инфантилни фантазии или страх от обвързване.

Според тях любовта представлява интимна дружба и сътрудничество между партньори. Оставени сме с връзки, които са здрави по отношение на сътрудничество и комуникация, но са слаби откъм съучастничество и игривост в секса. Безстрастното приятелство не е най-подходящата среда за отглеждане на еротиката.

Денят, в който ми сложиха халката...

Джаклин и Филип опитват да пробудят искрата, която някога са имали помежду си. Женени от десет години, те най-накрая са започнали да изплуват от хаоса и неяснотата, съпровождащи отглеждането на малки деца. Тази есен най-малкият им син тръгнал на

детска градина и новата му програма внесла известен порядък и в тяхното ежедневие. В същото време през последната година много от приятелите им преминали през епидемия от разводи. „Всички тези двойки, с които се събирахме през изминалите години, сега се отказват от брака.“ обяснява ми Филип. „Това те кара да се замислиш за нещата, които цениш и те поставя очи в очи с основните проблеми в собствената ти връзка.“

„И основният ви проблем е...?“, питам аз.

„Сексът“, отговаря той.

„Изневерите“, казва тя.

Когато се запознават, Филип се чувства така, сякаш е улучил джакпота.

„Джаклин беше умна, красива и секси. Не можех да повярвам, че се интересува от мен. Бях напълно хлътнал по нея и направо я поглъщах. Дълго време сексът между нас беше страхотен. Чак докато не я помолих да се омъжи за мен.“ припомня си той.

„Какво се случи, когато тя каза «да»?“, попитах аз.

„Нищо не се случи, но нещо се промени, когато сложих халката. По това време все още не осъзнавах връзката, но вече мога да я видя съвсем ясно. Създаването на семейство много бързо ме затвори. Не й споделих чувствата си. Истината е, че дори пред себе си отказвах да призная, че нещо се е променило. Но съвсем скоро тя просто спря да ме възбужда. А след това, всеки път, когато беше извън града или когато просто оставаше да спи другаде, обикалях по баровете и свалях непознати жени.“

Последвали осем години на изневери, някои от които разкрити, други признати, а трети милостиво премълчани. Моделът започнал да се повтаря, като приключването на един епизод водело единствено до следваща вълна от изневери. Срамът на Филип от изневерите винаги бил придружаван от съжаление и разкаяния. Чувствал се ужасно от това, че наранявал Джаки, и обещавал да се промени. Изнасял цели представления, в които обяснявал, че може да бъде праволинеен съпруг и добър баща, и Джаклин прощавала и го приемала обратно. Но след това отново започвало да не го свърта и следвала нова вълна на извънбрачни похождения. През същите тези години им се раждат двама сина, Джаки завършва първия си роман, Филип получава

постоянен пост в университета и семейството се мести в Ню Йорк. Всички тези събития им помагат да отложат решаването на проблема.

Но последният случай се оказва и последната капка за Джаки.

За да разбере сексуалността на Филип, проследих нишката, която водеше до родителите му, чийто брак поразително отразяваше културното разделение между „сигурната“ семейна среда и „опасната“ еротика. Докато майка му отглеждала пет деца, баща му се отдавал на безкрайна поредица от афери, без да полага особени усилия да ги прикрива. Оказа се, че дядото на Филип е следвал същия модел. „Баща ми, който всъщност беше много мил и приятен човек, правеше това, без да се интересува особено как се чувстват останалите от нас — най-малко майка ми,“ разказва Филип. Майка му, която страдала много, все пак била практична жена, която никога не забравила, че има да храни пет гърла. „Тя никога не споменаваше за това, но всички знаехме, че се нуждае също толкова силно от нас, колкото ние от нея.“

За да не ѝ причини допълнително страдание, Филип се постарал да стане колкото се може по-различен от баща си. Превърнал се в нещо, което самият той нарича асексуален вундеркинд. „Бях силно нравоучителен и осъждах всичко, което ми се струваше неморално“, разказва печално Филип. „На повърхността аз бях симпатично момче, на което можеше да се има доверие и с което момичетата излизаха, защото знаеха, че няма да се възползвам от тях, но отвътре бях пълен хаос и се мразех заради това.“ Като тийнейджър Филип развил непреодолимо, скрито влечение към порнографията. Когато пораснал и сексът се превърнал в реална възможност за него, той започнал да се впуска в кратки, непоследователни връзки за по една нощ. „По някакъв начин, строгите морални правила само наливаха допълнително масло към манията ми да нарушавам правилата.“

Престъпването на общото благоприличие отключвало вътрешната система за възбуда на Филип. Сексуалните похождения, използването на другия човек като инструмент за удоволствие, прегрешенията — всички те се слели в едно. Ироничното в случая било това, че изолирайки своята сексуалност извън границите на връзката си с Джаки, Филип се надявал да я предпази от опасностите, които криело неговото желание.

Излишно е да споменаваме, че Джаки била силно притеснена поради спада в интензитета на сексуалния им живот. Вечно неуверена

в собствената си привлекателност, тя на свой ред също била изненадана от чувствата на Филип към нея. Когато обаче той угаснал, тя предположила, че той просто е загубил интерес и вероятно това е нещо, което е можело да се очаква.

Израснала с психично болен брат, изискващ постоянни грижи, тя била свикнала да поддържа собствените си нужди на минимум. Научена да остава на заден план, тя се задоволявала и с най-малкото.

Докато Филип търсел утвърждение за себе си отвън, самочувствието на Джаки зависело единствено от него и от неговите реакции към нея. Тя представлява ярък пример за често срещаното явление сред жените да организират своята сексуална идентичност около мъжа и неговото желание към тях. В ранните дни на връзката им, когато Филип не можел да се откъсне от нея, тя греела. Всичко било наред. Чувствала се разкрепостена, смела, секси и привлекателна. Днес, научила уроците от детството си, тя не смее да заяви желанията си от страх да не бъде отхвърлена. Когато все пак събере кураж да направи стъпка към Филип, той се чувства принуден да ѝ отвърне и да се погрижи за нея. „Винаги, когато Джаки ме доближи, аз се чувствам парализиран,“ признава той. „А това допълнително увеличава несигурността на Джаки“, добавям аз.

Може да се каже, че желанието на мъжете се вмести в пространството между две основни крайности: едните очакват партньорът им да направи първата крачка и по този начин да потвърди тяхната привлекателност, а другите отхвърлят инициативата на половинката си, защото се опасяват, че пасивното им отношение не отговаря на представата за мъжественост. Постоянната несигурност в собствените му сили, тъй като е бил малкото момченце на мама, е причина за неговата неохота да приеме инициативата на другата страна, и тук се очертава тънка граница между момчето и порасналия мъж. Както можем да предвидим, Филип приема увертюрите на Джаки като жалко хленчене, вместо като съблазнителна покана.

Филип се чувства виновен, защото не е способен да изпита отново еротично влечение към жена си. Когато го питам каква е въображаемата сексуална картина, в която е способен да види двама им, той извиква от мислите си образ, в който романтично се целуват на фона на залязващото слънце. В допълнение той признава, че се затруднява да си представи Джаки в един страстен и еротичен сюжет.

Той е откровен към нея: „Просто в ума си не мога да погледна на теб като на жена за секс, чувствам се ужасно, но това е истината.“ Филип копнее да възобнови отминалия плам между себе си и Джаки, но се страхува, че вътрешните му борби и противоречия няма да го позволят. Страхува се да внесе суровите си, необработени страсти в свещените рамки на брака и е силно смутен от своята потребност да използва другия като инструмент за доставяне на лично удоволствие. За него любовта не е място за подобни необуздани и покварени страсти.

„Човек не прави такива неща с жена си!“

Много от пациентите ми се страхуват да споделят бурния си сексуален ентузиазъм с човека, когото обичат и уважават. Филип не е единственият, който прикрива липсата на желанието си под маската на благоприличието.

Някои от следните коментари могат да ви се сторят познати: „Не мога да си представя той да изрече нещата, които ми се иска да чуя. Ще си помисли, че жена му е полудяла.“ „Не искам дори да си припомням, а какво остава за това да споделя нещата, които правех, преди да се запознаем.“ „Не мога да правя такива неща с жена си.“ Домашната еротика е загърната с воала на уместността и благоприличието.

Когато Филип ми казва, че Джаки не би приела подобни неща, аз го питам: „Кои точно неща?“ Приготвям се да изслушам дълъг списък от ексцентрични хардкор елементи и оставам изненадана, когато той разкрива основното меню на своята сексуална фантазия. „Не си падам по фините маниери. Обичам ясните и директни неща. Обичам играчки, порно, и много мръсен език. Обичам директното и откровено чуване.“

„Всичко онова, което сте правели с Джаки, преди да сложите халките?“ питам аз.

„Да.“ свива рамене той.

„А сега Джаки не би се съгласила да го прави по същия начин? Или ти не би искал да го правиш по този начин с нея? Не ми се струва логично толкова много да се е променила. Но се чудя до каква степен самият ти си убеден в това, че не бива да правиш такива неща с жена си. Струва ми се, че си убеден, че човек не бива да ползва като инструмент за удоволствие човека, когото обича.“

„Да не би да твърдиш, че е правилно да го прави?“, пита той.

„Казвам, че не е задължително да е погрешно. Много двойки играят игра, в която гледат на другия като на средство за получаване на удоволствие, като по този начин правят от прекалено познатия си партньор един малко по-чужд човек. Често пъти това отношение погрешно се приема за липса на интимност, но съм убедена, че когато е съгласувано и от двете страни, то се превръща в друг вид близост. Необходимо е много силно доверие в другия, за да си позволиш да забравиш за него.“

Измисляме страстта от брака както поради психологически, така поради обществено-културни причини. Всяко преживяване на любов носи в себе си измерение на зависимост. Всъщност зависимостта е съществен компонент на всяка връзка. Но това може да предизвика сериозни тревоги, защото за много хора означава, че този, когото обичат разполага с власт над тях. Това е властта да ни обичат, но и властта да ни изоставят. Страхът — от осъждане, от отхвърляне, от загуба — е принципно заложен в романтичната любов. Трудно и болезнено е да се оставим в ръцете на любимия и да понесем риска да бъдем сексуално отхвърлени от него. Поради тази причина ние сме много по-малко склонни да бъдем еротично смели с човека, от когото зависим в толкова много неща и чието мнение е от първостепенно значение за нас. Предпочитаме да се самоцензурираме и създаваме един строго договорен, приемлив и дори скучен еротичен сценарий, вместо да рискуваме да бъдем наранени. Не е изненадващо, че някои от нас успяват да се отдадат свободно на опасностите и приключенията в секса единствено когато емоционалният залог е нисък — когато обичаме по-малко, или още по-важно, когато не изпитваме страх от евентуалната загуба на любовта. Стивън Мичъл пише: „Любовта невинно избледнява с времето, но определено става по-рискована.“

Досега Джаки слушаше внимателно и търпеливо изчакаше своя ред.

„Чувам всички тези думи за вътрешните му тревоги“, започва тя, „но с мен той е като зашеметен, повече прилича на дванадесетгодишно момче, отколкото на мъж. Трудно мога да разгърна сексуалността си в компанията на подрастващ. Защо трябва да вярва, че може да получи нещата, които иска, само навън? Може би е време да си купя перука и да се заклатушкам към бара?“, шегува се тя.

„Идеята никак не е лоша.“ отвръщам аз.

Интернет любов с половинката

Посочвам им, че с разделението, което Филип е направил — романтичният и нежен секс у дома, а страстният, горещ секс резервиран за непознати — е изхвърлил еротиката от тяхната връзка. Репертоарът им е изключително ограничен. Но не само той е виновен за положението. Джакки от своя страна е прехвърлила сексуалното си самочувствие върху него и аз ѝ препоръчвам да си го прибере обратно. Той не бива да има монопол над нейната сексуалност. „Джакки, кога за последно си флиртувала?“, питам я аз.

„Можеш ли да се отвориш за погледите на другите мъже, така че Филип да не бъде единственият човек, от когото получаваш потвърждение за своята сексуалност?“ Филип започва неспокойно да мърда в креслото си. „Момент само“, намесва се той.

„Не се притеснявай. Не ѝ предлагам да си отмъщава.“, уверявам го. „Но съпругата ти е една силно привлекателна жена и ако ти не можеш да оцениш това, защо да не го чуе от някой друг?“

Заедно с тези думи продължавам с предложението да си отворят нови интернет пощи и да ги ползват единствено за обмяна на еротични писма и послания помежду си — за мисли, спомени, фантазии и флиртуване.

Обяснявам, че целта на тази кореспонденция не е да се обсъждат проблемите на връзката им, а да се създаде пространство за игра. Искам да използват киберпространството, за да възбудят любопитството си, да създадат любовен трепет и нещо като здравословно напрежение. Писането има редица предимства пред говоренето. То дава възможност за пълноценно изразяване и за оформяне на подходящ отговор. Дава възможност да дадем глас на неща, които устните ни не биха посмели да изговорят. Създава изкуствена дистанция, а това, надявам се, ще им помогне да свалят задръжките си.

До деня на Свети Валентин Джакки значително е напреднала в изкуството на флирта. Тя е игрива и смела не само в писмата си към Филип, но и с други мъже. Няколко месеца по-късно тя ми признава, „Твоето настояване да започна да получавам усещане за себе си и от

други мъже, освен от Филип, се оказа много благотворно за мен.“ Тя започнала да прави планове със своите приятели мъже, с които посещавали концерти и галерии, и като цяло станала значително по-кокетна. „Не се случва нищо особено, но е толкова забавно отново да изляза навън и да разговарям с мъже, които не са съпругът ми, и да знам, че харесват компанията ми. Преди следях всеки поглед и дума на Филип, те бяха най-важното нещо в живота ми, а сега вече не е така.“

Новата увереност на Джаки разхлаби леко почвата под краката на Филип и това се оказа полезно и за двамата им. Той се чувства заинтригуван от писмата ѝ и е изненадан да открие, че тя определено има свой речник за образното изразяване на сексуалността. Всичко това я прави сексуално привлекателна в неговите очи. Освободен от предсказуемостта на сценария, той я вижда по нов начин. Псевдоанонимността на имейлите им му позволява да я възприеме като субект със собствени желания, а това я превръща в обект на неговите желания. „Казвам неща, които никога не съм предполагал, че ще ѝ кажа. Очаквах това да я отблъсне, но не стана така. Тя се нуждае от много по-малко грижи, отколкото очаквах.“, признава Филип.

„Осъзнах, че съм ѝ приписвал прекалено много неща, които в крайна сметка не ѝ принадлежат. Те принадлежат на мен, или най-малкото на семейството ми.“

„Не разбирам как точно изневерите ти означаваха, че се грижиш за мен, но приемам, че за теб това е имало някакъв смисъл.“, казва му Джаки. „Не ми харесва, но го разбирам. И все пак винаги съм се изненаждала на лекотата, с която позволяваше да те разкрия. Все едно самият ти си го търсеше, за да можеш да се прибереш при «мама» и да бъдеш наказан. Но аз нямам намерение да изигравам твоята семейна драма. Ако трябва да избирам, ще предпочета да си тръгна и ти го знаеш.“ На мен ми казва: „Осъзнах, че имам силата да си тръгна и това ми помогна да избира да остана. Имам много повече свобода. Когато поискам да правим секс, аз се чувствам почти като безсрамница и това ми харесва. «Това ли искаш, Филип? Вземи си го!» Не е нужно да бъдем романтични, нито пък да приемаме нещата прекалено лично. Обичам различни неща. Предпочитам нежното любене, но понякога ми харесва да го правя диво и необуздало.“

Работех с Джаки и Филип в продължение на няколко периода през годините. Изстъпленията на Филип престанаха и през годините

той положи сериозни усилия да намери начин да се освободи от дълбоко вкорененото вярване, че страстният секс няма място между стените на дома. Откривайки начини да бъде сексуален мъж, който едновременно с това е и верен съпруг, той успя да премахне семейните модели, които можеха да бъдат проследени поне три поколения назад. В миналото страстта на Филип към порното му осигуряваше достъпа до рая — фантазия за непосредственост и незабавност, в която моментът на желанието и този на удовлетворението се сливат в едно. Жените на екрана не се съпротивляват и не изискват усилия от негова страна. По този начин напрежението между искане и получаване се заличава и на Филип просто не му се е налагало да опознае желанието в контекста на любовта. Постепенно той позволи на изтласканите части на своята сексуалност да се завърнат у дома и започна все по-лесно да ги преживява заедно с жена си.

Предизвикателството, което продължава да стои пред Джаки и Филип е как да продължат да внасят еротичното в дома си — да преживяват малки прегрешения, да възбуждат желанието и да поддържат страстта като център на интимния си живот Британският аналитик Адам Филипс набляга именно върху този момент в своята книга „Моногамия“: „Ако забраненият плод е най-вълнуващият — ако желанието в основите си е престъпно — значи моногамните хора са като богатите. Те трябва да открият своята бедност. Трябва да се научат да из гладняват. С други думи, те трябва да се трудят най-малкото, за да успеят да поддържат онова, което им е непрекъснато на разположение, достатъчно забранено, че да остане интригуващо.“

Можем ли да копнеем за онова, което притежаваме?

Оскар Уайлд е написал: „Има само две трагедии в живота: едната е да не получиш каквото искаш, а другата е да го получиш.“ Когато желанията ни останат несбъднати, ние се чувстваме разочаровани. Неприятно е да не получиш повишението, което желаеш, да не те приемат в университета или да се провалиш на прослушването. Когато обектът на желанието ни е друг човек, отказът му ни кара да се чувстваме самотни, недостойни, загубили любовта, или още по-лошо — недостойни за любов. Но сбъднатите мечти носят своя собствен белег на загуба. Получаването на желаните неща прекратява тръпката от копнежа по тях. Сладкият копнеж, изпипаните детайли по преследването, заредените фантазии — накратко цялата активност и

енергия, които са били вложени в процеса на искането биват заместени от възбраната на притежаването. Просто си припомнете последното нещо, което сте искали да притежавате така силно, че накрая сте го получили. Сега, когато то вече е ваше, вероятно му се радвате и може би го обичате, но желаете ли го все още? Спомняте ли си изобщо колко силно сте го искали първоначално? Гайл Годуин пише: „Самият акт на копнеж винаги ще бъде по-силен от постигането на желаното.“

По-трудно ли е да желаем онова, което вече притежаваме? Според закона за намаляващата възвръщаемост, повишената честота води до намаляване на удовлетворението.

Колкото повече използваме един продукт, толкова по-малко удовлетворяваща е всяка следваща употреба. Париж просто не е същият, когато го посетиш за петнадесети път. За щастие логиката на този довод се разпада, когато се опитаме да я приложим върху любовта, защото се основава на погрешното предположение, че можем да притежаваме един човек по същия начин, както притежаваме един айпод или един нов чифт обувки Прада. Когато приятелката ми Джейн сподели: „Може би проблемът ми е в това, че искам само онова, което не мога да имам“, аз ѝ отвърнах: „Какво те кара да мислиш, че притежаваш съпруга си?“

Основната илюзия в дълготрайните връзки е мисълта, че притежаваме другия. Истината е, че неговата отделеност е неопровержим факт и ние не бихме могли никога да уловим мистерията на неговата същност в момента, в който приемем това, поддържането на желанието към другия ще се превърне в реална възможност. Забележително е как една внезапна заплаха за статуквото (афера, увличане по някой друг, продължителна раздяла или една наистина силна кавга) може внезапно да възпламени желанието. Нищо не може така бързо да накара изтърканите ни обувки да изглеждат като нови, като страхът да не ги загубим.

Контрааргументът на закона за намаляващата възвръщаемост е принципът, според който последователните инвестиции увеличават чувството за удовлетвореност. Колкото повече правим едно нещо и колкото по-добри ставаме в него, толкова повече ще му се наслаждаваме. Тенисистът, който седмица след седмица тренира и продължава да подобрява играта си, ще се застъпи за позитивното влияние на честотата. За него Париж всеки път става все по-добър.

Колкото повече тренира, толкова повече развива уменията си. Колкото по-добри умения притежава, толкова по-самоуверен се чувства. Колкото по-самоуверен се чувства, толкова повече е склонен да поема рискове. Колкото повече рискува, толкова по-интригуваща става играта. Разбира се, всички тези тренировки изискват усилия и дисциплина. Тук не можеш просто да чакаш да ти дойде настроението — нужни са издръжливост и постоянство. Тенисистът интуитивно знае, че напредъкът рядко следва права линия. Вероятно ще преживее и периоди на застой, друг път дори на забавяне, но наградата си заслужава усилията.

За нещастие, свикнали сме да свързваме усилията с работа и дисциплината с болка. Но на работата може да се погледне и по различен начин. Тя може да бъде творческа и утвърждаваща живота, способна да даде искрата за една по-висока жизненост, и не е нужно винаги да е съпроводена от дълбоко изтощение. Ако искаме сексуалният ни живот да отговаря на потребностите ни, трябва да вложим усилия именно по подобен творчески начин.

Митът за спонтанността

Съществува една популярна идея, която управлява възгледите за секса на много хора по света — тази за мигновеното пасване, за двете половини на цялото, за физическата съвместимост, която е свършена от самото начало.

Добрият секс трябва да бъде лесен, без напрежение и без задръжки. Или го имаш, или не. В повечето случаи тази идея е съпроводена от своя добър съсед — митът за спонтанността. Думата „спонтанност“ се появява като мантра всеки път, когато мъжете и жените в кабинета ми обясняват какви са компонентите на вълнуващия, разтърсващ, неустоим и наистина еротичен секс. Трудно може да бъде преувеличено ентузиазираното убеждение, свързано с това, че истински добрият секс трябва да бъде породен от спонтанен импулс.

Обичаме да вярваме, че сексът се случва в резултат на един естествен, спонтанен и непринуден импулс. Говорим за това как сме били зашеметени.

„Просто не можех да устоя... Усещах как всичко в мен пулсира... Това беше нещо много по-голямо от нас... Бях напълно завладян.“ Тази пристрастеност към теорията за големия взрив в секса показва нашата липса на търпение по отношение на съблазняването и еротичната игра, които отнемат прекалено дълго време, изискват прекалено много усилия, и най-важното — изискват пълна осъзнатост за нещата, които вършим. Много от нас се отнасят с подозрение спрямо предварително планирания секс. Той представлява заплаха за вярата ни, че любовният танц може да се породи единствено от непроследимото влияние на магията и химията. Идеята, че сексът трябва да бъде спонтанен, постоянно ни държи на две крачки разстояние от това действително да го искаме, да чуваме собствените си желания и да ги изразяваме с намерение.

Докато сексът е нещо, което просто се случва, не се налага да заявяваме желанието си за него. Има някаква ирония в това, как в нашето продуктивно общество целенасочената покана за секс ни се струва натрапчива и груба. Тя ни кара да се чувстваме объркани, сякаш са ни хванали да правим нещо нередно.

Когато пациентите ми започнат да разказват с носталгия за първите дни от връзката им, в които желанието за секс се е разгаряло за секунди, аз им напомням, че дори в началото спонтанността е била мит. Всичко, което тогава се е случвало „на момента“, в повечето случаи е било резултат от часове и дори дни на подготовка. Какво да облечем, за какво да разговаряме, в кой ресторант да отидем, каква музика да слушаме? Цялото това планиране — този детайлен продукт на въображението — е било част от развитието и развързката.

Поради тази причина моят съвет към пациентите е да не търсят спонтанност в секса. Спонтанността е чудесна идея, но в една вече съществуваща връзка всичко, което трябва „просто да се случи“, вече се е случвало. Сега вече трябва да го накараме да се случи. Ангажираният секс означава преднамерен секс. „Не можех да устоя“ трябва да се превърне в „Не искам да устоя“. „Просто се намерихме в прегръдките си“ трябва да се превърне в „Нека те прегърна“. „Веднага усетихме близост“ трябва да се превърне в „Хайде да излезем довечера и да бъдем близо един до друг“.

Целта ми е да помогна на пациентите си да се сприятелят с идеята за сексуалността като една призната и ентузиазизирана

приветствана част от живота им — като нещо, което изисква пълна ангажираност. Идеята за планирането е преграда, която много двойки трябва да прескочат. Те свързват планирането със създаването на графици, графици с работа, а работата със задължения. В много от случаите терапията се състои от разрушаването на тези убеждения.

Култивиране на намерението за правене на секс

Доминик и Раул се оплакват от избледнелия си сексуален живот в началните дни на връзката им, когато Раул все още живеел в Маями, разстоянието успявало да надвие рутината. С нетърпение очаквали всяка следваща среща и уикендите им никога не били скучни. Но сега, когато живеят заедно, те прекарват свободното си време с работа по домакинството и в изпълняване на различни задачи. Не мога да не забележа несъответствието между вниманието, което отдават на тези задължения, и липсата на внимание по отношение на сексуалния им живот — като че ли сексът функционира на различен принцип.

„Дрехите няма да се изперат от само себе си“, отбранително казва Доминик.

„А сексът ще се случи ли от само себе си?“, питам аз.

Доминик се преструва, че не разбира какво имам предвид под планиран секс. „Искаш да си го запиша в бележника на телефона? Четвъртък вечер, десет часа? Това е толкова жалко“, казва той.

„Ако не искаш сексът да бъде една от точките в списъка ти със задачи, не е нужно да го приемаш като такъв“, отвърщам аз. „Смисълът на това, което казвам не е в създаването на сексуален график, а в създаването на еротично пространство, а за това е необходимо време. Нещата, които ще се случат в това пространство са с отворен край, но самото пространство е белязано от нашето съзнателно намерение. Както в случая на онова оссо буко^[1], което приготви за Раул миналия уикенд — то също не се сготви само.“

Доминик е гастроним. В неделя той приготвил на Раул класическо италианско ястие. Всичко започнало като идея — поискало му се да подготви някаква приятна изненада. Помислил върху няколко варианта и се спрял на рецептата с телешкото месо. Тогава отишъл в италианския квартал, откъдето купил най-крехкото месо, от пекарната взел любимия си хляб със семолина, а от специализирания магазин в

Сохо — шоколадови каноли^[2]. Накрая пребродил града в търсене на перфектната бутилка вино Монтепулчано.

Приготвянето на вечерята отнело почти целия ден, но резултатът било едно истинско епикурейско пиршество, което преминало в еротично преживяване. Всичко било планирано с цел доставяне на наслада.

„Да, това изисква много работа“, признава Доминик, „но аз обичам да го правя и за мен то не е мъчение.“

„Как се е получило така, че сексът се е превърнал в нещо, което чувстваш като задължение? Изглежда сякаш изпитваш неохота да внесеш същото желание в еротичния си живот, както при готвенето“, посочвам аз.

„При секса нещата изглеждат прекалено нагласени,“ отвръща Доминик.

Подобно на Доминик и Раул, не един от пациентите ми се отдръпва от идеята за преднамереност, когато стане въпрос за секс. Те смятат, че в дългосрочен план тези стратегии стават прекалено изморителни и са убедени, че са ненужни, след като вече са спечелили другия. „Да прелъстя мъжа си? Все още ли се налага да правя подобни неща?“ Това нежелание често представлява прикрит израз на инфантилното ни желание да бъдем обичани такива, каквито сме, без да полагаме никакви усилия от наша страна, просто защото сме специални. Това е грандиозността на бебето, което всички ние носим в себе си. „Не искам! Защо да го правя? Ти трябва да ме обичаш, независимо от всичко.“ Сексуалният терапевт Маргарет Никълс отбелязва, че макар партньорът ти да продължи да те обича дори след като си напълнял с двадесет килограма и се разхождаш из къщи с чехли-зайчета и развлечени фланели с лекета, вероятно няма да се възбуди теб.

„Само младите влюбени ли имат привилегията да изпитват гъделичкащата тръпка от прелъстяването?“, питам Доминик. „Само защото живееш с някого, това не означава, че той винаги е на разположение. Дори напротив, той изисква повече, а не по-малко внимание. Ако искаш сексът да остане сочен, трябва да обърнеш внимание на другия по този начин. Естествено, не всеки ден, но от време на време би могъл да приготвиш нещо специално за Раул.“

Тръпката от очакването

Очакването означава, че изпитваме нетърпение за нещо. То е важна съставна част на желанието, а планирането на секса помага да го създадем.

Когато Доминик приготвя своето оесо буко, той почти усеща вкуса му в устата си. Представя си изненадата и радостта на Раул. Надява се по този начин да накара приятеля си да се почувства специален и предварително си представя благодарното изражение на Раул. Това е като да си представяме предварително какво ще се случи. То е вид любовна игра, която се случва извън прякото взаимодействие между партньорите. Очакването е част от създаването на сценария — именно поради тази причина любовните романи и сапунените опери се основават на него.

Вярвам, че копнежът, очакването и бленуването са фундаментални елементи на желанието, което може да се предизвиква съзнателно дори и в дълготрайните връзки. Когато Нийл и Сара излизат в неделя, те планират само няколко неща. Вечеря, музика, и по-късно — секс. В миналото цялата атмосфера от вечерта се погубвала в мига, когато Сара плащала на детегледачката. „Внезапно отново се превръщах в майка и целият ни труд да изградим помежду си тръпка и възбуда просто пропадеше. Сега вече Нийл се оправя с детегледачката, а аз отивам директно в спалнята. Това е уговорка, която ми помага да остана в настроение.“ Сара и Нийл имат три деца, покрай които Сара е заета по цял ден, всеки ден. Нийл вече е наясно с факта, че за нея е много трудно да излезе от тази роля, а е нужно много малко, за да се плъзне обратно в нея. „Преди бях убедена, че е въпрос на настроение, но отдавна осъзнах, че съм се заблуждавала. Да очаквам да ми дойде настроението е като да очаквам второто пришествие. Обичам да правя планове. Те ми дават нещо конкретно, което да очаквам с нетърпение, докато играя с куклите или преглеждам домашни.“

Онова, което изпълва Сара с очакване, не е просто сексът. А ритуалът! Прекарвайки известно време един с друг, като мъж и жена, те успяват временно да се изплъзнат от оковите на реалността. Тяхната любовна игра трае с часове. Правят това от дванадесет години и като майстори на занаята, ако се случи да пропуснат някоя среща, това им

липсва. Те знаят, че сексът обикновено означава нещо много повече от петнадесет минути след късните новини.

Култивиране на изгриността

Когато двойките се оплакват от безличния си сексуален живот, знам, че това, което искат, не е просто да го правят по-често. Възможно е да искат повече секс, но със сигурност искат по-добър секс. Поради тази причина предпочитам да говоря за техния еротичен живот, вместо за сексуалния. Физическият акт на правенето на секс е прекалено ограничена тема, която лесно може да се ограничи до разговор относно бройките. Човешката природа не понася липсата на интензивност. Хората мечтаят да блестят. Те искат да се чувстват живи. Ако им се даде дори и минимален шанс, влюбените двойки могат да изпълнят празнотата в интензивността с превъзходство.

Животните правят секс. Еротиката е запазена единствено за хората.

Еротиката е сексуалност, трансформирана от въображението. В действителност дори не се нуждаем от физическия акт на секса, за да получим пълно еротично преживяване, макар сексът често да е част от него и да си го представяме. Еротиката е отглеждане на способността ни да изпитваме вълнение, съзнателно търсене на удоволствие. Октавио Пас оприличава еротиката с поезията на тялото, свидетелство за сетивата. Като едно стихотворение, тя не следва права линия, вместо това криволичи и се извива, завръща се обратно към себе си.

Тя ни показва онези неща, които не можем да видим с очите си, а единствено с очите на душата. Еротиката ни разкрива един различен свят в света. Сетивата се превръщат в служители на въображението, позволявайки ни да зърнем незримото и да чуем недоловимото.

Еротиката, която в същността си е преплетена с въображението, представлява разновидност на играта. Приемам играта като една алтернативна реалност, намираща се по средата между действителност и измислица, като едно защитено пространство, в което експериментираме, преоткриваме себе си и поемаме рискове. Чрез играта ние забравяме за недоверието си — приемаме, че нещо е реално, макар прекрасно да знаем, че не е. Тук сериозността и отговорността нямат място.

Играта по дефиниция е безгрижна и освободена. Според големия теоретик на играта Йохан Хьойзинха основната черта на играта е, че тя не притежава друга цел, освен себе си. Липсата на цел в играта е нещо, което трудно се съгласува с културно обусловения ни стремеж към продуктивност, резултатност и отговорност все по-често измерваме стойността на играта според ползите, които носи в себе си. Играем скуош, за да подобрим сърдечния си тонус, водим децата на вечеря, за да развием вкусовете им възприятия, отиваме на ваканция, за да се презаредим. Но все пак, ако се торМОЗИМ как изглеждаме отстрани, ако сме обсебени от крайния резултат или се страхуваме от оценката на другите, удоволствието неминуемо ще се изпари.

При децата играта идва по естествен път, но с възрастта способността ни за игра постепенно рухва.

Често пъти сексът остава последната арена за игра, която си позволяваме — един мост към детството ни. Дълго след като мозъкът се е задръстил от наставления да бъдем сериозни, тялото е останало единствената свободна зона, необременена от разума и оценката. Докато правим любов, отново можем да преживеем свободните движения на детето, все още неразвико в себе си чувството за стеснителност под осъдителните погледи на другите.

От време на време срещам хора, които са уловили същността на нещата, съхранили са усещането за игривост един с друг и са успели да се спасят от скуката. Те са физически и чувствено живи — двама души, чието желание един към друг не е отслабнало. Дори в нашата култура, която се стреми към незабавно удовлетворяване на нуждите, те са способни да погледнат на ухажването като на цел само по себе си. Джоана продължава да омагьосва своя приятел, с когото са заедно от десет години, като му урежда любовни срещи в мотели из района. Когато отиват на парти, Дарнел и партньорът му се преструват на непознати. Ерик описва как правят любов с жена си на алеята до дома им, когато се прибират късно вечер — едно тайно удоволствие, на което се отдават, преди да погледнат как са децата. Всяка година Иван и Рейчъл прекарват по взаимно съгласие един дълъг уикенд в суинг клуб. „Вместо да имаме тайни един от друг, ние имаме тайни от света.“ Джесика е спасила мъжа си от не една самотна нощ по пътя, разговаряйки с него по радиостанцията. Всяка сутрин Лео споделя с жена си колко щастлив се чувства да бъде женен за нея, и той наистина

го мисли, дори след повече от петнадесет години съвместен живот. За всички тези двойки игриливостта изпълнява централна роля във връзката им, а еротиката е нещо много повече от сексуален акт. Тяхното любене може да бъде ритуално или внезапно, емоционално или практично, стандартно или излизащо извън рамките, спокойно или страстно. Но във всички случаи сексът им носи удоволствие и е желан, а не задължителен. Отнасят се с уважение към еротиката и се наслаждават именно на това, че тя престъпва правилата. Те обичат секса, обичат го особено един с друг и отделят време да подхранват еротичното пространство помежду си.

Подобно на всички двойки, те също преживяват периоди на спадове в желанието — когато се чувстват отчуждени един от друг или просто са погълнати от собствените си задачи и живот — но не изпадат в паника, ужасени от мисълта, че нещо из основи се е провалило между тях. Те знаят, че еротичният заряд има своите върхове и спадове и че желанието преминава през периодични затъмнения и временни прекъсвания. Но когато му отредят достатъчно внимание, те са способни да си възвърнат тръпката.

За тях любовта е съд, който съдържа едновременно сигурност и приключение, а дълготрайното обвързване предлага един от големите луксове в живота: време. Бракът не е краят на тяхната любовна история, а началото. Те знаят, че разполагат с години време, през които да задълбочат своята връзка, да експериментират, да преживеят упадък и дори да се провалят. Те приемат връзката си за нещо живо, нещо, което представлява процес, а не свършен факт. Тя е роман, който пишат заедно, роман с много глави и с отворен край. В него винаги има място, което все още не познават, и винаги има още нещо ново, което да се открие в другия.

Съвременните връзки представляват водовъртеж от противоречиви нужди: стабилност и приключения, заземеност и трансценденталност, сигурна любов и интензивна страст. Искаме всичко това и го искаме с един-единствен човек. Свързването на семейното с еротичното представлява деликатен баланс, в който в най-добрия случай успяваме да постигнем едва временни резултати. Той изисква да познаваме партньора си, но едновременно с това да признаем, че никога няма да го опознаем изцяло, да създадем сигурност, но да останем отворени към неизвестното, да култивираме

интимност, но да уважаваме личните граници. Отделеност и заедност се редуват или сменят в ярък контраст. Желанието е лек срещу ежеднезната рутина, а обвързването не бива да поглъща свободата.

Едновременно с това еротиката у дома изисква активна ангажираност и съзнателно намерение. Тя винаги ще се съпротивлява на твърдението, че бракът е сериозно нещо — повече работа, отколкото игра, и че страстта е само за младите и незрелите. Необходимо е да извадим на светло амбивалентното си отношение към удоволствието и да предизвикаме личните си неудобства спрямо сексуалността, особено в контекста на семейството. Да се оплакваме от скуката в секса е лесно и конвенционално.

Култивирането на еротиката у дома е акт на открито неподчинение.

[1] Национално италианско ястие от задушен телешки джолан и доматиен сос. — Б.пр. ↑

[2] Италиански сладки във формата на пурички с пълнеж. — Б.пр. ↑

Издание:

Автор: Естер Перел

Заглавие: Еротична интелигентност

Преводач: Емилия Илиева-Крайнова; Естер Гомбаш; Нина Гомбаш

Година на превод: 2013

Език, от който е преведено: английски

Издание: второ преработено издание

Издател: Векста

Град на издателя: Поморие

Година на издаване: 2013

Тип: научнопопулярен текст

ISBN: 978-954-92397-8-2

Адрес в Библиоман: <https://biblioman.chitanka.info/books/19859>

ЗАСЛУГИ

Имате удоволствието да четете тази книга благодарение на *Моята библиотека* и нейните всеотдайни помощници.

МОЯТА БИБЛИОТЕКА



<http://chitanka.info>

Вие също можете да помогнете за обогатяването на *Моята библиотека*. Посетете **работното ателие**, за да научите повече.