

Дуля Етисова

ЛЮБОВЬ *и* СЕКС

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

для супругов и любителей



Рекомендации сексолога

Диля Еникеева

ЛЮБОВЬ И СЕКС. ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ДЛЯ СУПРУГОВ И ЛЮБОВНИКОВ

*Посвящается
моему любимому мужу,
человеку со сложным характером,
сумевшему ужиться с женщиной
с характером не менее сложным.*

ОТ АВТОРА

Что может быть прекраснее любви?!

Любовь – это чувство, благодаря которому мы с вами появились на свет. Мы нуждаемся в любви всю свою жизнь, сколько бы нам ни было лет. И даже уйти из этого мира хотелось бы так, чтобы нас помнили и любили. Хочется верить, что реинкарнация существует, – именно благодаря любви.

Самое непостоянное чувство - любовь. Самое постоянное чувство - желание любить.

А как может быть любовь без секса?

Потому в известном анекдоте (Она, в постели: «Ты меня любишь?») - Он: «А я что делаю?») – есть большая сермяжная правда.

А платоническая любовь бывает только до шестнадцати и после шестидесяти. Иногда, правда, платонические отношения бывают и между супругами, особенно при большом стаже семейной жизни...

Правда, и тут можно обнаружить эротический компонент: платоническая любовь – это секс выше ушей.

И все же нет ничего лучше любви плотской. Самый лучший праздник – праздник плоти. Его можно устраивать каждый день!

Вот почему я частенько говоря «любовь» подразумеваю «секс». И наоборот.

Хоть я и сексолог, но все же необычный сексолог.

Иные мои коллеги, когда к ним приходит пациент (или пациентка) начинают дотошное обследование. Со страху у некоторых мужчин вообще перестает кое-что функционировать. А уж вопросы про ЭТО... И никто его, бедолагу, не спросит: «А любите ли вы свою жену?» У него, может быть, и нет никаких особых дисфункций, просто не хочется заниматься сексом с благоверной, потому что она его неустанно пилит и пилит... Или женщина жалуется, что не испытывает удовольствия от секса, а когда приходит вместе с мужем, то сразу видно, что она испытывает единственное чувство – раздражение. До секса ли тут?

Но не всегда так запущено.

Иной раз он и она любят друг друга, а поговорить про ЭТО стесняются. Ему хочется, чтобы она была в постели поигривее, а ей – чтобы он был нежнее или наоборот, вел себя как мачо. Но как сказать друг другу о своих предпочтениях? Пустяк, казалось бы, но порой становится проблемой.

Эта энциклопедия адресована и женщинам, и мужчинам. Не сомневаюсь, каждый из вас, мои дорогие читатели, найдет в ней что-то интересное для себя.

Если у вас есть нереализованные сексуальные фантазии, после прочтения этой книги вы сможете воплотить свои самые смелые мечты.

Даже если вы считаете себя знатоком в науке страсти нежной, вам будет, что почерпнуть из этой энциклопедии. Быть может, это позволит еще больше повысить вашу сексуальную эрудицию. Или поможет понять себя и человека, который с вами рядом.

Совершенству нет предела. И чем больше мы получаем информации, тем больше осознаем, что еще есть возможность двигаться вперед.

А если у вас какие-то проблемы, здесь вы найдете ответы на многие вопросы и, надеюсь, сумеете преодолеть временные трудности.

Энциклопедия разделена на три части, две из которых посвящены особенностям сексуальности мужчин и женщин, а третья содержит рекомендации для супругов и любовников с большим стажем, как поддержать и вновь разжечь пламя страсти, чтобы ее не смогла затушить даже пожарная команда.

Вы узнаете, как реализовать свои сокровенные желания, и ваш секс станет для вас не головной болью, а Песнью Песней.

Напоследок пожелание:

Не позволяйте голосу разума преобладать над зовом плоти!

Диля ЕНИКЕЕВА,
врач-психиатр, психотерапевт и сексолог
кандидат медицинских наук

МУЖСКИЕ СЕКСУАЛЬНЫЕ ТАЙНЫ

30 ПОСТУЛАТОВ НАСТОЯЩЕГО МУЖЧИНЫ

Итак, настоящий мужчина:

- Падает на колени перед женщиной, чтобы ускорить ее падение.
- Демонстрирует мужские достоинства, а не рассказывает о них.
- Стоически сносит огорчения, отравляя ими жизнь жене.
- Считает, что в глазах женщины должны отражаться его мысли.
- Использует голову, чтобы встать на ноги.
- Считает, что женщина - лучший друг человека.
- Никогда не говорит, что знает женщин вдоль и поперек.
- Не пытается угнаться за рожденными ползать.
- Умеет жить... за счет других.
- Не говорит о сексе, а занимается им.
- Умеет описать красивую фигуру женщины, не используя жестов.
- Морщины на его лице - это продолжение мозговых извилин.
- Любит женщин и даже не пытается их понять.

- Уверен, что женщины отнюдь не глупы - ведь они сотворены по образу и подобию мужчины.
- При равных шансах предпочитает выигрывать.
- Если женщина идет по неправильной дорожке, идет правильной дорогой следом за ней.
- Днем работает как вол, ночью - как бык.
- Никогда не ударит свою жену в присутствии леди.
- Предпочитает смотреть на все сквозь пальцы, а не сквозь решетку.
- Способен заработать больше, чем может потратить жена.
- Перед поцелуем вынимает сигарету изо рта.
- Принимает женщину со всеми своими недостатками.
- Считает, что женщины имеют полное право разделять его мнение.
- В погоне за женщинами он спринтер, в погоне за деньгами - марафонец.
- Считает, что любимая женщина - это праздник, который всегда с тобой.
- Понимает женщин, которые понимают его.
- Согласен содержать женщину... на ее средства.
- В женской одежде ему больше всего нравится ее отсутствие.
- Развязывает шнурки, галстук и язык только в нужный момент.
- Поднимет платочек, оброненный женщиной, даже если она не очень красива.

ЭРОТИКА В ОБЪЯТИЯХ МОРФЕЯ

Почему сон лучше, чем секс:

- **Вы не чувствуете себя виноватым, если делаете это один.**
- **После сна нет необходимости спать.**
- **За сон не нужно платить.**

- Сон длится гораздо дольше секса.
- Не придется жаловаться по утрам, что вам мало.
- Можно спать где угодно, даже в церкви.
- Во сне вы можете заниматься любовью с кем захотите, а не с кем лежите.
- Спать вы можете в любой позе, которая вам нравится.
- Никто не будет сплетничать о том, что вы много спите.

Анекдот

Женщины обожают рассказывать друг другу свои сны, а вот для сильной половины человечества это terra incognita. Не так уж много найдется мужчин, кто с жаром поделится с приятелем: “Слушай, я такое увидел во сне!..”

Нашел чем хвастаться - своими снами!

Д.Е.

Это вроде бы даже роняет мужское реноме. Если поведать кому-то о своем сне про улетный секс со сногшибательной блондинкой, то у слушателя возникает резонный вопрос: а почему рассказчик не имеет сексапильных красоток в реальной жизни? - отсюда закономерно вытекает сомнение в его половых способностях.

Кому ж хочется быть хуже своей репутации?!

Основное мужское достоинство - необузданное “мужское достоинство”.

Д.Е.

А если приснится что-то этакое, о чем потом даже вспоминать неловко?

К примеру, один мой пациент увидел во сне свою жену, совокупляющуюся с огромным догом, а “партнершей” другого пациента стала его любимая кошка. Разве мужчина, будучи в здравом рассудке, расскажет кому-либо о “порочащем” сновидении?! Ведь многие, начитавшись Фрейда, убеждены, что сны - это отражение наших подспудных желаний.

У одной супружеской пары была сиамская кошка по имени Клотильда. И вот, как у

нее течка - вся семья в напряге: сексуально озабоченная киска буквально рыдает на своем кошачьем языке: "Хочу кота!" - и отчаянно трется задом о ногу любого человека. Однажды в такой драматический период пришел приятель дочери-школьницы, а Клотильда тут же накинулась на новенького. Парнишка отлучился в туалет, кошка за ним. Через некоторое время появляется Клотильда - глаза по блюдцу, идет по синусоиде, вся такая томная-томная, а за ней шествует парнишка и смущенно оповещает оторопевших хозяев: "Это я..."

Байка

Сны видят и мужчины, и женщины, но сильный пол предпочитает помалкивать про свои эротические сновидения, потому что их содержание отнюдь не цветочки-ромашки-поцелуйки и прочая лирика, а конкретный секс.

Зачастую в сновидениях отражаются эротические фантазии, имевшие место наяву. И наоборот, увиденный сон нередко становится темой эротических фантазий, к которым мужчина прибегает во время мастурбации или просто для того, чтобы расслабиться и отрешиться от обыденности реальности.

Секс - это скучно. Вот если бы вдвоем...

NN

Нередко то, о чем мы думали днем, снится нам ночью.

- Бабоньки, слышали, если Жириновский к власти придет, всех насиловать будут!

- Да ну, Никитишна, не верь, это все предвыборные обещания.

Анекдот

23-летний Михаил рассказал такой сон: "Мне приснилось, что я иду по лесу и вдруг меня чем-то бьют под колени, я падаю лицом вниз, кто-то связывает мне руки, потом волочит меня за ноги, рывком ставит спиной к дереву - все это время я не вижу, кто на меня напал, - привязывает к дереву и завязывает глаза. Мне страшно и вместе с тем я чувствую

возбуждение, у меня эрекция. С меня стаскивают джинсы - я с ужасом жду, что сейчас меня кастрируют, а вместо этого чувствую прикосновения чьих-то губ и языка”.

Трое мужчин, потерпевших кораблекрушение, подплывают на шлюпке к острову. На берегу табличка: “Каждого мужчину, который ступит на остров, мы лишим члена. Амазонки.”

Через некоторое время первый мужчина не выдерживает и сходит на берег. Вскоре из чащи послушался душераздирающий крик и все смолкло. Потом не выдерживает второй. Ступает на берег. И снова - душераздирающий крик и тишина. Потом третий не выдержал и тоже сошел на берег. Его поймали амазонки. Он их спрашивает:

- А как вы это делаете?

- Первый мужчина был хирургом. Мы ему отрезали член скальпелем. Второй был лесорубом - мы ему топором отрубили.

Вдруг тот падает на песок и начинает дико хохотать.

- Ты чего хохочешь? - мрачно спрашивает его предводительница амазонок.

- Да я всю жизнь мороженщиком был. Фиг залижете!

Анекдот

“Таких непередаваемых ощущений я ни разу в жизни не испытывал, - делился другой мой пациент. - Даже просыпаться не хотелось. Я лежал и пытался удержать свой чудесный сон. А потом не раз пробовал воспроизвести его в своем воображении. В целом удавалось, но все же таких же ощущений не было”.

Эротические сны заканчиваются печально - нужно вставать и идти на работу.

Д.Е.

Любители “мозгового” секса, а попросу говоря, фантазеры, частенько выдают свои эротические сны, присочинив и приукрасив, за собственный сексуальный опыт. Послушать их - так просто сперматозавры! - а на самом деле новобранцы на сексуальном фронте,

занимающиеся ручным самоудовлетворением или “бутербродным” сексом.

Учись лгать с малого.

Д.Е.

“Неужели в душе я такой развратник?” - вопрошал еще один мой пациент, между прочим, верный муж и довольно консервативный в сексе человек. Ему, как и многим представителям сильного пола, периодически снились разнузданные оргии, перед которыми меркнет фантазия режиссера “Калигулы”.

Так как же относиться к своим снам? Стоит ли пугаться, если вам приснилось нечто эдакое, от чего вам страшно или стыдно? Сидит ли оно, это запретное желание, загнанное в подсознание?

Прекрасный пол в этом отношении более подкован и активен: если что-то неясно, женщина читает специальную литературу или обращается к профессионалу за разъяснениями. Мужчины же более инертны, скрытны и опутаны предрассудками. К тому же, у сильного пола есть дела поважнее, чем мчаться к специалисту с просьбой растолковать, что означает его сновидение. Мужчина почешет в затылке: что бы это значило? - а потом махнет рукой, мол, ерунда все это. Однако ж не ерунда.

Эротический сон может немало поведать о самом “зрителе”, его увидевшем.

Разумеется, научно достоверные выводы о том, что означает сновидение, может сделать лишь профессионал.

О реальном сексе написано немало книг, а вот о сексе во сне литературы нет. Это область загадочная, еще недостаточно изученная, а я по своему опыту сексолога и психотерапевта знаю, что у многих людей их сны вызывают недоумение, удивление: с чего мне это приснилось? - а то и беспокойство, тревогу, озабоченность.

Даже тех, кто читал научно-популярную литературу по психологии, собственное сновидение порой ставит в тупик - неужели во сне отразились их сокровенные желания?

Андрей Малахов, отстирав все свое грязное белье, пригласил в гости другого ведущего скандальной передачи, Дмитрия Нагиева.

Нагиев говорит:

- Какой мне сегодня сон приснился! Звонят в дверь, открываю - Алла Борисовна!

Говорит, что меня хочет! Ну, я ей показал, на что способен настоящий мужчина!

- Ну спасибо тебе, друг...

- За что?

- Я в это время с Филиппом развлекался.

Анекдот

А потому я решила начать эту книгу именно с данного аспекта и не сомневаюсь - даже те, кто считает себя сексуальным асом, узнают много нового и неожиданного. Да и женщинам не вредно быть в курсе секретов мужской сексуальности.

Секс во сне зачастую отражает как обстоят дела с сексом наяву.

Д.Е.

ЧЕМ МЕНЬШЕ ДЕВУШЕК МЫ ЛЮБИМ, ТЕМ БОЛЬШЕ ВРЕМЕНИ НА СОН

Если вы способны оторваться от эротического сна, потому что пора просыпаться, - вам нужно обратиться к сексологу.

Д.Е.

Эротическими называются сновидения, содержание которых носит сексуальный характер.

У мужчин сны на сексуальную тематику обычно сопровождаются поллюциями - так называемые “мокрые сны”.

Возникают эротические сновидения с подросткового возраста, после пробуждения полового влечения, дают толчок формированию сексуальной стадии либидо и учащаются в период юношеской гиперсексуальности.

При бессоннице он вместо овец считал телок.

Д. Е.

Сны с откровенно сексуальным содержанием - явление обычное. По данным ведущих сексологов, 70% женщин и 100% мужчин (!) видят эротические сны.

У мужчин прослеживается прямая зависимость между интенсивностью половой жизни и частотой сновидений сексуального характера.

Жена читает в постели, муж спит. Вдруг он замычал и стал делать какие-то непонятные движения руками. Жена растолкала его, спрашивает, что за сон тот увидел.

- Представляешь, снится мне, будто стою я голый возле окна, а в окне дома, что напротив, стоит совершенно голая красотка. И вдруг мой член начал расти. Растет, растет и поднимается прямо к этой девушке. И вдруг я вижу, что по улице идет трамвай. Ну, я скорей стал наматывать член на руку...

Анекдот

Если ритм половой жизни соответствует половым потребностям мужчины, эротические сновидения редки или отсутствуют.

А если секса недостает или радости плоти вообще отсутствуют, - эротические сновидения учащаются.

“Во время сессии единственное спасение - секс во сне, - делился сокровенным Саша, студент МИФИ. - Экзамены у нас серьезные, личная жизнь в сторону. Девчонок на нашем курсе почти нет, а те, что есть, такие кикиморы, что, как говорится, даже верблюды в голодный год за кило колючек не станут их того-этого. В обычное время можно сбегать к подружке из другого вуза, а дважды в год все наши парни морским узлом завязывают, иначе схватишь жбан (“двойку” - на студенческом сленге) по квантовой механике или физике твердого тела и останешься за бортом жизни. Даже рукоприкладством заняться некогда - все ж ручное самоудовлетворение расслабляет и отвлекает. Все силы на то, чтобы овладеть знаниями!”

Ковбой кричит:

- Вы же знаете, что у меня самая быстрая рука на всем Диком Западе!

- А я предпочитаю женщину, - отвечает другой.

Анекдот

“Эротические сны - это кайф, - признался другой мой собеседник. - Самому ничего делать не надо, не напрягаешься, не комплексуешь, не мандражишь: встанет или не встанет. Вообще не закиливаешься на своей эрекции. Есть она, нет ли, - дело десятое. Удовольствие все равно обеспечено. А самое главное - партнерша всегда довольна!”

Если эротический сон приятного содержания - к примеру, Шарон Стоун устроила вам секс-сеанс в стиле “Основного инстинкта”, или Сильвия Кристель решила преподать вам частные уроки, - не отказывайте себе ни в чем. Единственное беспокойство - утром придется сменить трусы и простыню.

Если менять белье приходится довольно часто, то не вредно бы задуматься - не сменить ли партнерш, являющихся вам в эротических сновидениях, на реальных?

Еще раз напомним, что эротические сны учащаются, когда не хватает секса “вживую”.

В сновидениях может отразиться содержание эротических фантазий.

К примеру, наяву вы фантазировали об упоительном сексе с умопомрачительной блондинкой. И не исключено, что эта красотка посетит вас во сне, если вы соответствующим образом настроитесь (о том, как устроить себе эротический сон “по заказу”, вы узнаете чуть позже).

“Красивые женщины приходят ко мне во сне, а к другим - наяву”.

Д.Е.

Существует еще и такое явление как синдром околосонных сексуальных иллюзий. Это состояние, возникающее у сексуально озабоченных людей с высоким уровнем либидо, имеющих длительный перерыв в интимной жизни. Если после периода регулярной половой

жизни любящая пара в разлуке, то перед засыпанием возникает иллюзия ощущения сексуальных ласк и даже иллюзия совершения полового акта. Иллюзорной партнершей может быть та, кто была таковой в реальности, или воображаемая.

Приходит мужик к психоаналитику:

- Доктор, помогите! Я совсем измучился! Каждую ночь мне снится один и тот же сон - как будто ко мне врываются три обалденные девушки, совсем голые...

- Пока ничего страшного не вижу...

- Подождите. Они кидаются на меня, срывают с меня одежду, толкают в постель...

- Так, и что же вам не нравится?

- Да подождите! Я беру одну из девушек за талию и выбрасываю в окно. Потом вторую, потом третью. И остаюсь один! Вы представляете! Я так больше не могу!

- Вы же понимаете - ваш сон я изменить не в силах. Давайте проведем курс психоанализа...

- А пока, доктор, руки мне загипсуйте, ладно?

Анекдот

Случаются повторяющиеся сны. “Доктор, мне часто снится один и тот же сон”, - говорят пациенты.

Постоянные, тревожащие человека эротические сновидения нередко являются отражением скрытого сексуального конфликта. В этом случае необходима помощь профессионала.

Да и вообще - если вас пугают ваши сны, если вам кажется, что их содержание резко диссонирует с системой ваших взглядов на взаимоотношения полов, в том числе, интимное, - мой вам совет, обратитесь к специалисту, он поможет вам разобраться, что за заноза сидит в вашем подсознании и тревожит вас по ночам, отражаясь в будоражающих сновидениях.

В нашей психбольнице открыто новое отделение - для буйноздоровых.

Д.Е.

“РАССКАЖИТЕ О ВАШИХ СНОВИДЕНИЯХ...”

На приеме у психоаналитика:

- Доктор, мне подруга не дает... Как бы ее уломать?

Психоаналитик ровным тоном:

- Расскажите о ваших сновидениях.

Три часа пациент рассказывает про свои сны, психоаналитик хорошо поставленным голосом толкует их по Фрейду.

Через три дня:

- Доктор, подруга от меня сбежала! То, что я ел лук с чесноком, она стерпела. Вытерпела и то, что на обед я ел гороховый суп. Но небритую рожу с несмытым мылом!..

Психоаналитик ровным тоном:

- Расскажите о ваших сновидениях.

Анекдот

Люди издавна пытались растолковать сновидения, проникнуть в их скрытый смысл, заменить непонятное содержание понятным, от снов ждали каких-то подсказок, прямых или косвенных указаний на возможное развитие событий в будущем.

Когда ученые, отринув банальные сонники, составленные невежественными людьми, начали изучать сны с точки зрения науки, мнения специалистов разошлись:

- Одни считали сновидение продолжением бодрствующего состояния, связанным с представлениями, имевшими место незадолго до этого в сознании. Иными словами, сновидение связано с переживаниями предшествующего дня - мы видим во сне то, что видели, говорили, желали или делали наяву.

- Другие полагали, что сновидение в большинстве случаев содержит то, о чем человек

думает в бодрственном состоянии.

“Я встал с постели, но спать не перестал”.

Д.Е.

- Третьи утверждали, во сне мозг просто-напросто обрабатывает информацию, полученную днем, и преподносит ее в виде новых причудливых образов.

- Четвертые склонялись к мнению, что во сне можно найти предсказание будущего человека, что мозг таким образом подготавливает нас к каким-то переменам, предупреждает. В частности, существует теория, что сны напрямую связаны со здоровьем человека и определенные сновидения являются предвестником какой-либо болезни.

- Пятые уверены, что чаще всего мы видим во сне то, на что направлены наши самые горячие и страстные желания. Влюбленный в своих сновидениях видит предмет своих сладких мечтаний, а женщина, лишенная секса - необузданного любовника, с которым она улетает в заоблачные выси. То есть, чувственные желания, таящиеся в душе, получив определенный стимул, реализуются в наших снах.

- Мне снился чудесный сон, будто я еще холостой и прошу тебя выйти за меня замуж...

- И чем же ты так доволен?

- Ты мне отказала...

Анекдот

- Существует мнение, что сны - это своего рода метафоры, символы, что это форма сознания, отличающаяся от мыслей наяву.

- Некоторые люди вообще не придают значения тому, что мы видим во сне, - мол, это всего лишь продукция воображения чересчур впечатлительных натур, ничего такого им не снилось, все они напридумывали, чтобы привлечь к себе внимание.

Чаще всего человек пытается пересказать свой сон спустя некоторое время, и тогда

выясняется, что он многое забыл. Общее впечатление у него осталось, а детали в памяти не воспроизводятся. В этом случае пустоты зачастую заполняются продукцией воображения - рассказчик живописует слушателям та-акой красочный сюжет! Однако многое - вымысел. Не намеренный, конечно. Рассказчик и сам не подозревает, что многое нафантазировал, он верит в достоверность сказанного.

Лгуны - самые красноречивые люди.

Д.Е.

Есть люди, которые обожают пересказывать свои сны, - вот они-то, как правило, и являются невольными фантазерами. Причем они повторяют свои рассказы неоднократно, всем желающим и даже не очень желающим. Разумеется, такой “сон” накрепко врежется в память рассказчика.

Чаще всего фантазирование свойственно истероидным натурам, обладающим врожденным артистизмом, образным мышлением, богатыми ассоциациями, яркой эмоциональностью. Сюжетом сновидения может стать увиденный (даже много лет назад) кинофильм, прочитанная когда-то книга, фотография какой-то знаменитости, встреча со знакомым, а толчок дает какое-то событие недавнего периода.

Эротические сны дают то, чем вы обделены в реальной жизни.

Д.Е.

ЗАПРЕТНЫЕ ЖЕЛАНИЯ ВОПЛОЩАЮТСЯ ВО СНЕ

Расскажи о своих сновидениях, и я скажу, кто ты.

Д.Е.

Хотя со времен издания книги Фрейда “Толкование сновидений” прошло более века (впервые она вышла в 1900 году), этот труд не утратил актуальности до наших дней. В советские времена, хотя никто толком не был знаком с трудами Фрейда, его отчаянно

критиковали, примерно так, как “песочили” Солженицина: “Архипелаг Гулаг” я не читал, но осуждаю!” Сейчас каждый человек, считающий себя интеллигентом, имеет в своей домашней библиотеке книги отца психоанализа, однако непрофессионалу понять суть не так-то просто. О Фрейде и психоанализе сейчас знают все, но зачастую по принципу “слышал звон, да не знаю, где он”. А потому кратко поясню суть.

По Фрейду, сновидение представляет собой осуществление подавленного (вытесненного) желания. Однако толкование сновидений в психоанализе осуществляется не столь примитивно и прямолинейно, мол, что привиделось во сне, то и является сокровенным желанием.

Сновидение, согласно фрейдизму, всегда изображает, пользуясь вытесненным сексуальным материалом, исполнение актуальных и обычно в то же время эротических желаний в замаскированной и символической форме.

Сны - это внутренняя драма, в которой мысленная деятельность проявляет себя физически путем знаков и жестов. Это идеи, произнесенные в немом фильме.

А. Альварес

Сны во фрейдистской трактовке неоднозначны. Их можно разделить на три группы:

- Сновидения с ярко выраженным осуществлением желаний, выявляющих свое содержание в незамаскированном виде.
- Сновидения с очень неприятным содержанием, казалось бы, весьма далекие от какого бы то ни было осуществления желаний.
- Так называемые искажающие действительность сновидения, где неприятное содержание служит лишь для замаскирования приятного и желательного.

Беседуют Максим Галкин и Дмитрий Дибров. Максим:

- Представляешь, мне вчера приснился страшный сон!

- И что именно?

- Я оказался на необитаемом острове в компании с Мартиной Навратиловой, Джоди Фостер и Мэрилин Монро.

- А что же тут ужасного?

- Я был Мэрилин Монро...

Анекдот

Психоанализ тем и отличается от банального сонника, что тут рассматривается не явное содержание сновидений, а их внутреннее содержание, которое познается лишь после толкования.

Истолковывать сновидение - означает раскрыть его смысл. Это задача психоаналитика. Изложить непосвященному читателю, как это происходит, в двух словах невозможно, профессионалы учатся этому годами, а те, кто знаком с классическим трудом Фрейда, знают, что книга “Толкование сновидений” составляет более пятисот страниц.

Представление о том, какие невидимые непрофессионалу сложные ассоциативные связи бывают между сном и тем, что было (или желательно), но подавлено, вытеснено в подсознание, может дать фильм Альфреда Хичкока “Завороженный” с Ингрид Бергман и Грегори Пеком.

Между явным и скрытым содержанием сновидения есть существенные различия. Психоанализ напоминает работу реставратора, который очень бережно, слой за слоем, снимает со старой картины все наносное, лишнее, недавнее, и вот наконец, открывается истинный “нижний слой” под скрывавшей его мазней.

Врач-психоаналитик говорит пациенту после тестирования и толкования его сновидений по Фрейду:

- У меня для вас две новости - хорошая и плохая. Плохая - ваши сны и эротические фантазии свидетельствуют, что вы скрытый гомосексуал.

Пациент:

- Какая же может быть хорошая новость?

Психоаналитик, подсаживаясь поближе:

- Вы симпатичный!

Анекдот

При психоанализе используется метод свободных ассоциаций. Сновидение разбивается на отдельные фрагменты, и пациент говорит все, что ему в связи с этим приходит в голову.

Когда человек говорит что-либо на заданную тему, он сосредоточен, происходит анализ и синтез, а при использовании метода свободных ассоциаций ему не нужно напрягаться, думать, а потому он нередко произносит то, что в иной ситуации никогда бы не сказал. Нередко для него самого это является откровением.

Человеческий мозг - как женская косметичка. Умный человек положит туда только то, что нужно, чтобы в любой момент можно было легко извлечь требуемое; дурак напихает всякой всячины и в этом хаосе все полезное затеряется.

Д.Е.

Бывает так, что какая-то психическая травма детских или отроческих лет, о которой человеку даже думать не хочется, вытесняется в подсознание и сидит там, как заноза, мешая ему жить и создавая почву для невроза. Так вот, общая задача психоаналитика и пациента, образно говоря, вытащить эту занозу из подсознания, сделать ее осознаваемой. И тогда пациент может вскричать: “Эврика!” Или “Надо же, как все просто! А я столько лет страдаю из-за этого!”

Каков антоним от слова “эврика”?..

Д.Е.

Как один из методов выяснения причины невроза психоанализ весьма эффективен. Да и не только при неврозах, а при многих личностных и межличностных проблемах.

Зачастую сам человек не осознает, что явилось причиной его психологических трудностей.

Или на поверхности лежит какая-то явная причина, но это лишь верхушка айсберга, а психоанализ позволяет понять глубинные мотивы. И самое главное - пациент доходит до всего сам. А это гораздо ценнее, чем если профессионал просто разложит все по полочкам и выложит пациенту причину в готовом виде. Понять - значит уже сделать первый шаг на пути преодоления проблемы.

- Давайте определим причину вашего невроза, - говорит психоаналитик пациенту. -

Скажите, что у вас за работа?

- Я сортирую апельсины.

- Так-так, расскажите подробнее.

- Целый день вниз по желобу скатываются апельсины, я стоя внизу и сортирую их. В одну корзину большие. В другую поменьше и в третью - маленькие.

- Так что же вы нервничаете? У вас такая спокойная работа!

- Ничего себе - спокойная? Целый день я должен принимать решения, решения, решения!

Анекдот

По классике - психоаналитик не должен давать никаких рекомендаций, он лишь слушает, записывает (в наше время - на диктофон), а потом растолковывает услышанное.

Так принято на Западе, где люди ходят к психоаналитику годами. Для пациента это не только способ понять себя, причину своего невроза или иных проблем, но и возможность выговориться. У иностранцев не принято делиться сокровенным даже с друзьями, каждый оберегает свое душевное спокойствие и живет по принципу "Это не моя проблема!" Психоаналитик зачастую становится собеседником, которому излагаются все животрепещущие проблемы.

Очень бурная анонимная жизнь.

Д.Е.

Я не могу позволить, чтобы пациенты ходили ко мне годами, - мне нужно, чтобы результат был максимально быстро, - а потому помогаю им быстрее “дозреть”, многое по ходу дела разъясняю сама и попутно провожу психотерапию. Мои пациенты (а почти у всех проблемы связаны с противоположным полом) уже после первого сеанса уходят окрыленные, уверенные, что теперь их жизнь капитально изменится, а после второго-третьего сеанса говорят: “И я, и мои знакомые уже замечают во мне перемены”.

Заниматься “голым” психоанализом мне скучно, да и нашим людям это не очень привычно: платить деньги за то, чтобы полежать на кушетке и рассказать про свои сны, про детство?! Они ведь ищут помощи и хотят, чтобы эффект был налицо и побыстрее. А потому я сразу подключаю и психотренинги, и другие психотерапевтические методы. Гружу их по полной программе. Получается не просто психоанализ, а комплексный метод. Зато результативно.

Чтобы предотвратить невроз, нужно уделять неприятностям два часа в день и использовать это время для сна.

Д.Е.

А у западных психоаналитиков пациенты порой в окно выпрыгивают или иным способом кончают с собой. Ничего удивительного - у человека психотравмирующая ситуация, депрессия, а психоаналитик ему, как в известном анекдоте: “Расскажите о ваших сновидениях...”

В кабинете психоаналитика сидит окровавленный пациент, в голове торчит топор, из раны струится кровь.

Психоаналитик, совершенно невозмутимо:

- Расскажите о ваших сновидениях...

Анекдот

В “классическом” варианте психоаналитик не лечит пациента. Хотя Фрейд, родоначальник

психоанализа, был психиатром, современные американские психоаналитики даже не имеют врачебного диплома, не знают психиатрии - это совсем другая специальность.

А без сумасшедших мир был бы ненормальным!

Д.Е.

Если у человека депрессия, его надо лечить, а не толковать его сновидения. Психоанализ в чистом виде - долгий процесс, а ведь любой невроз - тягостное для человека состояние. И что - он будет полгода-год еженедельно ходить к психоаналитику, пока наконец доберется до “нижнего слоя”?! А психоаналитик, не имеющий врачебного диплома, даже не распознает невроз. Поэтому психоаналитик обязательно должен быть врачом-психиатром.

Пациент пишет своему психотерапевту:

“Доктор, обращаюсь к вам за советом. Вот уже три года я занимаю должность заместителя генерального директора фирмы. Хотелось бы получить повышение. Подскажите, как мне действовать?”

Психотерапевт отвечает ему: **“Высылаю вам два письма. Одно содержит древний магический рецепт. Другое вскрыете после применения рецепта. Итак, вам надо приготовить смесь из отвара одуванчиков, гвоздики, корицы, собачьего помета, настойки на гвоздях и меда. Затем раздеться догола, намазаться смесью, явиться на работу и бегать в таком виде по всем отделам фирмы в течение полчаса. Одурманивающий эффект от смеси заставит всех сотрудников забыть о происшедшем, а директор впадет в состояние гипноза и увлится по собственному желанию, а вы займете его место”.**

Пациент приготовил состав, разделся, намазался и носился в таком виде по офису полчаса. Затем ушел в свой кабинет, вскрыл второе письмо психотерапевта и прочел: **“С первым апреля...”**

Анекдот

“Чистый” психоанализ имел важное значение во времена Фрейда, когда не было психофармакологии. А теперь психиатры имеют возможность быстро справиться с любыми невротическими нарушениями. Есть очень большой выбор антидепрессантов, транквилизаторов, которые купируют и депрессию, и тревогу, и раздражительность, и многое другое.

Садоводам на заметку: Растворите в воде для полива несколько таблеток амитриптилина, то ива плакучая станет ивой смеющейся.

Д.Е.

Психоанализ стал, скорее, вспомогательным средством. К примеру, в случае сексуальных расстройств. Согласно фрейдизму, инфантильные формы сексуальности, подвергаясь в ходе индивидуального развития особенно глубокому вытеснению, оказываются носителями наиболее выраженных патологических потенциалов, создавая главный источник неврозов.

Фрейдова идея пансексуализма не раз подвергалась критике и вызывает справедливые возражения, поскольку оценка развития личности человека только и лишь с позиции формирования либидо страдает односторонностью, не учитывается весь комплекс воздействия различных факторов на человека.

Ergo sum... А зачем?..

Д.Е.

Символическое толкование снов и поступков человека с позиций фрейдизма порой грешит надуманностью.

Если человек видит во сне темный тоннель (а тоннель символизирует влагалище), это вовсе не означает, что он вульвострадалец. Тут нужно разобраться более тщательно, быть может, у этого мужчины субдепрессия, не имеющая никакого отношения к его интимной жизни, а возможно, у него циклотимия или душевное заболевание, одним из проявлений которого является эндогенная депрессия.

- Доктор, мне так тяжело... - жалуется пациент, страдающий депрессией.

- Бывает хуже, - мрачно отзывается психиатр.

Анекдот

К примеру, один мой пациент, больной шизофренией, часто видел во сне черный тоннель без единого просвета. Наяву он рисовал увиденное в сновидении и дарил мне свои наброски, от которых веяло безысходностью и тоской. У меня скопилась целая папка его рисунков. Кстати, потом он стал довольно известным художником, уехал в США, и теперь его депрессивные картины украшают стены домов состоятельных американцев. Наверное, янки думают о пресловутой загадочной русской душе, глядя на живопись моего бывшего пациента...

Душевнобольной - это инакомыслящий.

Д.Е.

Если мужчина видит себя во сне с тростью или зонтиком в руках (а это в символике фрейдизма означает пенис), сие отнюдь не свидетельство его скрытой гомосексуальности.

Толкование с помощью простейших символов: все предметы вытянутой формы символизируют фаллос, а раковины и им подобные предметы - женское влагалище, - слишком упрощенный подход к столь тонкой материи, как человеческая сексуальность.

После того, как гинеколог провел влагалищное обследование, пожилая пациентка пристально посмотрела ему в глаза:

- Скажите честно, молодой человек, а ваша мать знает, чем вы тут занимаетесь?

Анекдот

Например, если женщина, с которой вы недавно познакомились, во время беседы с вами вертит в руках авторучку, карандаш или тюбик губной помады, это не означает, что она сексуально оголодала и мечтает о пенисе. Вполне возможно, ваша визави просто волнуется, разговаривая с малознакомым человеком, мнение которого для нее очень важно. Есть

категория людей, которым трудно общаться, пока они не узнают человека достаточно хорошо. Есть и такие, кто преодолевает свои страхи с помощью каких-либо привычных действий: дергают себя за мочку уха, теребят свой нос, покусывают губу, непрерывно накручивают на палец прядь волос, трясут ногой, ковыряют угол стола или подлокотник кресла и прочее. Это относится к невротическим проявлениям, и таким людям желательно обратиться к профессионалу. Даже если в сексуальной жизни у них не все ладно, привычные действия - проявления иного регистра расстройств.

- В чем разница между шизофреником и неврастеником?

- Шизофреник считает, что дважды два - пять, и спокоен. А неврастеник знает, что дважды два - четыре, но это его ужасно раздражает.

Д.Е.

Недавно я была в гостях у одной подруги. Они с мужем вернулись с заграничного курорта и привезли изумительной красоты раковину. В прихожей их квартиры установлена стильная стойка прозрачного темного стекла, на которой в художественном беспорядке разбросаны всякие интересные штучки. Едва я вошла, мой взгляд тут же уперся в огромную раковину. “Боже, если еще и ты упомянешь Фрейда, я сойду с ума! - простонала хозяйка дома. - Все гости демонстрируют свою эрудицию и острят на тему фрейдистской символики”. Я от души посочувствовала подруге и ее супругу. Я знаю эту пару давно, никаких проблем у них нет, просто им обоим понравился экзотический сувенир.

Каждый испорчен в меру своей фантазии.

Д.Е.

Помните знаменитый фильм “Окончательный анализ” с Ричардом Гиром и Ким Бессинджер? Ума Турман, которая играла сестру героини Ким, пришла к психоаналитику (его играл Гир) и рассказала ему будто бы увиденный ею сон, в котором фигурировала ваза для цветов вытянутой формы. Оказалось, что сюжет она позаимствовала из книги о

психоанализе, и таким образом ей удалось провести матерого психоаналитика.

На приеме у психоаналитика:

- **Я страдаю раздвоением личности. Мне кажется, что я - не я, а что нас двое.**
- **Ничего не понимаю, - говорит психоаналитик. - Повторите еще раз. Только, пожалуйста, не говорите оба сразу.**

Анекдот

Современная теория психоанализа отличается от модели Фрейда. Сновидения дают определенную информацию, но это не единственный путь выяснить причину проблемы.

Готов умереть за свои убеждения, потому что жить с ними невозможно.

Д.Е.

В доведенном до абсурда виде этой концепции внешнее содержание сна не имеет значения, следует докопаться до его внутреннего, подлинного содержания, а вот в нем, как правило, отражена сексуальная драма. В общем, что бы вы ни увидели во сне, истинный фрейдист найдет там символ либо пениса, либо влагалища, либо полового акта. Иными словами, все о нем, то есть, о сексе.

Одинокая дама пришла к психоаналитику. Тот спрашивает:

- **О чем вы думаете, глядя на кровать?**
- **О мужчине.**
- **А глядя на стул?**
- **О мужчине.**
- **А глядя на стол?**
- **О мужчине.**
- **А глядя на бутылку?**
- **О мужчине.**
- **А глядя на деньги?**

- О мужчине.
- А глядя на мужчину?
- Ни о чем.

Анекдот

“САМОМУ ПОТОМ СТЫДНО...”

Встретились два Гены - Райков и Зюганов.

Райков:

- Ген, мне приснился страшный сон!..
- Мужик трахает мужика?
- Нет, хуже...
- Женщина - женщину?
- Еще хуже. Я - сам себя!

Анекдот

Если ваши сны напоминают эротический или порнографический фильм, и при пробуждении вы испытываете лишь приятную истому, - забудьте про старину Фрейда (но помните, что эротические сны - свидетельство нехватки секса в реальной жизни). С позиции психоанализа тут и толковать нечего - всем хочется классного секса, главное, не подавлять свои естественные желания. Можете использовать подсказку во сне и попробовать реализовать наяву то, что вам приснилось, - с согласия партнерши, разумеется.

В следующих главах мы рассмотрим некоторые наиболее распространенные сюжеты эротических снов, которые вызывают тревогу, - то, что в них происходит, человек считает недопустимым.

“Бывает такое приснится, что самому потом стыдно”, “В жизни я совсем не такой”, “Во сне я творю такое, что, как говорится, и в страшном сне не приснится”, - говорят мои

пациенты. “Неужели в этих снах проявляются мои заветные желания?” - этот вопрос задают мне многие.

- Доктор, мне приснилось, что я людоед, и мы всем племенем доедаем труп моей жены.

- Ну зачем же так волноваться? Это ведь всего лишь сон.

- Да-а? А куда ж тогда делась моя жена?

Анекдот

Разумеется, не следует штудировать сонники - поверьте, это чушь собачья! В одной книге я прочла, что увиденная во сне лошадь - якобы к перемене в жизни, а в другой - что меня обманут. Так что же - обман и есть та самая перемена в жизни? Полагаю, владельцы скаковых лошадей, жокеи, да и другие любители этих грациозных животных, нередко видят их во сне и что? Их постоянно ожидают перемены в жизни, и их все время будут обманывать? Можно согласиться, что у людей, имеющих отношение к скачкам, каждый день сулит перемены, а у всех остальных разве нет?

Не стоит тормозить и “бабу Маню” или любую другую тетеньку, славящуюся тем, что она лихо разгадывает сны, - от этого никакой пользы, кроме вреда.

Не следует буквально понимать то, что вы видите во сне, или самому пытаться расшифровать их скрытый смысл.

Толкований сновидений может быть множество - в зависимости от личности человека, которому приснился этот сон, конкретной ситуации, предшествовавших событий, происходивших непосредственно перед анализируемым сновидением и в далеком прошлом, - да и много чего нужно знать о жизни этого человека и о нем самом, чтобы грамотно растолковать его сон.

Мужику приснился страшный сон: у него на коленях сидит обнаженная блондинка, рядом стоит бочка с пивом, но в бочке щель, а в блондинке - ни одной...

Анекдот

Для психиатра-психоаналитика важно не только **что** человек рассказывает во время сеанса психоанализа, но и **как** он рассказывает. Эмоциональная окраска высказываний говорит о многом: и о том, насколько актуально какое-либо событие прошлого, и о том, как оно отразилось на человеке, и о его эмоциональной сфере.

Если сон вызывает у вас недоумение или тревогу, не поленитесь сразу же, как только проснулись, записать его (кстати, так делал сам Фрейд, основоположник психоаналитического толкования сновидений).

Запись непонятного, устрашающего или будоражающего сна, вызывающего беспокойство, пригодится, если вы надумаете обратиться к специалисту.

Плюрализм мнений в одной голове - свидетельство психического нездоровья.

Д.Е.

Быть может, пока вы не осознаете, что проблема уже существует, и невольно загоняете ее все глубже и глубже в подсознание.

Прекрасный пол в этом отношении в более выигрышном положении - в силу особенностей женской психологии. Дамы не любительницы таить в душе какие-либо тревожащие сведения. Если что-то беспокоит, женщина немедленно выложит это подруге, маме, мужу, любовнику, соседке, коллеге, да и любому, кто пожелает выслушать. И про сны свои расскажет, и про все остальное. Основные потребители книг по психологии и сексологии - тоже представительницы слабого пола. Теперь теоретически подкованная женщина уже не побежит оповещать подружку о том, что ей приснился сон, как она развлекается сразу с двумя мужчинами или с настоящим мачо, или ее насилует самец гориллы, а обратится к профессионалу, который ей все грамотно растолкует и даст рекомендации - как преодолеть свои сексуальные проблемы, да и вообще - как жить дальше.

- Доктор, у меня неврастения, невроз навязчивых состояний, невротическое развитие

личности, невралгия и неврит.

- Судя по всему, вы освоили страницу психиатрического справочника на букву “Н”, - ироническим тоном констатирует психиатр.

Анекдот

А проблема-то, как правило, есть (раз человек приобретает книги по данной тематике, следовательно, ощущает, что в интимной сфере у него не все ладно или не так, как хотелось бы). И ее нужно решать, а не вытеснять в подсознание, тем самым создавая почву для сексуального невроза.

“Мой невроз, доктор, это следствие общения с любимой женщиной”.

Д.Е.

Порой бывает, что мужчина долгое время лечится у сексопатолога, ему проводят тщательное обследование, находят какую-то причину преждевременной эякуляции или расстройства эрекции (при желании причину всегда можно найти - существуют десятки заболеваний, отрицательно влияющих на мужскую потенцию), а истинная причина в другом. Как говорится, все болезни от нервов...

Психиатр:

- Невроз вашей жены не опасен. С ним она проживет сто лет.

Муж:

- А я?

Анекдот

“Я ПРОСНУЛСЯ В ХОЛОДНОМУ ПОТУ”

“На протяжении столетий безумие снов становилось источником нездорового беспокойства для каждого, кто когда-либо просыпался в холодном поту и пытался припомнить, где он только что был во сне и что он там делал”.

А. Альварес

Большинство людей отчуждает сны от яви, однако кое-кто пугается своих желаний, отраженных в снах.

Мне позвонил взволнованный мужчина с просьбой о срочной консультации. Он был так расстроен и так настойчив, что я, перекроив свой график, приняла его. Вот что рассказал мой пациент, назовем его Геннадием:

“С женой мы разошлись два года назад. У нас есть двенадцатилетняя дочь Таня. С бывшей женой я почти не общаюсь, а с дочкой вижусь часто. Она милая, ласковая девочка, мы с ней хорошо ладим. Я скучаю, если не удастся увидеть ее несколько дней, да и она тоже, созваниваемся несколько раз на дню.

Около года я встречаюсь с женщиной по имени Людмила. Вначале все было хорошо, но теперь у меня не жизнь, а сплошная нервотрепка. И бросить Люду не могу - привязался к ней. Все ж год вместе, не месяц.

Почему не женюсь? Если она уже сейчас, пока мы не расписаны, почти каждый день закатывает мне концерты, что будет, когда мы станем супругами? Люда говорит, что ее нервирует неустойчивость нашего союза, потому-де она устраивает мне истерики, а если мы поженимся, тогда, мол, она успокоится. Да что-то мне в это не верится.

Любовь - состояние, в котором творятся безрассудства. И самое частое из них - женитьба.

Д.Е.

С бывшей женой мы тоже жили хуже кошки с собакой, а начиналось все хорошо. Или мне “везет” на стерв? Я человек спокойный, даже мягкий, вот они и пользуются тем, что я не лаюсь с ними, и думают, что одержали верх.

Избавиться от стервы проще простого - нужно стать стервознее ее.

Д.Е.

Но это бы еще полбеда, хотя у меня теперь такая жизнь, что я сам себе сочувствую. А беда в том, какой мне приснился сон. Будто я расстроен, а дочка сидит рядом и утешает меня, гладит по плечам, по голове и говорит: “Да ладно, пап, не бери в голову, все обойдется. Плюнь ты на этих баб. Я-то тебя никогда не стану расстраивать. И никогда не брошу”. Потом мы прилегли, обнявшись, мне стало так легко, спокойно - я рядом с моим родным и любимым человечком. А потом... Нет, мне даже рассказывать про это страшно...” - Мой пациент закрыл лицо руками и замолчал. Я не стала настаивать на продолжении - и так все понятно.

После долгой паузы Геннадий отнял руки от лица и посмотрел на меня несчастным взглядом: “Что же это такое, а? Я теперь боюсь встречаться с дочкой... А вдруг я и в самом деле на такое способен? Я слышал, что есть отцы, которые живут со своими дочерьми. В моем понимании это ирод какой-то, животное. Неужели ночью, во сне, проявилось то, что сидит у меня где-то в мозгах? Неужели я когда-нибудь могу утратить контроль и ...?”

Шел как-то мужик по лесу и наступил на муравьев. Пришел в церковь исповедоваться.

- Грех на мне, батюшка. Муравьев задавил, жалко их очень... Теперь колокольчик на ногу повесил - он будет звенеть, и муравьи разбегутся.

- Да ты ж святой, а не грешник!

- Нет, батюшка, это еще не все. У моей жены есть сестра. Как-то она белье стирала, а я не удержался и употребил ее..

- Да... Это большой грех!

- Но и это еще не все. Как-то теща белье вешала, нагнулась, а я ее употребил...

- Это очень большой грех!

- Но и это еще не все... Как-то старшая дочь нагнулась, ну я ее и...

- Ну знаете ли, вам колокольчик на другое место повесить надо!

Анекдот

Геннадия напугал сон на тему кровосмешения с собственной дочерью, однако я не видела никаких оснований тревожиться (иначе не стала бы здесь “разбавлять” его исповедь “иронизмами” и анекдотами - инцестуальные взаимоотношения это драма, порой трагедия, а не повод для ерничанья), о чем сразу же сообщила своему пациенту.

Далеко не всегда сон соответствует своему видимому содержанию.

В данном случае Геннадию приснился такой сон из-за разлада в межличностных отношениях с женщинами. И бывшую жену, и нынешнюю любовницу он называет “стервами”. Прав ли мой пациент, полагая, что ему “везет” на стервозных дамочек? Разумеется, нет. Он сам таких выбирает. Факт не нов, но от этого не перестал быть фактом.

Сам Геннадий принадлежит к личностному типу, который в психиатрии обозначается как психастения: он человек нерешительный, неуверенный в себе, ему трудно самому сделать выбор, и он тянет с принятием решения - в надежде, что кто-то решит за него.

Его любовница избрала кардинально неверную тактику (дамы, мотайте на ус! - или на нечто аналогичное). Давить на психастеника категорически нельзя - тогда он становится упрямее осла и упирается до тех пор, пока от него не отстанут. Это так называемая реакция гиперкомпенсации: будучи весьма невысоко мнения о собственной персоне, психастеник пытается таким образом замаскировать собственную слабость, полагая, что сохранит уважение окружающих - мол, раз он так твердо отстаивает собственное мнение, следовательно, крут характером! Мужик! На самом же деле психастеник - типичный рохля.

Мой муж не ангел. Но и не мужчина.

Д.Е.

Психастеника нужно любовно гладить по самолюбию, постоянно подпитывая его самооценку, и тогда он проникнется к спутнице жизни искренней признательностью и прочими положительными чувствами. Такие мужчины чаще всего однолюбы и верные мужья. Но, к сожалению, со спутницей жизни им, как правило, не везет. По закону всемирной

подлости, стервы и прочие психопатки верхним чутьем чуют их слабинку и пользуются этим.

Если жена мешает личной жизни - на фиг такая жена!

Д.Е.

Ссориться психастеники не умеют, семейные сцены их пугают - ко всему прочему, они консерваторы, страшно боятся каких-либо перемен в своей жизни, включая женитьбу или развод. Даже живя с женой-психопаткой, муж-психастеник терпеливо тянет свою лямку, страдая, но не в силах решиться развестись. Обычно инициатором разрыва становится жена.

- Я хочу развестись с мужем. Он совершенно потерял интерес к дому и семье. Он даже не отец нашего последнего ребенка!

Анекдот

Супруга Геннадия одиннадцать лет пила из него кровь, а параллельно с этим завела любовника и вознамерилась выйти за него замуж, а для этого скоропалительно расторгла брак с Геннадием и разменяла их квартиру. Правда, устроить личную жизнь ей не удалось, - любовник ее вскоре бросил, а бывший муж, став разведенным, вновь не решался изменить свой уже ставший привычным статус.

Встречаются двое приятелей. Один говорит:

- Привет, как дела? Наверное, вы с Ленкой уже состоите в браке и живете счастливо?

- Почти так: Ленка состоит в браке, а я живу счастливо.

Анекдот

Избавившись от скандальной супруги, Геннадий попал из огня да в полымя. К любовнице он привязался - психастеники искренне привязываются к любому, кто к ним с добром и лаской, - но решиться еще раз надеть семейный кандалы мой пациент не в силах.

Будь Людмила поумнее, она бы потихоньку, по шажочку дотолкала милого до ЗАГСа, без сцен, скандалов и нервотрепки, и он бы с облегчением переложил это решение на ее плечи, пребывая в уверенности, что принял его сам.

- Как же тебя угораздило жениться?

- Да как - сидели, говорили, в конце концов я уже не знал, о чем с ней еще говорить...

Анекдот

Нынешняя ситуация стала для Геннадия стрессовой. А потому мой пациент перенес в своем сне чувства на того члена семьи, с которым ему комфортно, который не напрягает его, не требует принятия важного решения, а просто любит без всяких условия - на свою дочь.

Любовь приходит и уходит, а дети остаются.

Д.Е.

Так что никаких оснований опасаться, что он будто бы испытывает к дочери нечто большее, чем отеческие чувства, нет.

Дочь рассматривает семейный альбом.

- Mam, а кто этот стройный, красивый и кучерявый мужчина рядом с тобой?

- Твой отец, доченька.

- А кто тогда этот толстый лысый хмырь, что живет с нами?

Анекдот

Если вам вдруг приснился сон на тему кровосмесительных отношений, не пугайтесь. Проанализируйте свои отношения с супругой (или подругой). Устраивают ли они вас? Все ли гладко в ваших отношениях? А если в данный момент вы не женаты, и у вас нет любимой женщины, припомните свои прежние романы. Не бросали ли вас любовницы после кратковременной интрижки (или же наоборот - после длительной связи, по непонятной для вас причине)? Не отвергали ли вас женщины, даже не пожелав узнать поближе?

Дочка говорит Фрейду:

- Пап, мне приснился сон. Приходит ко мне дядюшка Юнг и дает мне банан - зеленый, неспелый и чем-то даже противный. Не понравился мне этот банан, и я его не взяла. А потом подошел ко мне дядушка Фромм и тоже предложил банан. Но и его

банан был противный, гадкий, гнилой и переспевший, и я его тоже не взяла. Но зато потом подошел ко мне ты, папочка, и дал мне банан - такой приятный, спелый и вкусный...

Фрейд смутился и говорит так неуверенно:

- А знаешь, доченька, бывают ведь и просто сны...

Анекдот

И если в результате такого экскурса в прошлое вы придете к выводу, что на любовном фронте вы терпите больше поражений, нежели одерживаете побед, то причина инцестуальных отношений в вашем сновидении, скорее всего, кроется в том, что в личной жизни у вас не все гладко, и вы ищете успокоения с теми, с кем вам комфортно, кого хорошо знаете и в ком уверены, что этот человек вас не отвергнет.

Брат в постели с сестрой.

Она:

- О, какой у тебя большой! Как у папы!

- Я знаю, мне мама говорила.

Анекдот

Если вас постоянно постигают любовные неудачи, если у вас не ладятся отношения с женщинами, мой вам совет: не ждите, что вам когда-нибудь повезет встретить душевную, понимающую, ласковую спутницу жизни. Должна вас огорчить: не повезет. Потому что проблема не в том, что вам *не попадают* такие женщины, проблема в вас самом.

Если хотите изменить свою жизнь к лучшему, начните с себя.

А для этого обратитесь к хорошему профессионалу, который подберет вам индивидуальный психотренинг для коррекции определенных черт характера. Если же ваши финансовые возможности не позволяют посещать специалиста, дождитесь выхода книги, которая будет посвящена этой проблеме.

Вначале Он и Она говорят “Да” тетеньке в ЗАГСе, а потом постоянно “Нет!” - друг другу.

Д.Е.

“НЕУЖЕЛИ Я ГОЛУБОЙ?”

Первая мысль Робинзона при виде следа ноги другого человека: “А вдруг это баба?”

Первая мысль Робинзона при виде Пятницы: “Твою мать, не везет так не везет!”

Анекдот

Сны на гомосексуальную тематику снятся немногим, но все же случаются. Понятное дело, гея такой сон не удивит и не напугает. Как раз наоборот - порадует. Другое дело, когда “голубой” сон приснится гетеросексуалу.

- Как вы относитесь к сексуальным меньшинствам?

- Я к ним не отношусь.

Д.Е.

Большинство мужчин-натуралов приходят в ужас, увидев сон на тему интима с другим представителем своего пола, и боятся с кем-либо поделиться: другу не расскажешь, а то будет шарахаться (вдруг и его заподозрят в гомосексуальных наклонностях, раз он водится с “голубым”!), а женщине и подавно.

В последнее время наше общество стало более лояльным к сексменьшинствам, и все же, надо признать, мало кто из натуралов придет в восторг, узнав о гомосексуальности приятеля, мужа, любовника. Да и ярых гомофобов у нас немало.

Тех, кого взбудоражило сновидение об “интиме” с представителем своего пола, хочу сразу успокоить: такой сон отнюдь не свидетельство вашей гомосексуальности.

Мужик сидит в баре. Тут к нему подсаживается другой и говорит:

- Ты чертовски привлекателен!

- А ты тоже красавчик!

- Ты “голубой”?

- Нет, а ты?

- И я нет.

Оба одновременно:

- Какая жалость!

Анекдот

Многие люди в реальной жизни хотели бы попробовать однополый секс. Просто из любопытства, а не из-за того, что у них существует влечение к представителям своего пола. Гомосексуальная тема нередко отражается и в эротических фантазиях (об этом вы узнаете дальше).

Куда ни глянь, повсюду люди “голубых кровей!”

Д.Е.

Однако подавляющее большинство любопытствующих никогда не реализуют своих фантазий. Мало того, говоря вслух: “Интересно было бы попробовать...”, - при возможности претворить в жизнь свое эфемерное желание отведать однополой плотской любви, они категорически отказываются. Так что их мечтания на уровне: “Хотелось бы слетать на Луну...”.

Тем не менее, это желание, пусть и не имеющее ни единого шанса быть реализованным, может воплотиться в сновидении. Человек хотел бы, но не решается, а подсознание услужливо показывает ему картинку - вот, мол, смотри, нравится?

Причиной сновидений на гомосексуальную тематику может быть и какое-либо событие, происшедшее незадолго до того, как этот сон приснился, или же во сне всплывает какая-то давняя ситуация.

Однажды Сергей Кириенко лег спать. Просыпается - а он уже премьер-министр.

Внимание, вопрос: “С кем спал Кириенко?”

Анекдот

Поясню сказанное примером из своей практики.

27-летнему Кириллу приснился сон на тему гомосексуального минета. После пробуждения он ясно сознавал, что это был парень, но очень женственный, изящный и красивый, похожий на девушку блондин с прической, напоминающей дамскую. Во время орального секса Кирилл играл мужскую роль, а его партнер, соответственно, женскую.

- Ребята называли меня “голубым”. Я так расстроился, что даже тушь потекла.

Анекдот

Этот сон вызвал беспокойность молодого человека, - раньше он не замечал за собой склонности к лицам своего пола, да и вообще презирует геев и отзывается о них крайне негативно.

Сомнения: не таятся ли где-то в глубине подсознания запретные желания, надолго вывели Кирилла из душевного равновесия. Наконец он решил, что так дальше жить нельзя, и пришел на консультацию.

Даже в солдатской бане голый не тетка.

Д.Е.

Оказалось, что незадолго до этого состоялась встреча сокурсников по поводу пятилетия окончания института, на которой присутствовала его студенческая любовь по имени Лена. В то время Кирилл страдал по ней безответно и не полностью переболел даже по происшествии нескольких лет (обычно именно так и бывает - неразделенная любовь оставляет в душе более отчетливый след, чем взаимная). На третьем курсе Лена пригласила однокашников на свой день рождения, и там представила им своего троюродного брата в качестве жениха. Парень был немного похож на Лену - тоже блондин, с волнистыми, довольно длинными волосами и голубыми глазами, - в общем, красавчик. Девушка и в самом деле вскоре вышла за него

замуж (оказалось, что у нее уже была четырехмесячная беременность), а Кирилл клял ее последними словами и мечтал расквасить смазливую физиономию соперника.

Встреча по происшествии нескольких лет вновь всколыхнула застарелую обиду. И Кирилл реализовал свое намерение отомстить в своем сновидении, унизив избранника своей возлюбленной и представив его в пассивной роли, на коленях (кстати, в подростковом возрасте гомосексуальный минет нередко используется с целью унижить сверстника, заставив его выполнять пассивную роль; это вовсе не означает, что участники такого действия гомосексуалы).

“Я зевнул, а он решил, что я приглашаю его к оральному сексу...”

Д.Е.

То, что Кирилл не сразу признал в партнере из своего сна избранника Лены, объясняется тем, что в этом воображаемом образе соединились сразу два человека: его бывшая возлюбленная и соперник. В реальности супруг сокурсницы был хорош собой, но не женоподобен, а во сне оказался похожим на женщину и еще больше напоминал Лену, чем на самом деле.

“Женщины напоминают мне пассивных педиков”.

Д.Е.

Вот еще один сюжет сновидения на тему гомосексуального “интима”.

Одному моему знакомому, назовем его Владимиром, приснилось, что на его глазах двое парней занимаются анальным сексом. Вначале Владимир наблюдал, а те его не замечали. Потом геи увидели соглядатая и предложили присоединиться к ним. Анальный секс он категорически отверг, тогда исполняющий пассивную роль предложил ему оральный секс, на что Владимир согласился, и гей, предложивший этот вариант, исполнял двойную пассивную роль.

Владимира это сновидение ничуть не беспокоило - он убежденный гетеросексуал и не

тревожится за свою сексуальную ориентацию.

“Мне было просто забавно, - рассказывал мой приятель. - Такого гомосексуального “сэндвича” я не видел ни в одной порнухе”.

У него была банальная сексуальная ориентация.

NN

Выяснилось, что незадолго до этого Владимир отоваривался в супермаркете и перед ним все время мелькали двое геев. Куда бы он ни направился, гомосексуальная парочка тут как тут со своей тележкой (ничего удивительного - неженатые мужчины покупают примерно один и тот же набор продуктов и обычно надолго застревают у стоек с горячительными напитками). Владимир решил, что они нарочно его преследуют - в надежде познакомиться и приобщить к радостям голубого секса.

Новое прочтение известного лозунга: “Гомосексуалы всех стран, объединяйтесь!”

Д.Е.

Однако геи не проявляли ни назойливости, ни каких-либо активных действий, а Владимир, исподтишка наблюдая за ними, размышлял, что же привлекает их друг в друге.

Один из них был классическим пассивным гомосексуалом: жеманный, кокетливый, с высоким, манерным голосом и особой пластикой движений (“Что хорошего в этом клоуне? - недоумевал Владимир. - И не мужчина, но и не женщина...”). Второй гей имел обычный маскулинный вид, и его ничуть не раздражала манерность любовника, что тоже удивляло Владимира (“Неужели ему нравится, как этот кривляется?...”).

Надписи на дверях туалета в клубе для сексменьшинств: “М (М)”, “М (Ж)”.

Анекдот

И вот любопытство моего знакомого реализовалось во сне.

Пассивный гей, в то время, когда Владимир был в роли наблюдателя, напоминал женщину во время гетеросексуального “интим” в г-образной позе, - мой знакомый в такой форме, во

время сна, получил ответ на свой вопрос, что привлекает эту парочку друг в друга (несмотря на заверения гомосексуалов, что они-де, на первое место ставят любовь, взаимопонимание и прочие высокие чувства, а не секс, - это всего лишь самообман, флер; всю жизнь геи и лесбиянки ищут любовь, а по сути практикуют гомосексуальный промискуитет).

Любопытство Владимира реализовалось наяву, когда он незаметно следил за парой геев (другой бы на его месте просто отошел и старался держаться от них подальше). Первым его предположением было, что парочка гомосексуалов предложит ему присоединиться к ним, но когда оказалось, что он ошибся, это намерение получило воплощение во сне.

Владимир признался мне, что если бы реальные геи предложили ему провести вместе вечер, он бы, скорее всего, согласился. Просто поболтать, расспросить, понаблюдать за ними, анализировать их взаимоотношения. Но без секса. Наяву мой знакомый не получил приглашения, зато получил его во сне.

Если вы бисексуал, то ваши шансы интересно провести субботний вечер резко увеличиваются.

NN

Кстати говоря, сейчас, когда в средствах массовой информации ведется скрытая, а то и явная пропаганда однополого секса, когда быть гомосексуалом, по словам одного известного киноактера и режиссера, стало модно, престижно, многие гетеросексуалы стали вступать в однополые отношения. Кто-то ради любопытства, сексуального экспериментирования, желания попробовать все, расширить диапазон своей сексуальной жизни, а кто-то из следования нормам поведения, принятым в данном кругу (к примеру, гомосексуализм распространен в шоу-бизнесе, да и вообще в богемной среде).

Страна победившего гомосексуализма.

Д.Е.

И еще один частый повод вступать в однополые отношения - корысть. Например, из

карьерных соображений или ради денег.

Немолодой политик - молоденькому референту:

- Толик, я люблю тебя, как родного сына!

- Странные у вас, однако, методы воспитания, папочка!

Анекдот

Тем не менее, это не означает, что абсолютно все мужчины, практикующие однополый секс, гомосексуальны. Причины, по которым они перебегают из стана сексбольшинства в отряд сексменьшинства, я уже привела. Этот этап может быть временным в их жизни, а потом они вновь становятся приверженцами гетеросексуальных отношений.

- Боже мой, - сокрушается бисексуал. - Пять лет лечился, а мне все еще нравятся женщины!

Д.Е.

СЕКС ПРОТИВ ВОЛИ

У него мания преследования... в постели.

Д.Е.

“Я слышал, что во сне человек видит то, чего ему хотелось бы наяву. А мне приснилось, что меня скрутила здоровенная тетка, у которой бицепсы - как моя нога, слегка придушила своими лапищами, от чего у меня сразу же возникла эрекция, а потом оседлала меня и поимела, - рассказывал 34-летний Дмитрий. - Что ж, значит, мне хочется, чтобы меня изнасиловала какая-то бабища?!”

Тема сексуального насилия, секс против воли, - чаще всего присутствует в эротических сновидениях женщин. Однако такие сны видят и мужчины, и это их беспокоит (“Неужели я такой слабак, что не смогу дать отпор?”, “Может, я мазохист?”).

“Она держала в руке нож со следами насилия”.

Д.Е.

Мужчины, не стоит волноваться, столь буквально понимая идею Фрейда, что сновидение представляет собой осуществление подавленного (вытесненного) желания. В главе “Запретные желания воплощаются во сне” я подчеркивала, что сновидение может свидетельствовать о чем-либо желательном не напрямую, а в замаскированной и символической форме.

В эротических фантазиях и сновидениях на тему изнасилования зачастую отражается желание грешить так, чтобы не чувствовать себя виноватым и было на кого свалить вину за случайный секс.

- Ты почему сегодня дома не ночевал?

- Господи, пять лет каждое утро одно и то же...

Анекдот

Казалось бы - зачем представителю сильного пола обременять свою психику столь хитроумными построениями для оправдания своей неверности? Ведь традиционно считается, что инициатива принадлежит мужчине. А одиноких и жаждущих мужской ласки женщин значительно больше, чем мужчин, готовых эти ласки подарить, а потому сильный пол в приоритетном положении: хочешь сходить налево - полный вперед!

Хочешь быть жеребцом - жеребись!

Д.Е.

Ошибочно думать, что прелюбодей относится к своей измене примерно как к рукопожатию. Вариант: встретил, сунул, вынул и забыл, - приемлем лишь для эмоционально дефектных особей, которых язык не поворачивается назвать мужчинами. А психически нормальные мужчины, даже изменщики со стажем, зачастую мучаются виной.

Разница между верным и неверным мужем состоит в том, что у первого иногда бывают угрызения совести.

Д.Е.

Среди моих пациентов были такие, кто обращался за помощью, будучи в состоянии эмоциональной подавленности от своей двойной жизни: хочется сохранить и жену, и любовницу, но тяжело метаться между двумя женщинами и врать обоим, - а врать прелюбодею приходится обязательно, это неотъемлемая принадлежность адюльтера.

“Я всегда говорю правду! Я не виноват, что правда меняется!”

Д.Е.

Предаваясь плотским утехам с любовницей, неверный муж исподтишка поглядывает на часы и думает, какое на этот раз придумать оправдание своего позднего возвращения домой, а явившись под родной кров, ощущает себя виноватым и пытается каким-либо способом подавить в себе идеи самообвинения.

Муж возвращается домой под утро и объясняет жене:

- Вначале мы с друзьями пошли пить пиво...

- О, мой супермен! - восклицает жена.

- Потом мы пошли на футбол...

- О, мой супермен!

- А потом ужинали.

- О, мой супермен!

Муж не выдержал:

- Почему ты все время называешь меня суперменом?

- Только супермены надевают трусы на штаны.

Анекдот

Неверные мужья обычно создают себе систему моральных алиби. Самое тривиальное оправдание - обычно его скармливают доверчивой любовнице: “Мы с женой стали друг другу чужими. Просто живем под одной крышей”. Из этой же оперы: “Жена не устраивает меня в

постели, у нас с ней давно нет нормального секса”. Или: “Нас связывают только дети” (кстати, дети могут быть уже в детородном возрасте). Бывает и более активное нападение на свою половину: “Моя жена - стерва”, “Она меня не понимает”, “Жена думает только о себе” - и прочее в том же духе.

Жене - дневные проблемы, любовнице - ночные радости.

Д.Е.

Стремление переложить вину на другого человека (в данном случае - на свою благоверную) - типично для неверных супругов.

Оправдывается только тот, кто виноват.

Д.Е.

В случае, когда речь идет о сношении на тему секса против воли, налицо намерение переложить вину на случайную партнершу - мол, я не хотел, она сама на меня напала и сначильничала! Для этого воображаемая дама награждается недюжинной физической силой - ведь обычной женщине не справиться с физически крепким мужчиной.

- Доктор, мой жених такой странный... Ему нравится, когда я причиняю ему боль. До секса у нас пока не дошло, он кончает когда я его бью розгами. Но через месяц у нас свадьба, а мой жених уверен, что я еще девственница.

- Не проблема, - говорит врач. - Ложитесь на кресло.

Через месяц пациентка приходит с цветами:

- Доктор, огромное спасибо. Все прошло отлично. Было столько крови, а уж жених как был в экстазе!

- Понятно. А теперь ложитесь, будем лезвие вынимать...

Анекдот

В других случаях на несчастного нападает целая стая сексуально озабоченных девиц (тоже для того, чтобы оправдать, как легко было сломлено его сопротивление), они его насилуют-

насилуют-насилуют! А он эякулирует и просыпается с мокрыми трусами (а в случаях реального изнасилования мужчины женщиной или несколькими женщинами, когда для достижения эрекции половой член перевязывается у корня, семяизвержения, разумеется, не происходит). Ощущения, испытанные во сне, как правило, приятны, как обычно бывает при эротических сновидениях, сопровождающихся поллюциями, а тревожится “изнасилованный” лишь потому, что ему непонятно - что бы это значило?

“Я никогда не изменяю жене - если мне не хочется”.

Д.Е.

Вышеупомянутый Дмитрий - хороший семьянин, любящий муж и отец. “Семья для меня все!” - восклицал он, заверяя, что и в мыслях не держал гульнуть налево. Держать-то не держал, но порой запретное сидит так глубоко, что человек и сам его не осознает. Или гонит от себя крамольные мысли. Днем есть возможность контролировать себя, а ночью, когда спит строгий цензор - наше сознание, - потаенное реализуется в сновидениях.

80 процентов женатых мужчин в Америке изменяют своим женам, остальные двадцать процентов - в Европе.

Анекдот

Однако не стоит понимать сказанное как готовность мужчины нарушить супружескую верность. Наше хотенье - одно, а то, что бывает в реальности - совсем другое.

Сильный пол частенько хочет недостижимого. “Вот бы я ее...!” - восклицает кое-кто, разглядывая вместе с приятелем фотографию соблазнительной обнаженной красотки, раздвинувшей ноги на развороте мужского журнала, хотя модель, позировавшая для снимка, не даст ему даже понюхать.

При равных условиях (длина 15 сантиметров, головка, упругость на ощупь) стодолларовая купюра для женщины все же привлекательнее, чем часть тела мужчины, которой они так гордятся.

Д.Е.

ФАНТАСТИЧЕСКИЙ СЕКС ДЛЯ РОБКОГО МУЖЧИНЫ

Жених-девственник, устал после свадьбы, хочет спать, а новобрачная к нему пристает:

- Я хочу!!!

- Чего ты хочешь?

- Ну как чего? Чем в первую брачную ночь занимаются.

- А чем занимаются?

Она начинает объяснять:

- Ложись сверху.

Он ложится.

- Вставляй!

Он вставляет.

- Теперь вынимай.

Вынимает.

- Опять вставляй.

Он опять вставляет.

- А теперь опять вынимай.

Он, весь на взводе:

- Да ну тебя, сама не знаешь, чего хочешь!

Анекдот

“Я даже шевельнуться не мог, - рассказывал 38-летний Виталий. - И хотя ничего не делал, но это был фантастический секс. Такой страсти, такого сексуального неистовства и откровенно животного желания не проявляла ни одна из моих реальных партнерш. Эта

женщина хотела меня так, будто я остался единственным мужчиной на всем белом свете”.

Вера может двигать горы, она - колоссальная баба.

NN

В этом сновидении моего пациента отразилось его сокровенное желание: ему хотелось неистового секса. Отдавая себя в руки необузданной любовницы, он по сути добился желаемого (а Виталию хотелось “фантастического” секса).

Все прежние партнерши Виталия и жена, с его слов, в постели “вялые как рыбы”, интимная жизнь однообразная, сексуальная позиция преимущественно “бутербродная”, никакого отступления от привычного сценария.

“Наша сексуальная жизнь мертвее покойника”

Д.Е.

Он не изменяет жене - потому что не с кем. В их организации трудится всего несколько женщин, да и те преклимактерического возраста. Да и сам Виталий - отнюдь не жеребец. Если уж сравнивать его с парнокопытными, то по темпераменту он, скорее, мерин.

Кастрированный бык - это бык, который не несет яйца.

NN

Любимцем женщин его не назовешь. Виталий считает, что у него “недонжуанская” внешность, - он высокий, худой, сутулый, - но дело не в этом, женщины любят всяких, - а в том, что мой пациент не обладает даже минимальными знаниями в области политеса применительно к особам прекрасного пола. Его предполагаемая пассия предпочла бы услышать, что она самая-самая или самые-самые отдельные части ее тела, но говорить комплименты Виталий не мастер. И даже просто сказать: “Ты мне нравишься” - не осмелится. Единственная тема, на которую мой пациент может свободно говорить, - это его научная работа. Причем, тут он проявляет прямо-таки одержимость!

Зануда - это человек, который говорит вместо того, чтобы слушать.

Д.Е.

Виталий пришел ко мне вроде бы на консультацию - выяснить, почему ему приснился такой “странный” сон. И вот оплаченное пациентом время идет, а он, поведав кое-что о себе, завел привычную пластинку. Такие наукообразные темы я называю “Влияние фаз луны на менструальный цикл улитки”, - в общем, уши вянут слушать. Хотя мы, психиатры, люди ко всему привычные и всегда терпеливо выслушиваем своих пациентов (многие из них регулярно проводят у меня по два-три часа, повествуя о своем житье-бытье, а среди пациенток есть даже рекордсменки - наше общение длилось аж пять часов!), но даже меня он уболтал так, что я с трудом сдерживала зеवоту и хотелось сказать: “Пощадите... Помолчите хоть немного”.

“Не заткнете здравого смысла!”

Д.Е.

Честно говоря, я от души посочувствовала его супруге и всем бывшим пассиям. Их у него было немного, что неудивительно, - несколько сокурсниц еще в студенческие годы, подруга младшей сестры, гостя на дачном пикнике его приятеля и аспирантка, на которой он впоследствии женился, - вот и весь его “донжуанский” список.

“Забудь о плохом, помни обо мне только хорошее!”

Д.Е.

В общем, Виталий, на первый взгляд, скучен невероятно, типичный зануда, кабинетный ученый. Однако многие женщины даже не догадываются, какие бурные страсти кипят во впалой груди таких худосочных мужчин астенического телосложения!

При какой температуре кипят страсти?

Д.Е.

Пусть он не Шварценеггер, но сам себя представляет темпераментным, как Челлентано в фильме “Укрощение строптивого”: когда герой крепился-крепился, пытаясь побороть жало

плоти, и даже дрова ночами рубил в неловкой позе, чтобы скрыть эрекцию, но зато уж потом оттянулся в кровати с героиней Орнеллы Мути так, что люстра комнаты нижнего этажа несколько суток дребезжала, не переставая.

Ловелас о себе: “Некоторые рождаются в рубашке, а я без трусов!”

Д.Е.

Не способный проявить инициативу в реальности, Виталий подсознательно желал, чтобы инициативу проявила партнерша. Вот почему во сне его насилует женщина, а он “даже пальцем пошевелинуть не мог”.

- Вчера с каким-то придурком познакомилась, - делится женщина с подругой. - и двух слов друг другу сказать не успели, как он полез мне под юбку.

- Надо было дать ему по морде!

- Я и дала, а он орет: “Бей меня еще, бей, сейчас кончу!”

Анекдот

ТЕСТ

НИ ДНЯ БЕЗ СЕКСА... ИЛИ СНОВ О НЕМ

А теперь давайте подведем промежуточный итог и определим, кто вы: герой-любовник лишь во сне или наяву.

Ответьте на вопросы теста, выбрав один из предложенных вариантов ответа.

1. Ваш идеал женщины:

- а) крепкие сиськи и задница
- в) домовитая, отличная кулинарка
- в) умница
- г) удовлетворительница

2. Чем должна обладать женщина, чтобы вам понравиться?

б) большими выразительными глазами

в) большой грудью

в) большой зарплатой

г) большим сексуальным опытом

3. Что такое коитус?

а) Введение кое-чего кое-куда и движения туда-сюда

б) Половой акт на полу

в) Половой акт не с проституткой

г) Половой акт в кабинете сексопатолога

4. Какой синоним слову “секс” вам больше по душе?

а) Консенсус

б) make love

в) питонить

г) непечатное

5. Как вы предложите девушке “интим”?

а) “Давай потрахаемся”

б) “Давай займемся любовью”

в) “По-моему, пора перейти в горизонтальное положение”

г) “У койку!”

6. Как вы называете особу противоположного пола в своей мужской компании?

а) телка

б) тема

в) баба

г) девушка (женщина)

7. Что вы станете делать, застряв в лифте с девушкой (свет в кабине погас)?

- а) Буду держаться за свой бумажник
- б) Посетую на судьбу-злодейку - именно сегодня категорически противопоказано опаздывать
- в) Найду наощуть кнопку вызова лифтера
- г) Найду наощупь девушку
8. Какие ассоциации приходят вам в голову при слове “любовь”?
- а) девчонка, с которой вы впервые в жизни целовались
- б) постель
- в) мама
- г) единение душ
9. Продолжите предложение “Я люблю...”
- а) Родину
- б) женщин
- в) заниматься сексом
- г) вкусно поесть

РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА

Суммируйте баллы:

	а	б	в	г
1.	3	0	0	1
2.	0	1	0	3
3.	1	0	0	0
4.	0	1	3	2
5.	3	1	1	3
6.	3	2	2	1

7.	0	0	0	3
8.	1	3	0	2
9.	0	3	3	0

Если вы набрали до 5 баллов:

Увы, мой читатель, вы наслаждаетесь сексом во сне, в своих эротических фантазиях, но не в реальной жизни. Вы прагматик, а не романтик, любовь-морковь вас не интересует, вам подавай нечто более социально значимое (к примеру, карьеру, деньги и то, что на них можно купить). Или же вас вообще мало что в жизни интересует.

Но может быть и так, что вы избегаете секса не потому, что он вас не интересует, а потому что... не с кем! У вас проблемы с общением, вы человек застенчивый, не очень-то ладите с женщинами, а потому не имеете подруги жизни.

Однако ничего фатального в вашей ситуации нет. Раз уж вы решили повышать свою сексуальную эрудицию, штудировав данную книгу, продолжайте в том же духе, читайте литературу, из которой узнаете, что нравится и не нравится женщинам в мужчинах, займитесь психотренингами и уверяю вас - скоро вы станете настоящим Казановой!

Если вы набрали от 6 до 20 баллов:

Вы знаете о сексе достаточно много, перепробовали много всякого-разного, но еще не потеряли интереса к чему-то новенькому. Женщины вас интересуют, и даже очень, а особенно те, кто разделяет ваши взгляды на плотские отношения.

Вы считаете себя циником, но в душе остались безнадежным романтиком. Женщин такой типаж очень привлекает, так что вам все карты в руки.

Если вы набрали свыше 20 баллов:

Голубчик, да вы сексуально озабоченный! Просто-таки маньяк! Вас опасно оставлять наедине с особой противоположного пола. Все ваши мысли - только о сексе, вы готовы поиметь все, что шевелится, а что не шевелится - раскачать и тоже поиметь.

Но вот вопрос: реализуются ли ваши желания или вы занимаетесь преимущественно “мозговым” сексом?

А может быть, отказаться от своих стереотипов и посмотреть на противоположный пол не только как резервуар для слива спермы? И тогда женщины откликнутся, и ваши сновидения и фантазии воплотятся в жизнь.

ЗДОРОВЫЙ СОН УДЛИНЯЕТ ЖИЗНЬ И СОКРАЩАЕТ РАБОЧИЙ ДЕНЬ

Чтобы день удался, важно не встать рано, а встать в хорошем настроении.

Д.Е.

Ночной сон состоит из 4-6 циклов, длительностью по 60-90 минут, в это время мозг продолжает работать. Три четверти каждого цикла составляет так называемый “медленный” сон, во время которого мозг трудится по минимуму. А четверть цикла - это так называемый “быстрый” сон, тут мозг работает на полную катушку, и именно в этот период мы видим сны. Одновременно учащаются дыхание и пульс, повышается артериальное давление.

Если у вас куча дел - отправляйтесь-ка спать.

Д.Е.

Человек просыпается самостоятельно тогда, когда завершается один из циклов, и при этом чувствует себя выспавшимся, бодрым, даже если спал меньше положенной возрастной нормы. Но если его разбудить посередине цикла, он проснется разбитым, с чувством явного “недосыпа”, даже если по времени имел место очевидный “пересып”.

Наутро сон кажется гораздо важнее, чем с вечера.

Д.Е.

Некоторые люди говорят, что никогда не видят снов. Это не так. Сны видят все - в фазе “быстрого” сна, причем, несколько раз за ночь, - просто многие их не помнят. А чаще всего просыпаются не после окончания цикла, а в фазе “медленного” сна (ведь как минимум пять раз в неделю приходится вставать по будильнику, да и в выходные любящие члены семьи не дадут залеживаться. Еще куда ни шло, если любимая разбудит поцелуем: “Проснись и пойдём!”). А если у супружеского ложа возвышается, уперев руки в боги благоверная: “Вставай, лежебока!”...).

Проснись и пойдём! - и тогда твоя жизнь будет, как у райской птички.

Д.Е.

В этом случае все сновидения предшествовавших “быстрых” фаз не запоминаются, а следующая еще не наступила, соответственно, нового сна человек не видел. Потому и уверен: “Мне ничего не снилось”.

Сны - это то, после чего мы просыпаемся.

NN

Нередко в бодрствующем состоянии человек забывает свой сон, а иногда в памяти что-то остается. Наиболее отчетливо мы помним наши сны при пробуждении и все же кажется, что ночью все было более целостным, ярким, живым, а утром вспоминаются лишь отдельные фрагменты. Или же в памяти остается образ, впечатление, и мы не можем припомнить детали. Например, есть уверенность, что это была сексапильная женщина, но как она конкретно выглядела? - нет ответа. Утром воспоминание о сновидении более отчетливо, а в течение дня понемногу исчезает. Бывает, что человек знает, что ему что-то снилось, но не помнит, что именно.

Тебе повезло, если есть возможность работать восемь часов и столько же спать, причем, в одно и то же время.

Д.Е.

Случается, что сновидение остается в памяти длительное время. Когда я провожу психоанализ, пациенты нередко вспоминают сны десяти-двадцатилетней давности. Бывает, что человек помнит и свои детские или отроческие сновидения.

Мы забываем свои сны по тем же причинам, почему забываем реальные явления, - из-за их незначительности. Ежедневно с человеком происходит множество мелких событий, которые невозможно сохранить в памяти, да и незачем. Мы забываем чьи-то слова, свои впечатления и ощущения, потому что все это слишком слабые раздражители, они ничего не всколыхнули в душе и не зафиксировались. По тому же принципу забываются и сновидения.

Спит, как младенец лишь тот, кто не имеет младенца.

Д.Е.

Для того, чтобы наши ощущения, представления или мысли были достаточно интенсивны для запоминания, они должны иметь между собой какую-то логическую связь. Поэтому сюжетный сон лучше запоминается, чем фрагментарный.

Некоторые люди, если сон приятного содержания и есть возможность не вставать сразу, лежат в постели, вспоминая детали сновидения и как бы продолжают его, фантазируют. Такой сон легко запоминается. Предутренный сон лучше всего сохраняется в памяти. Хорошо помнятся сны, если о них сразу кому-то рассказать.

Спит здоровым сном лишь тот, кому пора вставать.

Д.Е.

Обычно лучше запоминается то, что неоднократно повторяется, - и в бодрствующем состоянии, и в снах. Чаще всего сновидения - это однократные переживания, потому и забываются, но нередко наблюдаются периодически повторяющиеся сюжеты.

Мужчина приходит к психоаналитику:

- Мне все время снится одна и та же женщина...

- Ну и что?

- Видеть ее больше не могу!

Анекдот

Между прочим, когда при исследовании сновидений в специальных научных лабораториях ученые будили мужчин, у которых наблюдалась эрекция (ночные эрекции есть у каждого сексологически здорового мужчины, в общей сложности они бывают по несколько часов за ночь), то мало кто из обследованных отмечал, что в этот момент видел именно эротический сон.

Так что у мужчин бывает эрекция во сне не только на эротические сновидения.

“У меня на нее только шерсть на груди встанет!”

Д.Е.

СЮЖЕТ ПО ЗАКАЗУ

- Мне такой сон приснился!

- Какой, пап?

- Э, сынок, тебе до него еще спать и спать...

Анекдот

Можно попробовать устроить себе эротический сон “по заказу” - на заданную тему. Для этого ваша голова должна быть свежей, свободной от повседневных забот. Долой мысли о том, как попросить прибавки к жалованью или предстоящем разное в кабинете начальника!

Если в этот день вы чем-то сильно расстроены, смертельно устали или вас клонит в сон, то ничего не получится, - вы заснете, едва коснувшись головой подушки, или же наоборот, проворочаетесь до рассвета, мучаясь тяжкими думами.

Про жену - если она у вас есть, - тоже лучше не вспоминать. С ней вы, возможно, потом воспроизведете то, что вам приснится, если ваш сон и в самом деле будет из категории “Вам такое и не снилось!” И если вам повезло быть супругом женщины, способной адекватно

воспринять ваше предложение. Ну если вы пребываете в холостяцком статусе или ваша благоверная предпочитает “бутербродный” секс в темноте, под ватным одеялом, в ночной рубашке, - тогда хоть во сне оторветесь по полной программе.

Муж с женой занимаются сексом. Жена:

- О-о-о! Дорогой, ты меня любишь?

Он молчит.

- О-о-о! Дорогой, ну ты же меня любишь?

Молчание.

- О-о-о! Дорогой! Ну скажи же, что ты меня любишь!

Муж, раздраженно:

- Ну что у тебя за привычка всегда меня дергать, когда я занят?!

Анекдот

Как и секс, эротический сон “по заказу” требует вдумчивого отношения и безоблачного настроения. И само собой, в этот день не стоит заниматься ручным самоудовлетворением (эротический сон сопровождается поллюцией, а если половое напряжение снято с помощью мастурбации, то “кина не будет”).

Дама у театральной кассы:

- У вас есть места на эротический спектакль?

- Вам какое - сидячее или стоячее?

- А нельзя сидячее на стоячем?

Анекдот

Лучше всего устроить ночное “сексуальное кино” накануне выходного дня - чтобы вы проснулись самостоятельно, когда естественным образом закончится цикл вашего сна. Предупредите членов вашей семьи, чтобы назавтра утром вас никто не будил.

Вечером устройте себе легкий ужин, ни в коем случае не ешьте на ночь - на

переполненный желудок вам приснятся кошмары, а не сексапильная красотка, вытворяющая в постели такое, о чем наяву вы и мечтать не смели.

“В женщинах меня привлекает то, о чем я стесняюсь их попросить”.

Д.Е.

Вам уже известно, что наши сокровенные желания нередко оказывают влияние на содержание сновидений. Поэтому перед сном подумайте о том, чего бы вам очень-очень хотелось. Разумеется, речь идет о сексуальных желаниях, а не о “мерседесе” последней модели.

Приходит мужчина к известному врачу.

- Доктор, я очень люблю женщин. У меня были и блондинки, и брюнетки...

- Да, да, я понял. Но я не занимаюсь венерическими болезнями.

- Нет, вы меня не поняли. Я их любил по-разному. Но больше всего мне нравится любить их в автомобилях, особенно в шикарных, спортивных. Почти все машины перепробовал. Я занимался сексом в “Альфа Ромео”, в “Порше”, в “Ягуаре”, в “Понтиаке”... там такие позы...

- А, теперь я понял. Из-за этого у вас радикулит, артроз...

- Да ничего подобного!

- Так чего ж вы пришли?

- “Феррари” свой на денек не одолжите?

Анекдот

Наверняка у вас есть опыт эротического фантазирования. В деталях представьте себе свою самую любимую эротическую фантазию (еще раз напомним - без наложения рук!).

Туристическая фирма “САМ” предлагает путешествия ...

- О, экзотические страны, знойные женщины!...

- Нет, мы же сказали - туристическая фирма “САМ”.

Анкет

Если излюбленная тематика фантазии вас так сильно заводит, что руки сами тянутся, дабы совершить “простые движения”, тогда выберите другую тему для грез наяву.

Если вам не удастся заснуть, попробуйте такую методику: вдох обычный, а каждый следующий выдох задерживайте на одну секунду дольше предыдущего. Прodelайте так несколько раз, пока немного не закружится голова, - при этом вы полностью отрешитесь от реальности, - и вскоре уснете.

Хотите преодолеть бессонницу? Оборудуйте спальню точно так же, как свой служебный кабинет.

Д.Е.

Проснувшись утром, не вставайте сразу, чтобы не переключать внимание на что-то другое, а полежите, вспоминая свой сон. Есть немало шансов, что вам приснится совсем не то, о чем вы фантазировали накануне. Наше подсознание порой выдает неожиданные кульбиты. Вы и сами можете удивиться своему сновидению.

Расскажите самому себе (или запишите) все, что вам запомнилось (но не сочиняйте, не домысливайте!), даже если это не сюжетный сон, а фрагментарный - какие-то предметы или образы, - отметьте, в каком эмоциональном состоянии вы пребывали, напугало ли вас сновидение или вызвало положительные эмоции. Возможно, когда-нибудь вы попадете на прием к психоаналитику, и он растолкует ваше сновидение. Мало того, во сне можно решить проблемы, которые волнуют вас в реальной жизни. О нескольких случаях, когда сновидение помогло мужчине избавиться от гнета переживаний, я расскажу в следующих главах.

Сон в руку... эротический.

Д.Е.

ЭРОТИЧЕСКИЙ СОН - ЛЕКАРСТВО ОТ РЕАЛЬНЫХ БЕД

Загадка: каждую ночь ждет, встречает без разговоров, принимает в свои объятия, согревает холодными ночами и каждую ночь рассказывает о счастливой любви.

Отгадка: постель.

Один мой пациент по имени Олег рассказал, как с помощью сна излечился от ревности: “Я видел все так отчетливо, словно это фильм, а не сон. Будто бы я открываю дверь своим ключом, тихо вхожу и вижу голубков на кровати в спальне. Они заметили меня и оцепенели от ужаса. А я, спокойный как удав, говорю: “Ты бы хоть слез с нее, чмо позорное”.

Он весь затрясся, сполз на карачках с постели, подобрал свои портки и бочком-бочком из комнаты, а потом ка-ак дунет по коридору! Я полюбовался, как этот “герой” мчится, сверкая голой задницей, вернулся в спальню, а Алена, жена моя, смотрит на меня сияющими глазами и говорит: “Ты классный мужик! Я люблю тебя”. И такой у нас с ней был секс!

Бывает бешенство матки и бешенство батьки.

Д.Е.

И вот я проснулся, еще кайфуя, а жена спит рядом. Обычно мне приходилось долго ее уламывать, а у нее вечно отговорки - то месячные, то нет настроения, - а тут я без всяких предварительных маневров как навалюсь на нее! Еще не отошел от своего сна, еще была злость. И силища такая во мне обнаружилась! Сам не ожидал. Раньше у нас с женой все было по-другому. А Алена, когда отдышалась, произнесла почти те же слова, что и во сне, - что я классный, что она любит меня. Я чуть не онемел - от нее ведь нежностей не дождешься.

С тех пор у нас с ней все наладилось. Раньше я ревновал ее именно потому, что жена мне все время отказывала, - думал у нее кто-то есть”.

Муж в командировке. Жена привела любовника. В самый разгар процесса - звонок в дверь.

Она в ужасе:

- Муж вернулся!

Любовник, утирая пот, устало:

- Ну, наконец-то!

Анекдот

В основе немотивированной мужской ревности обычно лежат какие-либо нелады: либо это личностная аномалия мужчины, либо у него имеются сексуальные расстройства, либо межличностные проблемы с партнершей, либо сексуальная дисгармония.

Отказ жены от секса - еще не свидетельство ее неверности, а потому такого рода ревнические подозрения относятся к категории немотивированных.

Две женщины переодеваются в раздевалке бассейна. На одной семейные трусы до колен. Вторая спрашивает:

- С каких пор ты носишь мужские трусы?

- С тех пор, как мой муж нашел их под кроватью.

Анекдот

Причина, из-за которой Алена, жена моего пациента, уклонялась от “интим”, состояла в том, что ей как раз не нравилось, когда ее “уламывают”. Она предпочитает мужчин типа мачо и секс, больше напоминающий изнасилование, - есть в ней легкий мазохистический окрас.

Сломил ее сопротивление к обоюдному согласию.

Д.Е.

Самый первый раз, когда они были едва знакомы, Олег вел себя как мачо. Правда, в тот момент он был нетрезв, а потому использовал бестормозной секс. Но Алене понравилось. Девушка так впечатлилась, что тут же по уши влюбилась и вскоре стала женой.

Сидят двое парней в баре. Один другого толкает в бок:

- Видишь вон ту сисястую блондинку? Блин, трахается - супер! Хочешь, познакомлю?

- Да не... У меня болт короткий...

- Чешуя все это! Ты ей ногой туда вмажь! Она будет в экстазе.

Ну, познакомились. Привел парень ее к себе, на постели разложил, свет выключил, да ка-ак даст ей ного туда! Она - в экстазе!

Он спрашивает:

- Ну как, хорошо тебе?

- Да... Очень... Если б ты еще ногой!..

Анекдот

Олег же отнесся к будущей роли мужа со всей ответственностью: проштудировал энциклопедии о сексе, купил новое издание “Кама-Сутры” и современный красочный альбом с фотографиями, иллюстрирующими позы полового акта, - в общем, теоретически подготовился. Уяснив, что эротическая прелюдия - наиважнейшее дело, он применил свои теоретические знания на практике. И вот тут-то оказалось, что его информированность сослужила плохую службу. Говоря словами классика, “горе от ума”.

Алене не нравилось галантное сексуальное обхождение супруга, ей хотелось, чтобы он брал ее чуть ли не силой. Но девушка не умела говорить на темы секса и стеснялась высказать свои предпочтения.

Постель - способ узнать друг друга получше.

Д.Е.

Она стала под любым предлогом уклоняться от “вдумчивого секса”. Ей казалось, что муж сам догадается - раз она не хочет так, нужно попробовать по-другому.

А Олег делал с точностью до наоборот: в те нечастые секс-сеансы, на которые ему удавалось уломать жену, с удвоенной энергией уделял внимание эротическим ласкам.

Режиссер получил “Оскара” за фильм с весьма откровенными эротическими сценами. На презентации он заявляет:

- Должен признаться, я испытываю двойственные чувства. С одной стороны, я

счастлив, что жюри по достоинству оценило мой фильм, который побил все рекорды по дерзости. Но с другой стороны, как вспомню, что сюжет этого фильма был навеян дневником моей пятнадцатилетней дочери...

Анекдот

Чем больше муж старался, тем меньше Алене хотелось заниматься с ним любовью. В конце концов перерывы в интимной жизни стали все более продолжительными, а Олег стал подозревать жену в неверности.

Встречаются два приятеля. Один из них расстроен.

- У тебя неприятности?

- Да, я подозреваю, что жена мне изменяет. Я даже догадываюсь, что это либо столяр, либо плотник.

- Как же ты его вычислил?

- Дедуктивный метод: иду домой - на дороге валяется стружка, захожу во двор - опилки, в квартире пахнет клеем, а на днях стамеску в спальне нашел...

Через некоторое время встречаются снова.

- Ну, чем у вас дело закончилось?

- Мы разошлись, а потом выяснилось, что зря: сосед ремонт делал, а стружку ветром разнесло. Опилки уборщица приносила. Жена окна на зиму заклеивала - вот тебе и запах клея. А стамеску я сам, идиот, оставил и забыл. А у тебя как дела?

- Я тоже воспользовался твоим методом и вычислил, что моя жена, возможно, изменяет мне с соседом-железнодорожником.

- Паклю в мазуте возле дома нашел?

- Нет.

- Фуражку форменную на вешалке увидел?

- Нет, все не то. Понимаешь, прихожу домой - тишина! Подкрадываюсь к кровати,

срываю одеяло, а они лежат, как голубки! Но раз у тебя так получилось, я с выводами торопиться не буду...

Анекдот

“Вот и пойми этих женщин!” - вскричал Олег, узнав о предпочтениях супруги. Наверняка читатели, знакомые с другими книгами этой серии, тоже скажут нечто подобное - ведь я неоднократно акцентировала, что главное в сексе - это ласки, что прелюдии нужно уделять особое внимание и “завести” женщину так, чтобы ее возбуждение шло по нарастающей и достигло вершины. В общем, небо в алмазах, фейерверк, экстаз души и тела.

Да, все это так. Но еще раз напомним то, что не раз подчеркивала:

У каждой женщины свои предпочтения, в том числе и в технике эротических ласк.

А потому нужно учиться, уважаемые мужчины, свободно говорить на темы секса с тем, чтобы объяснить чего хотите вы сами, и понять, чего хочет ваша партнерша.

Молодожены провели чудесный медовый месяц на Багамах. Заходят в ресторан, к их столику сразу же подходит официант.

- Дорогой, знаешь, чего бы мне сейчас хотелось?

- Знаю, дорогая, но иногда неплохо и перекусить.

Анекдот

В РОГАХ ПРАВДЫ НЕТ

Муж вернулся раньше обычного.

- Откуда эта сигара? - грозно спрашивает он жену, показывая на пепельницу.

Та сжимается, бледнеет и молчит.

- Если ты сейчас же не скажешь, откуда эта паршивая сигара появилась в моем доме, я тебя убью!

Тут из-за дверцы шкафа доносится вежливый голос:

- Это сигара из Гаваны, мсье!

Анекдот

Молодой супруг по имени Роман как-то раз углядел в сумочке своей жены Ирины книгу о сексе. Он никогда не видел эту книгу дома - видно, жена носила ее с собой и читала в транспорте. Роману это показалось крайне подозрительным.

Того, кто всегда готов к неприятностям, интуиция никогда не подводит.

Д.Е.

“Почему Ира интересуется такой литературой?” - задумался он. Отсюда закономерный вывод: ее не устраивают интимные отношения с ним, Романом, и она решила обогатить свою эрудицию теоретическими знаниями о сексе, чтобы потом применить их на практике. Но не с родным мужем, а с другим мужчиной! Иначе - зачем бы ей прятать от него эту книгу? Почему бы не читать ее легально?

Муж возвращается домой после длительной командировки. Идет на кухню, ужинает, потом усаживается в кресло в гостиной и утыкается в газету.

Жена:

- Дорогой, ты меня хотя бы поцеловал!

- С ума сошла! После шести лет брака - и такие сексуальные оргии!

Анекдот

Одними размышлениями дело не ограничилось. Роман, разумеется, любопытствовал и пролистал книгу. И его подозрения еще больше укрепились - там было написано о таких вещах, о которых он даже понятия не имел. А узнав о том, как все *должно* быть, молодой человек совсем скис. До сексуального аса он явно не дотягивал, следовательно, его жена, ощущая сексуальную неудовлетворенность, надумала найти добавку на стороне.

Увидев, что из спальни жены выскользнул мужчина, муж заподозрил самое худшее.

Д.Е.

Роман стал потихоньку следить за женой. Утром он выходил пораньше и прятался в арке соседнего дома напротив автобусной остановки, дожидаясь, пока подойдет супруга. Но нет, никто ее на остановке не поджидал. Она спокойно садилась в автобус, а Роман, втянув голову в плечи, юркал туда в последний момент. Ирина его ни разу не заметила, благо в часы пик народу в транспорте битком. Потом ревнивый супруг обзавелся необходимой экипировкой: темными очками, бейсболкой с большим козырьком, легкой курткой, которую натягивал поверх своей обычной одежды. В общем, серьезно подошел к делу.

Ревнивец поджидал жену и после работы, прячась на противоположной стороне улицы. Ирина всегда выходила из офиса в начале седьмого, а потом отправлялась домой. Несколько раз она заезжала к родителям, но об этом заблаговременно предупреждала мужа. Однако Романа это не только не успокоило, но еще больше насторожило - значит, жена встречается с любовником в квартире своей матери!

Ревность никому не доверяет.

Д.Е.

Что может придумать в такой ситуации охваченный ревностью мужчина? Увы, сильный пол подчас ведет себя, мягко говоря, не по-мужски.

Узнав, что жена опять собралась навестить родителей, Роман, проследив за ней до их дома и выждав некоторое время, заявлялся в квартиру: здасьте, не ждали? Он пытался изображать непринужденный вид, но мужчины плохие актеры, а уж когда в груди клокочет ревность, - тем паче.

Две женщины болтают.

- Мне как-то не по себе. Кажется, муж опять подозревает, что у меня есть любовник.

- Ну и как же ты выкручиваешься?

- Очень просто - как только у него появляются подозрения, я меняю любовника!

Анекдот

Не обнаружив рядом с женой никого, кроме тестя с тещей, Роман не успокоился. “Значит, она встречается с каким-то соседом и сидела у родителей, дожидаясь, пока тот вернется с работы”, - решил ревнивый супруг. Его жена выросла в этом доме, многие ее одноклассники до сих пор жили там, и Роман вообразил, что имеет место сценарий “старая любовь не ржавеет”.

Убежденный ревнивец всегда находит то, что ищет.

Д.Е.

Теперь он уже не заходил в квартиру тестя с тещей, а караулил на лестничной площадке этажом выше. И опять его подозрения не подтвердились. Жена проводила у родителей пару часов, а потом отправлялась домой. Следуя за ней в полусогнутой позе, в какой обычно карикатурно изображают Пинкертона, Роман сам себе не казался смешным, наоборот, он очень серьезно относился к своей деятельности доморощенного сыщика. Проследив за женой до своего дома, ревнивец убеждался, что его жена ни с кем по пути не встречалась, никуда не заезжала, а в транспорте не обращала внимания на мужчин, читая свою книгу.

- Моя жена забеременела!

- Неужели? И кого ты подозреваешь?

Анекдот

Роман провел несколько месяцев в мучительных сомнениях-подозрениях, сам себя пугая и еще больше накручивая. Вроде бы, он уже убедился, что жена ему верна, но тогда почему она тайком читает свою проклятую книжонку?

Ревнивые подозрения не способствуют сексуальному пылу и потеплению психологического климата в семье. Вот и отношения молодых супругов стали все больше ухудшаться. До того, как убедиться, что у жены никого нет, Роман представлял ее в объятиях другого и готов был придушить обоих “прелюбодеев”. Злясь на жену, он частенько срывался, они ссорились, а ночью спали спина к спине.

Супруги Ивановы живут членораздельно.

Д.Е.

И вот однажды ревнивцу приснился сон: его жена с другим мужчиной, а он, Роман, за этим наблюдает. У супруги недовольное выражение лица, она морщится - ей явно не нравится происходящее. Тогда законный супруг предъявляет свои *законные* права, стаскивает соперника с постели и вышвыривает его в окно. А потом занимается с женой сексом, и та в восторге!

“После этого сна мне сразу полегчало, - признался мой пациент. - Мужик, которого я увидел по сне, такой дохляк - соплей перешибить. Его и любовником-то не назовешь - червяк какой-то, и член у него - как сосиска. А я проснулся и думаю - да неужто моя любимая жена может променять меня на какого-то заморыша, у которого член не толще карандаша!”

Муж вернулся домой и обнаружил в прихожей чужой мужской зонт. Ворвавшись в спальню, он застал там жену в объятиях незнакомого мужчины.

- Ах, так! - вскричал он и сломал пополам зонт. - Надеюсь, что теперь пойдет дождь!

Анекдот

РЕВНИВЕЦ ВСЕГДА НАХОДИТ ОСНОВАНИЯ ДЛЯ РЕВНОСТИ

- Доктор, моя жена говорит во сне.

- И что она говорит?

- Все время повторяет: “Нет, Вася, нет!”

- Ну, это не так страшно.

- Но меня зовут Мишей!

- Все равно ничего страшного, пока она говорит “нет”.

Анекдот

Открою читательницам жгучую мужскую тайну (да и многие мужчины об этом не

подозревают):

Беспричинная ревность - свидетельство комплексов, чаще всего сексуальных.

Разумеется, тут речь не идет о тех случаях, когда жена и в самом деле обзавелась другим сердцем, а муж чувствует ее охлаждение. Имеется в виду диффузная ревность мужа - вообще к мужчинам или к любому представителю сильного пола, оказавшемуся на расстоянии выстрела от его жены. Или немотивированная ревность к конкретному человеку (соседу, сослуживцу, дальнему родственнику, школьному другу, сокурснику)

Любовь слепа на один глаз, ревность - на оба.

Д.Е.

Поведение таких мужей напоминает мне анекдот про старую деву, которая каждый вечер заглядывала под кровать, - не спрятался ли там мужчина, - а потом она купила еще одну кровать, чтобы ее шансы удвоились.

Ревнивцы порой выглядят смешно и нелепо, но сами этого не осознают и даже подводят “идейную базу” под свои нелепые поступки. Вспомните, как Роман, чью историю немотивированной ревности я привела в главе “В рогах правды нет”, прятался по подворотням и передвигался в г-образной позе, будто Пинкертон из известного мультлика. В подражание киношным сыщикам, молодой человек совершал короткие пробежки - от одного укрытия к другому.

Знаете, мы, психиатры, без работы никогда не останемся. Людей с тараканами в голове видимо-невидимо.

Девиз психиатров: “Да здравствует наше психическое здоровье!”

Д.Е.

Разумеется, прыжки и гримасы Романа не остались незамеченными. Его жена не сразу углядела благоверного, ежедневно крадущегося за ней, но однажды ее мать заметила во дворе зятя и сказала дочери, что Роман прячется за гаражом-ракушкой. Теща с супругой некоторое

время наблюдали из окна, как Роман периодически высовывает голову из своего укрытия, как черепаха из панцыря, и посмеялись над ним. Разумеется, женщины поняли, почему он притаился в таком неподходящем месте, рискуя наступить на собачью кучку или быть облаянным хозяином гаража.

- Правда ли, что у всех неверных жен блестят глаза?

Одесское радио отвечает:

- Если бы у всех б... блестели глаза, то в Одессе были бы белые ночи.

Ленинградское радио возмутилось:

- Просим без намеков, коллеги!

Анекдот

“Пусть следит и удостоверится, что у тебя никого нет”, - посоветовала мать Ирине, и та впредь делала вид, будто не замечает слежки благоверного.

То, что он ей не доверяет, Ирину, конечно же, не порадовало. Приятно, когда мужчина чуть-чуть ревнует, - значит, боится, что уведут! Но когда он так себя ведет... Редкая женщина придет от этого восторг. Вот и Ирине нелепое поведение мужа не прибавило уважения к нему. “Он вел себя как идиот”, - призналась она мне.

И самое печальное - разлад их отношений. Супруги больше ссорились, нежели общались. А о сексе вообще почти забыли. Ирина уже начала подумывать о разводе.

“У нас с женой критические дни”.

Д.Е.

Заговорить с мужем о его дурацком поведении она не решилась: как и многие мягкие тактичные люди, Ирина не могла в лицо сказать человеку нечто унижительное, а ведь быть пойманным во время слежки за женой - унижительно для нормального мужчины. Равно как и новость, что вся его “конспирация” насмарку, и жена давно обо всем догадалась.

Ирина щадила самолюбие мужа и молчала - в надежде, что он образумится и уверует, что

она ему верна. Кстати, мужчины, имейте в виду: женщины нередко знают (или догадываются) о ваших слабостях, которые вы тщательно скрываете и уверены, что никто о них не подозревает.

Умная женщина знает о намерениях мужчины, о которых тот и сам не подозревает.

Д.Е.

Особы прекрасного пола вовсе не так глупы, как мужчинам хотелось бы. Женщины просто подыгрывают сильному полу, чтобы он и в самом деле ощущал себя сильным. Я ведь уже говорила, что дамы, в отличие от джентльменов, читают литературу по психологии, и знают, что мужчин нужно гладить по самолюбию, потому что это самое больное их место. В частности, я во всех своих книгах призываю: “Берегите мужчин! Это самое дорогое, что мы имеем!” Есть, конечно, и среди слабого пола дуры, вздорные особы, психопатки и истерички, но исключения лишь подтверждают правило, не так ли?

Дорогие женщины! Думайте только о нем! Всегда - о нем!

И только иногда - о другом.

Д.Е.

Ирина прибегла к совету из книги, с которой началась вся эта история, из-за чего муж стал за ней следить. Совет этот очень прост: если ваши отношения зашли в тупик, и вы не в силах исправить ситуацию самостоятельно, обратитесь к профессионалу. Так Ирина и сделала и пришла ко мне на консультацию. Потом я пригласила ее супруга и вот тогда-то и узнала про его ревность, слежку и все прочее.

На момент нашей первой беседы Роман уже перестал следить за женой, поставив последнюю точку после сновидения о неудовлетворяющем жену сексе с обладателем сосископодобного члена, но их с Ириной отношения лучше не стали. Еще совсем недавно они так часто ссорились и так долго дулись друг на друга, что просто сказать: “Давай помиримся и все забудем”, - было недостаточно.

Ссора - выметание душевного сора.

Д.Е.

Роман-то успокоился, а его супруга - нет. Поначалу Ирина решила дать мужу возможность убедиться в том, что она ему не изменяет, а когда ситуация слишком затянулась, верная жена оскорбилась. Ничего удивительного. Мало радости, когда тебе не доверяют, да вдобавок шпионят.

А ее супруг, найдя самоутешение в содержании своего сновидения, сразу повеселел. Для него ситуация разрешилась, значит, все в порядке, опять мир да любовь! И распахнул объятия, намереваясь заключить в них жену.

Мужчины не меньшие “иллюзионисты”, чем женщины, - частенько пребывают в иллюзиях, называя их “своим видением ситуации”, “своим мнением”.

Питаясь иллюзиями, не переedayте!

Д.Е.

Со спутницей жизни свою точку зрения мужчина, как правило, не обсуждает, руководствуясь принципом: “И так все понятно без слов”. Ему самому-то, может, и понятно, а вот супруге (подруге) неведомы ни ход его глубокомысленных рассуждений, ни предшествовавшие события.

Мнение о женской интуиции сильно преувеличено. Мужская логика ясна лишь самому мужчине, а женщине порой невдомек, что за мысли шевелятся под его буйной (или уже изрядно поредевшей) шевелюрой. Как для сильного пола женская психология - тайна за семью печатями, - так и для слабого пола многое в мужской психике непонятно. Мужчина что-то про себя думал-думал и наконец удумал, принял решение или совершил какой-то поступок, а женщина в недоумении: с чего бы?

Взаимонепонимание.

Д.Е.

Казалось бы, куда проще: расскажи своей спутнице жизни, как дошел до мысли такой. Зачем молчать, как партизан?

Ладно бы, если б такое случилось всего лишь единожды, - когда мужчины выдал нечто эдакое и оказался непонятым своей половиной. Однако сильный пол с завидным постоянством наступает на одни и те же грабли: вначале отмалчивается, а потом удивляется, что его поступки (выводы, решения) не вызывают бурного одобрения подруги жизни.

Хороших мужей не бывает; есть опытные.

Д.Е.

В общем, распахивал объятия Роман напрасно - ответного порыва жены он не дождался. Вместо этого как я уже говорила, Ирина обратилась ко мне, поняв, что им самим с этой ситуацией не справиться. Муж был не против - ведь он чувствовал себя виноватым. И было за что! Ладно бы просто ревновал, - как говорится, дело житейское, - а то ведь вел себя по-идиотски. Будь на месте его деликатной жены другая особа, - так бы приложила, высмеяв, что комплексы ревнивца утроились бы.

Что лучше - женщина легкого поведения или женщина с тяжелым характером?..

Д.Е.

Разумеется, ревность Романа возникла не на пустом месте. Именно так обычно и бывает. Однако ревнивые мужья, читающие эти строки, наверняка неверно их поняли: дело в проблемах самого ревнивца, а вовсе не в том, что жена погуливает.

- Какая жена лучше: страшная, но верная или красивая, но неверная?

- Лучше есть торт хором, чем говно в одиночку.

Анекдот

Напомню, что история ревности Романа началась с обнаружения в сумочке жены книги про секс. Вначале парень призадумался, потом сунул нос в книжку и удостоверился, что он не мастер в этом деле, а всего лишь подмастерье.

Как и многие мужчины, мало информированные о премудростях плотской любви, Роман не мог сам оценить свои половые способности. Ирина - женщина скромная, деликатная, к тому же, неопытная, ей всего 23 года. Спящей Красавицей в постели она не была, но и африканских страстей не разыгрывала.

До знаменательного события Роман и не задумывался, хорошо ли жене с ним в постели (впрочем, как и многие другие мужчины на его месте). Они женаты всего три года, раньше была влюбленность и, соответственно, интенсивное половое влечение. Роман хотел возлюбленную, та никогда не отказывала, перебоев с эрекцией у него не было, - вроде бы, все хорошо. После свадьбы, как обычно и бывает, сексуальный пыл стал потихоньку угасать, но супругов это не беспокоило - так бывает у всех. К тому же, имелись объективные причины: Роман перешел в другую фирму с более высоким уровнем требований и занятости, а Ирина закончила институт, сдавала госэкзамены, затем искала приличное место работы.

Проанализировав свою супружескую интимную жизнь, Роман пришел к выводу, что она очень-очень далека от идеала. Несколько наиболее распространенных поз полового акта да время от времени мануальная стимуляция клитора, - вот и все, что он практиковал в семейной спальне.

- Привет! Как живешь?

- Да все так же, все с той же и все реже.

Анекдот

У мужчин существует множество самых разнообразных комплексов и страхов, связанных к сексом (об этом мы поговорим с вами в другой книге). Кратко поясню причину мужских комплексов:

Во-первых, люди не видят, как занимаются любовью другие. Если б комплексующий мужчина мог подглядеть, как это происходит у десятков других пар, быть может, он успокоился бы. Или наоборот - еще больше встревожился. В этой тонкой области трудно

определить, лучше ли у других, хуже ли.

Муж застукал соседа со своей женой и говорит:

- Нехорошо, Сеня...

- Не поймешь вас, Ивановых. Твой жене - хорошо, а тебе - нехорошо...

Анекдот

Во-вторых, порнографическая продукция влияет негативным образом: сравнивая себя с порноактерами, у которых члены, аки у жеребца, мужчина без особого воодушевления смотрит на свой 12-14-сантиметровый половой член (это, кстати, нормальный размер мужского органа).

“Я ревную жену только к тем мужикам, у которых мужское достоинство больше моего”.

Д.Е.

В-третьих, расплодившиеся в последнее время магазины “Интим”, “Казанова” торгуют искусственными пенисами устрашающей величины, что тоже не прибавляет оптимизма мужчине с нормальными размерами органа.

Мужчина обычно смотрит на свой пенис сверху вниз, а такой ракурс сильно уменьшает размеры...

Д.Е.

В-четвертых, определенную лепту внесла и литература по сексологии. Вроде бы, профессионалы хотели как лучше... Давали информацию, советовали, многие женщины освоили этот секс-ликбез, но немалое число мужчин не желали следовать рекомендациям специалистов, мол, я сам знаю, куда и как, неча меня учить! А червячок сомнения в душе все же есть... Тем более, если жена зачитывается книжками, в которых написано про “небо в алмазах” и прочие радости жизни.

В-пятых, из страны, в которой “секса нет”, мы стали страной, в которой происходит вторая

сексуальная революция (первая была во времена взлета популярности хиппи).

“Ты должен меня понять”, - сказала Ева Адаму, уступив змею-искусителю.

Д.Е.

В-шестых, к современным мужчинам предъявляются довольно высокие требования в сексе. Про дремучих речи нет, речь о продвинутых представителях сильного пола. Осознав, что являются равноправными партнерами в сексе и тоже имеют полное право на наслаждение, женщины взяли на вооружение лозунг: “Даешь оргазм!” А потому мужчина должен соответствовать - не оставлять партнершу неудовлетворенной.

В-седьмых, осведомленные о том, что женщины зачастую имитируют оргазм, мужчины думают: “Она на самом деле кончила или притворялась?” Мысль о том, что партнерша его дурачит, - это удар поддых. К тому же, потом она может, хихикая, поделиться с подружками о том, что он плохой любовник.

Со всеми этими комплексами, а также с другими страхами-фобиями, а также с тем, как их преодолеть, мы разберемся в другой книге, а пока уясните одно:

Различного рода опасения, связанные с сексом, испытывают практически все мужчины.

Комплексы есть даже у тех, кто имеет репутацию героя-любовника (у них обычно проблемы иного рода, так называемый “синдром донжуанизма”, но им от этого не легче).

Судят мужика за то, что он сбросил другого с восьмого этажа.

- Расскажите, как было дело, - говорит судья.

- Подъехал он на белой тачке. Крутой ... твою мать! Достал веревку, забросил на наш балкон и лезет. Скалолаз ... твою мать! Залез, с женой переспал. Сексапил ... твою мать! Слезает с балкона и делает жене ручкой: “Я еще приду!” Мечтатель... (жест ногой, будто дает пинка) ... твою мать!

Анекдот

Разумеется, это не означает, что весь мужской род стопроцентно закомплексован на почве секса. Одних опасения посещают время от времени (например, перед интимным свиданием с новой партнершей), у других они постоянны.

Если жена слишком ласкова с вами, подозревайте самое худшее.

Д.Е.

Беспочвенная ревность - это всегда свидетельство либо личностных, либо сексуальных проблем. Бывает и то, и другое.

Один мужик, фермер, был типичным флегмой. Лишь спустя год после женитьбы он догнал на поле свою жену и овладел ею. Спустя еще три года жена увидела, что муж бежит ей навстречу по полю, и обрадованно раскрыла объятия.

- Сексуальная маньячка, - недовольно проворчал супруг. - Наш сарай горит.

Анекдот

Мужчина, не уверенный в своих половых способностях, вместо того, чтобы решить проблему (а все преодолимо), устраивает жене пристрастные допросы по любому поводу, когда ему чудится, что она надумала сбежать на сторону.

Жена наставила ему рога, а он приставил к ней хвост.

Д.Е.

Что делать, если вы сами терзаетесь ревностью и терзаете любимую женщину? Думаю, вы уже и сами догадались, раз читаете эту книгу.

Рекомендация психиатра: Лечиться, лечиться и еще раз лечиться!

Д.Е.

Кстати, мужчины, учтите: если вы будете донимать свою верную благоверную сценами ревности или, того хуже, шпионить за ней, то есть немало шансов, что в конце концов ей это надоест, и она скажет себе: “Какого черта я страдаю безвинно!” И надумает вкусить доселе запретного плода внебрачной связи.

- Что делать, если муж беспричинно ревнует?

- Обеспечить его причиной для ревности.

Д.Е.

МОРАЛЬНОЕ АЛИБИ НЕВЕРНОГО МУЖА

Если супруги и не помышляют об измене, - это счастливый брак.

Если об изменах второй супруг не подозревает, - это благополучный брак.

Если измены прощаются, - это удачный брак.

Если измены не прощаются, - это неблагополучный брак.

Если утешают лишь собственными изменами, - это формальный брак.

Если не утешают даже измены, - это неудачный брак.

Д.Е.

Мой пациент, назовем его Василием, создал себе систему моральных алиби на основе своего сна на тему супружеской неверности: “Однажды мне приснилось, что я застал жену в постели с любовником. Вечерами я поздно прихожу домой - у меня есть постоянная любовница, да и от случайных подарков судьбы я никогда не отказываюсь. Как и любой мужчина, у кого рыльце в пушку, я побаивался, что моя половина прознает про мои шашни. Вроде бы, я старался замести следы, но у женщин порой срабатывает верхнее чутье.

Не каждая ревнивая супруга подозревает мужа в неверности - многие знают точно.

Д.Е.

В своем сне я разыгрывал из себя Отелло, кипел благородным гневом и клеймил неверную последними словами. Она что-то лепетала в свое оправдание, а я еще больше вошел в раж. Причем, врал напрапую - произносил те же слова, те же упреки, которые могла бы высказать мне жена, узнав о моих изменах.

Потом, проснувшись, я почему-то испытал облегчение. Конечно, это всего лишь сон, но у

меня было ощущение, что я получил индульгенцию - мол, жена изменяет мне (пусть и во сне), и у меня тоже есть право погулять на стороне.

У меня даже осталось ощущение своей правоты - будто все, что я наговорил во сне, совершенно справедливо, я ни в чем не виноват, а во всем виновата жена.

Каждый имеет право налево.

Д.Е.

Помню свое впечатление от вида их любовных забав. Моя половина уже толста, давно перестала следить за собой. И во сне была такой же растрепой, как всегда: волосенки жиденькие, взлохмаченные, вся вспотела, бока в жирных складках, живот отвис, грудь - как уши спаниэля, и так же подпрыгивали, когда она кувыркалась в постели со своим хахалем. А он тоже ей под стать - какой-то недотепа, правда, тощий. Вместе они были такой смешной парой!

- Почему шкаф-купе так называется?

- Потому что при неожиданном возвращении мужа в нем вполне могут разместиться четверо мужчин.

Анекдот

Может быть, всего этого я не видел во сне так отчетливо, возможно, додумал потом - я часто вспоминал этот сон, - но что удивительно: ни тогда, ни позже я жену не ревновал. Наоборот, мне стало легко, я уже не чувствовал себя виноватым. Думаю: да не моя это вина, а моей супруги! Была бы она такой же, как двадцать лет назад, я бы на других женщин не смотрел, а раз стала такой квашней, - пусть пеняет на себя”.

Верность жены - плохой признак: сегодня она верна тебе, а завтра кому-нибудь другому.

Д.Е.

Василию удалось найти самооправдание (кстати, довольно распространенное среди

сильной половины человечества - мол, жена постарела, растолстела, утратила для меня сексуальную привлекательность, а я еще жеребец хоть куда, потому мне не остается ничего иного, как найти бабенку, соответствующую моим сексуальным потребностям), примечательно лишь то, что “аргументы” он почерпнул из сновидения.

Муж заявил, что ему нравится трахать стройных женщин. Жена стала ходить в спортзал, а он в это время трахал стройных женщин.

Д.Е.

Но это, как говорится, одна сторона медали. Если бы система моральных алиби, которую создал мой пациент, и в самом деле полностью восстановила его душевное равновесие, Василий не пришел бы ко мне. А тут я видела, что на душе у моего собеседника, как бы он ни хорохорился, кошки поскребывают. Не хотелось ему в этом признаваться даже самому себе, и Василий решил заручиться подтверждением специалиста, потому и обратился за консультацией.

- Между прочим, у меня уже 138 прыжков. Причем все без парашюта. Нет, я не десантник. Я профессиональный любовник.

Анекдот

Я написала немало книг о супружеских изменах, в которых давала советы обманутым женам и пыталась убедить неверных мужей, что в нынешних условиях, когда СПИД подкрался незаметно, лучше наладить отношения с супругой и наслаждаться в собственной спальне, чем бегать на сторону со всеми вытекающими из этого не только приятными, но и очень неприятными последствиями. Увы... Увещевания, когда в крови сильного пола бурлят гормоны, бесполезны. Все чаще ко мне обращаются несчастные женщины, страдающие от измены мужа.

Сколько мужа ни корми, он все равно на других женщин смотрит.

Д.Е.

Осознав, что уговоры спеть Песнь Песней со своей супругой, а не с другой женщиной, на мужчин, вкусивших запретный плод адюльтера, не действуют, я решила следовать своему собственному принципу:

Не можешь изменить ситуацию - измени отношение к ней.

Поэтому я напишу книгу для неверных мужей и дам рекомендации, как сделать так, чтобы жена ничего не знала, чтобы не причинять ей страданий, а самому не мучиться виной (мои милый читательницы, не подумайте, будто я намереваюсь подталкивать ваших доселе верных мужей обзавестись любовницей или обучить “грамотно изменять”, - я всего лишь хочу минимизировать негативные последствия уже состоявшегося адюльтера).

После многих лет супружеской жизни жена говорит мужу:

- Теперь ты уже можешь смело мне открыться. Обещаю, что не буду ревновать.

Скажи честно, сколько у тебя было женщин?

- Щас подсчитаю... раз, два, три, четыре, ТЫ, пять, шесть, семь...

Анекдот

Хоть Василий и придумал оправдания собственной неверности, все же на душе у него было неспокойно.

Кстати, насчет непривлекательности своей супруги он, мягко говоря, сильно преувеличил. Позже, когда его жена, назовем ее Зоей, пришла ко мне, я в очередной раз убедилась, что у мужчин бывают шоры на глазах, диаметрально противоположные по своему значению: в своей жене они видят одни лишь недостатки, а чужая - слаще пряника.

Почему бы мужчине не любить свою жену?!.. Любит же он чужих...

Д.Е.

У Зои и в самом деле есть лишний вес, но толстухой ее не назовешь. Насчет того, что супруга перестала следить за собой, Василий явно преувеличил, - у нее хорошая стрижка, умеренный макияж, она выглядит явно моложе своих сорока двух лет.

- Мама, а у папы есть корова?

- Нет, а с чего ты взял?

- Он говорил нашей горничной, что у нее фигура лучше, чем у его коровы.

Анекдот

Посмотрел бы Василий на себя со стороны в тот момент, когда сам занимается сексом, - наверняка выглядит не лучше, чем супруга в его сновидении: и востряпанный, и волосы всклоочены (довольно поредевшие, кстати, с сильными залысинами), и вспотевший, и складки на животе, и валики на талии (так называемые “попины уши”). В общем, отнюдь не звезда порнокино.

Мелкохреновый мужчина.

Д.Е.

Мне часто приходится слышать от своих пациентов упрёки в адрес благоверной, аналогичные тем, какие высказывал Василий. Безусловно, немалая толика правды в этом есть. Увы, все мы с годами не хорошеем, не худеем, не молодеем.

С возрастом наши талия, бедра и взгляды становятся шире.

Д.Е.

И все же, надо отдать должное прекрасной половине человечества: справедливая критика принята к сведению, и “униформа” жены со стажем (застиранный, потерявший цвет и форму байковый халат, разношенные шлепанцы, прическа категории “вшивый барак” или “химия”) в массовом масштабе уже пережиток прошлого. Хотя есть еще в нашей стране заповедные зоны, где бродят такие страшилища, глядя на которых даже Рокко Сиффреди стал бы импотентом, но здесь речь не о них, такие женщины книги про секс не читают, да и слова-то такого не знают, а называют ЭТО совсем по-другому.

Пьяная шлюха заснула вечером в мусорном баке. Утром мужик вышел с мусорным ведром и видит торчащие из бака женские ноги.

- Надо же, как люди живут... Бабу еще трахать можно, а кто-то ее уже выбросил...

Анекдот

Теперь продвинутые дамы кинулись в другую крайность: все стремятся похудеть, самая популярная тема, с жаром обсуждаемая в женской компании, - диета. Голливудская, по группе крови, бессолевая, безуглеводная, раздельное питание и еще куча всевозможных методик.

- Вы знаете, Лариса Долина попробовала поглотитель жира.

- И что?

- И пропала.

Анекдот

Сильный пол тоже не отстает от слабого и кинулся считать калории. Однажды даже телеведущий Дмитрий Нагиев, кумир девчонок-подростков, на всю страну признался, что сидит на диете. Явно кокетничает - на нем не видно ни единого грамма жира.

- Доктор, вы запретили мне есть на ночь, вот я и простыл!

- А какая связь?

- Ну как же! Я всю ночь у холодильника простоял, на курицу смотрел - вот меня и продуло!

Анекдот

Я и сама человек, измученный диетами. Хотя и не толстуха, но мне самой дискомфортно, когда кожа начинает слишком туго обтягивать мое тело. Дешевле похудеть, чем менять гардероб.

Рекламный ролик. Вначале показывают упитанного мужика, сидящего в ресторане за уставленным деликатесами столом и с удовольствием вкушающего это райское наслаждение.

Спустя какое-то время тарелки пусты, а обжора страдальчески морщится:

- Какая тяжесть в желудке... Изжога... Газы.

Далее - сценка в аптеке. Клиент излагает симпатичной аптекарше, как сильно его пучит и распирает, а та мило улыбается и с пониманием выслушивает. Мужик умоляет:

- Посоветуйте какое-нибудь средство...

А девушка - с очаровательной улыбкой:

- Жрать меньше надо!

Байка

И все же, уважаемые мужчины, положи руку на сердце, признайте, что дело вовсе не в том, что жена прибавила несколько (и даже несколько десятков) лишних килограммов. А вот в чем тут дело, вы далее узнаете.

Врач:

- Вам, голубчик, нужно немедленно сбросить лишний вес, сесть на строжайшую диету: только постное вареное мясо, отказаться от сладкого, мучного, жирного, никакого алкоголя, сигарет. И никакого секса! Да, и самое главное - больше радуйтесь жизни!

Анекдот

ЖИЗНЬ С ОДНОЙ И ТОЙ ЖЕ ЖЕНЩИНОЙ СТАРИТ

- Милый, тебе нравится игра “Что? Где? Когда?”

- Угу.

- Ты хотел бы в нее сыграть?

- Ага.

- Тогда начнем. Что ты делал вчера у этой шлюхи Зинки? Где ты шляется позавчера?

Когда, ирод ты окаянный, ты перестанешь держать меня за идиотку?!

Анекдот

Наиболее “опасным” с точки зрения возможности мужских измен считается возраст между 30 и 40 годами, а пик приходится на 37-39 лет. И это не случайно.

Поясню сказанное примером из своей практики.

Моему пациенту Анатолию 49 лет, и хоть он и пытается держаться молодцевато, но не выглядит ни на день моложе. А его жена Наташа, как говорится, женщина в самом соку. Ей 36 лет.

Значительная возрастная разница между супругами зачастую приводит к явному несовпадению их сексуальных потребностей.

Наташа в самом расцвете своей сексуальности, и это, как и у любой гармонично развитой женщины, продлится долго, обычно до самого климакса, а бывает, и дольше. А у мужчин, начиная с тридцатилетнего возраста, половые способности постепенно снижаются. 36-летняя женщина и 49-летний мужчина не совпадают по своим сексуальным возможностям. Ощущая, что не соответствует потребностям жены, Анатолий нашел не лучший выход, прибегнув к адюльтеру.

Курортная гостиница. Мужчина с дамой подходит к стойке. Портье:

- Она вам жена или кто?

- Или кто.

Анекдот

В качестве оправдания мой пациент привел аргумент, который я слышала тысячи раз: “Жена утратила для меня сексуальную привлекательность. Она меня уже не возбуждает”.

Вот

ведь

парадокс!

Других

мужчин

эта

женщина

еще

КАК

ВОЗБУЖДАЕТ! -

А СВОЕГО МУЖА

НЕТ.

Наташа призналась мне, что возможностей для адюльтера у нее немало - в их фирме

трудятся мужчины, которые отнюдь не прочь иметь с ней интим. Да только она из тех умных женщин, которые придерживаются принципа: секс мешает работе.

Не гадь, где ешь!

Д.Е.

Очень правильный, надо сказать, принцип. Особенно для людей, связанных брачными узами. Одинокие-то надеются найти таким образом спутника жизни. Бывает, что их ожидания сбываются. Но чаще всего отношения ограничиваются служебным романом или ни к чему не обязывающими интимными свиданиями.

Спутник жизни на одну ночь.

Д.Е.

Но если в неформальные отношения с коллегой вступают женатые мужчины или замужние женщины, то такой роман чреват самыми разнообразными неприятностями. Особенно в том случае, если любовница не замужем, а любовник женат. Тут может быть шантаж (с ее стороны), преследование, угрозы разоблачения (перед женой или всем коллективом), ночные звонки или многозначительное молчание в телефонную трубку, - и много других напастей.

Жена - мужу:

- Ты скоро станешь отцом.

- Хорошая новость!

- Ничего хорошего! (Пинает его между ног). Об этом мне только что сообщила твоя секретарша!

Анекдот

Большинство незамужних женщин, став любовницей женатика, лелеют надежду развести его с женой, даже если клятвенно заверяют, что статус любимой женщины, пусть и без штампа в паспорте, - это предел ее мечтаний. А вот когда любовник не оправдывает

ожиданий, тогда и начинаются всевозможные “козьи морды”.

Спутник жизни оказался искусственным.

Д.Е.

Отношения любой пары коллег рано или поздно приходят к логической развязке: либо они становятся супругами (гражданскими или официальными, это уже несущественно), либо расстаются. Если они работают в разных местах, случается, что они состоят в любовниках многие-многие годы (к примеру, у одного моего женатого знакомого стаж романа с замужней любовницей - более трех десятков лет). Но о столь длительных любовных интрижках между сослуживцами я не слышала. Ничего удивительного: они встречаются ежедневно на работе, со временем прелесть новизны утрачивается, потребность в обществе друг друга насыщается, и наступает один из вышеупомянутых финалов.

Одни женятся, потому что боятся одиночества, другие не женятся, потому что боятся рабства.

Д.Е.

Наташа очень брезглива, к тому же, боится подцепить заболевание, передающееся половым путем, а потому исключает для себя возможность случайного секса с малознакомым человеком. Да и не хочется ей изменять мужу. Она его любит, у них замечательные дочери, Анатолий хороший муж и, что не так часто в наше время, добытчик. Наташа хочет сохранить семью - и не только потому что супруг хорошо ее обеспечивает.

Приезжает муж с курорта, а жена вдруг с удивлением замечает, что у него на голове проглядывают маленькие рожки. Она оправдывается:

- Клянусь, что пока ты отдыхал, я ни разу тебе не изменила!

- Да не волнуйся, я знаю, что это не ты...

Анекдот

Известие о неверности супруга стало для нее настоящим потрясением, как и для любой

женщины на ее месте. Вначале Наташа была в шоке, потом плакала, потом разозлилась и стала клясть его почему зря, и словосочетание “старый козел!” было самым мягким.

“Я наставляю мужу рога, потому что он козел!”

Д.Е.

Ей хватило ума ничего не сказать мужу и даже не показать ему бушевавших ее чувств. Но когда она пришла ко мне, то буквально кипела от возмущения. Женщины часто выплескивают негативные эмоции на психиатра - когда больше не на ком, - и таким образом разряжаются. Вот и моя пациентка, гневно сверкая глазами, экспрессивно восклицала: “За мной такие мужчины ухаживали! А я себя блюла - верная жена! Зачем?! Нет, завтра же со всеми пересплю! Со всеми - по очереди! А потом скажу об этом мужу! Пусть этот старый козлина знает, что не одному ему гулять! А на каждую его измену я десять раз изменю!” Выговорившись, Наташа замолчала и вздохнула: “И что мне теперь делать?”

Бизнесмен поехал по делам в Испанию. За три дня решил все проблемы и решил остаться на недельку отдохнуть. Шлет телеграмму своему холостому другу:

“Приезжай на отдых. Привези мою жену и свою любовницу”

Вечером получает телеграмму: “Прилетаем завтра вдвоем. Кстати, ты давно про нас знаешь?”

Анекдот

В таких случаях у меня, как семейного психотерапевта, есть два варианта тактики: либо помочь обманутой жене справиться с трудной, психотравмирующей ситуацией, изменив отношение к этой ситуации, либо помочь мужу справиться с его проблемами.

Привел мужик домой девицу. А та вынимает термос и говорит ему с многообещающей улыбкой: “Вот только доем свой чесночный суп...”

Д.Е.

Разумеется, второй вариант предпочтительнее, но тут существует одно препятствие:

неверные мужья не желают посещать психотерапевта. Они ж понимают, что рыльце в пушку.

Мало того, большинство мужчин старше тридцати лет категорически не желают признавать снижение своих сексуальных возможностей.

А именно это и является основной причиной, почему мужчины начинают изменять в этом возрасте. Казалось бы - у молодого возможностей гораздо больше, да и потенция повыше, однако ж лидируют по критерию неверности не двадцати-двадцатипятилетние, а мужчины на четвертом десятке.

Пик супружеских измен приходится на четвертый десяток потому, что молодость стремительно уходит, а с ней и мужская сила.

Что обычно мужчины делают в таких случаях? Именно то, что и мои пациенты: оправдывают собственное фиаско тем, что жена-де, растолстела, постарела, подурнела и утратила сексуальную привлекательность, а потому не возбуждает.

Один приятель жалуется другому:

- У меня жена такая холодная... Если на ночь под одеяло стакан с водой поставить - к утру будет лед!

- Это что! Моя как ноги раздвинет - аж камин задувает.

Анекдот

Следовательно, надо искать другую женщину, которая возбудит. Сексуальное любопытство мужчин в отношении любой новой особы прекрасного пола я называю "Павловским рефлексом" "Что такое?"

Новая партнерша и в самом деле позволяет временно задержать возрастное снижение сексуальной активности - при условии, что у мужчины нет сексуальных проблем, а его половые возможности всего лишь снижены по физиологическим закономерностям. Это позволяет мужчине самоутвердиться - мол, он еще ого-го! Конь с яйцами!

У одной женщины муж был жутким бабником. Частенько не ночевал дома, являлся

только к обеду. А 8 марта явился ровно в 8 утра.

Жена, язвительно:

- А что, там тебя больше завтраками не кормят?

Анекдот

ТЕСТ

ВЕЧНО МОЛОДОЙ

Хотя принято считать, что у женщины нет возраста, но годы волнуют не только женщин, но и мужчин. В возрасте Христа мужчина начинает задумываться о вечном. А преодолев сорокалетний рубеж, оглядывается на свое прошлое. Бывает, вдруг спохватывается - молодость уходит! - и начинает лихорадочно наверстывать упущенное. Недаром говорят: “Седина в бороду, бес - в ребро!”

Каким вы себя ощущаете? Молодым или уже не очень?

Ответить на этот вопрос вам поможет тест.

1. Как вы относитесь к словам некогда популярной песни: “Не расстанусь с комсомолом, буду вечно молодым!”?

а) “Первая часть фразы уже не актуальна, а со второй я согласен”.

б) “Вообще-то я молод душой, хотя годы берут свое”.

в) “Вечно молодым быть невозможно”.

2. Посмотрев утром на себя в зеркало, вы:

а) нравитесь себе;

б) видите, что лицо чуть помято, но сейчас вы побреетесь, примете душ и будете как оругчик;

в) скептически разглядываете свои виски, морщины и мешки под глазами.

3. Придя на работу, вы:

- а) говорите комплимент всем женщинам, которые попадают в поле вашего зрения;
- б) ждете, что кто-то из женщин скажет вам что-то приятное;
- в) уверены, что ничего хорошего сегодня вы не услышите.

4. Как вы ведете себя с коллегами-женщинами?

- а) Можете себе позволить игриво ущипнуть юную милашку.
- б) Не против, если симпатичная коллега станет строить вам глазки.
- в) Считаете, что коллеги - это не женщины, а всего лишь коллеги.

5. В аптеке вы покупаете:

- а) только презервативы
- б) разные лекарства
- в) слабительные средства.

6. Вы пригласили даму в Луна-парк. Как вы предпочтете проводить с ней время?

- а) Опробуете все рискованные аттракционы.
- б) Побываете на аттракционах, которые выберет ваша спутница.
- в) Найдете тихое кафе и угостите даму.

7. Вы на пляже. Вдруг видите, что девушка захлебывается и тонет. Ваши действия:

- а) Немедленно бросаетесь в воду и спасаете ее.
- б) Организуете мероприятия по ее спасению, а потом, когда она уже на берегу, делаете ей искусственное дыхание “рот в рот”.
- в) Кричите: “Спасатель! Там человек тонет!”

8. Ради любимой женщины вы готовы:

- а) кардинально изменить свою жизнь, если ваша подруга на этом настаивает;
- б) сменить работу, чтобы больше зарабатывать;
- в) уйти на пенсию, чтобы ухаживать за женой или сидеть с внуком.

РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА

Если у вас больше всего ответов “а”, то в вас еще сидит озорной мальчишка. О своем возрасте вы не думаете и не ощущаете его. Женщинам с вами легко. Не важно, сколько вам лет, - они не замечают вашего возраста.

Жан-Поль Бельмондо даже в свои уже немалые годы мужчина хоть куда! Ни одна нормальная женщина не променяет такого мужчину на сопливого юнца. Бывают “женщины без возраста”, но бывают и “мужчины без возраста”. Вы как раз такой. Везет же вам!

Если преобладают ответы “б”, - то вы человек, который считает, что молод душой, хотя уже не телом. Но не хочет сдаваться. Вы знаете, что еще “вполне”, женщинам вы нравитесь, самому себе тоже, а возраст... Это, как говорится, дело наживное. Какие ваши годы!

Если у вас преобладают ответы “в”, тогда вам и в самом деле остается покупать в аптеке лишь слабительные средства, кружку Эсмарха (чтобы жена ругулярно ставила вам клизму) и воспитывать внуков.

ВООБРАЖЕНИЕ - САМЫЙ СИЛЬНЫЙ ВОЗБУДИТЕЛЬ

Лучше всего нам живется в воображаемом мире.

Д.Е.

А теперь перейдем еще к одной области мужской сексуальности, о которой сами мужчины знают, так сказать, с практической точки зрения, но не осведомлены о теоретическом аспекте: почему они фантазируют на темы секса, что означают эти фантазии, как они характеризуют самого фантазера, есть ли связь между содержанием фантазии и реальными желаниями.

Все эти вопросы сильный пол интересуют (подчас беспокоят), и мне часто приходится разъяснять своим пациентам, почему во время секса или вне его они грезят на сексуальную тематику.

- Я очень люблю смотреть передачу “Про ЭТО”. Бывает, что передача уже закончилась, а ЭТО еще продолжается.

Анекдот

Эротические фантазии - это воображение бодрствующего человека на сексуальную тематику.

Человек может произвольно вызывать в своем сознании воображаемые картины - чтобы пережить вызвать возбуждение, определенное волнение, скрасить свое унылое существование, немного отвлечься от скучного занятия или скоротать время, когда нечего делать.

Сексуальные фантазии могут нахлынуть и помимо воли - под настроение или под влиянием тайных желаний, о которых человек и сам порой не подозревает.

Желание - это секс в уме.

Д.Е.

Тематика эротических фантазий разнообразна. Картины, которые человек мысленно представляет, могут быть фотографически четкими, со всеми деталями и мельчайшими подробностями, или же туманно-расплывчатыми - это, скорее, образ, а не видение.

Чаще всего фантазии связаны с хорошо знакомыми ситуациями и событиями. Сюжет черпается из книг, фильмов или реальной жизни. Если фантазия приятна или легко вызывает сексуальное возбуждение, человеку хочется переживать это ощущение вновь и вновь.

Пришел молодой человек к ясновидящей.

- По вашей руке я прочла все, что касается вашей будущей карьеры, но ничего не смогла узнать о вашей личной жизни. Сейчас мы используем самую последнюю новинку в искусстве пророчества: будьте любезны, снимите брюки и трусы и помечтайте о хорошенькой блондинке в черной комбинации...

Анекдот

Люди фантазируют и на отвлеченные темы. У кого-то это монофантазия, например, секс втроем, или со знаменитостью, или с боссом. Другие мысленно воображают то один сюжет, то другой.

Обычно сам фантазер играет главную роль, а все остальные действующие лица подчиняются его воле и играют в игру, которая ему угодна. Сюжет может меняться, обрастать новыми деталями, в него могут включаться новые персонажи.

Воображение - возможность получить удовольствие минимальными средствами - закрыть глаза и представить минет с Шарон Стоун вместо собственной руки.

Д.Е.

Сложные по сценарию воображаемые сцены обычно проигрываются наедине с собой, а не во время интимной близости с человеком противоположного пола.

Стеснительный молодой человек сидит с девушкой на скамейке в парке. Она придвигается ближе, он краснеет. Она кладет голову ему на колени, он краснеет еще сильнее и, собрав последние силы, заявляет:

- Нет, ты не подумай, раньше я занимался сексом, но с другими людьми - никогда.

Анекдот

Фантазирующий получает удовольствие не только от роли участника, но и от роли режиссера - он может по собственному желанию управлять актерами и сюжетом; иными словами, заказывает игру, чего в обычной жизни лишен.

Если у тебя нет того, что ты любишь – люби то, что у тебя есть.

Д.Е.

Автор не только программирует действия участников, но и определяет их эмоции: если ему хочется секса со страстной, необузданной партнершей, - она к его услугам, а если ему желается интима с нежной, благодарной женщиной, - тоже без проблем.

Настроившись на эротическую волну, мы способны такого нафантазировать! - сценаристы

эротического кино отдыхают.

В мечтах не отказывай себе ни в чем!

Д.Е.

Все ли люди фантазируют на эротические темы? Нет, не все.

Для того, чтобы фантазировать, нужно обладать воображением, способностями к творчеству и игре. Чем примитивнее человек в интеллектуальном и эмоциональном отношении, тем меньше он склонен к фантазиям и тем примитивнее сюжеты его видений. И наоборот. Раскрепощенное воображение людей с богатым внутренним миром создает очень красочные сценарии.

Мозг - главная эрогенная зона.

Д.Е.

Сексуальные фантазии зачастую тесно смыкаются с сексуальным влечением.

Так же как чувство голода сопровождается мыслями о еде, так и сексуальная потребность может слиться с мыслями о том, как получить сексуальное удовлетворение.

Мечтания могут выражать сексуальное желание или провоцировать желание, для реализации которого фантазии вовсе не обязательны.

Мужик выловил русалку, а та ему и говорит:

- Отпусти меня в море, я исполню три любых твоих желания.

Мужик посмотрел на нее с ухмылкой и отвечает:

- Желание у меня одно, но исполнишь его ты три раза...

Анекдот

Эротические фантазии хороши тем, что им можно предаваться где угодно (в том числе, на работе, на скучном совещании, в транспорте), для них не нужно ни ложа, ни обнаженности, ни согласия партнерши; мечтатель может позволить себе быть сколь угодно раскованным,

раскрепощенным и даже циничным, творить с партнершей и другими участниками действия все, что заблагорассудится, о чем в реальной жизни он и заикнуться не смеет, - и ему ничего за это не будет!

В мечтах мы такое творим, о чем в жизни даже не мечтаем!

Д.Е.

РАСКРЕПОЩЕННОЕ ВООБРАЖЕНИЕ

Он обожал женщин в своем воображении и презирал в жизни.

Д.Е.

Будучи произвольными, эротические фантазии в определенной мере навязывают нам себя: если какой-то сюжет возбуждает сильнее других, то именно его фантазирующий проигрывает в своем воображении.

Мало того, что не все фантазии вызываются по нашей воле, вдобавок не все бывают приятными. Бывает, что нежеланные эротические фантазии повторяются, пугая и вызывая внутреннее смятение. Они могут вторгаться в сознание человека, вызывая душевный дискомфорт и чувство вины.

Пугающие произвольные фантазии, кстати, могут вызывать сильное сексуальное возбуждение. Но может быть и наоборот - они создают такой душевный разлад, что все сексуальные чувства гасятся.

Сам человек считает такие фантазии аномальными, “грязными”, “извращенными” (о том, являются ли фантазии отражением перверзных наклонностей, вы узнаете дальше).

Иван Царевич поцеловал лягушку... Затем взобрался на Серого Волка... Затем поймал Жар-птицу...

А что делать?! Ну не было в лесу Василисы Прекрасной!..

Анекдот

Непроизвольные фантазии могут создать проблемы в реальной жизни.

Например, вечером перед сном, помимо воли, у человека возникают тревожащие его фантазии. Это может случиться однократно, но может и не раз повторяться, вызывая беспокойность.

Приведу пример из своей практики.

Ко мне пришел 17-летний парень, назовем его Петей. В одной из моих энциклопедий он прочитал о фроттеризме и сам поставил себе такой диагноз.

Пару лет назад он и в самом деле ощутил эрекцию, оказавшись в тесно набитом людьми вагоне метро притиснутым к полуобнаженному телу девушки (дело было летом). Ему тогда было пятнадцать, а у подростков эрекция возникает подчас даже от несексуальных раздражителей и в ситуациях, исключающих интим, в частности, во время занятий спортом, при беседе с существом противоположного пола на совершенно инфиддиферентные темы и даже при смехе. И так же легко происходит эякуляция. Именно такой конфуз произошел и с Петей.

В переполненном автобусе сердитая девушка оборачивается к прижавшемуся к ней молодому человеку:

- Перестаньте упираться в меня этой штукой!**
- Простите, но это не то, что вы думаете, а бумажник с моей зарплатой.**
- Тогда вы, наверное, отличный работник, потому что за прошедшие двадцать минут ваша зарплата поднималась четыре раза!**

Анекдот

Парень он довольно мнительный и вдумчивый. Не любит оставлять вопросы неясными, а потому пошел в библиотеку и прочел специальную литературу. Из моей книги он узнал о том, что несчастных фроттеристов нередко бьют и даже калечат, что над ними все смеются, и совсем загрустил.

Но, как известно, запретный плод сладок.

Чем больше Петя себя казнил, тем чаще всплывал в памяти тот эпизод. Потом появились произвольные фантазии - парень представлял эту девушку (он хорошо ее запомнил, особенно завитки коротких волнистых волос на затылке, загорелую шею, ее запах) во время мастурбации.

Сюжет не ограничивался тем, что произошло на самом деле, а творчески развивался. Как ни старался Петя отогнать эти фантазии, - не получалось.

И вот результат: парень полностью отказался от общения с противоположным полом, заклеив себя как “грязного извращенца”.

Еду я как-то в переполненном троллейбусе, а одна бабуля-энтузиастка, командует с переднего сиденья: “Давайте, давайте, еще потеснитесь, видите, сколько народу на остановке! Гражданочка, вот сюда в уголок ступите, и место для других пассажиров освободится”. А с задней площадки возмущенный девичий голос: “Мужчина, вы уж совсем на меня легли!” Бабулька привстала и громогласно заявляет: “Ничего, милая, пускай лежит. Главное - чтобы побольше влезло!”

Байка

На самом же деле юный Петя не фроттерист.

Перверзиями считаются лишь те случаи, когда реализуемое искаженное половое влечение частично или полностью замещает нормальную половую жизнь.

Так что зря мой пациент подался в аскеты. Дальнейшее показало, что он способен к полноценному половому акту, и даже более того.

Парень спрашивает у девушки, с которой недавно познакомился:

- А вы знаете, чем отличается пенис от сардельки?

- Нет.

- В таком случае разрешите пригласить вас сегодня на ужин.

Анекдот

СКАЖИ, О ЧЕМ ТЫ ФАНТАЗИРУЕШЬ, И Я СКАЖУ, КТО ТЫ

Эротические фантазии - это вибратор в мозгах.

Д.Е.

Когда мы мечтаем, нет внешней цензуры - никто не скажет: “Да ты же грязный извращенец!” Да и внутренний цензор обычно молчит - быть может, тоже наблюдает за развитием воображаемого сюжета?..

Правда, бывает, что мысленный цензор время от времени подает голос, иронично комментируя или беспокоясь: не являются ли эротические фантазии проявлением нетрадиционных сексуальных пристрастий?

Психоаналитик успокаивает пациента:

- Не стоит изводить себя из-за эротических фантазий. У каждого есть своя навязчивая идея. Ах, извините, я ненадолго вас покину. У меня на чулке петля спустилась. Наверное, я зацепил утром, когда пристегивал к резинке пояса.

Анекдот

Роман, мой пациент, рассказывал:

“Я проходил службу в Армии в Средней Азии. Познакомиться с девушкой там было практически невозможно - до ближайшей деревни двадцать два километра, да и не хотели местные общаться с нами. Ребята рассказывали похабные истории, будто бы удовлетворяли физиологические потребности с ослицей. Так это или нет, - не знаю, байки травили многие.

- Слышь, сосед, вчера из твоей квартиры несло такое ржанье, будто ты привел не девушку, а лошадь!

- Хм, интересная мысль! В следующий раз приведу девушку!

Анекдот

В то время я был девственником, ночами маструбировал и мечтал о том, как у меня будет по-настоящему - с женщиной.

После демобилизации я женился, но лучше бы не спешил. Сейчас у меня двое детей и дура-жена. Упрямая, как ослица. Однажды я в сердцах ей так и сказал. А вечером, когда лег спать, эта фраза всплыла в памяти, и я вдруг представил себе, что моя жена превратилась в ослицу. Вспомнил, как ребята говорили, что ослица и по росту подходит, и стоит спокойно, у нее там все узкое, и кайф получше, чем с женщиной. И только я об этом подумал, как почувствовал, что у меня “встает”. Так реально представил себе, что я с ослицей, что по телу разлилось блаженство. Сделал пару движений и кончил.

Вернулся мужчина из африканской страны, где пробыл три года. Грустный-грустный.

Приятель спрашивает:

- Ты чего такой убитый?

- Понимаешь, в Африке я жил с обезьяной...

- Не волнуйся, я об этом никому не скажу, да и она не расскажет.

- В том-то и дело. Не расскажет, не напишет, не позвонит...

Анекдот

С женой мы все еще были в ссоре, она спала в комнате детей, а я вечерами стал представлять себе, как имею ослицу. Последнее время с женой у меня не всегда получалось, бывало, что не “встает”, а когда я представлял картинку с ослицей - член сразу как камень.

Встречаются два пастуха. Один - весь избитый.

Второй интересуется:

- Ахмед, кто тебя так избил?

- Да овцу вчера поимел...

- Ну и что, я каждый день своих имею!

- У тебя бараны не ревнивые...

Анекдот

Мне жену теперь совсем не хочется. О том, чтобы с ослицей по-настоящему, и речи быть не может, мне и фантазий хватает. Но ведь это ненормально? Если кому-то рассказать, скажут, что я извращенец. А может быть, я и в самом деле извращенец, только сам об этом еще не знаю?”

- Как техасцы занимаются безопасным сексом?

- Прикрепляют предупреждения к тем коровам, которые лягутся.

Анекдот

Пациенты нередко задают мне этот вопрос: “Не извращенец ли я?”.

Кратко поясню для всех читателей, которые неверно истолковывают свои сексуальные фантазии, беспокоясь, мол, они отражают истинное желание фантазирующего пережить какую-либо ситуацию.

“Когда я захожу в чистое помещение, у меня возникает непроизвольное желание помочиться”.

Д.Е.

Классические исследования корифеев сексологии Уильяма Мастерса и Вирджинии Джонсон подтвердили, что большинство женщин, в мечтах предававшихся необычной сексуальной практике (например, секс с животными, с женщиной, кровосмешение, изнасилование, садомазохистский секс и прочее) в реальной жизни отнюдь не жаждут осуществить свои фантазии.

- О ком ты в детстве мечтала?

- О принце на белом коне.

- А о ком больше?

Анекдот

Иное дело - мужчины. Сильный пол более активен, предприимчив и способен рискнуть, все новое его привлекает (женщины же как целое - более консервативны, осторожны, опасаются нежелательных последствий). А потому две трети опрошенных мужчин признались, что отнюдь не прочь реализовать свои фантазии. По сути это уже не фантазии, а тайные желания сильного пола.

Свободу сексуальным фантазиям!

Д.Е.

Чувство вины людей, фантазирующих на темы нетрадиционного секса, усугублялось тем, что некоторые религии приравнивают мысль к действию, а потому человек, предающийся “аморальным” мечтам или испытывающий сексуальное желание, считался столь же грешным, как и тот, кто реализовал свои греховные помыслы.

- Хочу завести собаку, да жена не дает...

- А почему ты решил, что собака даст?

Анекдот

Тайные желания не терпят огласки. Они поверяются преимущественно двум категориям людей: исповедникам и психоаналитикам.

До фундаментальных исследований У. Мастерса и В. Джонсон психоаналитики рассматривали “девиантные” сексуальные фантазии (то есть грезы о том, что выходит за рамки гетеросексуальных действий, ведущих к половому сношению) как незрелое выражение сексуального влечения и как препятствие на пути к развитию зрелой сексуальности. Подобные фантазии считались предвестниками “девиантного” полового поведения.

Сидят две деревенские бабки на скамейке. Одна:

- Я вчера своему внуку говорю - сходи, подои коровку. Он сходил, подоил, молочка попили.

Вторая:

- Я тоже вчера так своему внуку сказала, а он: “Имел я в рот твою корову!” Так я цыплятам клювики поперевязывала, боюсь - поразрывает...

Анекдот

Сейчас отношение к это проблеме иное.

К примеру, фантазии гетеросексуала на гомосексуальную тематику могут отражать всего лишь сексуальное любопытство: а как это происходит у двоих мужчин или двоих женщин? Не имея возможности подглядеть это в реальной жизни, человек начинает фантазировать.

Девиз вуайеристов: “Каждый имеет право стать соучастником чужой интимной жизни”.

Д.Е.

Толчком может послужить сцена из порнографического или эротического фильма, да и в художественных фильмах сейчас сплошь и рядом главными героями являются геи или лесбиянки. Почему? Нет, не только потому, что режиссеры демонстрируют широту взглядов на проблему сексуального предпочтения, а потому что в богемной среде распространены однополые отношения. Вдобавок, апологеты гомосексуализма заинтересованы в рекламе и расширении своих рядов. Недаром Элизабет Тэйлор говорила: “Без гомосексуализма не было бы Голливуда”.

Мужик умирает, попадает на тот свет. Там его спрашивают, чего, мол, хошь?

Мужик:

- Я всю жизнь жил с неразделенной любовью. Когда я учился в школе, мне нравилась одна девочка, но ей нравился другой парень. Когда я учился в институте, я был влюблен в прекрасную девушку, но она вышла замуж за моего друга. Когда я работал, я был без ума от одной женщины, но она уехала за границу. В старости хотел сделать предложение одной бабке, но она откинула копыта. Короче, хочу, чтобы меня любили!!!

Очнулся мужик, смотрит: стоит он голый посреди комнаты, а вокруг - голые

“нанайцы” и “Икс-миссия”!

Анекдот

Далее мы подробно разберем различные варианты эротических фантазий, и я полагаю, что многие мужчины успокоятся. Или же сделают для себя правильные выводы.

Да и женщинам полезно знать о некоторых мужских тайнах - а вдруг вы так проникнетесь пониманием, что захотите помочь милому реализовать его фантазии (в допустимых пределах, разумеется).

Расширил границы приличия до неприличия.

Д.Е.

МОЗГОВОЙ СЕКС

Если уж мечтать, так ни в чем себе не отказывая.

Д.Е.

Экспериментирование - наиболее популярный вариант эротических фантазий, когда человек представляет себе нечто такое, чего никогда не делал в реальной жизни.

Темой таких фантазий могут быть необычные для данного человека обстоятельства: например, стать участником разнузданной сексуальной оргии или ритуального обряда с жертвоприношением, поеданием убиенной жертвы и непременно свальным грехом на десерт.

Альберт, мой 19-летний пациент, - инфантильный юноша субтильного телосложения. Он еще девственник, с девушками даже не целовался, не говоря о всем прочем, его “сексуальный опыт” ограничивается мастурбацией.

Онанист-заика рассказывает, как его ограбили:

- Ну я проснулся, п-подрочил, п-потом оделся, п-подрочил, п-пошел умылся, п-подрочил, п-потом п-пошел готовить себе завтрак, п-подрочил, вдруг услышал - з-

звонят в дверь, п-подрочил, п-пошел открывать, п-подрочил, п-перед дверью п-подрочил, открыл, на п-пороге д-два амбала, дали мне по голове, а п-потом я уже не п-помню, п-подрочил я или нет.

Анекдот

Ко мне Альберта привела мать - она вообще до сих пор водит его по жизни за ручку и, надо полагать, в будущем поведет обожаемого сыночка и на супружеское ложе, а потом будет стоять рядом или подглядывать и, как в известном анекдоте, думать о его партнерше: “Ну как она лежит! Мальчику же неудобно!” Маман Альберта прочла мою энциклопедию о сексе, сама поставила диагноз сыну: “задержка психосексуального развития” (отставание либидо от возрастных норм) и учла мои рекомендации, что в этом случае необходима помощь сексопатолога.

Не все дурачки - Иванушки...

Д.Е.

Бедный парень привык слушаться свою грозную маман и боялся ее до нервной дрожи, но меня поначалу он боялся еще больше. Потом освоился, осмелел и поведал о своей тайне.

Отец Альберта умер семь лет назад, а мать превратила кабинет покойного мужа почти в мавзолей. Комната не запиралась, но входить туда не позволялось. Тем не менее, будучи тринадцатилетним подростком, Альберт в отсутствие матери любопытствовал. К своему удивлению и большой радости он обнаружил на стеллаже спрятанные за книгами видеокассеты с порнофильмами 70-х - 80-х годов. В кабинете покойного отца стояли телевизор и видеомagnитoфон, и Альберт без промедления приступил к ознакомлению с порновидеотекой.

Больше всего мальчика поразило, что его чопорный, серьезный отец смотрел “такое”! Все вечера папаша проводил в своем кабинете, а супруга с сыном ходили на цыпочках - папа работает! Никому не позволялось беспокоить его, а он, оказывается, развлекался созерцанием

“Глубокой глотки” и прочей порнопродукции!

Порнография - это когда думаешь, что знаешь все, а тут вдруг такое!

Д.Е.

“Если ему можно, то и мне тоже”, - решил подросток. Общаться со сверстниками мать ему не разрешала, да он и сам из-за своей робости не смел ухаживать за девочками, все свободное от школьных занятий время проводил дома и, пока мать была на работе, десятки раз смотрел фильмы из доставшейся ему в наследство порновидеотеки.

В подпольной студии идет съемка порнофильма. Звук пишется одновременно со съемками. Актер и актриса в лежат на кровати, он совершает поступательные движения. Быстрее, быстрее... Актриса в такт стонет.

Камера берет лицо актера крупным планом, он поднимает глаза на камеру, замирает. На его лице проступает совсем уж несексуальное напряжение:

- Е-мое! Текст забыл!

Анекдот

Не трудно догадаться, что неискушенный в науке любви Альберт воображал себя настоящим жеребцом. Один из его любимых сценариев, который он мысленно представлял во время мастурбации, - участие в порносъемках.

Альберт фантазировал, что подобно легендарному порноактеру Джону Холмсу, чей огромный пенис (около тридцати трех сантиметров!) навсегда остался в истории порнокино, он поимел 3000 девушек, что богачи всего мира жаждут заплатить ему, чтобы он переспал с их женами или мужьями. Или с обоими.

Самое сильное воображение у онанистов.

Д.Е.

Стоило Альберту представить себя героем первого в мире порносериала Johnny Wadd, как у него даже без приложения рук возникала эрекция. Иногда парень мастурбировал и

довольно быстро достигал пика, иногда растягивал удовольствие, не прикасаясь руками к своему пенису, закрыв глаза и представляя, как занимается сексом на экране с партнершами Джона Холмса порнозвездами Мерилин Чемберс, Джинджер Линн или Чиччолиной - то по очереди, то со всеми тремя сразу.

- Прошу руки вашей дочери!

- У вас что, своей руки нет?

- Моя уже устала...

Анекдот

Не пробовавший секса в реальной жизни, Альберт смотрел десятки порнофильмов и оттуда черпал представления о плотской любви. А потому все его воображаемые партнерши однотипно восклицали: “Даст ист фантастиш!” Ну, а фантазер-”жеребец” весьма гордился тем, что “доставил даме удовольствие”, и она так высоко оценивает его как сексуального партнера.

Порноактер трудится не покладая... сами догадайтесь чего.

Д.Е.

Еще один любимый сценарий Альберта - “голубое” порно. В качестве партнера выступал бывший одноклассник, накачанный верзила, третировавший тщедушного, неспортивного Алика в школьные годы. В своей фантазии Альберт отыгрывался за все - имел ненавистного обидчика во все естественные отверстия, занимался с ним анальным сексом в присутствии одноклассников, а потом произносил фразу своего кумира Джона Холмса: “Засовывать член в мужчину так же приятно, как в женщину”, - и эякулировал.

Фантазирование доставляло Альберту громадное удовольствие. И вечером в постели, и утром при пробуждении он представлял себе один из излюбленных сюжетов. Женщина, по его мнению, не нужна, юноше было вполне достаточно жить в воображаемом мире, и если бы маман не беспокоилась, то он и дальше продолжал бы представлять себя знаменитым

порноактером, удовлетворяясь собственноручно.

- Почему ты не покупаешь эротические журналы?

- Пробовал, но тогда на личную жизнь сил не остается...

Анекдот

Фантазии-эксперименты позволяют “попробовать” необычные для данного человека формы сексуальной активности, например, с кровными родственниками, животными или даже насекомыми. Последнее упоминается в профессиональной литературе по сексологии, но лично мне не доводилось слышать от своих пациентов о фантазиях на тему секса с мухой или тараканом. А хотя... На вкус и цвет, как известно... Правда, у меня есть большие сомнения относительно душевного здоровья людей, желающих поинтимничать с насекомыми.

- Ты когда-нибудь нюхал яйца моли?

- А как же засунуть голову между ее ножек?

Анекдот

Для одних людей привлекательна сладость запретного плода (пусть и мысленная), другим хочется постичь что-то новое, неизведанное или уникальное. По этим причинам фантазии экспериментирования частенько используются, когда партнеры уже изрядно поднадоели друг другу, когда сценарий супружеского секса до боли знаком и уже набил оскомину. Воображаемая сценка собственной постановки позволяет забыть, что дело происходит на опостылевшем супружеском ложе, и дает возможность преодолеть скуку во время “интима”.

Обычно фантазером-экспериментатором является мужчина, но иногда фантазируют оба партнера: он о своем, она - о своем.

Вот было бы забавно, если бы оказалось, что и он, и она в постели мечтают об одном и том же...

Д.Е.

К примеру, мужчина воображает, будто занимается сексом на Красной площади, но и его

партнерша в тот же самый момент мысленно распласталась нагишом на брусчатке исторической достопримечательности столицы. “Вот бы встретиться нам, вот бы встретиться”, - как пел Влад Сташевский.

Кстати, случаи “встречи” эротических фантазий обоих партнеров отнюдь не такая уж и редкость, как может показаться на первый взгляд. Об одном случае я расскажу вам далее.

Моя мысль целует вашу!

Д.Е.

ЗАМЕНА ПАРТНЕРА ПО СЕКСУАЛЬНОМУ СПАРРИНГУ

На супружеском ложе: жена хочет по-другому, а муж - другую.

Д.Е.

Сценки на тему секса с другой партнершей (партнером) - один из наиболее распространенных типов сексуальных фантазий. Обычно эту роль исполняет человек, кажущийся желанным, например, коллега, соседка, родственница или приятельница жены (герл-френд). Партнером по сексу может быть и воображаемый идеал.

Бывает, что фантазирующий представляет себе “интим” с бывшей любовницей или женой, но в его мечтах партнерша ведет себя не так, как это было когда-то, а так, как ему хочется.

Мой пациент Анатолий женат второй раз, о чем очень сожалеет. Свою первую жену Любу он считает стервой - нервы она ему потрепала изрядно. Зато есть что вспомнить.

“На память о ней мне остались лишь сексуальные воспоминания...”

Д.Е.

Стерва вообще очень привлекательный типаж для сильной половины человечества. Такие женщины очень эмоциональны и обладают талантом вызывать страсть и постоянное чувство эмоционального напряжения. Стерва постоянно провоцирует мужчину и умеет держать его в тонусе, чтобы он не стал аморфным существом. Это натуры артистичные - в жизни они

постоянно играют какую-то роль, сами не сознавая того, что играют, для них это и есть жизнь. Стерву можно ненавидеть, но не презирать.

Именно такой и была Люба. Из любого пустяка она устраивала шоу - и на публике, и когда они были наедине. Ежевечерний спектакль Анатолий имел возможность лицезреть и в постели. Он и любил, и ненавидел Любу. Но будучи женат на ней, иной судьбы себе не желал.

Двух вещей хочет мужчина: опасности и хорошей игры. Поэтому и любим мы женщин, поскольку это самая опасная игра.

Ницше

Согласно законам жанра, Любана ему изменила, а будучи уличенной в прелюбодеянии, закатила сцену и перевела стрелки на мужа - мол, тот в постели пустое место, она спит будто с анестезиологом, потому что ничего ни чувствует... Ну и прочее в том же духе. Анатолий оскорбился, встал в позу. В общем, они побили горшки.

Первый развод не забывается.

Д.Е.

Спустя несколько месяцев Люба уже была замужем за очередным простофилей. Анатолий тоже решил не отставать и женился на своей коллеге Вике, тихой и покладистой женщине.

Выбрав полный антипод бывшей жены, первое время он полагал, что обрел настоящий семейный оазис. Ему даже не верилось, что в доме может быть так тихо.

Но безропотная Вика, чье призвание - быть домохозяйкой, оказалась невероятно скучной. Она сразу же забеременела, а Анатолий, глядя на спящую по дому жену, с тоской думал: “Неужели это безликое существо будет здесь до конца моей жизни?..” Но ведь не выгонишь беременную женщину... Спустя положенные 9 месяцев Анатолий стал отцом двойняшек (с Любой у них детей не было), потом оказалось, что он очень любит своих детей. В общем, мужик попал...

Супружеское ложе он считал прокрустовым.

Д.Е.

Беда еще и в том, что после декретного отпуска Вика вернулась на прежнюю работу, то есть в ту же организацию, где трудился Анатолий.

Завести любовницу он и не помышлял - характер не тот. Был бы покруче - не попался бы в сачок к стерве. К тому же, после того, как экс-супруга перифразировала известный анекдот про анестезиолога, у Анатолия, как и многих не уверенных в себе мужчин, возникли большие сомнения в собственной сексуальной состоятельности. На жену-то пороку хватало, а как будет с другой?.. Вдруг он опростоволосится, и разочарованная партнерша припомнит еще один бородатый анекдот в тему?! Вот и пришлось ему ограничить свое сексуальное поле супружеским ложем.

- До свадьбы мой муж говорил, что занимается любовью как королевский орел. Оказалось, эта чертова птица спаривается раз в три года!

Анекдот

Жена, понятное дело, эротических чувств не вызывала, что не удивительно, - по мнению Анатолия, она типичная “домашняя машина”, запрограммированная не на плотские утехы, а на то, чтобы жарить-парить-стирать-гладить и быть придатком ко всевозможным кухонным агрегатам.

Единственная отдушина Анатолия - фантазии о бывшей супруге, главной идеей которых было “укрощение строптивой”. В воображении обманутого мужа Люба вначале демонстрировала ему всю богатую палитру своей стервозности, так, что от ее утрированных эмоций искрило, как при прикосновении к оголенному электрическому проводу, а потом Анатолий брал реванш и укрощал строптивую. Из шипящей тигрицы Люба превращалась в ласковую кошечку, устраивала бывшему мужу фантастическую эротическую прелюдию, а потом демонстрировала бешеный темперамент.

- Прибил к дверям подкову, после чего женился, думая, что все будет в кайф, а жена оказалась такой стервозой! Что делать?

- Попробуйте с женой сделать то же, что и с подковой.

Анекдот

Довольно частый сюжет замены партнера - секс со знаменитостью. На эту тему фантазируют и мужчины, и женщины. Воображаемый партнер выбирается из общедоступного реестра известных людей: кино-, теле- и шоу-звезд, театральных актеров, режиссеров, спортсменов, музыкантов, художников, писателей и политиков. Объектом фантазий может быть всеми признанный секс-символ или известный человек, к которому фантазирующий питает особые симпатии, руководствуясь собственными критериями выбора.

- Если бы тебе предложили выбирать между твоей женой и кинозвездой, то кого из кинозвезд ты бы выбрал?

Анекдот

Мужчины предпочитают фантазии с участием сексапильных звезд, выбирая фигуристых актрис (певиц, телеведущих, спортивных комментаторов, журналисток) с привлекательной внешностью, а у женщин свои критерии сексапильности. Мы обращаем внимание прежде всего на личностные качества: ум, галантность, порядочность, силу характера. Так вот, одним из героев женских эротических фантазий, как это ни покажется удивительным, в настоящее время является Владимир Путин. И вовсе не потому, что он Президент, а потому что производит впечатление человека, обладающего вышеотмеченными достоинствами, и многие россиянки считают его сексапильным. Сама по себе власть не сексуальна. Вряд ли кто-то фантазирует на тему любовной игры с Шандыбиным, Селезневым или Касьяновым. А вот с Биллом Клинтоном очень многие дамы не отказались бы поинтимничать и даже запачкать платье тем, чем запачкала свое платье Моника Левински.

Билл Клинтон - плохой начальник. Хороший начальник никогда не затыкает

подчиненным рот.

Анекдот

Выбор женщиной объекта для сексуальных фантазий порой бывает неожиданным. К примеру, одно время многие мои пациентки тихо млели и, соответственно, грезили наедине с собой, о таких смазливых юношах, как Влад Сташевский и Дмитрий Певцов. В отношении второго еще куда ни шло, но первый... Я убеждала своих пациенток, что лысая мужская грудь - свидетельство слабой половой конституции, да и вообще здесь вариант, когда джентльмен предпочитает джентльменов, но тщетно. Просто-таки повальное было увлечение среди слабого пола - на расстоянии, разумеется. Потом Сташевский сменил ориентацию, женился, бросил Айзеншписа и куда-то делся, а Певцов хронически женат, что лишает его львиной доли привлекательности для прекрасного пола. Теперь лидер по эротическим фантазиям - телеведущий Дмитрий Нагиев.

Есть и другие звезды кино и шоу-бизнеса - и отечественные, и импортные, - которые помогают людям скрашивать серые будни, безотказно навещая любого человека по его желанию и выполняя все его прихоти.

Если бы знали знаменитости, в скольких постелях они побывали и что творят с ними фантазеры!

Разумеется, не все известные личности удостоиваются чести быть приглашенными в постель к фантазеру, чтобы заменить опостылевшую ему партнершу (партнера).

Ему свойственно постоянство в привычках - вот уже двадцать лет он жалуется на сексуальную скуку.

Д.Е.

К примеру, вряд ли сыщется мужчина, желающий пофантазировать о сексе с Ириной Хакамадой или вице-спикером Слизкой.

Почему люди меняют партнера на воображаемого? Ответ лежит на поверхности: потому

что воображаемый партнер привлекательнее реального.

Женщины говорят, что хотят иметь рядом порядочного мужчину, но втайне мечтают о непорядочном.

Д.Е.

К примеру, супруги давно женаты, интимная близость стала рутинной. И отказаться от нее вроде бы нельзя: все ж супружеский секс - это профилактика пробежек налево, он нужен для здоровья и укрепления семьи. А потому муж и жена без особого пыла исполняют супружеский долг. Для того, чтобы завестись и поддерживать определенный уровень возбуждения, он (или она, или оба) представляют на месте своей "половины" другого человека.

Супруги, женатые 10 лет, в постели пытаются заняться сексом. Движения, приемчики - привычные.

Все как всегда.

Эмоций - ноль целых ноль десятых - ни кайфа, ни азарта. Так проходит какое-то время. Наконец жена, так и не заведясь, говорит измученно:

- Ну что, тоже не можешь никого вспомнить?

Анекдот

МЫСЛЕННО ИЗМЕНЯЮ, НО РЕАЛЬНО - НИКОГДА!

Неоднократно был верен.

Д.Е.

Некоторые люди чувствуют себя неуютно, если фантазии на тему замены партнера посещают их во время секса с постоянным партнером.

Дело в том, что многие считают подобные фантазии проявлением неверности - мол, от мысленной измены до фактической всего один шаг. И поэтому фантазирующий испытывает

чувство вины.

Мысленно верен.

Д.Е.

На самом же деле нет никаких оснований казнить и считать себя согрешившим.

Знайте:

Фантазии с заменой реального партнера вымышленным настолько частое явление, что, вполне возможно, и на вашем месте представляют кого-то другого.

Расскажу один курьезный случай.

Ко мне обратилась женщина, назовем ее Светланой. Ее беспокоило содержание собственных эротических фантазий. Замужем она около семи лет, брак благополучен, мужа Светлана любит и о другом мужчине даже не помышляет. Но во время секса она представляет себя в объятиях разных мужчин. Воображаемые партнеры каждый раз меняются, но ни один из них даже отдаленно не похож на ее супруга Олега. “Наверное, я уже разлюбила мужа, но сама этого еще не осознаю”, - предположила она, и это “открытие” ее удручало.

Безразличие хуже, чем измена.

Д.Е.

Двоюродная сестра Светланы Элла, тоже замужняя дама, изменяет своему супругу направо и налево. Вот и Светлана решила, что ее неверность не за горами. “Пока я изменяю Олегу мысленно, а потом это, по всей видимости, призовет реально”, - заранее кручинилась она.

- Твой муж умнейший человек. Я полагаю, он знает все.

- Не говори глупости! Он ни о чем не подозревает!

Анекдот

Верная жена Светлана пыталась произвольно изменить состав действующих лиц в

воображаемой мизансцене и внедрить туда своего благоверного, но его образ упорно не желал там приживаться: муж - вот он, реальный, сопит и дышит, издает привычные звуки, произносит привычные слова, совершает все положенные действия по привычному сценарию, и Светлане никак не удавалось представить его в одной из красивых сцен, которые она обычно разыгрывала в своем воображении.

Что для мужчины предпочтительнее: чтобы партнерша спала с ним, фантазируя о сексе с незнакомцем, или чтобы она спала с незнакомцем, грезя о сексе с ним, своим постоянным партнером?..

Д.Е.

Светлана решила отказаться от эротического фантазирования и даже в мыслях хранить верность мужу. Но без воображаемых сексуальных сцен ей не удавалось возбудиться. Супруг сразу отметил, что жена стала вести себя пассивно, и выказал неудовольствие.

Расстроенная Светлана пришла проконсультироваться, как ей быть и чем грозит их с Олегом благополучному браку ее “мысленная измена”.

Если жена говорит мужу, что ей не нужен никто другой, значит, она будет изменять только мужу.

Д.Е.

Когда мы проанализировали эротические фантазии Светланы, оказалось, что они навеяны красочными рассказами ее кузины.

Элла - дама яркая, эмоциональная, прирожденная актриса, и в ее изложении любовные похождения выглядели не банальной интрижкой, а страстным романом со всеми положенными атрибутами: любовь и ревность, полет души и праздник плоти, надрыв и экстаз, в общем, чувства в клочья. Эллины любовники, само собой, наделялись выдающимися качествами - и личностными, и постельными, - и на взгляд неискушенной Светланы, первым и единственным мужчиной которой был Олег, были весьма

привлекательны.

Наслушавшись повествований Эллы, верная жена загрустила: вон как интересно живут люди, а она...

Муж был молодой - рожки только пробивались.

NN

О том, чтобы повторить опыт кузины, Светлана и не помышляла - она дорожит мужем и знает, что измены он ей не простит. Из Эллиного опыта Светлана позаимствовала лишь образы ее любовников, додумав детали и придав своим мифическим партнерам черты, которые ей нравились.

Днем это супружеская пара, а ночью - тройка.

Д.Е.

Никакой крамолы в эротическом фантазировании, в том числе, и на тему замены партнера, нет, и я успокоила свою пациентку, что о “мысленной измене” речь не идет.

Миллионы женщин представляют в своей постели кого угодно, вплоть до самого Господа Бога (да, да! - бывают даже такие фантазии), однако это не означает, что они готовы претворить свои мечты в жизнь.

Интимная жизнь этой пары разладилась: Светлана мучилась виной и стала избегать секса, а Олег сердился и упрекал ее, - оба были не удовлетворены тем, что происходит в их спальне, в общем, налицо сексуальная дисгармония.

Вернулся муж после долгой разлуки. В первый же вечер жена говорит ему:

- Дорогой, я так устала... Давай сегодня не будем.

На другой вечер:

- Дорогой, у меня так болит голова... Давай отложим.

Третий вечер. Муж:

- Ну, в конце концов...

- Слушай, ты уже в третий раз меня домогаешься! Да ты просто сексуальный маньяк!

Анекдот

Если хотя бы одного из партнеров не удовлетворяют интимные отношения, врач лечит пару. В сексопатологии существует так называемая концепция партнерства, согласно которой мужчина и женщина, сексуальные партнеры, расцениваются как один пациент. Не суть важно, у кого из них проблемы (кстати, нередко бывает, что проблема одного из партнеров, лежащая на поверхности, вызвана неправильной тактикой второго партнера), врач-сексопатолог работает с обоими.

На приеме у сексопатолога мужчина жалуется на сексуальную апатию. Врач говорит, что в этом деле нужно разнообразие, и советует ему отправиться домой и сразу же поставить жену в экзотическую позу. Через неделю раздается звонок того мужчины.

- Ну как, вам понравилось? - спрашивает сексопатолог.

- Мне - нет. Зато компания, с которой моя жена играла в бридж, неплохо повеселилась.

Анекдот

Оказалось, что супруг Светланы, желая усилить возбуждение, в своих эротических фантазиях представлял - кого бы вы думали? Догадались? Именно так - его воображаемой партнершей в супружеской постели была двоюродная сестра жены Элла.

Семь с половиной лет назад Олег был приглашен на день рождения сокурсника, где познакомился с обеими кузинами. Бойкая Элла вскоре оказалась в его постели, но с такой же легкостью выпорхнула из нее, сменив объект внимания. Впоследствии она переспала со всеми парнями своего окружения, затем вышла замуж, родила дочку и некоторое время вела себя примерной женой.

Но, как говорит моя подруга, ставшая прототипом бедовой Аллы, “казановы в юбке”,

героини моих детективных романов, и тоже далеко не праведница, перифразировав известную пословицу: “Горбатую б... лишь могилой исправлять”.

“Вот это женщина! Неделию трусы не надевал!”

Д.Е.

Олег не сильно переживал, что легкомысленная Элла недолго одаривала его своими прелестями. Смолоду он человек серьезный и хотел видеть рядом с собой спутницу жизни себе под стать. Элла имела репутацию шлюхи, которую честно заслужила и постоянно подтверждала, так что никаких видов на нее Олег не имел. По крайней мере, в аспекте бракосочетания.

Она была женщиной сомнительного поведения, а он - сомневающимся.

Д.Е.

Как известно, с одними женщинами мужчины спят, а на других женятся. Олег женился на восемнадцатилетней скромнице Светлане, к его безмерному удивлению оказавшейся девственницей. Разгульный образ жизни кузины ничуть на нее не повлиял. Элла старше всего на 2 года, но уже успела пройти огни, воды и медные трубы, а Светлана в аспекте интимных отношений не прошла даже программы начальной школы. Стать первопроходцем - почетно для мужчины, но порой обременительно.

По статистике женщин больше, чем мужчин. Почему же не каждому досталась хотя бы одна девственница?..

Д.Е.

Хорошая мать и верная спутница жизни, в постели Светлана была невероятно скучна. Ее сексуальный багаж включал лишь то, что они освоили вдвоем с супругом. Но и Олег не мог похвастаться богатым сексуальным опытом. Рутину своей интимной жизни оба супруга скрашивали эротическими фантазиями.

Светлана частенько рассказывала Олегу о похождениях любвеобильной кузины, к тому

же, Элла выглядит весьма пикантно, превратившись из вульгарной девицы легкого поведения в сексапильную дамочку, на лбу которой аршинными буквами горит видимая лишь мужчинам надпись: “Секс - мое хобби!”.

Ничего удивительного, что в постели вместо жены Олег представлял Эллу. Он бы не прочь возобновить отношения с кузиной жены, но побаивался, что не сможет соответствовать ее сексуальному аппетиту.

Однажды на семейном торжестве тормоза у подвыпившего Олега отказали, и он попытался прижать Эллу в углу, но заработал пинок между ног и гневную отповедь: “Не надейся, что если тебе обломилось разок, то обломится снова. Тогда ты был вольным казаком, а сейчас женат на моей двоюродной сестре”.

Немолодая супружеская пара лежит в постели. Жена:

- Дорогой, а ты мне изменял?

- Только один раз, милая.

- Эх... Сейчас бы нам этот раз пригодился...

Анекдот

Отпор экс-любовницы охладил пыл Олега, а протрезвев, он убедил себя, что связываться с Эллой не стоит. Но ведь мечтать себе не запретишь! Вот и Олег, обнимая худенькую жену, представлял на ее месте пышногрудую Эллу, - та не только обладала соблазнительными формами, но и была большой умелицей в постели.

А Светлана в своем воображении рисовала образы мужчин, прототипом которых явились любовники кузины. Поскольку одним из них некогда был Олег, получалось, что замененными партнерами в фантазиях супругов была реальная пара - Элла и Олег.

Совет женам: если в постели муж назвал вас чужим именем - откликайтесь, не пожалеете!

NN

Нет никакой трагедии в том, что ваша партнерша (партнер) представляет на вашем месте другого человека. Еще раз повторю:

Мысленно меняют постоянного партнера на другое лицо очень многие люди, и зачастую таких фантазии возникают одновременно у обоих партнеров.

Таких случаев очень и очень много, так что нет никаких оснований скрипеть зубами от ревности.

Не стоит и устраивать жене или подруге пристрастный допрос на тему: “Кого ты представляешь рядом с собой, когда занимаешься сексом со мной?”

Правдивого ответа вы все равно не получите. Скорее всего, в ответ будет невинное хлопанье глазами и полное непонимание, с какой стати вы пристаёте с такими глупостями. Или же вам с готовностью будет выдан ответ: “Тебя, конечно!”

Ад. Перед сатаной стоят три женщины.

Он спрашивает первую:

- Сколько раз ты изменяла мужу?

- Двадцать пять...

- В котел! - велит он чертям. - А ты сколько раз? - спрашивает у второй.

- Ну, двадцать...

- И эту в котел! А ты сколько? - обращается он к третьей.

- Я всего два раза...

- Черти, догоните до двадцати - и в котел!

Анекдот

Могу поспорить на что угодно - ни одна женщина не признается в том, что грезит о другом мужчине, когда постоянный партнер задаст ей прямой вопрос. Она может в сердцах, во время бурной ссоры, сама об этом сказать, чтобы побольнее уесть, - мол, ты меня совсем не возбуждаешь, вот и приходится призывать на помощь образ мужика посексапильнее, - но в

обычной беседе, не желая портить отношения, уклонится от ответа или соврет. Оно вам надо?

Так что успокойтесь и не отягощайте свой интеллект ненужными проблемами.

Жил-был у бабушки серенький козлик... А вот рога были у дедушки...

NN

Кроме того, не факт, что именно ваша жена (любовница) в своих мечтах заменяет вас на кого-то другого. Это всего лишь одна из довольно распространенных фантазий, а тематика эротического фантазирования весьма разнообразна.

Быть может, у вашей подруги другой сценарий сексуальных грез, а возможно, она относится к людям, которые вообще не фантазируют на сексуальные темы и не имеют тайных желаний, - таких людей тоже немало.

Частенько на вопрос: “Чего бы вам хотелось во время интимной близости?” - мои пациентки отвечают: “Не знаю...” Это и в самом деле так. Многие женщины понятия не имеют о собственной сексуальности, о своих предпочтениях, потому что ничего не пробовали, кроме “сексуальной азбуки”.

“Намек поняла. Приду без трусов.”

Д.Е.

САДО БЕЗ МАЗЫ

Свадьба садиста и мазохистки. Брачная ночь. Она срывает с себя одежду и кричит:

- Возьми меня! Грубо!

Он сидит, сложив руки на груди и невозмутимо отвечает:

- Не возьму.

Анекдот

Существуют так называемые фантазии о подчинении, в основе которых лежит элемент силы.

Сила может выражаться в принуждении, командовании - для вовлечения другого человека в сексуальные отношения.

Например, фантазирующий представляет себя римским патрицием, рабовладельцем, главой государства, монархом, а все остальные действующие лица фантазии подчиняются его приказам.

Для принуждения кого-либо к сексу с использованием не физической силы, а своего особого положения, автор фантазии может принять на себя роль тюремного надзирателя, босса или шантажиста. Физическая сила фигурирует в фантазиях на садомазохистские темы.

“По моему видеомэгнитофону транслируют слишком много насилия и секса!”

Д.Е.

Садизм - это не только причинение боли другому человеку. В более широком понимании садизм заключается в том, что сексуальное наслаждение возникает в ситуации, связанной с доминированием и безусловным пожатинением партнера. Это - потребность полного господства над другим чеовеком, овладения им и подчинения его в такой значительной степени, что ему можно причинять даже боль и унижения.

- Ну и какая же ты Марья Искусница? - спросил наутро в кровати Иван Царевич. - Ничегошеньки не умеешь. Нет прозвище, а туфта.

- Не веришь? - обозлилась Марья Искусница и искусала его до смерти.

Анекдот

Господство над человеком как особая форма связи с ним, создает чувство удовлетворения, причем формы господства могут быть как в социальном, так и в индивидуальном плане выгодным для подчиненного.

Существуют самые разнообразные формы садизма: от мягкой, контролируемой игры с послушным партнером до агрессивного поведения, включающего насильственные действия, попытки изнасилования и даже убийство, причем максимальное возбуждение достигается

при виде агонии жертвы.

Некросадист: “Все люди делятся на две части, а еще лучше на несколько частей”.

Д.Е.

Расскажу об одном из случаев фантазирования на тему садомазохизма.

Николай, мой пациент, в обычной жизни довольно мягкий человек, верный муж и отец двоих детей. Его жена Ольга - высокая, худощавая женщина, немного выше мужа, а на каблуках - тем более. У нее пышные рыжеватые волосы до плеч, которыми она очень гордится.

Любимая фантазия Николая навеяна фильмом “Ночной портье”. Однажды он представил себе, что будет, если обрить супругу наголо, потом мысленно “уменьшил” ее рост сантиметров на двадцать, придал ее обычно серьезно-озабоченному лицу выражение растерянности и покорности, а глазам - взгляд “кролика на удава”.

Этот образ ему очень понравился, и Николай пошел дальше - “одел” жену в полосатую робу, которые носили узники концлагерей, а себя - в эсэсовскую форму. Подкорректировав свой образ, он “приобрел” десяток лишних сантиметров роста, широкие плечи, безупречную военную выправку, тяжелый волевой подбородок и холодный, безжалостный взгляд.

Припомнив сексуальные утехы героев фильма “Ночной портье”, Николай мысленно воспроизвел их, сделав участниками себя и свою жену, но его сюжет был еще более красочным.

В тот же вечер, принимая душ, он опять представил радующую его душу картину - лысую супругу в арестансткой робе. Теперь он хлестал лежащую ничком Ольгу то плеткой, то стеком, а та лишь вздрагивала от его ударов, закрывала лицо руками и тоненько скулила, умоляя о пощаде. Потом Николай сдирал с нее полосатую робу и лупцевал по обнаженным плечам, шее, груди, а на ее коже проступали багровые следы от ударов.

Девиз садистов: “Кого хочу, того и мучаю!”

Д.Е.

Он рассказывал мне, что видел сцену очень отчетливо. Иногда ему даже казалось, что все это произошло наяву.

Эта фантазия сильно возбуждала его, и впоследствии каждый раз, когда требовалось отдать супружеский долг, Николай представлял жену в образе узницы концлагеря, обритой наголо, а себя - эсэсовским офицером, жестоко избивающим, а потом насилующим несчастную.

“Вроде бы я нормальный мужик, не садист, никто не считает меня жестоким, - говорил Николай, обеспокоенный собственными фантазиями. - Никогда в жизни не поднимал руку ни на женщину, ни на детей. Почему же в мечтах я избиваю жену до крови?! Ольга, конечно, клуша и зануда, но не заслуживает того, чтобы ее так мордовать. Неужели я когда-нибудь осмелюсь ее ударить? Нет, мне этого совсем не хочется - она мать моих детей. Эти фантазии я вызываю произвольно и пробовал так же произвольно отказаться от них. Но тогда у меня не получается хорошо возбудиться”.

Еще один девиз садистов: “Каждой женщине по морде!”.

Д.Е.

Когда я объяснила, что это всего лишь фантазия экспериментирования - то есть, мысленное представление каких-либо действий, которые в реальности человек считает для себя неприемлемым, Николай успокоился.

Другой мой пациент представлял сценки времен средневековой инквизиции, а себя - в качестве представителя судебно-следственного органа католической церкви, борющегося с еретиками и ведьмами. К нему на допрос приводили женщин, обвиняемых в колдовстве, а он подвергал их жестоким пыткам в духе “Легенды об Уленшпигеле” Шарля де Костера и “Жюльетты” Маркиза де Сада.

В секс-шопе продавец объясняет:

- Это отдел для садомазохистов. Здесь есть кнуты, плетки, ошейники с шипами, сжимающие браслеты... А это наш эксклюзив: видеокассета с записями игр сборной России со сборными Туниса, Японии и Бельгии на последнем чемпионате мира по футболу.

Анекдот

Если некоторые эротические фантазии вызывают вашу обеспокоенность, проанализируйте, хочется ли вам воплотить их в жизнь, или достаточно быть сторонним наблюдателем, и это помогает вам быстрее и сильнее возбудиться.

Если имеет место второй вариант, - ничего страшного нет, какие бы разнузданные или жестокие фантазии вас ни посещали.

А вот если вы в принципе не прочь реализовать свои фантазии, но по нравственным или иным соображениям считаете это недопустимым, - пожалуй, вам потребуется помощь профессионала. Причины могут крыться в вашем подсознании. А уж если без этих “крамольных” фантазий вы не можете возбудиться, консультация специалиста тем более необходима.

Жаждают крови не только садисты, но и блохи.

Д.Е.

РАБ ИЛИ ГОСПОДИН?

Хочешь, чтобы тебе подчинялись - начни с себя.

Д.Е.

Фантазии насилия (принуждения) противоположны фантазиям покорности (подчинения) - то есть, желание оказаться подчиненным, слабым или соблазненным.

В этом случае фантазирующий представляет себя в виде жертвы, которой командуют, помыкают ею или совращают. Ключевой момент - невозможность оказать сопротивление из-

за страха, установки на покорность судьбе, слепое послушание, по причине острой нужды в деньгах или же из стремления спасти другого человека, пожертвовать собой ради чьего-то блага.

Человек с богатым воображением может придумать бесчисленное множество разнообразных вариантов аранжировки такой интерлюдии.

Молодой человек приходит в грузинский ресторан. Подбегает официант.

- Чего угодно?

- Мне чего-нибудь остренького и национального.

- Кынжал в жопа хочэш?

Анекдот

Разновидностью фантазии “насилие - подчинение” является тема “доминирование - унижение”. Здесь сила используется не только для того, чтобы вовлечь в сексуальные отношения другого человека, жертва, ко всему прочему, должна быть унижена.

Однажды Маша, жена моего пациента Александра, в очередной раз затянула старую песню на тему: “Где деньги, Сань?” - а он пытался увильнуть от будущей ссоры, закрыв глаза и призывая на помощь всю свою выдержку. А для того, чтобы обрести моральные силы, представил супругу с выражением страха и одновременно рабской преданности в глазах. Воображаемая Маша стояла на коленях, обнимая его ноги и подняв к нему умоляющее лицо, а он пинком отшвырнул ее, и она упала на спину, глядя на него с затравленным выражением. В этот момент Александр ощутил желание, а организм ответил соответствующей физиологической реакцией. Не слушая жену, Александр опрокинул ее на спину (супруги находились в спальне) и впервые за все годы брака вел себя как мачо.

“Гражданку Иванову я не насиловал! Просто перепутал ее со своей женой”.

Д.Е.

Маше мачизм супруга пришелся поперек нрава. Она настроилась с чувством

поскандалить, а не заниматься любовью. Да к тому же, муж вел себя так, что явно не признавал своей вины и не собирался обещать исправиться. Едва все закончилось, разгневанная Маша вскочила и переключилась на новую тему: “Ты вел себя как скот!”

Александр особой вины за собой не чувствовал - ну подумаешь, завалил жену и овладел, не спросив предварительно ее согласия. Да честно говоря, ему уже надоело уламывать несговорчивую супругу и получать весьма убогие плотские радости как подачку.

Один садист хвастается другому:

- А я парю баскетболистку!

- И как вы с ней?

- Я надеваю ей кастрюлю на голову и за ручки подтягиваюсь. И как только вижу, что глаза у нее мутнеют, так ручки отпускаю! Только тут самое главное - успеть после этого смыться!

Анекдот

Пока благоверная распиналась на тему его скотского поведения, Александр, чтобы не слушать ее, снова представил Машу ползающей на коленях и целующей его ноги. Воображаемая сценка так ему понравилась, что на вопли жены Александр уже не обращал внимания. Правда, на этот раз эрекции у него не было, что не удивительно - прошло всего-ничего времени с момента эякуляции, а рефрактерная пауза у Александра составляет несколько часов.

В постели после бурного секса.

- Милый, войди в меня снова!

- Погоди... Я еще и в себя-то не пришел...

Анекдот

С тех пор он частенько прибегал к фантазированию на тему “униженная и оскорбленная”. Обычно Александр предавался фантазиям будучи один - при этом у него возникала эрекция,

и он достигал разрядки с помощью мастурбации, а потому согладалаи ему были ни к чему.

Хороша Маша, да хорошего понемножку...

Д.Е.

Супружеский секс сошел на нет. После того случая, когда Александр почти силой овладел женой, та дулась почти месяц, ожидая, что муж, как обычно, первым пойдет на примирение и попросит прощения. А ему теперь было вполне достаточно своих воображаемых сцен унижения жены. Раньше он редко прибегал к мастурбации, теперь - почти ежедневно, иногда по несколько раз в день. При фантазировании возбуждение возникало значительно быстрее, было более выраженным, и оргазм наступал скорее.

“Кодирую от онанизма на один день. Спросить Риту”.

NN

В общем, Александр полностью перешел на самообслуживание. Жена, поняв, что он не намерен вымаливать у нее прощения, сама пошла на примирение, правда, пыталась попилить благоверного, но тот “делал морду кирпичом” и отрешался от реальности, представляя вместо ворчливой подруги жизни, терзавшей его упреками за “неумение жить”, униженное, забитое, покорное создание, ползающее у его ног.

Розги - полезная вещь, когда идет речь о взрослых людях и при взаимном согласии.

Д.Е.

Разумеется, Маше не нравилось, что муж совсем забыл дорогу на супружеское ложе. Александр воспользовался благоприятным случаем - раз жена пожелала ссориться по полной программе, он отселился в гостиную и спал на диване, - а после формального примирения не желал возвращаться в спальню, мотивировав тем, что там нет телевизора, а за этот месяц он, мол, уже привык смотреть вечерами спортивный канал. На самом деле ему было гораздо приятнее предаваться грезам наедине с собой, чем в присутствии лежащей рядом благоверной.

Одна пара много лет жила активной половой жизнью. Но вдруг у мужа случился сердечный приступ. Врач предупредил его, что если он хочет жить, то должен прекратить всяческие сексуальные контакты, иначе сердце не выдержит.

От греха подальше супруги решили спать в разных комнатах. Через месяц такой безрадостной жизни муж совсем затосковал и решил: “Будь что будет!”

Ночью он выходит из своей комнаты, идет по коридору и вдруг нос к носу сталкивается с женой.

Муж:

- Ты знаешь, дорогая, я сейчас шел, чтобы совершить суицид.

- А я - убийство.

Анекдот

После нескольких безуспешных попыток спровоцировать мужа на хороший скандал, Маша произнесла сакраментальное: “Импотент!” - и привела его ко мне.

Сексуальный дисфункций у Александра не оказалось, но налицо сексуальная апатия. Явление не фатальное и вполне преодолимое, если оба партнера желают изменить стереотип интимной жизни.

Маша, как водится у женщин, пыталась во всем обвинить мужа, но потом все же признала, что и сама не ангел во плоти.

Александр наедине со мной признался, что жена утратила для него сексуальную привлекательность, но все же согласился поэкспериментировать.

Обязанности делятся на две категории: приятные и супружеские.

Д.Е.

В итоге блудный муж был водворен в супружескую опочивальню, интимная жизнь этой пары нормализовалась. Александр не отказался от своих эротических фантазий, теперь у него уже с десятков разнообразных сценариев, и он произвольно “заказывает кино”, которое ему

хочется.

При хорошем воображении и женщина может заменить мастурбацию.

Д.Е.

Весьма популярны фантазии “победитель - побежденный” и “господство - унижение”, когда одного из партнеров принуждают к сексу в унижительных для него обстоятельствах. “Господин” может заковать “раба” в кандалы, надеть на него ошейник с шипами, отхлестать плеткой или заставить его ползать, пресмыкаться, участвовать в унижительных актах, облачаться в необычные или даже нелепые одеяния (например, в пеленки-распашонки, прозрачную одежду или садомазохистскую униформу).

Не пытай правду у мазохиста – ему это может понравиться.

Д.Е.

В таких случаях источником сексуального возбуждения обычно служит состояние унижения (если фантазирующий избрал роль “раба”) или господства над другим человеком (если автор фантазии играет роль “господина”).

Считай себя рабом - и станешь им.

Д.Е.

ПЕРВАЯ УЧИТЕЛЬНИЦА - ПЕРВАЯ ЖЕНЩИНА

- У своего сына я недавно нашел портрет обнаженной женщины.

- Во весь рост?

- Какой портрет во весь рост? Только лицо.

- А как вы узнали, что она обнаженная?

- По лицу.

- Портрета?

- Нет, сына.

Анекдот

Воображаемые образы могут быть навеяны детскими переживаниями.

Любимая фантазия моего пациента Виктора - секс с участием его школьной учительницы. О том, что мужчина и женщина делают ЭТО, а потом появляются дети, он узнал в третьем классе.

На глупые детские вопросы лучше всего отвечать вопросами, ставящими в тупик.

Например:

- Папа, а откуда берутся дети?**
- А почему, сынок, ты не интересуешься, откуда берутся взрослые? Или мы тебе по барабану?**

Анекдот

Его любимая учительница была замужем и имела двоих детей, а Витя никак не желал примириться с тем, что Зинаида Васильевна занимается с мужем тем же, что и другие.

Вовочка входит в спальню родителей и видит, что мама сидит на папе.

- Что это вы тут делаете?**
- Да это я папе массаж против толстого живота делаю.**
- Не поможет, соседка его каждую неделю снова надувает.**

Анекдот

Эта тема долго мучила мальчика. На уроках он напряженно вглядывался в лицо учительницы, пытаясь углядеть на них следы того, против чего его душа отчаянно протестовала. Потом Витя стал представлять себя на месте ее мужа и мечтал жениться на ней, когда вырастет.

Отец берет дневник сына и видит - там голая женщина нарисована.

- Это что такое?!!!**
- Это наша учительница.**

Анекдот

После четвертого класса у них уже были другие учителя, но Витя частенько забегал к любимой учительнице.

По своему психотипу он сенситивная личность, то есть, чрезмерно чувствительный, ранимый, пугливый, переживал по пустякам, с трудом находил общий язык с ровесниками, а потому искал защиты у взрослых. Такие дети обычно очень привязаны к своим родителям, няням, бабушкам, первой учительнице, да и к любому человеку, который с ними добр. Для сенситивных людей очень важно чье-то одобрение, психологическая поддержка.

Один приятель жалуется другому:

- Эх, не слушал я в детстве, что мне мама говорила...

- И что же она тебе говорила?

- Я же тебе сказал - я не слушал.

Анекдот

С юношеских лет Виктор посещал психотерапевта и с помощью разнообразных тренингов преодолел многие негативные черты характера.

Сейчас он солидный господин, отец семейства, и никто не узнал бы в нем пугливого мальчика, который плакал из-за любого замечания.

Образ любимой учительницы остался в его памяти светлым пятном, хотя он уже смутно помнит, как она выглядела (школьные фотографии не сохранились). В его фантазиях Зинаида Васильевна совсем молодая, с нежным, чистым лицом, мягкой улыбкой и лучистым взглядом.

Супруга Виктора - мужиковатая, с зычным голосом и фельфебельскими повадками, - полный антипод романтическому образу героини его грез.

- Я так люблю, когда муж рядом... Рядом, я сказала!

NN

Особого рвения на супружеском ложе Виктор не проявляет, что вызывало неудовольствие жены и явилось поводом для обращения к сексопатологу.

“Когда моя жена раздевается, наша собака воеет от страха”.

Д.Е.

Без фантазий на тему “интима” со школьной учительницей у моего пациента нет эрекции - жена давно утратила для него сексуальную привлекательность. Но фантазирование вызывало у Виктора чувство вины - ему казалось, что тем самым он оскверняет светлый образ любимой учительницы.

Несчастливая любовь – это любовь без удовольствия.

Д.Е.

Кого бы вы себе ни представляли во время эротического фантазирования, не мучайтесь понапрасну - этот человек никогда не узнает, в каком виде вы его вообразили. Разумеется, при условии, что вы не намерены реализовать свои фантазии и никому о них не расскажете.

Я на тебе - никогда!

NN

ФАНТАЗИИ НА ГОЛУБУЮ ТЕМУ

Совет начинающим геям: Если вы хотите, чтобы все симпатичные молодые мужчины обратили на вас внимание, выйдите на улицу в одном противогазе.

Д.Е.

Всевозможных фантазий великое множество, но больше всего страхов и неверных интерпретаций вызывает тема изнасилования, особенно гомосексуального.

Случается, что мужчина-натурал представляет, будто его насилует представитель своего пола.

Наиболее распространенное мнение, что мужчина, фантазирующий на тему секса против

воли с человеком своего пола, жаждет, чтобы такое произошло с ним наяву, - мол эта эротическая фантазия отражает скрытое, нереализованное желание. Это неверное мнение. Точнее, зачастую неверное.

В лифт входит маленький мужчина, а за ним громила.

Амбал:

- Ну чо, мужик, трахаться будешь?

- Нет.

- Будешь, куда ты денешься.

Анекдот

Мужчины, фантазирующие на гомосексуальную тематику, нередко сочетают это с мастурбацией. Сам фантазирующий, если он считает себя натуралом, обычно предстает в образе жертвы насилия. Фантазии такого рода снимают с “жертвы” ответственность за испытываемое удовольствие.

От голубых просто прохожу нет! Теперь в гостинницах к одиноким мужчинам во избежание изнасилования будут подселять одиноких женщин.

Анекдот

Мой 29-летний пациент Сергей - щедущий молодой человек. О таких психиатры говорят: “мозговой тип” (в упрощенном смысле это означает преобладание интеллеktуального развития над физическим). Он астенического телосложения - то есть, тощий, со впалой грудью, выпирающими ключицами, узкими плечами и тонкими, длинными руками-ногами. В просторечии таких называют “задохликами”, “доходягами”.

Засушенный Геракл.

Д.Е.

Можно было бы придать парню спортивную форму, но Сергей ненавидит все, что связано с физическими упражнениями, а Ольга Филипповна, его мать (он единственный и обожаемый

сын) пошла у него на поводу и упросила участкового педиатра освободить мальчика от физкультуры. О том, чтобы отдать его в спортивную секцию, и речи не шло. Зато Сережа был лучшим в классе по физике и математике. Поступил, разумеется, на физмат, с отличием закончил и теперь трудится в какой-то организации с трудновыговариваемым названием, кандидат технических наук. И в институте, и на теперешней службе преимущественно мужской коллектив, так что опыта общения с прекрасным полом у Сергея почти нет.

Каждый человек хотя бы раз в жизни должен совершить ошибку - вступить в брак, - чтобы сделать правильные выводы из собственных ошибок.

Д.Е.

Богатым сексуальным опытом он тоже похвастаться не может. Несколько торопливых слияний с безотказной сверстницей в подростковом возрасте, единственное интимное свидание с сокурсницей, закончившееся плачевно, да мимолетный роман с дочерью хозяйки, у которой он снимал комнату во время летнего отдыха у моря, - вот и все.

- Чего хочет женщина?

- Она хочет мужчину ... с деньгами.

Д.Е.

В мужском обществе Сергей чувствует себя значительно увереннее, чем в женском. Он умен, талантлив, ему прочат блестящую карьеру, у него всегда найдется о чем поговорить с коллегой, да и с любым представителем своего пола, равным ему по интеллекту. Его круг общения, понятное дело, не шоферюги-слесарюги, а такие же способные молодые люди, одержимые своей работой.

Учиться, учиться и учиться, это лучше, чем работать, работать и работать.

Д.Е.

Эротическими фантазиями он балует себя не часто, говорит, что на это у него нет времени. Трудоголик Сергей засиживается допоздна на работе, а досуг проводит с друзьями, бывшими

сокурсниками. Даже в транспорте по пути на работу или домой молодой ученый мысленно весь там - в Большой Науке, а потому не грезит о смазливой бабенке из категории “хоть куда”, подобно некоторым парням, сидя в метро и прикидываясь спящим.

Самое сильное воображение у онанистов.

Д.Е.

Мастурбацией Сергей тоже не слишком увлекается - опять же по причине своей занятости. Да и не ощущает он неодолимого желания заниматься ручным самоудовлетворением.

- Чем отличается обладание от самообладания?

- После самообладания поговорить не с кем.

Анекдот

Как и у многих мужчин со слабой половой конституцией, его сексуальные потребности невысоки. Даже сексуальную абстиненцию Сергей переносит без каких-либо тягостных ощущений.

Если представить, что он бы женился, то это просто-таки подарок судьбы для фригидной женщины, а для супруги со зрелой сексуальностью - сущее наказание и источник перманентной невротизации: таким мужчинам достаточно секса раз в месяц, а то и реже.

На развороте мужского журнала полуобнаженная женщина постбальзаковского возраста вперивает в читателя палец: “А ты выполнил супружеский долг?”

Д.Е.

У Сергея, вдобавок, задержка психосексуального развития (отставание либидо от возрастных норм) и закономерное следствие этого - слабое половое влечение. В общем, типичная кандидатура для виргогамии.

У мужчин со слабой половой конституцией обычно невысока и потребность в мастурбации. Сексом по “формуле - 1” Сергей балуется то раз в месяц, а то и раз в полгода, когда нападёт лирическое настроение.

И вот однажды во время сеанса самообладания моего пациента посетила фантазия на тему интима с лучшим другом Виктором. Они познакомились еще в школьные годы на одной из математических олимпиад, поступили на один факультет и с тех пор были неразлучны.

Вначале ты перестаешь верить себе. Потом друзьям. И наконец - врагам.

Д.Е.

Сергею пригрезилось, что они будто бы поехали с Виктором на озеро, поставили палатку, днем купались-загорали и лениво отдыхали, а вечером оказались наедине в двухместной палатке. Виктор по телосложению, хоть и не Шварценеггер, но гораздо более физически развит, чем приятель, и Сергей в своих грезах, чувствуя сильные руки своего друга и тепло, исходящее от его тела, ощущал себя в его объятиях в безопасности. “Мне было спокойно, хорошо и приятно, - рассказывал он. - В тот момент я не испытывал никакого дискомфорта, мне казалось, что все нормально. Витю я знаю давно, доверяю ему, он сильный и добрый и не может причинить мне вреда”. В воображении Сергея друг гладил его по всему телу, прикасался и к его пенису, но не целенаправленно, а как бы мимоходом. Оргазм, как потом признался мой пациент, был очень сильным.

Иметь друзей или дружить?...

Д.Е.

В тот раз никакого особенного беспокойства Сергей не испытал. Но на следующий день у него вновь возникло желание получить разрядку с помощью собственной руки.

Раньше во время мастурбации Сергей вспоминал сцены из давным-давно виденного порнофильма. А теперь он опять представил, как они с Виктором развлекаются на природе, а кругом ни души. На этот раз дело происходило вначале в воде, а потом на берегу. Сергей воображал, как они играют, постоянно касаясь друг друга, как друг заключает его в свои крепкие объятия, как им хорошо вместе, комфортно и весело, и больше никто на свете не нужен.

Встретившись на следующий день с Виктором (они работают в разных организациях), мой пациент испытывал неловкость, прятал глаза - ему казалось, что друг обо всем догадается. Вечер был скомкан и Сергей, сославшись на недомогание, ушел домой. И только тогда всерьез озаботился - что означают его фантазии.

В библии сказано, что люди должны любить друг друга, но почему-то не сказано, какого пола должен быть любимый человек...

Д.Е.

“Может быть, я голубой, поэтому меня не привлекает женский пол?” - задумался Сергей и обратился к литературе по этой теме. Ему попалась книга Игоря Кона, приверженца и пропагандиста однополый любви. Прочитав ее, Сергей всполошился: Кон воспекает гомосексуализм, но молодому человеку не хотелось пополнить собой стан приверженцев однополого секса.

На пляже Игорь Кон говорит выходящему из моря другу:

- Не садись на песок! Терпеть не могу, когда на зубах скрипит!

Анекдот

“Почему же я представляю себе своим партнером Виктора?” - этот вопрос не давал Сергею покоя. Он решил проконсультироваться со специалистом, нашел в газете объявление частнопрактикующего сексопатолога и пришел на консультацию. “Вы латентный гомосексуал, - “порадовал” его консультант. - Но не переживайте. Ничего страшного нет”.

Сергей ушел от него потрясенным. Одно дело - задавать самому себе вопрос: “Может быть, я голубой?”, - сохраняя иллюзию, что ошибаешься, и совсем другое, когда тебе об этом скажет человек, которого ты считаешь профессионалом.

Месяца три Сергей ходил сам не свой, решив, что теперь у него лишь два выхода: прибиться к геям или повеситься.

Друга он стал избегать - Виктор явный натурал, и речи быть не могло о том, чтобы

рассказать ему даже о своих фантазиях, не говоря уже обо всем прочем.

Реклама: “В нашем секс-шопе имеется специальный вазелин - чтобы не было мучительно больно...”

Д.Е.

Но самое главное - Сергей не испытывал к другу влечения! Два эпизода фантазий, в которых даже не было секса как такового, - просто Виктор его крепко обнимал, а Сергей ощущал себя в безопасности. Теперь он даже прекратил мастурбировать - боялся, что опять всплывут фантазии, которые его уже пугали. Лежа бессонными ночами, Сергей пытался представить, способен ли он иметь сексуальные отношения с мужчиной, и его всего передергивало. “Нет, я не голубой!” - твердил он себе беспрестанно.

“Официант, ваш молочный коктейль не сосетя!” - “Работайте над собой, молодой человек!”

Д.Е.

Потом ему попала моя энциклопедия мужской сексуальности, из которой Сергей почерпнул теоретические знания о гомосексуализме. Ни влечения к представителям своего пола, ни попыток его реализовать Сергей не припомнил и опять засомневался, гей ли он. Прошло еще некоторое время, и он прочел мое интервью, разыскал меня и пришел на консультацию.

Полагаю, вы уже и сами, мой читатель, поняли, что речи о гомосексуализме в данном случае нет. Проблемы во взаимоотношениях моего пациента с противоположным полом были обусловлены задержкой психосексуального развития и слабым половым влечением (кстати, довольно частое явление у одиноких мужчин).

Первое свидание.

Он: “Какой я у нее?”

Она: “Какой он у него?”

Анекдот

Почему Сергея посещала такая фантазия - тоже понятно. С женщинами у него не ладилось, он ощущал себя комфортно лишь в мужском обществе, а Виктор - его самый близкий друг, которому Сергей доверяет. Виктор, кстати, женат, а Сергей, сам того не осознавая, ревновал, что приходится “делить” друга с женщиной. Отсюда сюжет его фантазии: они одни-одинешеньки, причем, не в городской квартире, а где-то в глуши, вдали от цивилизации.

Если бы у наших друзей не было жен, они были бы отличными друзьями.

Д.Е.

Ко всему прочему, Сергей инфантилен, а в подростково-юношеском возрасте ревнивое отношение к “третьему лишнему” очень распространено. Вот в его грезах и отразилось, что Виктор принадлежит ему безраздельно, и этот мир - лишь для них двоих. Крепкие объятия более сильного друга символизируют поддержку - в первую очередь, эмоциональную, в которой неуверенный в своих мужских качествах Сергей так нуждается.

Чем более перенаселен мир, тем дальше друг от друга становятся люди.

Д.Е.

После того, как я ему все подробно разъяснила, мой пациент сразу успокоился. Потом мы занялись другими его проблемами - задержка либидо устранима, да и барьер общения, лежавший в основе трудностей взаимоотношений с прекрасным полом, поддается психотерапии.

Какое счастье опять стать гетеросексуалом!

Д.Е.

С тех пор прошло четыре года. Сейчас Сергей женат, у него полуторагодовалый сын.

Будь на его месте человек с другим характером, он бы еще раз навестил того “специалиста”, который “порадовал” его известием о гомосексуальности, и полагаю, слегка (или от души) членоповредил.

Крепкая затрещина усиливает любой довод.

Д.Е.

Однако эта история отнюдь не означает, что все мужчины, фантазирующие на гомосексуальную тему, стопроцентно гетеросексуальны. Я лишь хотела этим примером показать, что эротические фантазии об “интиме” с представителем своего пола не являются непрямым доказательством гомосексуальности.

Выходит “голубой” из бара, ловит тачку. Стоит, весь из себя красивый, надушенный-накрашенный и нежно ручкой машет. Останавливается машина. Гей высоким, жеманным голосом:

- Дорогу-уша, на Куту-узовский отвезе-ешь?

Из машины басом:

- Пошел ты на х... - педиков не вожу.

И так несколько раз. “Голубой” уже замерз, домой очень хочется.

“Ладно, - думает, - надо действовать по-другому.”

Стер помаду, поднял воротник пальто, встал враскоряку. Останавливается тачка.

“Голубой”, басом:

- Братан, до дома не подбросишь?

А из тачки высоким, жеманным голосом:

- Уйди, проти-ивный, я таких не во-ожу...

Анекдот

ГЕЙ СЛАВЯНЕ!

Девиз “голубых”: “Гей славяне!”

Д.Е.

Фантазии некоторых мужчин густо населены представителями своего пола, однако, еще

раз повторю: это отнюдь не свидетельство гомосексуальности.

Разумеется, тут нельзя утверждать однозначно. На тему однополого секса фантазируют и гомо- и гетеросексуалы, так что на вопрос: “Кто я?” - любой сексопатолог ответит лишь после того, как пообщается с пациентом.

Аркадий Укупник написал гимн Союза России с Белоруссией, где есть весьма многозначительные слова: “Гей, славяне, гей!” А если внести некоторые коррективы в текст, то получится: “Гей Укупник, гей!”

Д.Е.

Сами по себе ни эротические сновидения, ни фантазии не говорят о наличии влечения к представителям своего пола.

Из окна последнего этажа высотного здания выпал мужик и с воплем летит вниз.

На 20-м этаже высовывается волосатая мужская рука, хватает его за шиворот и ласковый баритон спрашивает:

- В жопу дашь?

- Не-ет! - орет мужик.

Рука его отпускает, и он летит дальше.

Из окна 15-го этажа протягивается ухоженная мужская рука с маникюром, хватает его, а нежный голос с эротическими придыханиями вопрошает:

- В рот возьмешь, милый?

- Не-ет!

Рука его отпускает. Мужик летит вниз, но на пятом этаже его опять ловит мужская рука.

Мужик не своим голосом орет:

- И в рот возьму, и в жопу дам!

Из окна высовывается неопохмеленная, небритая, опухшая рожа и ворчит:

- Нормальному мужику выпить не с кем, а тут педрилы всякие летают, - и с отвращением отпускает несчастного.

Анекдот

Как и у гетеросексуальных пар, у геев и лесбиянок бывают фантазии на тему замены партнера по сексу.

К примеру, постоянный партнер (партнерша) уже не возбуждает так, как раньше, или хочется с кем-то другим, и гомосексуал представляет рядом с собой предмет своего вожделения или незнакомого человека своего пола, или кинозвезду, или иную знаменитость.

Борис Моисеев спрашивает у Шура:

- А чё это ты щербатый, дорогуша?

- Да попробовал заняться оральным сексом с вибратором...

Анекдот

Между прочим, гомосексуалы фантазируют и на тему гетеросексуального секса. Одним нравится такое воображаемое подглядывание за разнополой парой, а некоторых пугает.

“А был ли мальчик?..” - новый автобиографический альбом Аллы Пугачевой, в котором она анализирует свой брак.

Д.Е.

Однажды ко мне примчался гей с вытаращенными глазами - его повергла в смятение собственная эротическая фантазия! Занимаясь оральным сексом со своим постоянным партнером, мой пациент представил сценку группового секса, в котором принимали участие ЖЕНЩИНЫ!!! О ужас!!!

Мнение геев о женщинах: истеричные двужопые чудовища.

Д.Е.

Гетеросексуалам сейчас, наверное, смешно, но бедному гею было не до смеха.

Примечательно, что для гомосексуалов измена с человеком своего пола (неверность -

довольно частое явление среди представителей сексменьшинств) - не так страшна, как “интим” с существом другого пола. И даже мысленную “измену” они порой расценивают как вселенскую трагедию.

Один гей обозвал другого “шлюхой”.

Тот очень обиделся - потому что “шлюха” женского рода.

Д.Е.

На тему однополого секса зачастую фантазируют гомосексуалы, которые исключают для себя возможность практиковать интимные отношения с человеком своего пола. Ведь далеко не все геи и лесбиянки реализуют свое влечение.

Филипп Киркоров делится с Айзеншписом впечатлениями о солисте группы “Дискомафия”:

- Алик та-акой дура-ашка...

- Почему же?

- Вчера я привел его к себе, потушил свет, обнял, а он встал и отправился в коридор менять пробки!

Анекдот

Существует истинный гомосексуализм и гомосексуальное поведение. Так вот, истинный гомосексуал, у которого есть влечение к представителям своего пола, может никогда не реализовать его и прожить всю жизнь один (его считают чудаком, женоненавистником, мизантропом, убежденным старым холостяком).

Холостяк - мужчина, которому удалось не найти жену.

Д.Е.

Или же такой скрытый гей может жениться, иметь интим с женой и при этом вообразать сцены на тему однополого секса, чтобы достичь нужной для совершения полового акта степени возбуждения. А без этих фантазий у него не будет эрекции.

Встретились двое приятелей.

- Почему ты такой печальный? - спрашивает один.

- Жена сбежала с моим лучшим другом!

- Да... тяжело...

- Еще бы! Без него жизнь утратила для меня смысл...

Анекдот

По нравственным соображениям или из боязни огласки эти мужчины, имеющие истинного гомосексуальное влечение, никогда не практикуют однополого секса и даже любят своих жен и, разумеется, своих детей, очень дорожат семьей.

Среди моих пациентов таких немало, причем, многие из них - люди, занимающие высокие посты и именно поэтому так боятся демаскировки своей гомосексуальности.

Маленький Хачик спрашивает отца:

- А двое мужчин могут любить друг друга?

- Пидерастешь - узнаешь.

Анекдот

Обычно их приводят ко мне проблемы с эрекцией. Или супруга настаивает на лечении у сексопатолога.

Бывает так, что даже фантазии на гомосексуальную тематику не вызывают у такого скрытого гея достаточного возбуждения, и тогда жена в претензии. Правда, государственный муж всегда имеет возможность отговориться - мол, я весь в делах, а ты лезешь со своими глупостями! Судя по женам многих наших политиков, они давно забыли, что такое секс.

У старенького педика склероз. А еще логорея. Очень он любит рассказать о своих сексуальных похождениях. Да к тому же сентиментален по возрасту и сексуальной ориентации.

- Ах, любовь!.. Самое прекрасное, возвышенное чувство! Мои руки помнят тела

стольких мальчиков. Их нежная кожа... Я их любил разными способами. Одних я целовал, других ласкал, а третьих... я... Погодите! Ведь было еще что-то третье... никак не могу вспомнить... Как же я их... Нет, не помню... Но это было так прекрасно, так возвышенно!..

Анекдот

А гомосексуальное поведение зачастую бывает и у гетеросексуалов. Иными словами, они вступают в однополые отношения, не будучи от рождения геями и лесбиянками. Кто-то делает это из любопытства, ради сексуального экспериментирования.

“Дурачок, зачем он туда пришел?.. - рассказывал мне один немолодой, умный гей о пареньке, который недавно стал посещать гей-бар. - Я же вижу, что он не из наших - ему просто интересно. А он не понимает, что это трясина, из которой ему потом не выбраться...”

Возможно и совращение (например, несовершеннолетнего взрослым геем) и даже изнасилование. Среди гомосексуалов есть любители совращать именно натуралов - таким образом они самоутверждаются, ведь некоторые пропагандируют идею, будто однополая любовь более нормальна, чем разнополая (!!!).

Нашел мальчик каску сварочника, надел и стал перед всеми хвастаться. Подходит к нему сексуально озабоченный гей:

- Мальчик, а ты знаешь, что такое эрекция?

- Нет, дядя.

- Мальчик, а ты знаешь, что такое поллюция?

- Нет, дядя.

- Мальчик, а ты знаешь, что такое мастурбация?

- Дядя, я же на самом деле не сварщик, я только каску надел.

Анекдот

ЛЮБОВЬ А ЛЯ ТРУА И ПРОЧИЕ СЕКСУАЛЬНО-ГЕОМЕТРИЧЕСКИЕ КОНФИГУРАЦИИ

Девиз любителей группового секса: “Имеешь сам - поделись с другим!”

Д.Е.

Один из наиболее популярных типов эротических фантазий, связанных с заменой партнера, - групповой секс. Здесь масса вариантов, начиная от секса втроем и до сексуальный оргий с участием множества персонажей.

Человек с буйной фантазией может представить себя кем угодно, к примеру, Калигулой или любым из древнеримских Цезарей. Или голливудским киноактером, пригласившим собратьев по ремеслу в свой особняк на ужин, плавно перешедший в праздник плоти. Или легендарным основателем журнала “Плейбой”, в особняке которого жили многие “девушки месяца” и просто модели, и где устраивались шумные вечеринки (правда, в свальном грехе издатель, вроде бы, замечен не был, но почему бы не дать простор фантазии?). Или султаном, которого ублажают сразу несколько наложниц одновременно.

Сексуальные олимпийские игры.

Д.Е.

Один мой пациент страстно мечтал когда-нибудь попробовать так называемый “вертолет” - когда несколько мужчин используют все естественные отверстия тела женщины. Слышал он об этом от кого-то из приятелей, хваставшего, будто бы был участником подобного действия, но, скорее всего, тоже знакомого с этой сексуально-геометрической конфигурацией лишь понаслышке, потому что ничего толком моему пациенту объяснить не сумел, лишь повторял, что это “цимес”.

Судя по всему, хвастун не вполне отчетливо представлял себе и что означает слово “цимес”, потому что участие в групповом сексе под названием “вертолет” - все что, угодно, но не “цимес”. Скорее, это напоминает групповое изнасилование.

“Заходи, друг, гостью будешь?”

Д.Е.

“Классические” фантазии очень многих мужчин - секс втроем. Поскольку в воображаемом мире мы можем позволить себе секс без границ, то тут могут присутствовать оба варианта: мужчина представляет себе, будто занимается сексом с двумя женщинами или же партнерша одна, а партнеров двое. В реальной же жизни те, кому повезло попробовать секс а ля труа в обоих вариантах, неуютно чувствуют себя в конфигурации “двое мужчин и одна женщина”, потому что расценивают второго участника как соперника, а не как напарника.

Каким бы уверенным в себе ни был мужчина, секс - это та область, где каждый хоть чуточку сомневается в своих способностях, подчас сам того не сознавая.

Никому не хочется ударить в грязь лицом в присутствии другого представителя своего пола. Не хочется и сравнений, - а вдруг они не в его пользу?! А потому мужчины, раз попробовав, впредь избегают варианта “двое мужчин и одна женщина”.

“Свой гарем ближе к телу!” - говорил любитель группового секса.

Д.Е.

Моя подруга, назовем ее Ларисой, рассказала такой случай. Однажды она поехала в Суздаль на конференцию молодых ученых. Что такое мероприятия подобного рода, знают лишь те, кто на них бывал. Стихийное застолье каждый вечер, после чего парочки расплзаются по свободным спальным местам. Пара может продержаться до окончания конференции (потом случаются даже браки) или же на завтра он и она находят других партнеров на ночь.

Спутник жизни на одну ночь.

Д.Е.

В общем, в воздухе витал аромат Большого Секса. Молодые ученые брали от жизни все, получая с вечера хороший секс-допинг, позволяющий наутро с умным видом вещать с

трибуны про свои научные достижения. Лариса не отставала от коллег и славно повеселилась. И вот во время одной вечеринки Лариса подмигнула сидящим по обе руки от нее парням и вполголоса предложила: “Ну что, мальчики, попробуем а ля труа?” Она очень красивая девушка, к тому же, сексуально раскованная, и сильный пол справедливо считает ее весьма привлекательной особой. А потому будущие участники сексуального треугольника Саша и Андрей загорелись сексуальным энтузиазмом.

“Участвовала в групповых траханациях”.

Д.Е.

Молодых ученых поселили в кемпингах. Соседка Ларисы осталась на вечеринке, комната была свободна. Троица будущих групповушников сдвинула обе кровати на середину - какой простор для людей с фантазией!

Лариса получила массу удовольствия - приятно, когда ласкают двое мужчин и каждый старается переплюнуть другого. Но Саша и Андрей, до того приятели-не-разлей-вода, после той ночи стали избегать друг друга. Причина понятна: из друзей они превратились в соперников.

В сексуальном трио один фальшивит, второй сачкует и лишь третий исполняет свою партию как по нотам.

Д.Е.

Некоторые мужчины в своих фантазиях представляют третьим участником мужчину именно для того, чтобы одержать над ним верх. Получится ли такое в реальной жизни, - это вопрос, - а в мечтах каждый может стать гигантом секса.

Поручик Ржевский и князь Голицын взяли по паре дам облегченного поведения, сняли в гостинице соседние номера и, договорившись, что после каждого полового акта будут записывать на стене количество, приступили к делу.

Наутро поручик вошел в номер князя, увидел на стене три черточки и вскричал:

- Сто одиннадцать! Ты обошел меня на четыре раза!

Анекдот

Фантазии на тему группового секса могут носить бисексуальный характер. В этом случае фантазирующий не соревнуется с воображаемым участником сексуального трио, а становится его партнером. В его воображении разыгрываются то гомо-, то гетеросексуальные сцены.

Андрей Малахов записал очередную “Большую стирку” в Лондоне и рассказывает другу:

- Англичанку так легко закадрить! У меня их столько там было: Мэри, Джейн, Кэтрин, Джон...

- Кто-кто? Джон?!!

- Ты знаешь, в Лондоне такой туман...

Анекдот

Мужчины, чьей излюбленной фантазией является тема группового секса, часто спрашивают меня, следует ли расценивать воображаемый секс с другим мужчиной как признак скрытой гомосексуальности. Отвечаю всем, кого этот вопрос волнует: нет, это не свидетельство латентной гомосексуальности. По крайней мере, не стопроцентно.

Дибров собирается в “Ночную смену”.

Одеколонит правую щеку и приговаривает:

- Это для Даши!

Одеколонит левую щеку:

- Это для Паши!

Одеколонит левую подмышку:

- Это для Маши!

Одеколонит правую подмышку:

- Это для Саши!

Одеколонит пах:

- Это на всякий случай!

Одеколонит зад:

- А случаи бывают разные!

Анекдот

Да, нередко на тему однополрой любви фантазируют те, кто пока еще не смеет реализовать свои предпочтения, а во всех остальных случаях это просто любопытство. О “голубой” любви сейчас много говорят и пишут, тем самым пробуждая у людей интерес к нетрадиционному сексу, потому некоторые люди желают реализовать свое сексуальное любопытство хотя бы в фантазиях.

Воображаемые сценарии группового секса могут быть и строго гетеросексуальными, но в каждой мизансцене задействованы множество персонажей обоего пола и, соответственно, немалое число рук, ног и половых органов.

Бисексуал - приятелю:

- А кого в Москве больше: мужчин или женщин?

- А тебе зачем?

- Мне уже 20 лет, пора уже как-то определиться...

Анекдот

ТАЙНЫЕ ЖЕЛАНИЯ МОГУТ СТАТЬ ЯВЬЮ

Желание - это секс в уме.

Д.Е.

Вот одна из тайных фантазий, претворенных в жизнь.

Алексей работал в фирме второй месяц и все это время неровно дышал в сторону своей

коллеги Ольги. Ей тогда было двадцать пять (они с Алексеем ровесники), и она типичная представительница современного типажа, именуемого “деловой женщиной”, “новой женщиной” или бизнес-вумен. Собранная, деловитая, целеустремленная и очень честолубивая. И при этом ухоженная, элегантная и невероятно соблазнительная.

Если женщина мыслит, следовательно, она не замужем.

Д.Е.

Алексей уже давно миновал период юношеской гиперсексуальности, но Ольга действовала на него как десятикратная доза афродизиака. Ее длинные стройные ноги в тонких чулках и на высоких шпильках сводили парня с ума. Когда Ольга, чуть покачивая бедрами, проходила мимо стола Алексея, брюки становились ему тесноваты в промежности, а когда она садилась и закидывала ногу на ногу, - “молния” на его брюках с трудом выдерживала напор молодой плоти.

Он знал, что Ольга носит не колготки, а чулки, именно такие, какие нравятся большинству мужчин, - с кружевной резинкой, охватывающей бедро. Все Ольгины деловые костюмы с довольно короткой юбкой, так что молодой человек имел возможность утолить свое любопытство и подглядеть пикантные подробности, когда девушка закидывала ногу на ногу, увлеченно таращась в свой компьютер и в деловом азарте не замечая жадных взглядов влюбленного коллеги.

Объявление: “Девушки, если вас не устраивает ваша фигура, приходите к нам! Нас она вполне устроит”.

NN

Каждую свободную минутку на работе, а дома и в транспорте - постоянно, Алексей сочинял разнообразные сюжеты с Ольгиным участием. Что только он с ней ни вытворял на рабочем столе, на вертящемся кресле, на полу и даже в кабинете начальника! Мысленно, конечно.

По его задумке, предмет страсти не носит трусиков, так что доступ к телу максимально упрощен. Когда воображаемая Ольга проходила мимо его стола, Алексей в своих эротических фантазиях не упускал случая запустить руку ей под юбку, а в курилке ему было достаточно приподнять подол ее юбки и расстегнуть свои брюки.

В общем, пир плоти, не отходя от рабочего места. Но увы! - лишь воображаемый.

Эротические фантазии - это мозговой порносеанс по заказу.

Д.Е.

Есть у Алексея самая любимая эротическая фантазия, которую он оставляет “на десерт”, мысленно воспроизводя ее в постели перед сном или утром, еще не совсем проснувшись. У него сразу же возникает железобетонная эрекция, но молодой человек не спешит сразу получить физиологическую разрядку - смакует.

Канва сюжета такова. Ольга, в строгом деловом костюме, со своей обычной прической, входит в пустой кабинет (там стоят шесть столов, разделенных прозрачными целлулоидными перегородками), садится за свой стол и разворачивает свое вертящееся кресло так, что располагается анфас, точно напротив Алексея (он якобы подглядывает за ней из соседней комнаты). Девушка вытаскивает из прически шпильки, и ее волосы рассыпаются по плечам шелковистым водопадом. Она откидывает голову на спинку кресла, закрывает глаза и начинает медленно-медленно расстегивать пуговицы на блузке, потом освобождает грудь, не снимая бюстгалтера, затем очень медленно поднимает юбку, раздвигает ноги и начинает одной рукой гладить себя по груди, а другой - по бедрам, промежности, потом начинает мастурбировать. И тут входит Алексей, уже в боеготовности. А дальше они предаются любви на всех имеющихся горизонтальных поверхностях офиса.

- Какая разница между женщиной и снегом?

- Снег сначала ложится, а потом тает. А женщина - наоборот.

Анекдот

Однажды на работе случился междусобойчик. Подвыпивший Алексей, выйдя с приятелем-коллегой на лестничную площадку перекурить, утратил самоконтроль и поведал о своей сокровенной мечте. Потом он спохватился, но было уже поздно.

Расстроенный парень покинул веселящуюся компанию сослуживцев и спустился на второй этаж, к своему рабочему месту (вечеринка происходила на шестом этаже, в кафетерии). Ему хотелось посидеть в темноте и помечтать.

Реальная Ольга, оставшаяся в компании коллег, не обращала на него внимания, а воображаемая Ольга делала все, чего желал Алексей.

У женщины с прошлым есть шанс, что все повторится.

Д.Е.

Он сел в свое кресло, закрыл глаза и погрузился в грезы. И тут тихо отворилась дверь, и уже по знакомому цоканью высоких каблучков парень понял, что вошла Ольга. Это и в самом деле была она. Девушка прошла к своему столу и села за свой стол. На нее падал свет от уличного фонаря, а угол комнаты, в котором сидел Алексей, тонул в темноте. Ольга проделала все в точности так, как он мысленно представлял. На ней и в самом деле не оказалось трусиков. Но убедился Алексей в этом лишь тогда, когда подошел к ней, и парочка для начала опробовала Ольгино рабочее кресло. А потом, как и в его грезах - все остальные горизонтальные поверхности служебного кабинета.

Счастье было так возможно, и так возможно, и так возможно.

NN

Потом Алексей догадался, что Ольга нечаянно услышала его откровения с коллегой на лестничной площадке. Или же болтливый коллега выдал ей тайну Алексея. И она решила реализовать его тайное желание. Но они никогда не обсуждали происшедшего - так романтичнее.

Ольга оказалась вовсе не такой твердокаменной бизнес-вумен, какой казалась со стороны.

Нормальная девушка и даже чуточку идеалистка, правда, с амбициями, как и многие современные дамы.

Она тащит себя наверх за бретельки собственного бюстгалтера.

Д.Е.

Ни одна нормальная девушка не может не заметить пожирающих взглядов молодого человека. Разумеется, Ольга давно заметила выразительные взгляды Алексея. Он-то, наивный, ломал голову, как бы ее соблазнить, а на самом деле соблазняли его. Чулки с кружевной резинкой, короткие юбки, закидывание ноги на ногу, чтобы мелькнула полоска обнаженной кожи над чулком, - все эти приемчики известны любой дочери прародительницы Евы и действуют безотказно.

В рай попадают только некрасивые женщины.

Д.Е.

Никто не станет носить чулки каждый день на работу, не имея определенных намерений. Мужчины, знайте: чулки - ужасно неудобная вещь. Чулки с поясом (или широкой резинкой, удерживающей чулок на бедре) есть в арсенале каждой уважающей себя представительницы прекрасного пола, но используются лишь для определенных случаев. Многим женщинам нравятся чулки - мы любим красивое белье и себя, красивых, в красивом белье, - и тем не менее, слабый пол вздохнул с облегчением, когда кто-то придумал колготки. Особенно неудобны чулки в сочетании с короткой юбкой. Садясь, меняя позу, наклоняясь, приходится постоянно контролировать, все ли в порядке. А как подниматься по лестнице, когда следом или пролетом ниже идет неприятный мужчина?!

Порядочная женщина никогда не покажет мужчине свое нижнее белье, если не намерена раздеться.

Д.Е.

Так что чулки женщины носят исключительно ради того, чтобы потрафить

понравившемуся мужчине, или привлечь внимание представителей сильного пола по принципу “шире бредень, кто-нибудь да попадется”.

Вот и Ольга не исключение. Большинство мужчин невнимательны в отношении деталей женской одежды. Будь Алексей более наблюдательным, заметил бы, что в первый день, когда он пришел на работу, Ольга была в классической юбке, в которой ходят многие деловые дамы. Не будь он так влюблен и сохрани способность анализировать, сразу понял бы, ради кого коллега обновила свой гардероб.

Постоянство гардероба свойственно моли, но не женщине.

Д.Е.

Разумеется, Ольга сразу заметила симпатичного новичка (к слову сказать, остальные их коллеги мужского пола совершенно не представляют сексуального интереса для приличной девушки). Первое время она пыталась бороться с собой (все ж служебный роман начальством не приветствуется). Но кокетство родилось раньше женщины. Вот и Ольга, рассудочно убеждая себя, что интрижка на работе ей ни к чему, на деле действовала с точностью наоборот.

Они женаты три года и счастливы. Но Алексей до сих пор балует себя эротическими фантазиями о строгой деловой женщине Ольге трехгодичной давности, устроившей для него персональное пип-шоу.

Эротические фантазии - острый соус к повседневному блюду под названием “секс”.

Д.Е.

ЭФФЕКТНАЯ БЛОНДИНКА В ОДНИХ ЛИШЬ ЧЕРНЫХ ЧУЛКАХ И ПОЯСЕ С РЕЗИНКАМИ

Наиболее отчаянные претворяют в жизнь свои эротические фантазии, которые отражают их самые смелые мечты. Быть может, уже пора претворять в жизнь и

несмелые?..

Д.Е.

Дамам на заметку:

Реализовав сексуальные фантазии своего бойфренда, вы имеете шанс заполучить мужа.

Сообразительная девушка по имени Наташа именно так и сделала. Причем она не знала о тайном желании своего любовника Руслана, но попала в яблочко!

“При виде женщины у меня возникает непреодолимое желание не жениться”.

Д.Е.

Наташа прочла в одном дамском журнале, что некая предприимчивая особа сразила своего парня наповал, явившись к нему домой в одном черном поясе с резинками и чулках. Тот все уши ей прожужжал, мол, мечтает увидеть на пороге своей квартиры ослепительную блондинку в “классическом наряде” - поясе с чулками, - и чтоб больше на ней ничего не было. Для чистоты эксперимента девушка-шатенка обесцветила свои волосы (чего не сделаешь ради любимого!), приобрела необходимую экипировку, выбрала умеренно прохладный летний вечер, облачилась в “наряд”, а сверху набросила плащ. Позвонив в дверь квартиры бойфренда, она быстренько сбросила плащ и предстала в полутьме лестничной площадки (свет был ею заблаговременно выключен) в образе ослепительной блондинки-незнакомки. Ее парень так обалдел, что вскоре они уже были мужем и женой.

Мужчина решил жениться, но никак не мог решить, какую из трех девушек выбрать в жены. В конце концов он дал каждой по 5000 долларов, чтобы узнать, как они распорядятся деньгами.

Первая накупила косметики, нарядов, сходила в салон красоты и сказала: “Я очень люблю тебя и хочу, чтобы все знали, что у тебя самая красивая жена!”

Вторая накупила ему новых костюмов, рубашек, обуви и сказала: “Ты - самое

главное для меня, поэтому я истратила все деньги на тебя”

Третья пустила деньги в оборот, заработала еще 5000 долларов и все вернула ему со словами: “Я очень люблю тебя. Я сделала это, чтобы ты понял, как я умна и нерасточительна”.

Мужчина подумал-подумал и женился на той, у которой грудь была больше.

Анекдот

Опыт этой девушки воодушевил Наташу, и она решила его воспроизвести.

Эффектно появиться на пороге квартиры бойфренда Наташа не могла - он живет с матерью, которая воспитывала его одна и до сих пор свято уверена, что именно она, мама, - его единственная женщина на всю жизнь.

Пусть женатые мужчины живут дольше, зато холостяки - интереснее.

Д.Е.

Девушка решила порадовать Руслана в кабинете его офиса. Правда, имелось препятствие в виде секретарши, но Наташа придумала, как выманить ее из приемной, и когда та вышла, быстро скинула платье. Пояс с чулками она надела заблаговременно, трусиков, согласно сценарию, на ней не было. Зная, что всем без исключения мужчинам нравятся женские ножки в туфлях на шпильке, девушка обзавелась ими, хотя обычно ходит в удобной обуви. Травить добела свои пышные рыжеватые волосы Наташа не стала и заранее приобрела блондинистый парик.

Мужчинам нравятся блондинки, потому что они выглядят глупее брюнеток.

Д.Е.

И только войдя в кабинет и увидев впавшего в ступор бойфренда, девушка спохватилась, что не поинтересовалась у секретарши, один ли он в кабинете.

“Вот был бы номер, если бы я заявила во время совещания!” - хохотала потом Наташа.

Но смелых фортуна любит. Если бы девушка колебалась-сомневалась, то ее появление не

получилось бы столь эффектным.

Не уверена - не сомневайся.

Д.Е.

Самое удивительное - Руслан ее не сразу узнал. И только когда она танцующей походкой приблизилась, поставила ножку на его бедро и заглянула ему в лица, - бойфренд ее разглядел (а до того, видно, смотрел не на лицо неожиданной гостьи).

Потом Руслан признался, что Наташа угадала одно из его тайных желаний. Их, кстати, у него оказалось немало.

Наташа сама так впечатлилась тем впечатлением, которое произвела на своего бойфренда, что последовательно воплотила в жизнь и другие его эротические фантазии - все они оказались вполне осуществимыми.

Каждый мужчина заслуживает своей женщины. И наоборот.

Д.Е.

Быть может, вы не поверите, но это чистая правда: вот уже второй месяц как Наташа носит на руке обручальное кольцо.

- Почему ты решил жениться не на той, с кем проводишь вечера?

- А с кем же тогда я буду проводить вечера?

Анекдот

Закоренелый холостяк, имевший десятки подружек (Руслан немедленно расставался, едва брезжила тень возможной женитьбы), к тому же, любимый и любящий сын, которого маман зорко стерегла, да к тому же, небедный человек (его всегда волновало, не привлекают ли девушек его деньги больше, нежели он сам), - сменил свой статус!

Единственное опасное приключение в его жизни - женитьба.

Д.Е.

Руслан понял, что девушка, способная осуществить его самые заветные желания, -

настоящая подруга на всю жизнь.

Что значит для мужчины удачно жениться? Это означает: засунуть руку в мешок с гадюками и вытащить оттуда ужа.

Анекдот

НОРМАЛЬНЫ ЛИ “КРАМОЛЬНЫЕ” ФАНТАЗИИ?

Педерастия, лесбиянство, мазохизм, садизм, вуайеризм, - это не извращения.

Извращений, собственно, только два: хоккей на траве и балет на льду.

NN

Люди частенько задаются вопросом, нормально ли, что они фантазируют на темы секса. Хочу успокоить своих читателей: ничего ненормального в сексуальном фантазировании нет, независимо от тематики, если дело ограничивается одним лишь фантазированием.

Но даже если есть желание реализовать фантазии, кажущиеся самому мечтателю крамольными (например, на тему однополого секса, садомазохизма, педофилии, зоофилии), это тоже не говорит о потенциальной склонности к перверзиям и сексуальным девиациям. Во многих случаях это всего лишь любопытство - человек не прочь попробовать, но побаивается; как говорится, “и хочется, и колется”.

- Вы страдаете извращениями?

- Что вы, доктор, я ими наслаждаюсь!

Анекдот

Патологией считаются лишь те случаи, когда человек уходит от реальности в мир фантазий и занимается этим день-деньской. Погрузившись в эротические переживания, он забывает о повседневных делах и своих обязанностях. Мало того, что чересчур увлекшийся фантазер не осуществляет свою социальную роль, к тому же, фантазирование сопровождается мастурбацией (случается, до 10 раз в сутки и даже более), а чрезмерная

самостимуляция истощает.

Ушел в мир фантазий и не вернулся.

Д.Е.

Тут есть еще один немаловажный аспект - как сам человек относится к собственным фантазиям.

Если он фантазирует, не испытывая чувства стыда или вины, если забористые картинки, создаваемые собственным воображением, его возбуждают, - в этом случае проблемы нет, пусть наслаждается своими фантазиями.

Но бывает, что мечтатель терзается и казнится за содержание своих фантазий, потому что они явно идут вразрез с его нравственными установками, воспитанием и представлениями “что такое хорошо и что такое плохо”.

Ко мне обратился 39-летний Вениамин, которого последнее время стали посещать фантазии, кажущиеся ему чуждыми, неприятными. Раньше он фантазировал о красотках, увиденных на развороте мужского журнала, а теперь эти приятные грезы вытеснились новой тематикой с педофильной окраской.

- Вы любите детей?

- А как же! Восемь лет за это отсидел!

Анекдот

Стоило ему остаться на какое-то время одному или во время поездки в общественном транспорте, перед мысленным взором вставала такая картина. Он, Вениамин, в каком-то темном, балахонистом облачении, то ли монаха, то ли палача, сидит один в неосвещенной комнате, куда входит мальчик лет десяти, подходит к нему и что-то говорит тоненьким голоском. Вениамин обнимает ребенка, начинает его целовать и гладить, прижимать к себе, потом широко разводит ноги, притягивает мальчика так, что тот касается бедрами его паха, и начинает тереться все более напрягающимся пенисом о ноги ребенка, ощущая нарастающее

возбуждение. На этом месте Вениамин обычно говорил себе: “Стоп!” - и усилием воли пытался переключиться на что-то другое.

Майкл Джексон говорит своей жене:

- Дорогая, доктор сказал, что я больше не смогу иметь детей.

- Ну и слава богу, педофил проклятый!

Анекдот

В душе Вениамина постоянно шла внутренняя борьба. Внутренний голос, нравственный цензор, корил его, обзывал “педофилом”, а сам Вениамин оправдывался перед самим собой, что ему вовсе не хочется совращать ребенка, не хочется и фантазировать на эту тему, но он ничего не может с собой поделать - воображаемые сцены навязчиво всплывают в сознании помимо его воли.

Когда эта фантазия посетила его в самый первый раз, у него возникла сильная эрекция. Раньше Вениамин крайне редко практиковал мастурбацию - лишь во время длительного отсутствия жены, - а это было лишь дважды за 18 лет их брака. Теперь он стал прибегать к самостимуляции каждый раз, когда чувствовал возбуждение.

Никогда Вениамин не замечал за собой влечения к детям. После того, как его стали одолевать навязчивые фантазии, в которой он растлевает мальчика, Вениамин стал пристально следить за собой, контролировать себя и на всякий случай старался держаться подальше от детей.

Его мучили чувство вины и опасения, что когда-нибудь он может реализовать эту фантазию. В связи с этим обратился ко мне с просьбой помочь ему избавиться от навязчивых фантазий и перверзных наклонностей, если таковые у него имеются.

Судят грузина за изнасилование мальчика. Судья:

- Расскажитэ, как это било.

- Море - синий, синий, солнце - жолтый, жолтый, малчик - попа розовый, розовый...

Эх!

Судья:

- Эх! Расскажите еще раз, как это было.

- Море - синий, синий, солнце - желтый, желтый, мальчик - попка розовый, розовый...

Эх!

Судья:

- Суд удаляется на совещание.

Через несколько минут.

- Народный суд города Тбилиси постановил: солнце желтый, желтый - продолжают светить, мальчикам с розовой попкой по берегу синий-синий моря не ходить, а подсудимый Габелия - па-автаритэ, пожалста, свой рассказ!

Анекдот

Оказалось, что педофилией мой пациент не страдает. Тематику фантазирования навеял скандал с католическими священнослужителями-педофилами, совращавшими малолетних прихожан. Однажды Вениамин слушал новости по телевизору, а сам в это время влез на стремянку, выбирая книгу с верхней полки стеллажа. Соблазненный священником прихожанин рассказывал, как было дело, что говорил ему святой отец, как прикасался к нему, а Вениамин зримо представил себе, как все происходило, и вдруг почувствовал возбуждение. Это ощущение запомнилось, и впоследствии память услужливо выдавала фразы, услышанные по телевизору, а потом Вениамин сам придумал сюжет, но спустя некоторое время испугался, что это может плохо кончиться.

Тяпкин жил ради детей. И только на суде узнал, что это называется педофилией...

NN

Дело в том, что мы не всегда сознательно выбираем тематику наших фантазий. Вокруг нас множество источников информации, которая подчас действует подспудно.

К примеру, вы ехали в автобусе, думали о своем, а рядом с вами двое парней травили байки или делились личным опытом. Вы, вроде бы, не прислушивались к их трепу, но в голову все равно что-то запало, а потом всплыло, но уже в качестве вашей собственной наработки.

Или другой вариант. Вы ехали в машине, в которой работало радио. Вам хотелось бы расслабиться приятной музыкой, а в это время сладкий женский голос рекламировал прелести времяпрепровождения в эротическом клубе.

Идеально испорченный вкус.

Д.Е.

Или вы чем-то занимались, а в это время бухтел телевизор, и вас тоже зомбировали, как зомбируют ежедневно миллионы телезрителей. Вы машинально бросили взгляд на экран, а там полуголая девица в садомазохистской униформе, высоких сапогах и фуражке призывно улыбается, помахивая плеткой, и говорит: “Приходите к нам, не пожалеете! Даже если не захотите попробовать - посмотрите”. Вы и не собирались туда идти и тут же выкинули из головы название садомазохизма, а спустя какое-то время вас вдруг посетили фантазии на садомазохистскую тему.

Девиз махозистов: “Хочу и мучаюсь!”

Д.Е.

Прочитанное в книгах или в периодике, увиденное в кинофильме или в телевизионной передаче тоже западает в голову, а потом трансформируется в эротическую фантазию. Как человек может представить сцену сексуальной оргии римских патрициев, если он понятия не имеет, кто они такие и как развлекались?!

Ах, если бы наши желания совпадали с нашими возможностями...

Д.Е.

САМ СЕБЯ ВЫСЕК!

Можно избежать наказания, но не страха перед ним.

Д.Е.

В фантазиях, возникающих помимо воли, нередко фигурирует наказание в той или иной форме - в качестве расплаты за свои “грязные” помыслы или сексуальные излишества. В общем, примерно как у унтер-офицерской вдовы, которая сама себя высекла.

Воображаемые наказания, вплетенные в сюжет эротической фантазии, могут быть самыми различными. Например, какой-то физический недуг или болезнь - венерическое заболевание, СПИД, рак, утрата эрекции.

Всяко, разное - лишь бы не заразно!

Д.Е.

Один мой больной представлял себе, как его пенис покрывается отвратительными язвами, чернеет и усыхает. Впечатлительные мужчины-читатели, наверное сейчас передернулись - бр-р! - представив себе подобное. Картинка и в самом деле устрашающая.

В кабинет венеролога влетает запыхавшийся мужик и с порога выпаливает:

- Доктор, скорее скажите мне, какие первичные признаки сифилиса?

- Ну, вначале красная язвочка, потом сыпь...

- Фу-у! Слава тебе господи! У меня просто почернел и отвалился.

Анекдот

Еще один способ мысленно наказать себя - представить, что во время занятия любовью кто-то входит в комнату.

Есть, конечно, среди сильного пола своеобразные эксгибиционисты - они не демонстрируют свой эрегированный пенис, подкараулив в темном переулке одинокую женщину, но любят выставлять свою интимную жизнь напоказ.

Девиз эксгибиционистов: “Посмотри! Ну, посмотри, какой красивый!”

Д.Е.

Немало и тех, кого возбуждает возможность быть застигнутым во время секса. Среди прекрасной половины тоже есть такие, кому нравится быть на публике в роли ню, или когда за ними наблюдают во время занятия любовью.

Старуха, насмотревшись порнухи по телевизору, выбегает на улицу совершенно обнаженной.

- Ты что, старая, совсем спятила? - ахает сосед.

- Дурак, я эксгибиционистка, а это мой новый эротический костюм!

- Да ты бы хоть складки разгладила.

Анекдот

Вспомните, как Шарон Стоун говорила в фильме “Основной инстинкт” о своей подруге: “Ей нравится смотреть”, - а героиня Стоун, соответственно, была не прочь, когда за ней наблюдают во время гетеросексуального “интима”.

Не бейте вуайериста, поймав его за подглядыванием: быть может, это единственный человек, который вами восхищается.

Д.Е.

Актеры порнокино тоже снимаются не только ради заработка. Кстати, рядовые артисты, не звезды, зарабатывают совсем немного - такие деньги можно было получить и иным способом. Мужчины участвуют в порносъемках потому что гордятся размерами своего пениса и своими половыми способностями, а женщины - своим телом. Многим нравится, когда люди видят их обнаженными или смотрят на них во время занятия сексом.

Порно - это то, что у одних вызывает желание заняться этим, а у других - никогда в жизни не заниматься.

Д.Е.

Сказанное относится и к актерам эротических театров, стиптизерам, натурщикам,

дублерам кинозвезд, снимающимся вместо них в постельных сценах, и прочим людям, избравшим профессии, когда нужно на публике демонстрировать свое обнаженное тело со всеми пикантными подробностями. У меня были такие пациенты - они так любят свое тело, что это приближается к нарциссизму.

Гимн нарциссизма: “Тихо сам с собою ...”

Д.Е.

А сексологически нормальные мужчины отнюдь не приходят в восторг, когда кто-то внезапно затигнет их во время занятия сексом. Во-первых, при этом обычно пропадает эрекция - а кому хочется предстать перед посторонним человеком и своей партнершей с уныло висящим членом? Во-вторых, никто не знает, как ЭТО делают другие, и как он сам смотрится со стороны, - а вдруг хуже других? И в-третьих, как в известном анекдоте, - советами замучают.

Поэтому появление посторонних людей в самый разгар буйства плоти расценивается фантазирующим, не обладающим эксгибиционистскими наклонностями, как своеобразное наказание. “Весь кайф сломали”, - обычно говорят мужчины, если такая ситуация произошла наяву, и примерно также оценивают ее, когда это происходит во время эротического фантазирования.

На приеме у сексопатолога женщина жалуется, что не испытывает оргазма.

- А в какой позе вы занимаетесь сексом? - спрашивает врач.

- Ложимся с мужем на левый бок.

- Попробуйте лечь на правый.

- Нельзя. В этом случае мы лицом к свекру и свекрови окажемся.

Анекдот

Воображаемым наказанием за “разнузданные фантазии” может быть арест и заключение в тюрьму - если фантазер считает себя недостойным оставаться на свободе или желает

покарать себя по максимуму.

И самое страшная, по мнению мужчин, кара - потеря способности испытывать сексуальное удовлетворение или утрата потенции в силу какого-либо несчастья.

Что делает в постели хороший танцор? Спит.

Д.Е.

Однажды в “Ночном канале” шел разговор как раз об эротических фантазиях, правда, не конкретно, а вообще, - мало кто рискнет на всю страну признаться в своих фантазиях. Даже Отар Кушанишвили, самый отвратительный, на мой взгляд, телеведущий, заявив, что у него “грязные, ну очень грязные фантазии”, не стал вдаваться в детали. Так вот ему бы я как раз и пожелала “кары” в виде полной утраты потенции - такие люди не должны размножаться. Вообще-то я не кровожадная, просто лично меня тошнит от одного его вида - он и сам-то весь какой-то грязный, волосы вечно немытые, а носки, наверное, годами не меняет, - а также от его цинизма, наглости, развязных манер, бескультурья, и от того, что он всюду лезет и всюду мелькает - какой канал ни включи, везде этот брызжащий слюной, косноязычный урод! Я-то телевизор почти не смотрю, за очень редким исключением, но у меня пятнадцатилетняя дочь, а этот проныра вещает на всех молодежных каналах. Дабы оградить психическое здоровье своей дочери и других подростков я непременно напишу о нем статью в периодику. Меня знают как автора психосексуальных портретов многих известных людей, начиная от нашего президента и заканчивая телеведущими. Есть такое понятие как квазимодофилия - тоже своеобразная перверзия, - сексуальное влечение к людям, имеющим физическое уродство. Полагаю, покровитель Кушанишвили, - а не имея такового (хотя кто кого имеет - еще вопрос), он бы везде не мелькал, - страдает гомосексуальной квазимодофилией.

- Он лезет ко мне в постель со словами: “Вам не страшно одному спать?” Я, конечно, говорю: “Конечно, страшно, давайте спать вместе!” А утром, когда рассвело, глянул на

него - и мне страшно стало!

Анекдот

НЕВОЛЬНАЯ ВИНА НЕ ВИНОВАТА

Совестливый человек всегда считает себя в чем-то виноватым.

Д.Е.

Чувство вины за свои эротические фантазии порой бывает столь сильным, что человек полностью отказывается от половой жизни или же у него возникает сексуальная дисфункция.

Один мужик жалуется другому:

- Я вот уже десять лет как импотент...

- А я - тьфу-тьфу-тьфу - всего пять!

Анекдот

Поясню сказанное клиническим примером.

Ко мне обратился 39-летний мужчина, назовем его Алексеем, с жалобами на расстройство эрекции. Проблема довольно частая у современных мужчин, но ничего фатального нет. Чаще всего нарушение эрекции возникает из-за каких-либо психологических причин (об этом, а также о том, как повысить потенцию без виагры, мы поговорим в другой книге). И вовсе ни к чему глотать виагру и ее аналоги, рискуя получить инфаркт, приапизм и другие болезни.

Экзамен в мединституте.

- Назовите самые эффективные средства для поддержания эрекции.

- Ну, иохимбе, “Виагра” и этот... “Fruttis”!

- ?!

- В нем даже ложка стоит!

Анекдот

Однажды Алексей перебирал старые фотографии и нашел групповой снимок своих

соучеников седьмого класса. Среди них была и Юля, предмет его первой влюбленности. Он ее провожал в школу и из школы, нес Юле портфель, время от времени ему удавалось ее коснуться, а однажды Алеша даже осмелился зажать девочку в углу кабинки лифта и поцеловать. Влюбленность в этом возрасте - явление преходящее. Вскоре Юля гуляла уже с другим мальчиком, а брошенный одноклассник немножко пострадал, но быстро утешился.

Дети в подвале во взрослых играли.

Девочки выбыли в полуфинале.

NN

И вот в тот момент, когда он разглядывал старые снимки, Алексей почувствовал возбуждение, эрекцию, быстро встал и укрылся в туалете. Ему было достаточно лишь предствить хихикающую Юлю в углу кабины лифта, и он почти сразу же эякулировал.

И супруги могут любить друг друга платонически.

Д.Е.

Впоследствии Алексей частенько использовал этот образ в своих эротических фантазиях. Последние несколько лет у него бывали перебои с эрекцией, а при фантазировании возбуждение было более интенсивным, и теперь осечек на супружеском ложе не возникало.

Муж и жена в постели. Муж:

- Спать, что ли?

- Нет, сначала “что ли”, а потом спать.

Анекдот

Как-то раз, когда они с женой и детьми были на своей даче, к ним зашли соседи с дочерью-подростком. При виде девочки Алексей испытал возбуждение, ему стало неловко, и он под благовидным предлогом вышел из дома. До самого вечера гулял по лесу, казнясь. Роль Гумберта Гумберта его совсем не прельщала - у него самого подрастают две дочери аналогичного возраста, и Алексей считал недопустимым интимные отношения взрослого

мужчины с девочкой-подростком.

Секса с женой он стал избегать, соврав, что на его электрокардиограмме якобы обнаружен микроинфаркт.

Супружеский долг проще забыть, чем исполнить.

Д.Е.

Около года Алексей был полным абстинентом, а потом его обман раскрылся - супруга случайно встретила его лечащего врача.

Интим по-семейному: жена читает в постели, муж спит.

Д.Е.

Что обычно думает жена, если муж систематически уклоняется от исполнения супружеского долга? Правильно. Что он завел любовницу.

Сидит за столом компания и треплется:

- А из-за чего Петровы разводятся?

- Колька спросонок Ленку Лариской назвал.

Тут все бабы одновременно:

- Дурак! Что ему, Ленки не хватало?!

А мужики тоже в один голос:

- Дурак! Что ему, Ленок не хватало?!

Анекдот

Так что следующие полгода Алексей доказывал своей половине, что не верблюд. То бишь, что не изменял. Однако самого железного доказательства предъявить не мог - у него не было не только железной, но и вообще какой-либо эрекции.

Постель - кладбище иллюзий...

Д.Е.

Еще полгода ушло на сцены-разборки, после чего Алексей все же решил, что проблеме

нужно решать.

Пациент - сексопатологу:

- Доктор, если я выпью, то не могу кончить.

- А вы не пейте.

- А если не выпью, то не могу начать...

Анекдот

Если вас, мой читатель, мучает чувство вины, то есть лишь два пути. Первый: заняться самовнушением, убеждая себя, что это всего лишь фантазия, никакой патологии в этом нет. Но если не получится, у вас есть второй путь: обратиться к сексологу, который проведет курс психотерапии, и все угрызения совести как рукой снимет.

Отдал супружеский долг - и свободен!

Д.Е.

МУЖЧИ-ИНА, ПОЗВОЛЬТЕ ОПЕРЕТЬСЯ О ВАШЕ ПЛЕЧО!

Ну, а теперь, как уже повелось в книгах этой серии, мы сделаем паузу и немного поиронизируем. Остроумие - защита ума от окружающей действительности.

Мне уже говорили читатели, что пользуются моими “иронизмами” в своей повседневной жизни - даже если настроение было на нуле, им удавалось с помощью иронии изменить взгляд на жизнь, на будущее, на себя. Следовательно, разработанный мною метод смехотерапии действует!

* * *

Мужчина всегда может найти общий язык с женщиной, если прикусит свой.

*

Не сложно быть у особы прекрасного пола первым. А вы попробуйте стать последним!

*

О мужчине судят не по его любовнице, а по его жене.

*

Все любовники, потерпевшие первое фиаско, должны иметь право на вторую попытку...
с другой женщиной.

*

Если каждая новая женщина - всего лишь очередная, вы не разглядите в ней свою единственную.

*

Мужчины были бы гораздо смелее, если бы знали, о чем думают женщины.

*

В человеке все должно быть прекрасно, особенно его спутница жизни.

*

Чтобы последняя женщина в вашей жизни оказалась лучшей, нужно сделать лучшую последнюю.

*

Если женщина не права - попроси у нее прощения.

*

Если вы скажете женщине, что она лжет, - рискуете услышать от нее неприятную правду.

*

Хочешь, чтобы женщина с тобой согласилась, - соглашайся!

*

Сильным может считать себя лишь тот, кто является опорой для многих.

*

Если все женщины вам не подходят, значит, вы не подходите ни одной.

*

Хочешь услышать о себе правду - скажи женщине, что она не в твоём вкусе.

*

Как не попасться гаишникам? Ездить со скоростью 200 километров в час.

*

Если вас не устраивают ваши дети, молитесь, чтобы скорее появились внуки - они отомстят за вас!

*

Лучше быть повелителем своего великодушия, чем рабом собственных недостатков.

*

Быть импотентом простительнее, чем быть лентяем.

*

Если вас любят две женщины, вам остается только сбежать к третьей.

*

Мало взяться за ум, надо еще и мозги напрячь.

*

В спорах истину не рожают, а хоронят.

*

Если ты застенчив, - ври беззастенчиво.

*

Какими бы красивыми ни были ноги, из-за них не стоит терять голову.

*

В постели и в политике нужно поменьше говорить и побольше действовать.

*

Можно любить двух женщин одновременно, но лишь до той поры, пока одна из них не узнает о существовании другой

*

Если случилось непоправимое, не бейся головой о стену, бейся об угол. Это эффективнее.

*

Делайте умный вид. Вначале удивятся, а потом привыкнут.

*

Стоит ли жаловаться на жизнь? Другой у вас все равно нет.

*

Если женщина говорит монологами, - поаплодируйте и тогда у вас появится шанс вставить хотя бы слово.

*

Любовница должна быть такой, чтобы с ней было не стыдно попасть на глаза жене.

*

Легкая победа над женщиной - вовсе не ваша заслуга, а ваших предшественников.

*

Трудно быть лучшим в глазах женщины, если у вас нет соперника.

*

Чем меньше мужчина знает о женщине, тем она для него интереснее. Мораль ясна?

*

Мужчина должен помочь женщине быть слабой; сильной она может стать и без его помощи.

*

Осознав собственную силу, вы приумножите ее.

*

Поняв, можно простить даже себя.

*

Не нравишься себе? Не будь собой.

*

Не старайтесь понять женщин. Сделайте вид, что понимаете, - дешевле обойдется.

*

Уступайте женщине место, но никому не уступайте место рядом с ней.

*

Если женщина протянула тебе руку, не хватай ее за ножку.

*

Даже перецеловав сто лягушек, вы вряд ли найдете среди них царевну.

*

В чужой монастырь со своей монашкой не ходят.

*

Родился сам - помоги родиться другому.

*

Даже рожденный ползать способен летать... если его скинуть с лоджии 14-го этажа.

“КОСМИЧЕСКИЙ ЭКСТАЗ ГАРАНТИРОВАН!”

В жизни всегда есть место празднику. Нужно только в это место попасть.

Анекдот

А сейчас я раскрою читательницам одну мужскую тайну, которая, в частности, объясняет, почему некоторые мужья забыли дорогу на супружеское ложе, а холостые не очень-то рвутся обзавестись подругой, а если таковая есть, - не спешат жениться, почему одни мужчины испытывают сексуальную скуку, а другие, будучи потентными, избегают секса с подругой жизни.

“Некогда я занимался сексом, а теперь - некогда”.

Д.Е.

“Мы взяли за руки и заголосили какую-то тарабарщину, вторя инструктору. Потом под музыку меня стали раздевать женские руки. В состоянии какого-то транса я, верный супруг, почувствовал захлестнувшую меня волну возбуждения. “У тебя чакры закрыты, сейчас мы их продуем...” После продувания каждой сверху донизу посредством ртов красивых обнаженных девушек я окончательно впал в состояние всеобщей раскрепощенности...” - так начиналась статья журналистки Ларисе Хлебниковой в газете “Аргументы и факты”, озаглавленная “Хочешь, я продую тебе чакры?”. Журналистка попросила меня прокомментировать рассказ мужчины, который примчался к ним в редакцию и захлеб делился своими впечатлениями. Отрывок из его взволнованного повествования приведен выше. Не правда ли, звучит весьма интригующе? Заводит?

Не ломайся - наслаждайся!

Д.Е.

Думаю, немало найдется мужчин, согласных, чтобы ему “продули чакры” посредством рта, да к тому же, не одна, а несколько красивых девушек. Претворенное в жизнь тайное желание многих мужчин! Причем, не банальный группешник, а с “философской подкладкой”: не просто оральный секс с группой девушек, а приобщение к древнеиндийской тантре! Звучит весьма интригующе!

Грешите так, чтобы вам завидовали!

Д.Е.

После опубликования этой статьи я получила десятки писем по электронной почте, мне звонили читатели-мужчины и просили дать адрес клуба, где “продувают чакры”. Любопытство стугило не только кошку. Любителей сексуальных экспериментов у нас немало. Наивных людей обоего пола, готовых отдать свои кровные денежки непонятно за что, прельстившись броской рекламой, - тоже.

Два эстонца приходят в публичный дом, подходят к мадам:

- Мошно у ваас тэвочку снять за пят долларов?

- Ха! За пять долларов вы можете друг друга в кустах поиметь!

Эстонцы разворачиваются и с гордым видом уходит. Через полчаса возвращаются:

- А кому деннги оттават?

Анекдот

Вынуждена разочаровать своих читателей: адреса я не знаю, а даже если бы и знала, то не сказала бы. Почему - вы и сами поймете, когда прочтете несколько следующих глав, посвященных “тайне тантрического секса”. На самом деле нет никакой тайны - это очередной обман, коммерциализация секса под видом “обучения тантре”.

Наколдую любовные и другие проблемы. Колдунья Венера.

NN

Между прочим, герой, чей рассказ приведен выше, по профессии актер. Если вы еще не догадались, поясню: есть основания полагать, что он всего лишь разыграл перед журналисткой сценку собственного сочинения. Зачем? Ради рекламы, разумеется.

Жареные темы всегда в ходу, а потому наш герой избрал беспроигрышный вариант, зная, что его рассказ заинтересует журналистов. Иначе с чего бы “верный муж”, каковым он себя именует (хоть застрелите меня, не поверю, что в наше время среди актерской братии еще есть “верные мужья, - нравы этой среды мне хорошо известны) примчался в редакцию? Окажись он провинциалом, обалдевшим от казуса, случившегося с ним в столице, - такой порыв был бы достоверным. Но актер...

Будь это самореклама, он бы назвался, однако наш герой пожелал сохранить инкогнито. Да и как занесло “верного мужа” в компанию любителей групповухи?

С кем поведешься - так тебе и надо!

Д.Е.

Сознаю, что сей дотошный анализ - следствие определенного типа мышления, присущего мне, как и любому автору детективных романов, однако это единственная возможность ответить всем читателям сразу (дабы не тратить время на переписку по электронной почте) и убедить их, что сей красочный рассказ не имеет ничего общего с реальностью. К сожалению, я безымянного героя не видела, иначе быстро бы его “расколола”.

Актер - это не профессия. Это диагноз.

Д.Е.

В общем-то любой взрослый человек вправе сам решать, стоит ли пускаться во все тяжкие. Но раз уж так получилось, что я невольно поспособствовала рекламе подделок под тантру, то постараюсь предостеречь своих читателей от опрометчивых поступков. А потому мы уделим этой теме особое внимание и в следующих главах разберем ее детально.

Муж - жене:

- Я придумал еще одну позу для секса - спина к спине.

- Но ведь так ничего не получится!

- Получится! Я соседку пригласил!

Анекдот

ОРГИЙНЫЙ ЭКСТАЗ ЛЮБВИ ИЛИ СЕКСУАЛЬНАЯ ОРГИЯ?..

Свят оргийный экстаз любви...

Н. Бердяев

Вряд ли найдется сексуально активный мужчина, который откажется принять участие в настоящей сексуальной оргии, предпочтительно - с незнакомыми людьми. Что бы ни произошло во время разнузданного буйства плоти, - стыдиться некого, раз все участники не знакомы друг с другом. А себе всегда можно сказать: этого не было, а если и было, - все неправда.

Самая искусная ложь - лгать самому себе.

Д.Е.

Есть люди, которые умеют делать деньги из чего угодно. У них особый нюх на конъюнктуру и новые веяния; если на какой-либо товар есть спрос, будет и предложение.

Сейчас в нашей стране появилось множество клубов, в которых якобы проводятся занятия (разумеется, платные) магией древних славян, обучение тантрическому сексу и прочие групповые сексуальные игрища.

Краткое руководство по сексу:

Засунуть. Вытащить. При необходимости повторить.

Анекдот

Получилось так, что я невольно поспособствовала популяризации тантры и активизации деятельности доморощенных гуру, “инструкторов по тантре”, “магистров сексуальной магии” и прочих шарлатанов и конъюнктурщиков. В моей книге “Секс с изюминкой” есть глава “Тантрический секс”. Но я-то писала о подлинной тантре! А ушлые дельцы быстро смекнули, что на этом можно поживиться, быстренько проштудировали литературу о тантре и других древнеиндийских учениях, вызубрили целые абзацы (слова там преимущественно незнакомые, но определенное впечатление такие цитаты производят; как отмечал герой Аркадия Райкина, “говорит умно и хорошо, но непонятно, о чем”), напичкали “для достоверности” именами древнеиндийских божеств и терминами, значения которых и сами не осмысливают, “приземлили” на нашу, российскую, почву и выдают эту галиматью за “осовремененную тантру”. Этот бред повторяют за “магистром” его подопечные, причем, многие свято верят всему, становясь убежденными “приверженцами тантры”. Ну, а мне и моим коллегам потом приходится лечить последствия, когда у такого “фаната тантры” крышу напрочь сносит.

Прогноз: после психиатрического лечения больной выздоровеет, но навсегда

останется идиотом.

Д.Е.

“Я сбросил оковы, которые меня стесняли, - закатывая глаза, сообщил мой пациент по имени Владимир, не сознавая, что говорит штампами, которыми накачивают доверчивых людей доморощенные гуру. - Я ощутил необычайную энергию и познал экстаз, прорываясь в заоблачные выси”. “Стоп! - прервала я его. - Вы же цитируете мою книгу”. “При чем здесь ваша книга? - надулся мой собеседник. - Магистр объяснил мне суть тантры, и теперь я сам все осознал”.

Режим для мужчины:

1. Гурманировать - 30 минут.

2. Гормонировать - 10 минут.

3. Гармонировать - 5 секунд.

Анекдот

“Теперь я могу наслаждаться божественной любовью, не обращая внимания на телесную оболочку, - заявил мне другой пациент. - Я значительно продвинулся на пути совершенствования сексуальных отношений”. И опять знакомые фразы, ставшие штампами.

Мозг человека способен вместить лишь определенное количество вранья.

Д.Е.

По своей сути это всего лишь промискуитет, однако все обставлено красиво и на взгляд неискушенного выглядит вполне правдоподобно.

Самозванцы, нахватавшиеся там и сям высоких слов про эликсир жизни (каковым, согласно тантре, считается сперма), всеобщую любовь, космический экстаз, присваивают себе звание магистра несуществующих наук и довольно бойко тараторят на заданную тему: мол, это древнеиндийское учение, которое во главу угла ставит достижение свободы посредством практики секса как рычага, приводящего в движение космические силы.

Я вас любил, деревья гнулись.

NN

На самом деле такие клубы не имеют никакого отношения к серьезным духовным учениям. Это всего-навсего легализованный бордель, в котором вы отведаете групповухи, сдобренной кое-каким антуражем. Создаются такие “школы” с единственной целью - выманить побольше денег у доверчивых людей.

Если ты веришь и надеешься, - тебя непременно обманут.

Д.Е.

Ко мне обратилась женщина, клюнувшая на объявление в газете, где за 200 долларов обещали обучить тантрическому сексу. “За мои же деньги меня поимели шестеро мужчин, - горестно поведала она. - Самое обидное - я удовольствия не получила...”

- Доктор, возможно ли иметь женщину пятнадцать раз за ночь?

- Возможно и больше, если набрать желающих.

Анекдот

Опасны такие клубы тем, что со временем все больше напоминают секту. Если доморощенный гуру имеет личностные черты “маленького Наполеона”, то самоутверждается за счет полной власти над своими подопечными. Начинается все с сексуальных оргий, а дальше - больше, вплоть до деяний, подпадающих под какую-либо статью Уголовного кодекса.

Если половина ваших желаний осуществится, у вас будет ровно вдвое больше проблем.

Д.Е.

ПОЛОВОЙ АКТ НА ПОЛУ АКТОВОГО ЗАЛА

Групповой секс - отличное времяпрепровождение для любителей сачкануть.

Д.Е.

Один мой знакомый по имени Саша как-то раз пошел из любопытства в такой клуб, а потом поведал, как было дело. Рассказ своего приятеля я записала на магнитофон, привожу дословно и заранее приношу извинения - сохранены все его сленговые словечки и вульгаризмы.

“Объявление в газете было - супер! Все так по научному изложено, мол, вы с помощью тантры приобщитесь к ведической тайне, а именно: Человек - это Бог. Сливаясь в сексуальном объятии, он и она, Бог и Богиня, достигают трансцендентного блаженства.

Сексуальные миражи.

Д.Е.

Ну, я и решил достичь этого самого “трансценетного блаженства” - надоел просто трах-перетрах, захотелось неземного экстаза. Все ж в этих древнеиндийских учениях есть какой-то смысл - так я тогда думал. Одна моя подруга юности увлекалась хатха-йогой, а я в ту пору не проникся, видимо, еще не дорос до того, чтобы приобщиться, вот и решил наверстать, повзрослев.

Позвонил. В газете было написано, что это “Центр Занги такой-то” (указана звучная женская фамилия на манер иностранной), а попал я явно в квартиру, чему очень удивился - несолидно как-то... Шепелявая девица оттарабанила, что первоначальный курс - 6 занятий, стоит 50 долларов, а дальше магистр Занга решит, стоит ли мне продолжать занятия. “Если не стои`т, то и не сто`ит?” - попробовал я прозондировать почву, но деваха оказалась без чувства юмора.

- Муж вчера купил водяную кровать. Дорогушая!

- Здорово! Будет у вас любовь на воде.

- С моим мужем это будет не любовь на воде, а круиз по Мертвому морю.

Анекдот

В общем-то мне уже было понятно, что этот “Центр” - туфта, но я не люблю незавершенных дел. Дав и любопытно было.

Мне было велено принести деньги в определенное место, а потом ждать звонка. А чтобы я не беспокоился, что попал на лохотрон, мне пояснили, что занятия начнутся, когда наберут группу из 20 человек. Мне позвонили уже через неделю, что группа укомплектована.

В назначенный день в девять часов вечера пришел я по адресу. Это оказался бывший НИИ, у которого “Центр” арендовал зал для заседаний (хорошо хоть не подвал!). Причем на двери сохранилась табличка “Актный зал”. Я не преминул указать на двусмысленность одному из товарищей по оружию, но в ответ тот одарил меня негодующим взглядом. Да-а... Сдвинутых по фазе там добрая половина. Иные повернуты на сексуальной почве, остальных привело обыкновенное любопытство.

Две подруги разговаривают:

- Как твой муж в постели?

- Как велотренажер!

- Это как?

- Пыхтышь на нем, стонешь, потеешь, а он... никуда не едет!!!

Анекдот

Половина зала была занята сдвинутыми рядами стульев, в противоположном конце - возвышение, на котором стояли трибуна и длинный стол под зеленым сукном - видно, время от времени актальный зал функционировал по своему первоначальному назначению, - а посередине топталось 20 человек. По стенам были развешаны картинки: из Кама-Сутры, снимки фресок древнеиндийских храмов, схема “Семь чакр” и “кундалини” и прочие неоднократно растиражированные сюжеты. В общем, все выглядело кустарно и жалко. Происходящее напомнило мне сцену из фильма “Калина красная”: стоя старперов с горящим взглядом и торжественное “Народ к разврату готов!”

- В каком жанре написана Камасутра?

- Комедия положений.

Анекдот

Я сразу впал в пессимизм и подумал, что среди присутствующих дам нет ни одной, на которую у меня встанет, не говоря уж о “космическом экстазе”. Несколько смущающихся домохозяек, которые забрели от не фиг делать или по наивности, штук пять сексуально неудовлетворенных дамочек, которыми даже верблюды в пустыне за кило колючек не соблазнятся, парочка шлюшек, которым все равно с кем, три худосочные девицы в стиле унисекс, две бабенки без возраста, с алчущим мужской ласки взглядом и еще одна, напоминающая старую деву, отчаянно жаждущую расстаться со своей девственностью, но не сыскавшая добровольца, - вот и весь контингент. Смотреть не на что, трогать никого не хочется, наоборот - есть желание отойти подальше: помещение густо пропитано запахом пота - и мужского, и женского. Потели десятки людей до нас, потела вся наша группа в ожидании приобщения к обещанному таинству.

- Почему русская женщина никогда не меняет белье?

- Потому что мужчин возбуждает белье черного цвета.

Анекдот

Жалко мне стало 50 баксов... Только было я решил поскандальить, чтобы мне их вернули, входит сама мадам Занга, именем которой назван этот “Центр”. Типичная поблядушка, но аппетитная. И я сразу приободрился - хоть один достойный кадр. Правда, превдоним шел ей, как ковбою лифчик, - по паспорту она, скорее всего, Зинка. Зато грудей полная пазуха и что-то такое на ней надето, обтягивающее и прозрачное, все просвечивает - и соски, и треугольник на лобке. Старперы тоже сразу оживились.

Сосед встречает в подъезде соседку.

- Тань, а где твой муж?

- В командировке.

- Так я вечером зайду?

- Я тебе что, проститутка?

- Да ты что? У меня денег на это нет!

Анекдот

Мадам встала в позу и на одном дыхании выдала длинную тираду, из которой я ничего не понял, да и не очень-то старался, честно говоря, - больше пялился на ее формы.

Далее Зинка-Занга призвала присутствующих видеть в своем партнере воплощение бога (богини) и ощутить себя богом (богиней). Особого энтузиазма среди мужской половины группы этот призыв не вызвал - трудно представить богиней потеющую тетку весом свыше центнера, а таких там было более половины. Но дамы воодушевились - им очень понравилось, что их будут воспринимать как богинь, да и плотских радостей хотелось, но мужикам явно не хотелось отведать такой плоти, а уж видеть в ней богиню...

Примерно час инструкторша завывала про тантру, чакры, мантры и высвобождение кундалины, а народ заскучал. Кое-кто настроился на разнузданную сексуальную оргию, а тут нечто, напоминающее молитву... Правда, были и такие, кто благоговейно внимал этой тарабарщине.

Я жалею, что не взял с собой кинокамеру. Фильм получился бы отменный: тетка с внешностью вокзальной буфетчицы совковых времен, с выкрашенным добела кудряшками, одетая как дешевая проститутка, чешет речитативом заученный текст, который в ее устах явно чужероден. Ей бы зазывалой в борделе работать или водкой в разлив торговать, а она про чакры-мантры. Как попугай, повторяющий чужие слова, не понимая их смысла. Смешно...

Наконец Зинка-Занга выдохлась и затеяла стриптиз, чтобы расшевелить вялую публику. Раздевание сопровождалось бормотанием: "Женщины - это боги, женщины - это жизнь,

женщины - это красота. Пусть ваши мысли постоянно пребывают среди женщин”.

Хоть я и профан, но знаю, что эти слова приписываются Будде и приведены в одном из тантрических текстов, - бывшая подруга пыталась просветить меня, дремучего, и кое-что я запомнил. Знал я и о том, что среди древнеиндийских философов существуют разногласия во взглядах на женщину и секс, и оповестил увлекшуюся инструкторшу, что один древнеиндийский философ, почитаемый как святой, придерживается иного мнения: Женщина - это мешок, наполненный мочой и фекалиями.

Мое заявление вызвало бурю негодования, а полураздетая предводительница сексуально оголодавшего стада, видать, решила, что я представляю угрозу для ее отлаженного сексуального бизнеса, и надумала меня нейтрализовать испытанным способом: поманила пальчиком и затеяла обоюдное раздевание, стимулируя остальных последовать нашему примеру.

Заслуживает ли уважения женщина, снимающая для нуждающегося мужчины последнюю рубашку?

NN

Народ уже застоялся и с удовольствием начал сбрасывать с себя одежду - в зале было жарко. Инструкторша предусмотрительно согнала всех в плотную кучку, так что раздевающиеся постоянно касались друг друга разными частями тела.

Ну а потом началось такое... Я, правда, в этом свальном грехе не участвовал - оприходовал грудастую Зинку и смылся.

Современная тантра - это час мозгового секса и минутное удовольствие.

Д.Е.

Теперь надо сходить к венерологу и сдать анализы - боюсь, что за свои же денежки я поймел проблемы со здоровьем. Если эту Зинку окучивает каждый желающий, то эта тантрическая зараза заразнее проститутки.

Познакомился мужчина с женщиной. Надеялся на халяву, а она денег требует. И много.

- Почему так дорого? - возмущается мужик.

- А у меня сертификат качества, - говорит она и показывает ему справку от венеролога.

Анекдот

Ни она, ни остальные групповушники не пользовались презервативами. Да и не выдержала бы резина такого интенсивного трения, задымилась бы. Когда эти сексуально изголодавшиеся тетки и дядки вошли в раж, это было зрелище покруче, чем в “Калигуле”! Некоторые - из зада в рот и наоборот. Так и глистов наберешься, не говоря о вензаболеваниях. Мужики друг друга тоже вовсю имели, причем, многие делали это впервые.

- Развели здесь содом с геморроем, понимаешь!

NN

Как я потом понял, конвейер в этом “Центре” работает бесперебойно: как только наберут 20 лохов, тут же вербуют новых волонтеров, у них параллельно задействованы несколько групп. Набирали бы более многочисленные, да не позволяет размер свободной площади пола актового зала, где разыгрывается действо, именуемое “тантрическим сексом”, там и так под завязку, совокупляющиеся - как кильки в банке. Я прикинул: 50 баксов на 20 жаждущих неземного экстаза - это же штука зелени! И всего за 6 занятий! Половые акты - и в прямом, и в переносном смысле, - происходят в этом “Центре” имени Зинки ежедневно, а иногда бывает и по два сеанса в день, - и с каждой группы по тысяче долларов. Зинка-Занга хвасталась, что у них проходит по 10-20 групп в месяц. Неплохой бизнес.

И вот теперь думаю - за что я свои кровные 50 баксов отдал? Таких Зинок я и бесплатно могу поиметь. А любители платного секса на эти деньги могли бы трех проституток снять, хоть по очереди, хоть всех троих одновременно, и получили бы больше удовольствия, чем

соитие с потеющими и неподмытыми тетками на грязном полу актового зала среди других потеющих и воняющих теток и дядек.

Где обещанный космический экстаз? При чем тут тантра?! Дурят нашего брата...”

Новый вид сексуальных услуг: за ваши деньги вас же и поймеют.

Д.Е.

ТАНТРА НА МАНТРУ, МАНТРА НА ЧАКРУ, ЧАКРА НА...

Стал членом нового движения, не вставая с постели.

Д.Е.

Бессмертную фразу “Дурят нашего брата” из интермедии Аркадия Райкина я услышала еще раз во время записи телепередачи “Секс и наркотики”, куда меня пригласили в качестве эксперта.

О том, что происходит в так называемых “школах сексуальной магии”, “клубах тантрического секса” и о доморощенных гуру я, в основном, знаю со слов своих пациентов, купившихся на многообещающее рекламное объявление и оказавшихся обманутыми в своих ожиданиях, а тут имела возможность увидеть “магистра” воочию. Посмотрев на нее, я сразу вспомнила Зинку-Зангу, тоже “магистра сексуальной магии” с внешностью привокзальной буфетчицы и повадками стриптизерши, попутно оказывающей клиентам и сексуальные услуги, о которой рассказал мой приятель (см. главу “Половой акт на полу актового зала”).

Почем вы, девушки, красивых любите?

NN

Правда, у нашей героини, назовем ее в шутку Кали (так именуется одна из ипостасей жены Шивы), не было аппетитных форм, как у ее коллеги по ремеслу, но беспардонного нахальства хоть отбавляй. Она пришла с определенной целью: рекламировать свое заведение и вербовать новых членов своего кружка (это двусмысленное словосочетание из старого анекдота

упомянул один из присутствовавших на передаче мужчин).

Пропагандистку нового вида сексуальных услуг сопровождал дебильного вида бритый под ноль парень, из тех, про кого сочиняют анекдоты. Надо полагать, он ее постоянный партнер, с которым она демонстрирует своим ученикам соитие как средство самореализации.

Мужик выбирает “ночную бабочку”:

- Почем любовь?

- Сегодня у нас тариф “молодежный”: первые 20 секунд - бесплатно.

Анекдот

Войдя в гримерную, Кали с порога начала перечислять свои “титулы” - она и “магистр” каких-то там наук, о которых никто не слышал, и “бакалавр”, и “академик” Академии сексуальной магии (я и не знала, что такая существует; вполне возможно, сие учреждение - тоже плод неумной фантазии самозванки). Ораторша сообщила, что она “специалист по современной тантре” и руководитель “Центра Кали” (похоже, она в этом “Центре” и шеф, и единственный сотрудник), но не стала приглашать присутствующих принять участие в “семинаре”: продвинутая телевизионная братия все равно не купилась бы.

Объявление: “Нам нужны новые члены. Клуб импотентов”.

Д.Е.

На мое скептическое замечание относительно ее профессиональных качеств (я имела в виду знание тантрического учения, а не древнейшую профессию) мадам Кали тут же встала в позу оратора посредине гримерной и оттарабанила заученный текст. Ее лицо выражало при этом почти экстатическое состояние, казалось, еще чуть-чуть, и фанатеющая проповедница испытает затяжной оргазм. Однако на присутствующих ее молитвоподобный монолог особого впечатления не произвел - в среде телевизионщиков вызубренная назубок домашняя заготовка непопулярна. А шкафообразный спутник “магистра” мерно жевал жвачку и вообще ни на что не реагировал, - видно, не раз слышал эту “мантру” (к подлинным мантрам эта

ахинея не имела никакого отношения).

Она знала лишь одну молитву: “Господи, помилуй мя, грешную...!”

Д.Е.

Решив подучиться, я вознамерилась копнуть поглубже, руководствуясь принципом Петра Первого: “Дабы дурь каждого каждому была видна”. Уже после пары моих вопросов Кали стушеввалась и стала повторяться. Одни и те же заезженные фразы. Прав был мой приятель, сказав, что Зинка-Занга напоминает попугая, который долдонит “Попка дурак!” или “Пиастр-ры!” - не осмысливая того, что он повторяет. Всем стало понятно, что Кали - полный профан в том, что проповедует. Нашу бессмысленную дискуссию (правда, дискуссией ее назвать трудно - я не получила внятного ответа ни на один вопрос) прервала гримерша, сказав, что мне пора гримироваться перед эфиром (а во время этого священнодействия разговаривать не позволено). Я села за гримерный столик, а проповедница отправилась охмурять мужскую половину присутствовавших в студии.

Чем фантастичнее ложь, тем больше ей верят.

Д.Е.

Сексологам, наркологам и психологам, приглашенным в качестве экспертов, было непонятно - зачем эту вертлявую, вульгарную особу пригласили на серьезную программу? Выглядела она и смешно, и нелепо: ей уже сильно-сильно за тридцать (а может, и за сорок...), но тощенькая “инструкторша по тантрическому сексу” вырядилась в черное платье-стрейч, в котором обычно дефилируют “на работе” уличные проститутки; супермини, открывало тонкие ножки, а гигантское декольте не открывало ничего по причине отсутствия пикантных выпуклостей. Нелепым был не только ее наряд, но и манера поведения: эта потрепанная жизнью особа, одетая в униформу ночных бабочек, зачем-то пыталась играть под девочку - округляла глаза и тараторила звонким голосом, как школьница-отличница вызубренный урок. В общем, жалкое зрелище.

Списанная красавица.

Д.Е.

Только самый дремучий дилетант мог поверить, что эта вульгарная особа с повадками дешевой шлюхи приобщит его к тантре, - все ж это серьезное философское учение. Древнеиндийские философы на том свете, наверное, не раз содрогнулись...

И создал бог женщину. Существо получилось злобное, но забавное.

NN

Мой коллега, циник, как и все врачи, оглядев “специалиста по тантрическому сексу”, шепотом произнес: “Не дотягивает инструкторша до древнеиндийских эталонов красоты - там ценились женщины в теле, а бедра должны были быть такими, чтобы в пупок вставить циркуль и очертить им полную окружность. Какая ж это тантра, раз подержаться не за что?”, а потом напомнил старый, пошлый анекдот: “Ручки тоненькие, ножки тоненькие, сама вся такая худенькая, жалкая, я ее трахаю и плачу...”

Один парень - другу:

- Я встретил девушку своей мечты. Месяц назад мы поженились.

Показывает фотографию. Друг, удивленно:

- И это девушка твоей мечты?

- Понимаешь, когда я мечтал, у меня была депрессия...

Анекдот

Мне очень не хотелось, чтобы самозванный “магистр” несла свою галиматью с телеэкрана, тем более, в моем присутствии - получилось бы, что я тоже невольно причастна к оболваниванию телезрителей, - но вскоре нас пригласили в студию, и начиналась запись в режиме нон-стоп.

Когда дошла очередь, Кали оттарабанила тот же текст, который апробировала в гримерке. “Я так и не понял, что же такое тантрический секс, - признался один из ведущих. - Поясните,

пожалуйста, попроще”. Снова полилась словесная окрошка про чакры, мантры, космическую энергию, постулаты тантрической доктрины, концепцию Шивы - Шакти... И опять оба ведущих недоуменно воззрились на токующую в экстазе доморощенную гуру. Пришлось мне взять микрофон и пояснить, что такое тантра (к сожалению, потом этот фрагмент вырезали, и телезрители слышали лишь то, что вещала невежественная “инструкторша”). Я столь подробно рассказываю об этой передаче, потому что ее видели миллионы телезрителей и, к сожалению, они слышали проповедь “магистра” несуществующих наук.

Все люди невежды, только в разных областях.

Д.Е.

Мой комментарий пришелся не по вкусу Кали. “Вы говорили про классическую тантру, а я практикую современную, - заявила она. - Да, в тантре есть парадигма шабаша, акцентирующая ритуальную наготу. Чакра Пуджа, или круг поклоняющихся, состоит из последовательного чередования мужчин и женщин. Круг - символ чрева женщины. Цель круга - уловить и задержать психическую энергию, излучаемую живой плотью обнаженных участников”. “Групповуха, что ли?” - шепотом поинтересовался один из сидящих сзади психологов. “Ой, дураят нашего брата... - вторил ему другой. - Похоже на обычную игру в “ромашку”, а столько трескучих фраз...” Я была согласна с коллегой, а ведущий затеял со мной дискуссию “за” и “против” группового секса.

Я не прочь заниматься групповым сексом... в группе из двух человек.

NN

Кали, обиженная тем, что не приобрела сторонников “современной тантры” (кстати, на поверку там вообще не оказалось ничего от древнеиндийского учения, за исключением традиционных терминов), снова затеяла свою проповедь, но ведущие, иронично переглянувшись, и один из них завершил: “В общем, чакра на тантру, тантра на мантру, мантра на... - Он хмыкнул, сдерживая смех, и спросил Кали: - А вы даете индивидуальные уроки

или только групповые?” Не поняв иронии, “инструкторша” приняла оскорбленный вид, а ведущий, уже откровенно насмехаясь, заявил: “Жаль...”.

Молодой человек познакомился с девушкой и намекает ей на постель.

- Если вы считаете меня проституткой, то вы ошиблись, - сердито говорит она.

- Ну что вы! Я же не собираюсь вам платить!

Анекдот

И КОМУ КАКОЕ ДЕЛО, КТО ТЕБЕ В ПОСТЕЛИ НУЖЕН?..

Сексуальная революция свершилась. Победили вирусы.

NN

В последнее десятилетие в нашей стране происходит сексуальная революция (мы отстали от запада на три с лишним десятка лет).

Утверждение: “В нашей стране секса нет” - давно уже не актуально. Есть в нашей стране секс, причем в таком количестве, что западные страны, напуганные эпидемией СПИДа, могут обзавидоваться.

Две подруги разговаривают:

- Как ты думаешь, переспать мне с ним или нет?

- Переспи, если он тебе нравится...

- Но он какой-то очень уж совестливый...

- Не волнуйся, совесть половым путем не передается.

Анекдот

Осторожные иностранцы вступают в интимный контакт лишь после тщательного венерологического обследования будущего партнера, а достоверно подтвердить, что человек не носитель ВИЧ, можно лишь через полгода. Поэтому влюбленная парочка многие месяцы ходит, облизываясь друг на друга на расстоянии (ведь можно заразиться и при поцелуе!),

пока оба не получат на руки результаты анализов.

А наш народ всегда отличался беспечностью и легковёрностью. Извечное русское “авось!”

- не утратило актуальности и в наши дни.

Приходит Вовочка к врачу:

- Дядя доктор, пожалуйста, заразите моего папу СПИДом!

- Ты что, малыш?!

- Понимаете, папа заразит маму, мама - соседа дядю Васю, дядя Вася свою жену, а она моего учителя географии - я на него давно зуб имею.

Анекдот

Мой приятель Саша, заплативший 50 долларов, еще легко отделался. Ему повезло - от мадам Занги он ничего не подцепил. “Может и мне в “магистры” податься? - смеется он. - А что? Язык у меня подвешен, память хорошая, вызубрю текст и вперед. Денег огребу! И халявный секс впридачу”.

Случайные любовные связи могут иметь венерическое продолжение.

Д.Е.

Моему пациенту по имени Борис сексуальное любопытство обошлось гораздо дороже: он заплатил вдвое большую сумму за “курс занятий”, проходивших в целом примерно по тому же сценарию - вначале тарабарщина под видом “древнеиндийского учения”, а потом совокупление с кем попало, то попарно, а то и вчетвером-впятером.

Встречаются две лобковые вши.

- Привет, куда спешешь?

- А на работу.

- И где же ты работаешь?

- А в органах...

Анекдот

Женщин в их группе оказалось значительно больше, и Борис считал, что ему повезло: “Классно, когда тебя ласкают сразу три-четыре рта и столько же пар рук”.

Ринулся навстречу разврату.

Д.Е.

“Занятия” ему нравились, а “космический экстаз” он испытал во время разборок с женой, заразив ее широкими кондиломами и узнав, что лечение обойдется ему с супругой в кругленькую сумму.

Парень говорит венерологу:

- Док, кажется, я болен СПИДом. Если вы дадите мне 200 долларов, я заражу всех членов нашего тантрического кружка. Оба заработаем.

Анекдот

Кто из четырнадцати женщин, участниц группового секса, заразил Бориса, установить не было возможности: “занятия” закончились, и все разбежались, а при вступлении в “кружок” у будущих членов и членш не спрашивали их паспортные данные. Борис даже имен некоторых партнерш не знал. Ему удалось выяснить, что некоторые любительницы не ограничиваются “обучением” в одной группе и постоянно практикуют так называемый “осовремененный тантрический секс”

Девиз венерологов: “Наш прогрессивный паралич - самый прогрессивный в мире!”

Д.Е.

Если же у вас, мой читатель, сексуальное любопытство возьмет верх над доводами разума, будьте готовы к тому, что вас за ваши же деньги (и немалые, между прочим!) отымеют в каком-нибудь подвале, на грязном полу актового зала, а само действо, несмотря на звучный словесный антураж, будет очень далеко от обещанного “космического экстаза”.

“Никому бы не отказывал, будь я женщиной!”

Д.Е.

Расскажу трагикомическую историю, происшедшую с одной из моих пациенток.

Маша обратилась ко мне с просьбой, которую я слышу от многих женщин: “Доктор, помогите вернуть мужа!”

Порой только познав другую женщину, мужчина может оценить собственную жену.

Д.Е.

Оказалось, что, как это нередко бывает, в последние годы супруг физически присутствовал, но эмоционально отсутствовал. Общению с женой Юрий предпочитал любое другое занятие, в супружескую спальню норовил прокрасться первым и пока благоверная укладывала детей и занималась насущными делами, крепко засыпал (или весьма достоверно притворялся). А в последние месяцы дважды в неделю являлся домой поздно без уважительной причины.

Записка припозднившемуся мужу: “Твой ужин в желудке у собаки”.

Д.Е.

Что бы подумала на месте Маши другая женщина? Разумеется, то же, что и она: “Мой муж завел любовницу!” Они женаты семь лет, Маше 26, Юрию - 34, - в общем, все, как пишут в книгах про супружеские проблемы: кризис седьмого года брака, возраст мужских измен, сексуальная апатия супругов со стажем и прочее.

Разговаривают две подруги:

- У твоего мужа появилась любовница, - говорит одна.

- При нынешнем материальном положении мы уже можем себе это позволить.

Анекдот

Подвергнутый допросу пристрастием супруг вначале отчаянно отпирался, потом признался, что по совету коллеги поступил в тантрическую школу - мол, еще в юности немного увлекался йогой, потом забросил занятия, а сейчас самое время их возобновить: приближается кризис среднего возраста и надо достойно к нему подготовиться, чтобы

научиться сдерживать волнение, не переживать по пустякам, а по большому счету - сохранить бодрость духа в столь трудный период. Тантра, мол, еще более глубокое и разностороннее философское учение, чем йога, она позволит расширить рамки сознания и приобрести многие полезные навыки.

Хоть идеал недостижим, его надо искать.

Д.Е.

Такое объяснение Машу успокоило. В качестве дополнительного доказательства Юрий продемонстрировал ей цветные рисунки со схематическим изображением чакр. Непонятные слова “муладхара”, “свадхистхана”, “анахата” под рисунками и еще более непонятный текст, выполненный необычным шрифтом, окончательно убедили Машу, что муж не врет.

Как и многие жены, она решила: “Чем бы дитя ни тешилось...” Все, что угодно, лишь бы не любовница!

Жена вернулась из командировки. Входит в квартиру и видит: квартира убрана, на столе цветы, шампанское стол красиво сервирован. “Ну надо же... - думает она. - Раньше от него ласкового слова не услышишь, а тут, видно, соскучился в разлуке...” Заходит в спальню - муж спит. “Устал, бедный, пока делал уборку... “- думает она, с нежностью глядя на него.

Тут приходит дочка и говорит:

- Знаешь, мам, пока тебя не было, к нам каждый вечер приходила какая-то тетя...

Жена в гневе выбрасывает все вещи мужа на лестницу. Просыпается муж, трет спросонья глаза:

- Ты? Приехала? Ты ж сказала, что через неделю приедешь!

Анекдот

Прошел еще месяц. В день зарплаты Юрий выдал жене мизерную сумму и развел руками - нет, мол, денег. Выяснилось, что потратился он на обучение в тантрической школе.

Машу подобный эгоизм возмутил: у них двое сыновей, которые вырастают из одежды сразу же после примерки, а муж тратит всю зарплату на свои причуды! Кризис у него грянет, видите ли! А у нее, Маши, каждый день кризис!

До женитьбы мужчина готов отдать за вас жизнь, а после женитьбы не отдает даже зарплату.

Д.Е.

В общем, супруги крепко поскандалили, однако Юрий стоял на своем: обучение он не бросит. Маша прибегла к классической угрозе: “Заберу детей и уйду к маме!” - но отвоевала лишь обещание мужа вдвое уменьшить количество занятий.

Через месяц супруг принес ей половину зарплаты, сказав, что остальные деньги ушли на оплату занятий в школе. Снова разгорелся скандал. Маша упрекала благоверного, что тратить 200 долларов, когда их доходы и так невелики, на занятия непонятно чем и непонятно зачем, - верх эгоизма и безответственности, а Юрий твердил, что будет продолжать посещать тантрическую школу.

“Мой муж козел, “капусту” любит, но домой ни фи́га не приносит!”

Д.Е.

Супруги так и не пришли к согласию, стали частенько ссориться, не разговаривали неделями. Юрия то не было дома, то он демонстративно не замечал жену.

Ссора мужа с женой:

- Чтоб ты жил на одну зарплату!

- Что ты с нее алименты получала!

Анекдот

Маша пришла ко мне в отчаянии: “Я чувствую, что теряю мужа. Он стал мне совершенно чужим. Мыслями Юра где-то далеко-далеко”.

В то время я и не подозревала о существовании легализованных под “школу тантры”

сексуальных оргий. Пригласила на консультацию Юрия, но он прийти не пожелал.

Открою еще один секрет Полишинеля: если мужчина избегает секса с женой и при этом нередко задерживается вечерами (какие бы мотивы он при этом ни приводил), - не нужно быть ясновидящей, чтобы заподозрить неверность.

Муж все время приходит домой поздно, жена его ругает. Наконец ему это надоело, он говорит:

- Я птица вольная, прихожу, когда хочу.

На следующий день жена вообще не пришла домой ночевать. Утром она появляется.

Муж орет, а она:

- Я птица подневольная. Прихожу, когда отпускают.

Анекдот

Кому-то, возможно, легче, если супруг занимается сексом сразу с несколькими партнершами. Все ж одна, но постоянная, как считают жены, представляет большую угрозу для брака, чем несколько случайных. Но это еще бабка надвое сказала.

Проще завести троих новых, чем отделаться от одной старой любовницы.

Д.Е.

Во всяком случае Юрий уперся рогом и ни в какую не желал отказаться от своей “тантрической школы”.

На тот момент Маша еще не знала, чем он там занимается, и боялась, что его втягивают в какую-то секту, где вымогают к нему деньги (такое в наши дни тоже нередкое явление).

Жена:

- Ты опять придешь поздно?

Муж:

- Ну что ты, милая, я приду рано, ты еще будешь спать!

Анекдот

Не добившись позитивного результата, несчастная женщина решила проследить за супругом. Дошла за ним до типового здания бывшего клуба образца советских времен, но в дверях оказалась преграда в лице охранника. Маша не растерялась и назвалась новым членом тантрической школы. Охранник, разумеется, не знал всех в лицо, да и не такое уж это серьезное заведение, страж дверей стоял лишь для солидности. В общем, Маша проникла внутрь и смело устремилась вперед. Ей пришлось обойти все три этажа - сборище “тантристов” оказалось на последнем.

То, что она там увидела, повергло ее вначале в шок - Маша застыла, не в силах отреагировать, а потом ошоломление прошло, и обманутая жена не на шутку разозлилась. Это, значит, вот чем ее муженек занимался два раза в неделю уже несколько месяцев?! Это из-за этого она отказывает во всем себе и детям?! Вот из-за этого ее семейная жизнь превратилась в ад?!

Свободная любовь - это разновидность эксгибиционизма.

Д.Е.

Можно себе представить, на что способна разгневанная женщина, буквально превратившаяся в фурию... А Маша, вдобавок, в прошлом перворазрядница по легкой атлетике, ноги у нее до сих пор сильные.

“Она ударила меня ногой по той части мужского тела, на которую обычно посылают”.

Д.Е.

Врач со “Скорой”, забирая потерпевших, не мог поверить, что все это дело рук (точнее, ног) одной женщины.

Муж возвращается домой после бурно проведенной ночи и слышит, как его жена говорит по телефону:

- Магазин оружия? Пришлите мне, пожалуйста револьвер 38 калибра. На чье имя?

На имя вдовы Ивановой!

Анекдот

Я полагала, что мне в очередной раз придется выступить экспертом-психиатром на следствии, а потом на суде, давая заключение, что моя пациентка была в аффективно суженном сознании, но дело спустили на тормозах. А оба организатора этой “тантрической школы” (их оказалось двое - мужчина и женщина) вряд ли возродились вновь в другом месте - Маша сделала их сексуальными инвалидами.

- Боже, Коля, что с тобой? Все лицо исцарапано, в синяках, еле идешь... Давай я помогу тебе дойти до дома.

- Ты что, охренел?! Как раз из дома я и иду!

Анекдот

Так что, милые дамы, будьте бдительны, если муж задерживается вечерами, заначивает значительную часть зарплаты и рассказывает вам сказки про тантры-мантры.

А вы, уважаемые мужчины, тоже учтите сказанное, если не хотите за свои собственные денежки поиметь большие проблемы и ближайшие месяцы работать на оплату услуг венеролога.

Три стадии сифилиса:

- На первой стадии проваливается нос.

- На второй стадии трава на могиле не растет.

- На третьей стадии из керамического портрета зубы выпадают.

Анекдот

Конечно, немногие откажутся поучаствовать в настоящей сексуальной оргии, да только вместо этого вы поимеете банальную групповуху в антисанитарных условиях, вас поимеют (вполне возможно, гомосексуальным способом) и за это с вас еще и денег возьмут.

В любом деле, в том числе, и в сексе, есть свои профи и профаны. Первые получают

за свой труд вознаграждение, а для вторых - это обязанность или хобби.

Д.Е.

СЕКСУАЛЬНАЯ МАГИЯ

Магический круг объятий.

Д.Е.

О тантре сейчас пишут много и зачастую дилетанты трактуют ее неверно. Тем, кого интересует подлинный тантрический секс, расскажу, что это такое.

На санскрите “тантра” означает “продлевать”, “растягивать”. В упрощенном значении применительно к данному случаю - продлевать удовольствие.

Тантра - это нежное служение другому человеку, порождающее огонь сексуально-эмоционального напряжения.

Джон Мамфорд

Во время тантрического секса, - считают тантристы, - сознание растягивается и затухает, пока душа не взорвется, как слишком растянутая резинка, причем внутреннее “я”, “ego”, на время рассыплется на части.

Один аспект Тантры связан с активизацией магических сил посредством мантр и Янтра (рисование геометрических фигур и диаграмм).

На нашем российском менталитете это учение вряд ли приживется. Древнеиндийские брамины могли сидеть часами в позе лотоса, созерцая собственный пупок, а в нашей стране любителей такого времяпрепровождения немного. А уж затратить на один половой акт десятки часов (согласно тантре, продолжительность полового соединения не ограничена, а в реальности она длительна) может позволить себе не каждая пара; некоторые не могут выкроить даже часок для обычной интимной близости, без всяких прибабасов.

Супружеский долг не долг. Но никому не хочется отдавать долги.

Д.Е.

Я спрашивала своих пациентов, сколько длится соитие. По классике это очень длительный процесс, партнеры совершают минимальные движения, приняв определенную позу, соединив свои половые органы, настроившись друг на друга и наслаждаясь прикосновениями. Никаких энергичных фрикций! - главный принцип тантрического секса (как и дао): умение управлять своим сексуальным возбуждением, поэтому сношение затягивается надолго, до тех пор, пока оба не ощутят экстаз.

Секс - это спектакль, который исполняется для самого себя.

Д.Е.

Все мои пациенты, побывавшие в “тантрических школах” (намеренно беру в кавычки, поскольку к подлинной тантре это не имеет ровным счетом никакого отношения), сообщили, что инструктор произносит положенные слова: что за всяким наслаждением стоит Он, единый, что партнеры должны обожествлять друг друга, что секс - величайшее наслаждение, и тантра позволяет ощутить это, что мужчина должен научиться управлять сексуальным возбуждением и контролировать эякуляцию, что тантра предпочитает выбросу семени отвод энергии к чакрам, и прочее. Однако в реальности все пускалось на самотек: участники “семинара” совокуплялись кому с кем хотелось и в том ритме, в каком хотелось.

Лучше чаще и... лучше.

Д.Е.

Каждый сексолог владеет методикой, позволяющей пациенту управлять сексуальным возбуждением и контролировать эякуляцию. Эта программа применима и в случаях преждевременного семяизвержения, и для мужчин, не имеющих сексуальных проблем, если они хотят научиться отсрочивать эякуляцию. Однако пока еще нет методик групповой секстерапии (групповая психотерапия есть, но это совсем другое действо) и, надеюсь, никогда не будет.

Все ж секс - это не физиология, секс - это таинство для двоих, в идеале - апогей любви.

Идеальный секс - как “Болеро” Равеля, идет по нарастающей, от первых игривых тактов - к сокрушительному финалу.

Д.Е.

Как можно обучать эротическим прикосновениям и всевозможным премудростям секса группу из двух десятков незнакомых между собой мужчин и женщин, когда вынужденные партнеры не испытывают друг к другу никаких чувств и, возможно, антипатичны друг другу или даже вызывают отвращение?..

Объявление: Для сексуальной оргии требуется стеснительная, закомплексованная девушка.

Д.Е.

Хочу подчеркнуть и другой важный аспект, который сознательно опускают доморощенные гуру:

Тантрическому сексу обучают ВЛЮБЛЕННЫХ!

Все рекомендации адресованы паре, которая готовится стать супругами. А в наших “тантрических клубах” встречаются и совокупляются люди, которые не только не питают друг к другу нежных чувств, но и вообще почти не знакомы.

По достоинству этого мужчину может оценить лишь женщина с чувством юмора.

Д.Е.

Одним из принципов тантрического соития является чистота тела партнеров. Мнение европейцев о том, что жители стран Востока живут в грязи и антисанитарии не совсем верно, у них культ чистоты тела. Ни один тантрист не вступит в интимный контакт, не совершив положенных омовений. А то, что происходит в отечественных “тантрических клубах”, - не имеет ничего общего с принципами тантры.

Сделал дело - вымой тело.

Мне трудно представить, что всего за 6 сеансов можно обучить всем премудростям тантрического секса, ведь он включает не только контроль за эякуляцией, но и множество аспектов, постичь которые человеку с нашим менталитетом не так-то просто.

Процитирую отрывок из “Тантра Кундалини Йоги”: “Желающий пробудить чакры должен воздерживаться от поспешности и нетерпения. На достижение этой цели надо выделить двенадцать лет своей жизни. Нет оснований утверждать, будто это невозможно сделать за один год или за три года. Пробуждение может свершиться и за месяц, и за три месяца. Гуру может просто подарить вам пробуждение, но вы будете не в силах его удержать. Вы не сможете сохранить его, если это действительно пробуждение. Если человек слаб душой и не способен сохранить даже небольшую бодрость духа, сдерживать небольшое волнение, не может перенести разлуку с супругом, как же он справится с чудовищной силой потока ШАКТИ? А потому двенадцать лет нужны не для пробуждения, двенадцать лет нужны, чтобы вы научились сдерживать это пробуждение. Живя с гуру, вы готовите свои мысли, сердце и душу, тело, нервы и железы, действия, реакции, мнения, все аспекты своей личности, и они приобретают надлежащую форму. Для этого и требуются двенадцать лет, потому что человеку понадобится много времени, чтобы изменить самого себя”.

Итак, по классике тантры для того, чтобы пробудить чакры, нужно аж двенадцать лет. У древних индусов, надо полагать, было достаточно времени и терпения, чтобы вдумчиво заниматься тем, что предписывалось философами и “воздерживаться от поспешности и нетерпения”. Много ли найдется россиян, готовых посвятить этому двенадцать лет?

Так что, сами понимаете, 6 (или даже 10-15) занятий - это вовсе не обучение тантре, это, как минимум, профанация, а то и самое обыкновенное надувательство.

Невиданный падеж нравов.

Д.Е.

Не знаю, как трактовать подобные деяния с точки зрения закона. Может быть, мошенничество? Ведь человек получает не то, за что он заплатил деньги. Говоря словами великого Даля, “говно за булыжник продают”. Знай многие из проявивших интерес к “тантрическому сексу”, что они платят за совокупление со случайными партнерами в обстановке, исключаящей отношение к сексу как к некоему таинству и низводящей его до скотского уровня, вряд ли они стали бы платить за это сомнительное удовольствие. А уж если после этого пришлось потратиться на лечение у венеролога, - тем более.

- Вань, глянь-ка, что у меня в этом глазу?

- Ничего нет.

- А в этом?

- Тоже ничего.

- А что же мне эта падла врачиха в справке написала: “Гонококки во всем поле зрения”?!

Анекдот

Недавно во время интервью на эту тему журналистка известной газеты сказала: “Всерьез об увлечение тантрой говорить невозможно, только с иронией. К нам приходил один энтузиаст этого дела, хотел, чтобы мы опубликовали его статью, популяризующую тантру, - так этот деятель точно ваш клиент, шестая палата по нему плачет”.

На приеме у психиатра:

- Доктор, вчера я целый день ходил почти голый, в одних лишь носках. Мне было так стыдно...

- Так-так... А раньше такое с вами бывало?

- Да сколько раз!

- И вам тоже было стыдно?

- Нет.

- Почему же на этот раз было стыдно?

- А у меня один носок был дырявый.

Анекдот

Увлечься тантрическим сексом могут лишь люди, которым делать нечего, у которых вагон времени, и они не способны рационально им распорядиться, а потому готовы вступить в любую секту, сообщество, где смогут поразвлечься и убить время. Все ж на дворе XXI век, у современного человека иные приоритеты и жизненные ориентиры.

Все эти древние учения, на мой взгляд, ныне имеют лишь историческое значение. Для того, чтобы получить колоссальное удовольствие от секса, вовсе не обязательно читать мантры и ждать, пока откроются чакры (написала, и самой стало смешно: в век технического прогресса, когда медицине досконально известно, что происходит в организме, повторять эти невежественные утверждения... Древним философам-то простительно, они не знали анатомии с физиологией...).

- Мой муж увлекается хатха-йогой.

- А мой паразит целыми днями лежит на тахте и называет это тахта-йогой.

Анекдот

Надеюсь, я вбила клин в отлаженный бизнес дельцов, которые приспособили тантру для личного обогащения. Клубы, секты, школы сейчас плодятся с невероятной скоростью, а коммерсанты, именующие себя “магистрами” или “инструкторами по тантре” наживаются на этом немалые деньги.

Напомню подсчеты моего приятеля Саши: по 50 долларов с человека за шесть занятий (а многим участникам групповуха пришлась по вкусу, и они проходят не один курс, а пять-шесть и более, пока не надоеет), помноженные на 20 членов группы, а таких групп в “тантрической школе” бывает и десять, и двадцать, и более (если дельцы не поскупятся на рекламу). Вот и прикиньте. Получается 10 000 - 20 000 долларов и более. И это в дешевом

“школе тантрического секса”, где действие происходит на полу актового зала, соответственно, накладные расходы минимальные, всего лишь аренда помещения (а в бывших госучреждениях это сущие копейки - на карманные расходы директору), пару тысяч девице, которая сидит дома на телефоне, записывая желающих, и примерно столько же другой девице, собирающей по 50 долларов с волонтеров.

Коммерция - это способ законно отбирать чужие деньги.

Д.Е.

Однако есть “клубы”, где все обставлено поприличнее, с соответственным антуражем, там курятся благовония и есть соответствующие декорации. Соответственно и цены выше. Есть элитарные “клубы”, где клиент платит по 500 - 1000 долларов за один сеанс, но зато у него есть возможность совершить положенные омовения - его нежно помогут несколько девушек, а потом они же станут его партнершами. В общем, элитный бордель, не имеющий никакого отношения к подлинной тантре.

Если бы проституция не проникала в другие сферы и ограничивалась лишь областью секса, это было бы не самое большое зло.

Д.Е.

Хочу обратить внимание налоговых органов на все эти “школы”, “клубы”, “центры” - ведь они не платят ни копейки в казну! А доходы у них, как видите, немалые. Почему россияне, имеющие оклад в 3-6 тысяч рублей, платят налоги, а дельцы на ниве группового секса нет? Да и милиции не мешало бы обратить внимание на подобные “школы” - ведь это легализованный бордель, рядящийся под “тантрический клуб”, “школу сексуальной магии” или назвавшийся еще каким-либо звучным словом.

По нынешней морали честно то, то в данный момент выгодно.

Д.Е.

И самый серьезный аспект этой проблемы - риск приобрести наркотическую зависимость.

В некоторых школах Тантры и Йоги традиционно, уже на протяжении нескольких тысячелетий используются психоделические препараты (!!!). Их считают средствами для “расширения сознания”. В классической Тантре Аушадхи (то есть, наркотики) числятся одним из способов достижения искомого результата. Помимо опия, галлюциногенных грибов и гашиша, тантристы готовят психоделические препараты из растений, произрастающих только в Индии и считают, что эти травы способны возбудить “кундалини” и вызвать расцвет чакр.

Судят наркомана:

- Подсудимый, вы обвиняетесь в групповом изнасиловании!
- Ваша честь, но я был один!
- Прошу встать пятерых пострадавших!

Анекдот

То есть, по сути, эти “тантрические школы” являются не только сеансами платного свального греха, но и распространителями наркотиков! Ничего удивительного, что люди, посещающие эти секты, приобретают зависимость - от наркотика и от доморощенного гуру, который выдает наркотик участникам оргии.

Заходит наркоман в похоронное бюро.

- Мой корефан лапты склеил. Сделайте мне гробик поскорее.
- Хорошо, зайдите после обеда.

После обеда наркоша приходит.

- Уже сделали? А я забыл вам сказать, что гробик мне нужен квадратный, весь прозрачный и чтоб ржал все время.
- У тебя что, парень, крыша поехала?
- Не-а. Я тащусь...

Анекдот

МИФЫ О СЕКСУАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЯХ МУЖЧИН

Общая участь всех хвастунов: рано ли, поздно ли, а все-таки непременно попадешь впросак.

У. Шекспир

Многим представителям сильного пола свойственно преувеличивать собственные сексуальные способности и бахвалиться “достижениями” на поприще секса в кругу приятелей. Каких только невероятных историй о своих “сексуальных подвигах” не рассказывают друг другу мужчины!

Сидят два женатых мужика и беседуют о сексе.

- У меня с трудом получается раз в месяц.

- Слабак ты! А я это делаю почти каждый день!

- Да не шизди!

- Ей богу! - почти в понедельник, почти во вторник...

Анекдот

- Якобы он способен на 5-6 половых актов за ночь и мог бы еще, да только жаль, времени не хватило.

- Что с женой у него якобы регулярно по 4-5 половых сношений за ночь, а кроме того, есть еще и любовница, с которой он тоже регулярно имеет по несколько сексуальных контактов.

- Что он способен совершать половой акт в течение часа, а у партнерши за это время было 10 оргазмов.

- Что у него была такая темпераментная любовница, которая во время полового акта совершала столь энергичные телодвижения, что он взлетал чуть ли не потолка.

- Что они с партнершей во время полового акта так “вертелись”, меняя позы, что даже

сломали кровать, а половой член несмотря ни на что, якобы “стоял как железный” все время, даже после семяизвержения или когда они чинили сломанную кровать.

- Что его эрегированным пенисом чуть ли не гвозди можно заколачивать.

- Что половой член у него чуть ли не 20 сантиметров, поэтому все женщины от него просто в восторге.

- Что он “имел” женщин и на люстре, и на рояле, и на качелях, и в стремительно плывущей байдарке, и под водой, и во время совещания, когда партнерша сидела под столом, и практически в любом месте и в любой позе.

Любитель профессионалок.

Д.Е.

И много-много разных других легенд. А жена такого “сексуального гиганта” рассказывает врачу, что живут они половой жизнью не чаще одного раза в неделю, а то и реже, причем, половой акт происходит “по-быстрому” и “кое-как”, муж в лучшем случае способен 1-2 минуты совершать торопливые фрикционные движения в традиционной позе, после чего тут же засыпает, а жена постоянно остается неудовлетворенной.

Сексопатолог:

- Курите?

Пациент:

- Только на радостях.

- Ну, две-три сигареты в год вреда здоровью не причинят...

Анекдот

Давайте рассмотрим, что из вышесказанного правда, а что явное бахвальство.

Молодой мужчина с хорошей потенцией и с хорошей сексуальной партнершей, к которой он испытывает сильное влечение, способен совершать несколько половых актов за ночь, но не более 4-х. А рассказы “героев-любовников” про 5-6 половых актов - это чаще всего

вымысел и бахвальство.

Возможно, и есть такие “половые гиганты”, но это возможно лишь в определенном возрастном диапазоне (18-25 лет), на пике сексуальной активности мужчины с сильной половой конституцией, при очень высокой половой возбудимости. Или же такой сексуальный эксцесс (многократный половой акт) - единичный случай. Или мужчина много выпил и не мог достичь эякуляции, поэтому эрекция у него сохранялась, и он осуществлял интродукцию (введение полового члена во влагалище) и фрикции (движение полового члена в вагине) несколько раз с интервалами между ними. Сам мужчина полагал, что он совершил несколько половых актов, а на самом деле это одно сношение с задержанной эякуляцией.

В любом случае хвастаться нечем, так как партнерша, скорее всего, никакого удовольствия не получила.

“Мне больше по нраву, когда меня жарит солнце, чем мужчина”.

Д.Е.

Почему сексуальные возможности мужчины не безграничны? Знаменитый физиолог Сеченов писал, что к необъяснимым особенностям полового аппарата мужчины относится совершенное уничтожение полового желания после извержения семени, когда эрекция становится невозможной даже при механическом раздражении головки полового члена.

Период невозбудимости половых органов к эротическим раздражениям после окончания полового акта называется рефрактерной паузой. После семяизвержения (эякуляции) у мужчины пропадает всякое желание к интимной близости и опадает половой член (исчезает эрекция). Наступает рефрактерная пауза, которая может длиться от 30-40 минут до нескольких часов, а иногда и нескольких суток. Если у мужчины сохраняется высокий уровень гормонов в крови, то после рефрактерного периода желание может появиться снова, и тогда вновь возникает эрекция.

Длительность повторного полового сношения на 10-20% больше, чем первого. После

повторного семяизвержения рефрактерная пауза еще более продолжительная. Для мужчин с хорошей потенцией, испытывающих чрезвычайно сильное сексуальное влечение к своей партнерше, возможно возобновление полового желания и эрекции и в третий раз.

Считается, что биологический предел - это 3-4 полового акта, да и то во многих случаях необходима интенсивная стимуляция полового члена мужчины партнершей (рукой, языком, ртом) для того, чтобы у него вновь возникла сильная эрекция.

В постели рядом с мужчиной лежала женщина со следами эрекции на лице.

Д.Е.

Даже если партнеры всю ночь не спят, а только занимаются сексом, то если посчитать все время, затраченное на прелюдию, на само половое сношение и рефрактерные паузы, - то получается, что даже при очень хорошей потенции им просто не хватит ночи для того, чтобы совершить более 4 половых актов. Тем более, что после каждого повторного сношения удлиняются и рефрактерная пауза, и продолжительность стимуляции полового члена для достижения сильной эрекции, и длительность самого полового акта, а в целом снижается возбудимость всех эрогенных зон и половое желание. Кроме того, при многократных половых сношениях некоторые мужчины психически сильно истощаются.

Так что, если вы услышите от мужчины, что он за ночь десяток раз овладел женщиной и каждый раз при этом эякулировал, - можете смело уличить его во вранье. Даже на 3-4 эякуляции способен далеко не каждый взрослый мужчина, а уж тем более ежедневно.

После посещения сексопатолога муж спрашивает жену:

- Что он тебе сказал?

- Что я должна больше заниматься сексом, по крайней мере, раз двадцать в месяц!

- Ладно. Два раза в месяц можешь рассчитывать на меня.

Анекдот

Сексуальные эксцессы возможны в периоде юношеской гиперсексуальности - в 18-20 лет,

когда половая возбудимость очень высока, но чаще всего они бывают лишь эпизодически, при нерегулярной половой жизни, когда появляется возможность провести всю ночь с партнершей, к которой юноша испытывает сильное сексуальное влечение. Он не тратит времени на прелюдию, и как только возникают желание и эрекция, без промедления приступает к половому акту. А когда юноша женится, сексуальные эксцессы бывают лишь во время “медового месяца”, интенсивная половая жизнь может быть еще в течение нескольких месяцев, а затем половые сношения постепенно урежаются и устанавливается определенный ритм половой жизни.

Половой акт в течение часа и даже более - вполне возможен, если мужчина владеет техникой пролонгированного сношения (но для этого ему нужно учиться этой технике), или при крайне низкой возбудимости.

Есть очень темпераментные женщины, которые могут испытать оргазм уже на первых минутах полового акта, но таких женщин среди наших соотечественниц немного. 10 оргазмов за ночь у женщины вполне возможны. Есть женщины, способные и 20 раз пережить оргазм, но для этого им нужен хороший сексуальный партнер, владеющий сексуальной техникой, а не хвастун, который явно преувеличивает свои половые способности.

Удовлетворение дает не пенис, а его обладатель.

Д.Е.

Некоторые женщины с тренированными мышцами влагалища обладают такой высокой техникой полового сношения, что амплитуда колебаний половой щели в направлении вверх-вниз может достигать 10-15 см, то есть, на всю длину полового члена. Но “подбрасывать” партнера до потолка ни одна партнерша с нормальным телосложением не сможет.

Бурные телодвижения с темпераментной партнершей, выпадение полового члена из влагалища и заваливание кровати вполне возможны. Могут быть даже и трагические случаи - вывих полового члена, разрыв влагалища и другие травмы. Но при всех неприятных

неожиданностях, прерывающих половое сношение, эрекция у мужчины обычно пропадает. После семяизвержения эрекция пропадает во всех без исключения случаях.

Рассказы, что член “стоял” даже во время починки сломанной кровати, - вранье.

Половой член находится в состоянии эрекции часами и даже сутками и неделями только при приапизме. Но вряд ли здоровому мужчине стоит этому завидовать. Приапизм - это крайне неприятное и болезненное состояние, при котором половое сношение не приносит облегчения, нет сексуального влечения, семяизвержения и оргазма, а у подавляющего числа больных после приступа приапизма снижается или полностью утрачивается способность к эрекции.

Конец - телу венец.

Д.Е.

Пенис длиной 18 см и более, хотя и сравнительно редко, но может быть. По терминологии знаменитого сексолога Л.Я.Якобсона, он называется “балда”, и этим все сказано. Такой длинный половой член принесет женщине с нормальными размерами влагалища одни неприятности, а нормальная длина полового члена в возбужденном состоянии - 11-12 см (максимум 14 см), и эти размеры оптимальны для большинства женщин.

Членистый мужчина!

Д.Е.

Байки о том, что сексуальная партнерша якобы пришла в восторг после полового акта с 20-сантиметровым пенисом, - тоже далеки от реальности. И длина члена весьма сомнительна, а еще более сомнительно, что это может понравиться женщине с нормальными размерами влагалища. У некоторых женщин очень длинная вагина; возможно, столь длинный пенис их бы устроил.

Как видите, многое из рассказов “героев-любовников” - вымысел или сильное преувеличение. Желаемое, выдаваемое за действительное.

Объявление: “Опытный хирург поможет плохому танцору”.

NN

Как совершенно справедливо сказал один очень популярный певец, который покориł сердца многих женщин, но не любил об этом рассказывать: “Мужчина, который подробно рассказывает в компании, как и сколько раз за ночь он имел женщину, скорее всего, несчастлив в наслаждениях и ни на что не способен.” Любой психиатр подтвердит это мнение.

Хвастаются своими сексуальными “достижениями” мужчины с весьма невысокими сексуальными способностями.

Бахвальство своими сексуальными “подвигами”, как правило, маскирует определенные проблемы. Подчас сам мужчина их даже не осознает. Частая смена сексуальных партнерш или циничные рассказы о своих любовных похождениях свойственны мужчинам, сомневающимся в своей привлекательности. Психиатры называют это синдромом донжуанизма. Мужчина старается заглушить свои сомнения и доказать себе и окружающим свою сексуальную привлекательность с помощью череды часто меняющихся любовниц или бахвальством о своих мнимых или явно преувеличенных сексуальных способностях.

Бабнику нужна лишь часть бабы.

Д.Е.

Причиной этого может быть давняя психическая травма, измена любимой женщины, обида или оскорбление со стороны женщины, то, что когда-то его отвергла женщина, в которую он был влюблен, и мужчина сознательно (или неосознанно) мстит за это всем женщинам, унижая их циничными подробностями интимных отношений.

“Женщина для меня - как открытая книга! Но я люблю читать только в постели...”

Д.Е.

Это свойственно слабым мужчинам о определенными личностными особенностями -

очень самолюбивым, крайне болезненно реагирующим на все, что ранит непомерное самолюбие. А измена, оскорбление или пренебрежение женщины, - как раз те психотравмирующие факторы, которые болезненно задевают их самолюбие.

Он менял женщин, как перчатки; и то, и другое было “секонд хэнд”.

Д.Е.

Нормальный мужчина с сильным характером не будет фиксироваться на такой ситуации. Его отношение будет адекватным (правильным). Да мало ли кому изменяют и кого отвергают?! Со временем все проходит и обида забывается.

А личность слабого мужчины даже при незначительных психических травмах может деформироваться. Давняя обида, им самим не осознаваемая, находит свое выражение в синдроме донжуанизма. В результате мужчина постоянно самоутверждается, пытаясь доказать, что он “половой гигант”.

Половые способности мужчины определяются не его мужскими достоинствами, а мнением женщин о его мужских достоинствах.

Д.Е.

МУЖСКОЙ КЛИМАКС

У немолодого мужчины встать может только сердце.

Д.Е.

Недавно у меня состоялся спор с моим коллегой, врачом-гинекологом, который с пеной у рта утверждал, что у мужчин-де климакса не бывает! Это он, гинеколог, мне, сексопатологу, баки втирает!

И вот хочу закончить эту книгу именно главой о мужском климаксе, чтобы мужчины не самообманывались, будто прекрасный пол стареет быстрее. И не оправдывались, что жена, мол, эротических чувств уже не вызывает, хотя на самом деле не супруга виновата, а

потенция - увы! - уже не та, что прежде.

Муж - жене:

- Как побреюсь - чувствую себя на 20 лет моложе.

- Так чего ж ты не бреешься на ночь?!

Анекдот

Кстати, это одна из тех областей, о которых сильный пол и слышать не желает. Наглядный тому пример - мой коллега, и что типично - он как раз в возрасте, когда гормоны уже не только не бунтуют, но даже почти не напоминают о себе.

Каждому возрасту – свои пороки.

Д.Е.

Если уж врач не знает о существовании мужского климакса, - что говорить об остальных представителях сильного пола! Не в курсе и подавляющее большинство женщин.

А знать о негативных явлениях периода увядания нужно обоим полам: мужчинам, чтобы не пугаться (увы, все закономерно) и вовремя обратиться к специалисту, а женщинам - чтобы быть во всеоружии когда благоверный вдруг начнет капризничать, хандрить, жаловаться на жизнь и беспрестанно сосать валидол, со страдальческой миной держась за сердце, хотя электрокардиограмма в пределах возрастной нормы, или когда у него каждый день болит в новом месте. И разумеется, климакс скажется на половых функциях - и из-за физиологических процессов старения мужского организма, и из-за подавленного настроения.

С возрастом вы привыкнете к своему возрасту.

Д.Е.

Это один из кризисных периодов в жизни мужчины (впрочем, как и женщины), к которому желательно заблаговременно подготовиться и не драматизировать совершенно естественный процесс. Впадать в пессимизм тоже не стоит - как говорили древние, все проходит, и это пройдет.

“Я чувствую, что уже ничего не чувствую”.

Д.Е.

Климакс - период, когда в организме человека происходит гормональная перестройка, характеризуется постепенным снижением половой активности, ослаблением полового влечения и интереса к сексуальной сфере.

“Мадам, ну почему вы не пришли вчера!” “А что было вчера?” “Эрекция”.

Д.Е.

Климакс сопровождается снижением функции половых желез и рядом возрастных изменений, зависящих от состояния нервной системы и всего организма в целом. Постепенно уменьшается выработка сперматозоидов; они становятся менее подвижными и изменяются (однако известны случаи, когда при наличии явлений климакса у мужчины сохраняется половая деятельность).

На вопрос: “Что вы делаете вечером?” - 72% респондентов ответили отрицательно.

Д.Е.

С началом климакса мужчины начинают сильно полнеть. Вторичные половые признаки подвергаются обратному развитию. Вес яичек уменьшается. Понижение выработки полового гормона приводит к усилению функции щитовидной железы.

Он не видел свой член с тех пор, как его вес перевалил за центнер.

Д.Е.

Ухудшение половой функции зависит не только от дисфункции семенников, но и от снижения физической и психической активности.

- Куда вы так мчитесь?

- Спешу исполнить свой супружеский долг.

- Но вы же живете в другой стороне!

- Но туда я уже не донесу.

Анекдот

Хотя возрастное угасание сексуальных проявлений неизбежно, для многих людей это оказывается трудным периодом, и психологически, и физически. Период инволюции считается критическим возрастом. Ему свойственны пониженное настроение, раздражительность, повышенная утомляемость, снижение работоспособности, нарушения сна.

Если в аптеке вас спрашивают: “Вам завернуть презервативы в подарочную упаковку?” - значит, пришла старость.

Д.Е.

Мужской климакс аналогичен женскому, но не тождественен ему. В норме половая жизнь у мужчины продолжительнее, чем у женщины, и климактерический период наступает позднее и менее быстро, но хотя изменения со стороны половой сферы наступают позже, но они ярче выражены. В целом можно сказать, что климакс у мужчин наблюдается реже, чем у женщин, он наступает позднее и протекает дольше, иногда в течение нескольких лет.

Бабка - деду:

- Куда это ты, старый пень, собрался?

- К дохтуру. Говорят, щас такие таблетки есть, чтоб вставало. Пускай мне пропишет.

Бабка тоже начинает натягивать калоши.

Дед:

- А ты-то куда, старая?

- Да тоже к дохтуру. Если ты свой ржавый в меня тыкать будешь, нехай он мне прививку от столбняка сделает!

Анекдот

Климакс начинается между 50 и 60 годами, а иногда и позже. Обычно климакс развивается исподволь, медленно, без особенно тяжелых общих явлений, но у некоторых

мужчин бывают различные сосудистые, гормональные и вегетативные симптомы.

У некоторых мужчин климакс проявляется в понижении слуха - они не слышат высокие тона.

Если мужчина не слышит стрекотания кузнечиков, значит, наступает климакс.

Д.Е.

Типичные жалобы, с которыми пациенты обращаются к врачам, напоминают неврастению - повышенная раздражительность, возбудимость, чувство усталости и повышенная утомляемость, плохой сон с частыми пробуждениями, подавленность, пониженное настроение (у некоторых - плаксивость), различного рода страхи, апатия, общая слабость, упадок сил и энергии, неуверенность в себе, приливы крови к голове, лицу и шее, ощущение чувства жара, обильное потение, головокружение.

У депрессии нет веса, но она бывает тяжелым грузом.

Д.Е.

Мужчины с тревожно-мнительным характером поглощены мыслями о себе и своей болезни, боятся, что заболели какой-то неизлечимой болезнью, испытывают страх одиночества. Могут быть мысли о смерти, чувство разочарования в жизни и в людях.

Он считал себя осторожным, а она его - бдительным.

Д.Е.

Из соматических (телесных) жалоб чаще всего бывают боли в области сердца, одышка даже без физического напряжения, головные боли, мигрени, головокружение.

- Доктор, у меня голова кружится...

- Я вижу.

Анекдот

Сердцебиение может возникать без какой-либо физической нагрузки. Боли в области сердца могут быть постоянными или приступообразными, отдающими в левую руку, или

колющие боли в области левого соска, ощущение “замирания сердца”.

Все это связано не только с периодом инволюции, но и с тем, что в критическом возрасте происходит инволюция мужского организма и присоединяются многие заболевания - гипертония, диабет, атеросклероз, колит и другие.

Бывает и так, что при обследовании таких больных врачи не обнаруживают выраженной телесной патологии или же нарушения крайне незначительны и не соответствуют обилию высказываемым больным жалоб, что вы увидите в приведенном ниже примере из моей практики.

Ипохондрик - это человек, который чувствует себя хорошо только тогда, когда чувствует себя плохо.

Д.Е.

56-летний Натан по характеру мнительный, всегда очень заботился о своем здоровье. При малейшем недомогании берет больничный лист, тщательно соблюдает предписанный врачом режим. Лежит в постели с видом умирающего, даже если у него легкая простуда, на лице страдальческое выражение, говорит тихим, жалобным голосом.

Жена ластится к мужу, а тот ноль внимания. Вдруг по радио голос диктора:

- Внимание, внимание, началась атомная война! На наш город падает атомная бомба!

Жена:

- У тебя всегда так - то спина болит, то атомная бомба...

Анекдот

Его жена Соня - женщина с чувством юмора. К чрезмерной заботе супруга о своем здоровье она относится с иронией, уже перестала обращать внимание на нытье благоверного, называет его “вечный больной” и “мнимобольной”.

Его либидо не хватало даже на жену.

Д.Е.

Иногда Соня довольно жестоко подшучивает над мужем. Однажды, когда тот в очередной раз улегся в постель с пустяковым недомоганием, и “умирающим” голосом попросил ее принести воды, чтобы запить лекарство, жена с деланно озабоченным видом вошла к нему и заявила: “Пиши скорее завещание, я вызвала на дом нотариуса, чтобы его заверить. Только что слышала по телевизору, что из-за эпидемии гриппа уже десятки тысяч смертных случаев. Вдруг ты не доживешь до утра, а мне придется судиться с твоей сестрой за дачу”.

Натан не на шутку перепугался, а Соня хладнокровно заявила: “Черный юмор!”

Один психиатр другому:

- Помнишь этого ипохондрика Петрова?

- Помню, а как же. Он у меня на приеме был раз десять, у невропатолога раз двадцать да и у терапевта десятки раз. Никто не нашел у него никаких болезней.

Типичная ипохондрия. Так что с ним? Вылечился от невроза?

- Нет. Умер.

Байка психиатров

Когда он очень сильно досаждал ей своим нытьем, жена равнодушно бросала ему: “Да что ты разнылся! Ты еще меня переживешь! Скрипучее дерево дольше живет.” Натан обижается и называет ее “бессердечной”.

Ничем, кроме простудных заболеваний, Натан не болел, тем не менее, уверен, что у него “целый букет” всевозможных болезней, и недоволен врачами, которые “ничего не понимают” и “футболят” его от одного специалиста к другому, и ни один из них не может определить его болезнь.

Если врач знает, как называется ваша болезнь, это вовсе не означает, что он знает, как ее лечить.

Д.Е.

Половая жизнь этой четы довольно умеренная, так как Натан “вечно болен”. В молодости

бывало по 2-3 половых акта в неделю, но на четвертом десятке перерывы стали более продолжительными. Теперь “интим” раз в неделю, раз в две недели, а то и раз в месяц.

С 40-летнего возраста желания близости у Натана нет, половая жизнь была только по настойчивой инициативе жены. С 45-летнего возраста половой жизнью Натан не живет, так как считает, что у него тяжелая болезнь сердца, и физические нагрузки ему противопоказаны. У Сони есть любовник, и она ничуть не тяготится тем, что с мужем у них нет интимных отношений, так как и прежде они оставляли желать лучшего.

- Дорогая, у меня перед тобой накопилось столько долгов!

- Да ладно уж, купи мне хотя бы сумочку, а твой супружеский долг за тебя уже сосед отдал!

Анекдот

Последние годы Натан постоянно жалуется на недомогание, повышенную утомляемость, упадок сил, боли в области сердца. Он стал вялым, с вечера не мог заснуть и засыпал только когда уже рассветало, а утром Соня не могла его добудиться. Иногда без видимой причины мнимобольной оставался в постели и просил жену вызвать врача на дом.

Его организм находится под постоянным контролем врачей, но ведет себя как вздумается!

Д.Е.

У Натана не находили никаких выраженных изменений на электрокардиограмме - всего лишь незначительные диффузные изменения миокарда, но они вполне коррелировали с его возрастом; ничего угрожающего кардиологи не обнаруживали. Тем не менее, Натан вызывал врача на дом и настойчиво требовал больничный лист. Участковый врач уже хорошо его знала и, сердясь, выговаривала, что состояние пациента вполне позволяет ему самому прийти в поликлинику, - у него нет ничего серьезного.

Лечение - свет, а больных-то - тьма!

Д.Е.

Однажды терапевт отказалась выдать явному ипохондрику больничный лист, не обнаружив никаких болезней, чтобы считать его нетрудоспособным. После чего Натану пришлось встать с постели, пойти в поликлинику, где он устроил скандал в кабинете заведующей отделением. В это время вернулась с вызовов его участковый врач, и заведующая вызвала ее в свой кабинет. Увидев Натана, та была поражена и твердо стояла на своем, отказывая ему в больничном листе. В доказательство своего мнения она заявила заведующей: “Когда я пришла на вызов, он лежал пластом и еле говорил, а оказывается, нашел в себе силы прийти сюда и устроить скандал. Следовательно, сможет пойти и на работу. Он берет больничный каждую неделю. По совокупности ему уже надо было бы оформлять инвалидность. Только не знаю, по какому заболеванию. Наверное, психиатр найдет у него болезнь, по которой даст ему больничный лист. Я таких болезней не знаю. Ему каждую неделю делают электрокардиограмму, на которую стоят в очереди тяжелые больные, и на каждой кардиограмме неизменное заключение: “Без существенной динамики”.

Сколько бы ни было у вас здоровья, его хватит до конца жизни.

Д.Е.

Без заключения психиатра она категорически отказалась выдавать ему больничный лист, и Натан был вынужден обратиться за консультацией.

Хороший врач вылечит вас от желания лечиться.

Д.Е.

В угасании половой функции основное значение имеет эндокринная система и центральная нервная система. В периоде инволюции происходит атрофия не только половых желез, но и коры надпочечников, гипофиза, щитовидной и других желез, и инволюция некоторых органов.

Здоровья не купишь, зато им можно расплачиваться.

Д.Е.

Ослабление половой функции происходит в возрасте 50-70 лет, у большинства мужчин она угасает в 55 лет. Мужской климакс обычно сопровождается снижением половой способности и полового чувства. Либи́до ослабевает, меняется характер либи́до - утрачивается оттенок настоятельности, неудержимости.

Гармоничное вхождение в половую зрелость во многом предопределяет и гармоничность выхода из периода воспроизводства.

Мужчины, у которых в подростковые и юношеские годы было замедленное половое созревание, гораздо позже возрастных норм (на 4-5 лет) начинают половую жизнь, гораздо позже их сексуальная активность становится регулярной, а период снижения сексуальных возможностей у них наступает гораздо раньше возрастных норм. Продолжительность периода условно-физиологического ритма у таких мужчин почти втрое короче, чем у их сверстников.

На протяжении жизни кризисные периоды сексуальности приходится преодолевать всем людям, однако у ретардантов (людей с задержкой полового развития) они более явны, принимая резкую форму и при начале половой жизни, и в период снижения половой активности. Наиболее выраженными являются нарушения при сочетании глубокой степени задержки полового развития с врожденными аномалиями личности.

Немолодые супруги смотрят по телевизору ночной эротический канал. После одной пикантной сцены муж говорит:

- Думаешь, мы еще сможем так?

- Давай попробуем, - говорит жена.

Она пошла в спальню, а он в ванную. Заходит муж в спальню и видит, что жена стоит на голове.

- Ты чего?

- Ну, я подумала, что если у тебя не встанет, то ты сможешь хотя бы опустить его туда...

Анекдот

ТЕСТ

КАКОЙ-НИКАКОЙ, А МУЖ...

Это тест для женатых мужчин. Ответьте на нижеприведенные вопросы, и вы узнаете, любит ли вас жена или живет с вами “по привычке”.

1. Жена внимательно и заинтересованно слушает, когда вы рассказываете ей о своих делах?
2. С пониманием ли относится она к вашим хобби?
3. Говорит ли она вам, что вы до сих пор привлекательный мужчина?
4. Поможет ли она вам в поисках, если вы в очередной раз куда-то задевали свои очки (зубной протез, недочитанную книгу, молоток, пульт от телевизора)?
5. Надраит ли она ванну, приготовит ли все необходимое (полотенце, банный халат, наполнит ванну), если вам вздумалось полежать там с книгой или просто “отмокнуть”?
6. Не будет ворчать, даже если вы, принимая душ, намочили коврики, оставили на станках ванны хлопья пены, бросили на пол мокрое полотенце?
7. Расстраивается ли она, узнав, что вы едете в командировку?
8. Принесет ли вам чистую пепельницу, едва вы чиркнули зажигалкой?
9. Ждет ли вас дома горячий ужин, даже если вы задержались на работе?
10. Радует ли она, приняв от вас букет цветов, если вы вернулись на пару часов позже обычного?
11. Предпочтет ли она ваше общество встрече с любимой подругой, если вы скажете, что планировали провести этот вечер наедине с женой?

12. Сравнения с другими мужчинами почти всегда в вашу пользу?
13. Не станет она возмущаться, если вы попросите у нее последнюю сигарету, хотя табачные киоски уже закрыты?
14. Никогда не устраивает сцен, если вы оповестили ее, что друзья пригласили вас сходить в баню?
15. Допустим, вы вместе возвращаетесь домой после работы. Жена не будет пререкаться, если вы предложите ей пройти до ближайшего киоска и купить пару бутылок пива?
16. Ладит ли она с вашей мамой?
17. Говорит ли жена вам, что день, прожитый без вас, невероятно скучен и тянется очень долго?
18. Согласится ли супруга посмотреть вместе с вами финальный матч чемпионата Европы по футболу, если вы предложите?
19. Смеется ли она, когда вы по десятому разу рассказываете анекдот, байку или какой-то эпизод из вашей боевой юности?
20. Не моргнет и глазом, если вы принесете домой комплект запасных шин для своего автомобиля или еще какие-либо громоздкие или вонючие автомобильные прибабасы?
21. Мило напевая, собирает ваши грязные носки, трусы, рубашки, которые вы с неизменным постоянством разбрасываете где попало?
22. Делает заинтересованный вид, когда за столом вы обсуждаете с приятелями, правильно ли арбитр назначил пенальти в матче футбольной сборной Португалии и Франции?
23. С энтузиазмом отнесется к вашей инициативе приготовить ужин и будет нахваливать блюдо, даже если сами вы уверены, что оно абсолютно несъедобно?
24. Предложит ли супруга свою помощь в любом деле, без всяких просьб с вашей стороны?
25. Прислушивается ли она к вашим советам?

РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА

Каждый утвердительный ответ на вопрос оценивается в 1 балл, отрицательный - 0 баллов. Суммируйте баллы и оцените, что получилось.

Если вы набрали не более 5 баллов:

Да уж... Похоже, супруга к вам давно остыла, живет по принципу “Какой-никакой, а муж...” Ее связывают с вами чувство долга (быт, дети, общая жилплощадь), но увы!.. - не чувства. Что ж, и такие браки тоже, бывает, тянутся десятилетиями, пока гром не грянет. Но нужно ли вам это?.. И нужно ли вашей супруге? Не пора ли призадуматься об этом?

А может быть, стоит посмотреть на себя более трезво? Проанализировать - что вы сделали, чтобы жена по-прежнему любила вас? Не стали ли вы более равнодушным? Оказываете ли жене знаки внимания, - а ведь в этом нуждается каждая женщина, независимо от ее возраста и стажа семейной жизни. Не отдалились ли вы в последние годы от жены, уйдя в работу, свои увлечения, общение с друзьями, - в ущерб семейным взаимоотношениям? Не бывает так, что в неудачном браке виноват лишь один супруг. Ведь, как известно, “муж и жена - одна сатана”, и семейные отношения строятся усилиями обоих супругов, а отнюдь не моно.

Если вы срочно не предпримете самые серьезные меры, чтобы спасти вашу семью, то не исключено, что ваша супруга в конце концов решит: “Чем такой муж, - лучше никакого”.

Если вы набрали от 6 до 10 баллов:

Ваш брак вряд ли можно назвать идеальным. Даже более того... У вас явный раскардаш в семейной жизни. И вы, и ваша половина чаще недовольны вашими взаимоотношениями, нежели удовлетворены ими. Жена не считает вас хорошим мужем, вы ее - хорошей женой. У нее еще остались к вам теплые чувства, но, скорее, по инерции. Она отнюдь не против, если ваши отношения улучшатся, но ждет от вас первого шага. Так сделайте его!

Если вы набрали от 11 до 20 баллов:

У вас замечательная жена, что означает, что вы хороший муж и достойны внимания, которое она вам оказывает. Она готова баловать вас, как ребенка, холить и лелеять. Но не стоит расслабляться! Чувства нуждаются в постоянной подпитке. Даже если она вас балует, не стоит вести себя как капризный ребенок. Цените, что имеете, и тогда сохраните то, что имеете.

Если вы набрали более 21 балла:

Ваша жена влюблена в вас до сих пор. Вы для нее - лучший мужчина, она даже не смотрит на других мужчин, а если и смотрит, то лишь для того, чтобы с чувством гордости констатировать: “А мой муж лучше!”. Если вы женаты не первый год, то вам можно только позавидовать.

НЕМНОГО ИРОНИЗМОВ

И напоследок еще немного “иронизмов”, чтобы у вас было хорошее настроение. А когда у человека боевое настроение, и солнышко светит поярче, и люди в ответ улыбаются, и женщины кажутся красивее. И даже собственная жена приветливо улыбается в ответ.

Итак, советы настоящим мужчинам.

* * *

Заноса руку для удара, сохраняй приятное выражение лица

*

Из двух зол выбирай более сексуальное.

*

Не губи сук, на которых лежишь!

*

Твое доверие выгодно женщине. Недоверие - тебе самому.

*

Думай вовремя!

*

Делай вид, будто не понимаешь женщин, - дешевле обойдется.

*

Взявшись за грудь, скажи хоть что-нибудь!

*

Если у тебя есть цель – стреляй!

*

Хоть слушай женщину, хоть не слушай, - все равно не поймешь.

*

Если женщина не права - попроси у нее прощения.

*

Под лежащий камень гуляй смело!

*

Обеспечивай свою старость смолоду.

*

Плохой характер можно скрыть хорошим аппетитом и самолюбием.

*

Уступайте женщине место, но никому не уступайте место рядом с ней.

*

Пусть с нами трудно, но ведь без нас невозможно!

*

5 минут секса заменяет 150 граммов водки.

*

Избавиться от стервы проще простого - нужно стать стервознее ее.

*

Хочешь хотя бы иногда повелевать женщиной - повинуйся!

*

Если женщина вами недовольна, значит, вы что-то делаете не так. Или - ничего не делаете.

*

Скажи женщине, что она не такая, как другие, и получишь от нее то же, что от других.

*

Мужчина, умеющий разжечь женское сердце, получит вкусный ужин.

*

Если вы не в силах смотреть женщине в глаза — погасите в комнате свет.

*

Первым делом попросите у женщины прощения, а потом высказывайте свое мнение.

*

Семь раз разденьте женщину мысленно, прежде чем один раз - реально.

*

Настоящий мужчина должен уметь получить сексуальный максимум, затратив эмоциональный минимум.

*

Если женщина говорит монологами, - поаплодируйте и тогда у вас появится шанс вставить хотя бы слово.

*

Любовницу нужно выбирать такую, с которой не стыдно попасть на глаза жене.

*

Не бегайте за юбками! Останетесь без штанов.

*

Похвали женщину за ее спиной, и она повернется к тебе лицом.

*

Приставая к женщине, вы рискуете прилипнуть.

*

Вначале приведи в порядок собственные мозги, а уже потом принимайся за переустройство мира.

*

Если нет ключа к сердцу женщины, можно попробовать отмычкой.

*

Золотую женщину легче продать.

*

Если не можешь блеснуть эрудицией, блесни хотя бы золотым “Роллексом”.

*

Вы можете прожить долго, если откажетесь от всего, ради чего стоит прожить долго.

*

Если симпатичная женщина переходит лужу, не забудьте поправить галстук.

*

Комплиментов, как и денег, не бывает чересчур.

*

Не стоит бежать ни за электричкой, ни за женщиной - проще подождать следующую.

*

Хочешь, чтобы женщина с тобой согласилась, - соглашайся!

*

Не бей лежачего! Можно же просто пнуть!

*

Даже боги творили о себе мифы. Попробуйте и вы.

*

О женщинах - как о мертвых: или хорошо, или ни слова.

*

Если у вас запор, но вы считаете себя романтиком, - поможет ужин со свечой.

*

Хотите сохранить любовь - не женитесь.

*

Если случилось непоправимое, не бейся головой о стену, бейся об угол. Это эффективнее.

*

Делайте умный вид. Ничего, привыкнут.

*

Если не можете переубедить женщину, попробуйте ее уговорить.

*

Порой ситуация проясняется, если выключить свет.

*

Заведи вторую семью - будет кому пожаловаться на жену.

*

Мужчина всегда может успокоить женщину... деньгами.

*

Ложь во имя женщины должна быть во-первых, красивой, во-вторых, достовернее правды.

*

С женщиной на шее мужчине легче.

*

Хороший человек вряд ли добьется успеха в этой жизни.

*

Если женщина не права, согласитесь с ней и немного подождите - через несколько минут она изменит свое мнение.

*

Скажите женщине, как она хороша, и потом она съест любую ложь.

*

Не обязательно приобретать много хороших привычек, лучше вообще не приобретать привычек.

*

В женщину можно бросить камнем... если он драгоценный.

*

Говорите женщине каждый день приятные ее сердцу слова, и она простит вам все ваши недостатки.

*

Если женщина говорит: "Все мужчины одинаковы!" - спросите ее, что общего между вами и Беном Аффлеком.

*

Преклоняйтесь перед Женщиной до преклонного возраста.

*

Нужно жить, а не выживать.

*

Молчите, и женщина подумает, что вы ее слушаете.

*

Не нарушает собственные принципы только тот, у кого их нет.

*

Если нет необходимости принимать решение – не принимайте его.

*

Самая большая ошибка - учиться на собственных ошибках.

*

Скажи женщине, что тебя интересует ее душа, и тогда получишь доступ к ее телу.

*

След, который вы оставите после себя на земле, не должен быть грязным.

*

Не делай добра людям, - потом не отвяжешься.

*

Если у вас нет детей, то у ваших детей их тоже не будет.

*

В постели и в политике нужно поменьше говорить и побольше действовать.

*

Подарки, как и советы, больше нравятся тому, кто их дарит, а не тому, кто получает.

*

Сделать женщину счастливой нетрудно, если у вас достаточно денег.

*

Умение ладить с людьми - это умение прощать.

*

Если вас любят две женщины, вам остается только сбежать к третьей.

ЖЕНСКИЕ СЕКСУАЛЬНЫЕ ТАЙНЫ

30 ПОСТУЛАТОВ НАСТОЯЩЕЙ ЖЕНЩИНЫ

Итак, настоящая женщина:

- Произошла не от Адама, а от змея-искусителя.
- Идя в театр или на концерт, тщательно укладывает волосы на затылке.
- Если бы ей довелось жить сначала, она бы сделала те же ошибки, но быстрее.
- От счастья она уже на седьмом месяце.
- Умеет расслышать мелодию марша Мендельсона в голосе мужчины.
- Немножко любит мужчину и очень хорошо его понимает.
- Жалеет побежденных, но изменяет им с победителями.
- Сознает, как ей повезло - родиться ЖЕНЩИНОЙ.
- Уверена, что несмотря на прошлую счастливую жизнь, настоящая жизнь начинается

только после климакса.

- Всегда оставляет за собой последнее слово, даже если это слово “ДА”.
- Работает не над собой, а над мужем.
- Готова жертвовать собой, если предоставится подходящий случай и если это доставляет

ей удовольствие.

- Меняет не мужей, а перчатки и любовников.
- Мешает жить мужчине, но украшает его жизнь.
- Всегда найдет мужчину, которого она не заслуживает.
- Мужчина для нее не проблема, а решение.
- Решив похудеть, не налегает на диету.
- Не жалуется на свои несчастья, а отравляет ими жизнь мужчине.
- Сумеет найти мужчину, у которого есть то, что ей нужно, и знает, что с этим делать.
- Не следует дурным советам, а опережает их.
- Владеет искусством притворяться естественно.

- Жертвует собой ради победы над мужчиной.
- Позволит разорваться сердцу мужчины, но не своему новому платью.
- Предпочитает переваривать тоску обыденщины в сладком соусе.
- Умеет сделать счастливыми многих мужчин, а несчастливым лишь одного.
- Даже потеряв репутацию, сумеет этим воспользоваться.
- Догадывается о намерениях мужчины, о которых тот и не догадывается.
- Выглядит так, что ни один мужчина-одногодок не назовет ее ровесницей.
- Теряя голову, заботится о шее.
- Никогда не покажет мужчине свое нижнее белье без определенных намерений.

ОТ ВОЗДЕРЖАНИЯ ЕЩЕ НИКТО НЕ УМЕР, НО И НЕ РОДИЛСЯ

Проблема секса в жизни нашей женщины занимает примерно пятое-шестое место между проблемами новых колготок и взаимоотношениями с начальником. Впрочем, некоторые женщины все эти три проблемы ухитряются решать комплексно.

Е. Пантелеев

Мне нередко приходится слышать от своих пациентов: “Нет времени на секс”. Однако по сути это всего лишь отговорка.

На свете немало вещей, дающих моральное удовлетворение и доставляющих удовольствие. Достижения на профессиональном поприще, успешная карьера, вкусная еда, красивая одежда, уютная квартира, ухоженный сад на даче, хорошая книга, отличный кинофильм, приятная музыка, - все это и многое другое приносит человеку радость. И вместе с тем требует немало времени. Коммерсант тратит многие часы на деловые переговоры и повседневную суету, домохозяйка создает кулинарные шедевры, супруги с энтузиазмом возделывают свой загородный участок, мужчины и женщины проводят вечера возле

телевизора, дамы ведут многочасовые телефонные переговоры с подругами и устраивают посиделки с обсуждением животрепещущих женских проблем, а мужчины сидят за “рюмкой чая”, разглагольствуя о том, что волнует сильную половину человечества, и все они при этом жалуются, что у них не остается времени на секс. Как же так? Разве висеть на телефоне, вертеться перед зеркалом, ковать деньгу, копать в грядках, таращиться в телевизор приятнее? Даже если поставить секс в один ряд с остальными приятными вещами, то почему он оказывается на последнем месте, а то и вовсе вытесняется?!

“Дорогая, готов заниматься с тобой любовью каждую свободную минуту! Но так занят, так занят! Ни единой свободной минутки!”

Д.Е.

Нет такой святыни, ради которой стоило бы постоянно приносить в жертву секс. В данном случае причина и следствие переставлены местами.

Проблема не в том, что секс отвлекает от важных дел, а в том, что дела отвлекают от секса.

Если, по вашему мнению, вы не против заниматься любовью, но хронически нет времени на плотские радости, это означает, что время есть, - ведь только сам человек решает, на что его потратить, - но нет желания.

Когда человек действительно чего-то хочет, он не ищет оправданий, а добивается желаемого.

Ко мне часто обращаются жены деловых людей, жалующиеся, что муж совсем не уделяет им внимания, весь в своей работе, пропадает на ней допоздна, и ему не до супруги и не до секса.

Дело тут вовсе не в занятости. Ни одна работа не занимает все двадцать четыре часа в сутки. Какой бы ни была напряженной жизнь современного коммерсанта, он тоже отдается ей весь без остатка. Случаются фуршеты-банкеты и прочие развлечения, которые становятся

более предпочтительными.

Расскажу об одном типичном примере, коих в моей клинической практике было немало.

Супруги Наташа и Владимир женаты около десяти лет. Постельное буйство в далеком прошлом, а теперь “интим” раз в месяц, а то и реже. Муж обычно отговаривается усталостью и занятостью, хотя у него два законных выходных дня, которые он проводит по своему усмотрению, но не в постели. В будни он обычно приходит домой поздно и первое, что заявляет, войдя в прихожую: “Уф-ф! Устал, как собака!”

Оба они деловые люди, Наташа работает не меньше супруга, но отнюдь не прочь больше внимания уделять радостям плоти. Она прочла немало книг и статей в дамских журналах на данную тему, пробовала щеголять дома в сексуальном белье, использовала прочие приемы из стандартного набора, но с переменным успехом. Завести любовника всего лишь ради физиологических надобностей Наташа не помышляет, мужа она любит и хочет секса именно с ним, а не с кем угодно.

И вот однажды после Наташиных безуспешных попыток у супруга не было эрекции. “Если так дальше пойдет, ты станешь импотентом”, - заявила она и привела его ко мне. Владимир и в самом деле испугался утратить потенцию и согласился на курс секстерапии.

- Сколько раз в неделю нужно иметь жену?

- Как только поженились, имей и имей, иначе ее поимеет другой.

Д.Е.

Затем я попросила его подробно расписать свой распорядок каждого дня - пациент мне тоже говорил, будто бы очень занят, а поэтому у него совершенно нет времени на “интим”. И вот он сидит напротив, морщит лоб и тужится вспомнить, чем занимался на прошлой неделе. Переговоры, телефонные звонки деловым партнерам, указания подчиненным и их доклад о проделанной работе, просмотр документов, - в общем, обычная текучка. После того, как Владимир закончил свой опус, я попросила его четко указать, сколько времени потрачено на

каждое из перечисленных дел. “Ну, разве я могу вспомнить, сколько занял телефонный разговор или проверка квартального отчета...” - попытался он увильнуть. “Вспоминайте, - посоветовала я. - Это было совсем недавно. Если у вас проблемы с памятью, я назначу вам ноотропные препараты”. Мой ироничный тон подействовал и, пациент, подавив вздох, снова придвинул к себе перечень выполненных дел. Надо сказать, это занятие отняло у него вдвое больше времени. Владимир нервно покусывал ручку, периодически задумчиво смотрел в никуда, печально вздыхал и смотрел на меня несчастными глазами, надеясь разжалобить, но я сидела с видом суровой классной наставницы и не поддавалась на его горестные вздохи и выразительные взгляды. Итог получился именно тот, каковой и ожидался, - масса времени потрачено на всевозможную ерунду, и куча “дел”, которые можно вообще не делать.

- Маш, а чем твой муж занимается?

- Строит.

- Ой, что-то непохоже! Ездит на иномарке с телохранителями, сам чистый, одеколоном от него пахнет...

- Но он же капитализм строит, а не коровники!

Анекдот

После продолжительной дискуссии мне удалось убедить Владимира, как и других пациентов, чьи жены жаловались на невнимание мужа и его манкирование “супружеским долгом” под предлогом чрезмерной занятости, что он тратит чересчур много времени на пустое.

Кстати, регулярная интимная жизнь вкупе с моими советами по упорядочению рабочего графика пошла на пользу не только семейным отношениям, но и бизнесу. “Я теперь зарабатываю вчетверо больше!” - с гордостью сообщил мне Владимир спустя год после перехода на “новый график”.

По Фрейду, один из механизмов психологической защиты именуется сублимацией, что

означает переадресовку энергии из одного канала в другой. Родоначальник теории психоанализа имел в виду переключение низменных потребностей на высоко ценимые в обществе проявления деятельности. В более широком смысле это означает, что либидо не реализуется так, как ему предназначено природой, а сублимируется в иные сферы, в данном случае - в профессиональную деятельность.

“Он почему-то не реагирует на меня по мужской части”.

Д.Е.

Фрейд рассматривал сублимацию как один из наиболее положительных механизмов адаптации индивидуума. В упрощенном понимании, молодой человек (мужчина), вместо того, чтобы идти на поводу у примитивных потребностей, реализует себя в социальной сфере, и именно в этом состоит позитив.

Немало примеров тому, как человек (будь то мужчина или женщина), полностью отказывается от интимного общения с представителями противоположного пола, буквально одержим своей работой и достигает в ней выдающихся свершений. Гениальные одиночки в науке, искусстве и иных сферах деятельности не редкость.

Однако, согласно французской пословице, все, что много - плохо, кроме денег. Одержимость чем либо в ущерб всему остальному, присущему гармоничной личности, - явление негативное.

Реклама: “Ароматизированные презервативы. Если не получится использовать по прямому назначению, можно подать на стол в качестве десерта”.

Д.Е.

Известно, что когда какой-либо орган длительное время не выполняет свои функции, со временем в нем происходят определенные изменения. К примеру, мышцы от бездействия атрофируются, а если человек постоянно принимает ферментные препараты, то тем самым подавляется секреция желудочно-кишечного тракта, и утрачивается способность производить

вещества, необходимые для переваривания пищи.

Примерно то же самое происходит и с сексуальным желанием - если оно регулярно не подкрепляется, то со временем угасает. Чем дольше перерыв в интимной жизни, тем слабее желание. Поначалу для сексуально активного человека воздержание бывает мучительным, все его мысли сконцентрированы на том, с кем бы, как бы осуществить желаемое, - потом это стремление все больше и больше ослабевает, а по истечению определенного времени эротические фантазии абстинента уже не мучают.

Сексуальная абстиненция (то есть, резкий отрыв от того, что было раньше) - явление нежелательное, а для женщины - в особенности. Порой уже по одному взгляду на представительницу прекрасного пола можно сказать, как обстоят дела с сексом. Это сказывается на всем облике, настроении, общем тоне и даже на работоспособности. И, само собой, на здоровье. Первый вопрос, который врач-онколог обычно задает своим пациенткам, касается интимной жизни. При длительном воздержании или нерегулярной половой жизни риск возникновения опухолей существенно возрастает. Больным со злокачественным новообразованием, после операции врачи настоятельно рекомендуют упорядочить эту сферу.

Так что, став сексуальными абстинентами, вы причиняете немалый вред собственному здоровью и повышаете риск приобретения онкологических заболеваний.

ЭТУ БЫ СТРАСТЬ ДА К НОЧИ...

Разговаривают двое мужчин:

- Сын спрашивает: “Пап, откуда дети берутся?”

- Ничего страшного, дети сейчас рано этим интересуются.

- Да, но мой сын пять лет как женат...

Анекдот

Есть люди из категории, которую я называю ИБД, - имитаторы бурной деятельности.

Помните, как Кролик, персонаж сказки “Алиса в Стране Чудес”, постоянно бормотал: “Нет времени”? Так и некоторые люди, дабы ощущать собственную нужность и полезность, сами придумывают себе занятия, чтобы потом с удовлетворением заявить: “Кручусь, как белка в колесе!” Да, именно так. Но зачем белка крутится в колесе? Какая от этого польза кому-либо, в том числе, и самой белке? Но бедный грызун не виноват, что жестокие люди засунули его в это колесо, а те, кто именует себя *homo sapiens*, сами, образно говоря, влезают в нечто напоминающее такое колесо. В общем, динамо-машина, которая ничего, кроме пара не производит.

Всех дел не переделаешь, даже если не начинать.

Г. Малкин

Есть у меня один приятель, который целыми днями сидит на телефоне и “улаживает вопросы”. На мой взгляд, это нужно лишь ему одному, - чтобы ощущать себя незаменимым. И вот он звонит туда, сюда, с кем-то договаривается, а мне невдомек, почему человек, дела которого мой знакомый “улаживает”, не позвонит или не сходит в это учреждение сам, ведь вопрос-то пустяковый, а добровольный “улаживатель проблем” ни знакомствами, ни какими-либо иными достоинствами не обладает и мало чем может помочь. Но! - участвует в процессе.

Так и некоторые люди, именующие себя деловыми. Вместо того, чтобы поручить дело подчиненному, профессионалу в своей области, они ковыряются сами, не обладая ни опытом, ни знаниями. Ищут себе работу, причем, это никому, кроме них самих, не нужно, а потом жалуются, что очень устают.

Один мой пациент, совладелец фирмы, сам занимается бухгалтерией. Вместо того, чтобы нанять квалифицированного бухгалтера, который будет, как это ныне повсеместно принято в отечественном бизнесе, вести “двойную бухгалтерию”, он записывает приход-расход и прочие премудрости на клочках бумаги (частенько теряет их), ведет гроссбух, приносит все

эти бумажки домой и вечерами сидит и морщит мозг - подсчитывает прибыль.

Его жена - по профессии бухгалтер, но трудится в другой фирме. Она пыталась повысить КПД своего супруга, делилась с ним знаниями, уговаривала использовать компьютер - бесполезно. Супруга убеждала его, что если за дело возьмется подкованный специалист, то и учет будет на уровне, и у мужа освободится масса времени. Кстати, свободное время можно было бы использовать на расширение бизнеса, а не только для личной жизни. Но супругу нравится самому ковыряться с расчетами, и он преисполнен довольства, что его никто не обманет, не обокрадет. А то, что у него нет нужных знаний, чтобы проверить, не подворовывают ли подчиненные, ему и в голову не приходит.

Муж, не отрываясь, играет в компьютерные игры. Жена приносит ему кофе. Не отрываясь от экрана и продолжая барабанить по клавишам, он говорит:

- Ты же знаешь, что я пью с сахаром!

- Знаю. Просто мне хотелось услышать твой голос...

Анекдот

Я хорошо знаю жизнь деловых людей, потому что многие мои пациенты люди состоятельные, и могу с уверенностью сказать: значительная часть того, что они делают, - напрасная трата времени. Просто-напросто они не умеют нормально организовать свой труд.

Многим пациентам с неврозами, жалующимся, что работы невпроворот, а на отдых времени не остается, я предлагаю составить перечень дел по убывающей по степени значимости - вначале самые важные, затем второстепенные и наконец те, которые можно отложить на другой день, на неделю.

Примечательно, что деловые женщины гораздо более организованы и дисциплинированы, чем их коллеги по бизнесу мужского пола. Проявляется это даже в таких вот пустяках. Обычно бизнес-леди после непродолжительного обдумывания быстро составляет требуемый список, а, проанализировав его, приходит к выводу, что не очень важные дела можно

перекинуть “на потом” без особого ущерба для дела, а то, что она включила в перечень дел, которые можно перенести на другой день или на неделю, - зачастую и вовсе не следует делать. В итоге оказывается, что если упорядочить свой рабочий график, то остается немало свободного времени, и вовсе не обязательно быть загнанной лошадью, которая заслуживает только того, чтобы ее пристрелили.

Освобождение женщин - это высвобождение женского начала в мужчине и мужского - в женщине.

Корита Кент

Совсем иное дело с мужчинами-коммерсантами. Многие из них, впрочем, как и деловые дамы, имеют образование, весьма далекое от бизнеса, однако недаром я не устаю повторять: “Женщины могут все!” (с чем представительницы прекрасного пола, кстати, в своем абсолютном большинстве совершенно согласны). Особы так называемого слабого пола легко овладевают новой специальностью и перестраиваются сообразно новым требованиям, да и вообще женская психика гораздо более гибкая и пластичная, чем мужская.

Современные мужчины соревнуются с женщинами за право именоваться слабым полом.

Д.Е.

Мужчинам из числа моих пациентов почему-то было довольно сложно выполнить эту простейшую задачу, и они начинали препираться по каждому пункту списка самых неотложных дел, мол, и это важно, и без этого никак не обойтись. Причем, бизнес-дамы, поняв, что я неплохо разбираюсь в премудростях их деятельности, общались со мной на равных, а бизнес-джентльмены поглядывали с чувством превосходства, мол, что ты в этом понимаешь! - твое дело - лечить, вот и лечи! Да уж... Нет ничего более непробиваемого, чем мужской шовинизм. Порой даже иронией не проймешь.

Муж - это облако в штанах.

Д.Е.

В результате получалось, что пациенты-мужчины отчаянно цеплялись за сложившийся стереотип. Ведь так удобно, когда можно после рабочего дня прийти домой и заявить жене: “Отстань! Я устал!” Очень уважительная причина, чтобы не делать ничего из того, чем, в принципе, положено заниматься главе семье.

Помните, как в известном анекдоте Сара говорит: “Я занимаюсь пустяками - ращу детей, веду хозяйство, зарабатываю на жизнь, а мой муж занят важным делом: думает о высоких материях”? Вот примерно так бывает во многих семьях.

Время полночь, мужа нет дома. Наконец звонок в дверь. Разъяренная жена открывает со скалкой в руках. Муж, обнимая ее:

- А ты все печешь, дорогая, все печешь...

Анекдот

Все, что я говорила до этого, применительно не только к семьям деловых людей, а ко многим, кто трудится в менее прибыльной области. Устала супруга или не устала, это, на взгляд мужа, явления второго порядка, но будь добра, голубушка, соответствуй высокому званию жены, раз имеешь штамп в паспорте и носишь мою фамилию: и дом должен быть чистым и уютным, и дети здоровы и присмотрены, и горячий ужин ждать главу семьи, а жена встречать благоверного со счастливой улыбкой и, разумеется, исполнять долг в постели, если мужу захочется. Ведь даже жены бизнесменов - не обязательно домохозяйки. А в малоимущих семьях - тем более. На зарплату теперешних мужей детей не прокормишь; даже если оба супруга трудятся, и то едва сводят концы с концами.

Ночью жена будит мужа.

- Что случилось? - удивляется он.

- Ничего. Просто я не могу понять, как можно спокойно спать, получая такую маленькую зарплату.

Анекдот

Работающая женщина несет на своих плечах двойную нагрузку, но много ли мужей скажут: “Дорогая, тебе нужно памятник поставить. И как только ты все успеваешь?” Ну пусть он даже не произносит красивых слов (а не мешало бы!), но хотя бы ценил все, что делает жена, и заботился о ее здоровье, ведь в конечном итоге, здоровье женщины - залог благополучия семьи, в первую очередь, детей.

Общаясь по роду своей деятельности с тысячами людей, я встречала немало настоящих мужчин и не могу согласиться с мнением некоторых женщин, будто мужской род вырождается, и кругом одни слабаки. Нет, и есть и те, кого по праву можно назвать представителем сильного пола. И все же, с большим сожалением должна признать, что современная тенденция такова: женщины в целом становятся все сильнее, а мужчины - слабее.

Раньше мужчина раздумывал, может ли он позволить себе жениться; теперь он раздумывает, может ли он прожить без работающей жены.

Карл Эллстам

Мне часто приходится общаться с женщинами самых разных социальных слоев. В любой женской компании частенько заходит разговор о мужчинах вообще и о своей личной жизни в частности. “Вы правы, когда говорите, что женщина может все”, - это я слышала много-много раз.

Недавно сидели мы с дамами, вполне благополучными, - они прилично зарабатывают, вырастили хороших детей, те учатся в престижных учебных заведениях, мои собеседницы ухожены-одеты-элегантны, и все были солидарны в мнении относительно мужчин. Озвучила его одна из дам, а другие согласно подхватили: “Мы бы и без мужей обошлись, да жалко их, пропадут ведь”. Вот так. В старину женщины говорили о мужьях: “Жалеет, значит, любит”, - а теперь так говорят жены.

Единственное место, где современный мужчина одерживает верх над женщиной (по крайней мере, в позиции “партнер сверху”), - это постель.

Д.Е.

Но если уж ваш спутник жизни в постели никуда не годится, а весь свой пыл растрчивает на ерунду, которую почему-то считает очень важным делом, тогда... Но давайте все же не будем рубить сплеча. Ведь жалко его, сильный пол-то... Пропадет ведь без нас, особ слабого пола.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВАШ МУЖ САЧКУЕТ В ПОСТЕЛИ

Женщина может все, что мужчина должен.

А. Круглов

Во многих своих книгах я повторяю: не жалеите мужчин, не верьте их нытью, не взваливайте на свои плечи мужские обязанности, заставьте делать мужа то, что он должен, - и учу своих читательниц принципам разумного эгоизма, который позволяет женщине всегда оставаться Женщиной. В этой серии тоже будет книга на эту тему, а пока вернемся к рассматриваемой проблеме.

Если ваш супруг непрерывно твердит, будто бы у него совсем нет времени на “всякие глупости”, в частности, на секс, знайте, что это всего лишь отговорка.

Многие женщины искренне верят словам благоверного и, приходя ко мне, сокрушенно сообщают: “Муж так много работает... Мне его жалко, он не высыпается, очень устает, и мне не хочется тормозить его. Разве могу я приставать, когда он еле живой...”

Так вот, милые дамы, открою вам один секрет: мои пациенты очень часто признавались, что использовали эту уловку, чтобы избежать того самого, по поводу чего супруга, жалеючи, не хотела его тормозить. Как женщины, желая избежать “интима”, частенько ссылаются на головную боль и усталость, так же и мужчины используют эту маленькую хитрость - причина

уважительная!

“Может, ты устала или у тебя голова болит?” - с надеждой спросил муж, восходя на супружеское ложе.

Д.Е.

Эту уловку мужа из категории “сачок в постели” используют, чтобы мотивировать нежелание заняться любовью, когда не хочется, а также в случаях снижения потенции. Кстати, любой сексопатолог вам подтвердит, что регулярная половая жизнь - лучшая профилактика нарушений эрекции. А вот при нерегулярной как раз и бывают проблемы.

Сексуальный эгоист - потенциальный пациент сексопатолога.

Еще одна хитрость, зачастую практикуемая ленивыми мужьями, - ссылка на недомогание или болезнь. Я лечила не одну тысячу ипохондриков (людей, преувеличенно озабоченных собственным здоровьем и уверенных в наличии неизлечимой болезни, которой на самом деле нет), мнимобольных и симулянтов, которые изводили членов своей семьи бесконечными жалобами на здоровье, заставляя заботиться о себе, требуя особого режима (упаси Боже потревожить покой “больного”, когда он отдыхает!), хотя эти мужчины из категории “Лопатой не убьешь” и гораздо здоровее своих бедных жен.

Надо сказать, что ипохондриков, мнимобольных и симулянтов среди мужской половины человечества значительно больше, чем среди женской. Есть мужчины, у которых, как говорится, то золотуха, то понос, - то сердце покалывает, то поясница ноет, то зуб болит, то живот, то голова раскалывается, то вообще весь организм на части разваливается, - в общем, все не слава Богу, дня не проходит без жалоб на здоровье, они постоянно чем-то больны, то одной “болезнью”, то другой, то всеми сразу.

Мой вам совет: если с вашим благоверным аналогичная ситуация, не слушайте его нытье, а настаивайте на обращении к психиатру, но ни в коем случае не к терапевту или невропатологу! - при желании у каждого из нас что-то можно найти на электрокардиограмме,

электроэнцефалограмме, на худой конец, гастрит или колит. Между прочим, женщина с гастритом-колитом и диффузными изменениями миокарда может трудиться на двух фронтах, а нытик-мужчина будет лежать с умирающим видом, держась за живот или сердце (в зависимости от того, где нашли “страшную болезнь”) и ежедневно оповещать домашних, что у него опять неустойчивый стул, болит желудок или ноет сердце.

“Мой организм под постоянным контролем врачей, но ведет себя, как вздумается!”

Д.Е.

Если отговорки вашего супруга связаны не с “нездоровьем”, а с профессиональной занятостью, попробуйте заставить его проделать то, что я предлагала своим пациентам: написать перечень дел, которые он провернул хотя бы за прошедшую неделю, а потом проанализируйте, так ли он сильно перетрутился, как вам говорит. Даже если ваш муж попытается отвертеться, мол, куда тебе понять эти высокие материи! - не поддавайтесь; для того, чтобы понять общий принцип, не обязательно быть профессором.

Если честно, я вообще не верю, когда мужчины говорят: “Я устал”. А почему так называемый сильный пол должен уставать больше, чем так называемый слабый? Это что - привилегия пола? Или привилегия отечественных мужчин?

Моя пациентка Ирина рассказывала, что Олег, ее благоверный, вернувшись с работы, ужинает и ложится почивать. Вся семья ходит на цыпочках - папа отдыхает! А когда жена приклонит голову, супруг видит уже десятый (возможно, эротический) сон. Понятное дело, она не станет толкать его в бок, дескать, вставайте, граф, пора заниматься тем, что положено делать на брачном ложе. Часа в три ночи, выспавшись, Олег встает, уходит в гостиную и до утра смотрит видеофильмы или читает. На следующий день все повторяется.

- Где ваш супруг?

- Как всегда, дома, со своим четвероногим другом.

- Разве у вас есть собака?

- Собаки нет. Я имела ввиду диван.

Анекдот

Неплохо он устроился, не правда ли? На работу Олегу нужно к десяти, до офиса от силы четверть часа прогулочным шагом, так что в его распоряжении шесть с лишним часов отдыха в благодатной ночной тишине. И плюс полноценный восьмичасовой сон. И жена не пристаёт на предмет: “Сходи за картошкой” или “Не пора ли нам на заняться любовью?”

“От чего же ваш муж устает?” - спросила я свою пациентку. Восемь часов в день он сидит на работе, занимаясь бумагами и отвечая на телефонные звонки, его рабочий день на час короче, чем у Ирины, младшего сынишку из детского сада забирает она, детьми и домашним хозяйством тоже занимается супруга, раньше двенадцати ночи Ирина не ложится, встает в семь утра, чтобы приготовить всем завтрак и успеть отвести сына в детсад. “У него ответственная работа...” - не очень уверенно пояснила моя собеседница. Оказалось, что “ответственная работа” - это не очень-то обременительные обязанности клерка в большой организации, получающего за свой непыльный труд чуть более ста долларов. Кстати, примерно столько же зарабатывает и Ирина. Так кто же из них больше устает?

Быть может, “сильно устать” стало прерогативой сильного пола?..

Д.Е.

Так что еще раз повторю, мои милые читательницы, не верьте отговоркам своих мужей, это всего лишь маленькие хитрости, с помощью которых они оберегают свой покой и не мытьем, так катаньем добиваются для себя щадящего режима и послаблений - и от домашних обязанностей, и от сексуальных.

“Мой муж не ангел, но и не мужчина”.

Д.Е.

Супруга Ирины мы совместными усилиями “перевоспитали”. Детально выяснив, чем занимается ее благоверный на службе, моя пациентка поняла, что без проблем может

выполнять те же самые обязанности (ведь женщина может все!) и предложила мужу поменяться местами - она займет место Олега на работе, а он - ее. И плюс на его плечи ложится вся домашняя нагрузка.

Однажды молодой папаша вывез на улицу коляску с ребенком и стал с нею прогуливаться.

- Послушай, дорогой, - окликает его жена с балкона.

- Оставь меня в покое, - огрызается муж. - У нас все в порядке.

Через час опять раздался голос жены:

- Дорогой...

- Ну чего тебе надо?

- Ты уже больше часа катаешь в коляске дочкину куклу. Может быть, теперь ты немного погуляешь с ребенком?

Анекдот

Старинная испанская пословица гласит: “Пошла танцевать - надо прижиматься”. То есть, если уж женщина что-то решила, нужно идти до конца. Мягкотелость, половинчатость, уступчивость в таком важном деле как “перевоспитание” спутника жизни, лишь во вред.

Если вы что-то сказали, пообещали, пригрозили, - умрите, но сделайте это, иначе вам никогда не добиться равноправных отношений и уважения своего благоверного. Именно так я всегда настраиваю своих пациенток. Да и сама по жизни такая, и мой супруг это прекрасно знает.

Вдохновленная моими напутствиями, Ирина не просто озвучила свое предложение, а твердо решила довести дело до конца. Предупредила всех на своей работе, что вместо нее придет супруг (правда, ей пришлось пообещать, что если он потерпит фиаско, она потом компенсирует все его огрехи), а сама к десяти явилась на службу мужа и села за его стол. Олег, решив, что слова жены - пустая угроза, тоже пришел туда же, на что Ирина заявила: “А

ты зачем сюда притащился? Ты уже час как должен быть на моем рабочем месте! И не забудь, ровно в шесть нужно забрать сына из детского сада, дома накормить его, поиграть с ним, потом проверить уроки у старшего сына. И чтобы к моему приходу ужин был готов!” Супруг пытался попрепираться, но она оповестила, что он мешает ей работать, и без особых церемоний выпроводила из кабинета на глазах его изумленных коллег.

Жена - мужу:

- Ужин скоро будет готов. Потом помою посуду, я искупаю детей, уложу их спать, постираю белье, поглажу твои рубашки, и можно будет пойти в кино!

- Очень хорошо. А когда ты сбегашь за билетами?

Анекдот

Олег на ее службу не пошел - он ни черта не смыслит в том, чем занимается жена, а овладеть новой специальностью у него не было ни малейшего желания, да и позориться не хотелось, - и отправился домой. Послonyaлся по квартире, чувствуя себя не в своей тарелке, но в шесть часов все же забрал сынишку из садика. Не мудрствуя лукаво, Олег накормил его хлопьями с молоком, но подвиги на кулинарном фронте ему оказались не по силам. Вскоре пришла Ирина, весело помахивая дамской сумочкой, без привычных пакетов с продуктами, и, узрев пустую плиту и столь же пустой холодильник, возмутилась. Памятуя о том, что затеяв дело, нужно идти до конца, она безапелляционным тоном заявила супругу: “Немедленно отправляйся в магазин, купи все необходимое, и чтобы через час ужин был готов”.

Поделюсь с вами еще одним секретом, милые читательницы: мужчины в своем большинстве отчаянные трусы. Я имею в виду межличностные отношения, а не ситуацию, когда есть возможность помахать кулаками (хотя и в этом деле не так уж много умельцев). Они делают грудь колесом, если чувствуют слабость оппонента, но если разговаривать с ними с позиции силы, - тут же сникают.

Беда многих женщин в том, что, пытаясь отстоять свои права, они используют в корне неправильную тактику. Зудеть, как осенняя муха об стекло, - неэффективно, обычно это приводит к прямо противоположному результату: супруг из чувства протеста, желания сохранить остатки самоуважения и показать, кто в доме мужчина, - все делает наоборот или попросту игнорирует упреки жены.

**Хороший подарок жене на 8 марта - пила, с красиво выгравированной надписью:
“Пили, но знай меру!”**

Д.Е.

Гораздо результативнее не пилить, а редко, но ощутимо дать по мозгам. Причем, я имею в виду не банальную семейную сцену, а спокойный, без аффектов, аргументированный монолог, в котором изложены лишь логические доводы (но не оскорбления, не ярлыки, не упреки и прочее из арсенала сварливой жены).

Применительно к рассматриваемому случаю - обстоятельный (но еще раз повторю - без нервов! - это действует на мужчин гораздо убедительнее) анализ вклада каждого из супругов в действо под названием “семейная жизнь”.

И еще один секрет, которого не знают многие дамы: современные мужчины как целое, гораздо больше, чем женщины, дорожат браком, в котором им психологически комфортно. А кто создает комфорт? Разумеется, жена. Но ей-то это никакого удовольствия не доставляет, а потому она не очень держится за такой союз.

Есть представительницы прекрасного пола, которые говорят: “Боюсь остаться одна”. Но таких теперь меньшинство. Мало того, даже те, кого брак не устраивал, но они сохраняли его из страха перед одиночеством, позже, расставшись с мужем, с удивлением обнаруживали, что, в общем-то мало что изменилось в худшую сторону. Да, теперь не с кем поскандальить, и это пожалуй, единственный негатив.

- Почему ты снова вышла замуж?

- Не с кем было поскандалить.

Анекдот

Многие женщины замужем, скорее, по инерции. Как говорится, волшебная сила привычки...

Так вот, осознав, что супруг, которому очень удобно быть женатым, теряет при разводе гораздо больше, женщины обретают уверенность в себе, которой им раньше не хватало, а потому они цеплялись за мужа. А он и в самом деле, потеряв семью, утрачивает значительно больше, в частности, возможность общаться с детьми, бытовые удобства, собеседницу, привычную сексуальную партнершу (а новую еще надо найти, да к тому же, привыкать к ней, соответствовать ее потребностям, ведь абы какой любовник ей не нужен, жене же сойдет и такой).

Олег, которого в семейной жизни все устраивало, пока еще не сознавал, что приятное, необременительное житье-бытье ему создала жена. На предложение Ирины озаботиться ужином, он огрызнулся и попытался затеять ссору, на что жена спокойно заявила: “Ах, тебе не хочется побывать в моей шкуре? В таком случае собирай свои манатки и уходи. После развода разменяем квартиру, получишь то, что причитается тебе по закону. Полагаю, мне с двумя детьми достанется двухкомнатная квартира, а тебе комната в коммуналке. Но я разменом заниматься не собираюсь, этим придется озаботиться тебе, если желаешь обзавестись своими квадратными метрами”. “Я здесь прописан!” - использовал чисто бабский аргумент супруг, которому очень желалось поскорее принять горизонтальное положение и не хотелось уходить с наложенного места в пугающую неизвестность. “А мне это по барабану, - невозмутимо отпарировала благоверная. - У меня уже двое детей, третий мне не нужен. Иди в милицию, пожалуйста, что тебя выгнала жена, может быть, тебе посочувствуют”.

Мужчина - существо, на шее которого галстук. Женщина - существо, на шее которой дети, дом и мужчина в галстук.

Ирина говорила столь спокойно, уверенно и убежденно, что муж понял, - она не пугает его, именно так жена и поступит. Потом моя пациентка призналась: “Знаете, Диля Дэрдовна, поначалу я просто сделала, как вы советовали, полагая, что это всего лишь кратковременная психологическая встряска для Олега, но в тот момент, когда я все это озвучила, то подумала: “А зачем он мне нужен? Ведь по сути у меня нет мужа, я его почти не вижу, мы живем как будто в разных измерениях. У нас не дом, а гостиница - Олег постоялец, а я вроде горничной. Бытовое обслуживание супруга отнимает у меня немало времени и сил. На кой черт мне это сомнительное удовольствие?!”

Надо признать, немалая доля истины в словах Ирины есть (разумеется, применительно к мужьям, которых емко характеризует одно слово - “никакой”). Пусть доход уменьшится ровно вдвое, но каждая женщина знает, что прокормить прожорливое существо, именуемое мужчиной, стоит немалых денег. А еще ему нужны костюмы, рубашки, джемпера, джинсы, обувь, носки-трусы, куртки и головной убор на зиму, сигареты, пиво и многое другое. Если все прикинуть, то получается, что с уходом мужа из категории “не добытчик” почти никакого ощутимого урона бюджет не несет.

Это еще больше придало Ирине уверенности, и она стала подталкивать мужа к прихожей. Тут он совсем сник. Растерянно топтался, мялся, канючил, но не хотел уходить. Одно дело, красиво хлопнуть дверью, сказав на прощанье что-нибудь вроде: “Ты меня уже достала!” - и совсем другое, когда тебя с позором изгоняют просто за ненадобностью, потому что ты не нужен, а лишняя обуза.

Муж - жене:

- Дорогая, прошепчи мне три слова, от которых я буду на седьмом небе!

Жена, шепотом:

- Крюк и веревка.

Анекдот

Ирине, как и многим женщинам на ее месте, стало жалко мужа. Эх, женская жалость...
Прошу вас не путать ее с добротой, мои милые читательницы, - это разные вещи.

Еще раз повторю: мужчин не нужно жалеть! Жалость - чувство унижающее человека. Можно пожалеть животное, которое неспособно себя защитить, ребенка, потому что он беспомощен, стариков, потому что они достойны лучшего отношения. Но жалеть здорового мужчину!!!

Вот именно бабья жалость и приводит к тому, что так называемый сильный пол садится женщине на шею и очень комфортно себя там чувствует.

И все же Ирина в нужный момент вспомнила, чему я ее учила, и взяла себя в руки. “Я боялась, что вы будете меня ругать, если я не доведу дело до конца”, - призналась она потом. Ругать бы я ее, разумеется, не стала, поскольку никогда этого не делаю, в конце концов, каждый сам режиссер-постановщик собственной жизни, свою голову другому человеку не приставишь; мое дело - рекомендовать, а следовать ли этим советам, - на усмотрение пациентов.

В общем, как вы уже догадались, Олег отправился в магазин, потом Ирина, сохраняя грозный вид, заставила его приготовить ужин и накормить этим малосъедобным кушаньем детей, а те, разумеется, кривились. Ирина же, согласно сценарию, отправилась в спальню и легла в постель, - в общем, с некоторым опозданием воспроизвела то, что ранее практиковал ее благоверный. Напуганный суровым видом своей половины, - а ей удалось не выйти из образа, - Олег уложил детей спать, потратив немало времени на уговоры младшего сына, которого очень развеселило, что папа теперь стал “мамой”, и малыш расшалился, требуя и сказку, и колыбельную, и “за ручку подержать”, пока он заснет.

Муж смотрит телевизор. Жена:

- Возьми сетку и сходи в магазин.

- Не мужское это дело, - огрызается он.
- Тогда раздевайся и займись мужским делом.
- Что, пошутить нельзя? Давай сетку.

Анекдот

На стирку-уборку запала мужа не хватило, и он прокрался в спальню, чтобы ублажить супругу иным способом. Ирина, разумеется, сменила гнев на милость, а позже рассказала, что эта ночь напоминала те, что были у них с Олегом во время медового месяца. “А я уже почти забыла, что такое секс”, - призналась она, повествуя о том, на каком высоком эмоционально-сексуальном накале все прошло.

Этой психологической встряски оказалось достаточно. На следующий день Ирина отправилась к себе на работу, Олег - соответственно, к себе. С тех прошло пять лет. Больше Ирина не жалуется на то, что почти забыла, что такое секс. Мало того, супруг не только исполняет свои супружеские обязанности в спальне, но помогает жене по хозяйству.

Похожую тактику с разными вариациями использовали многие мои пациентки и с неизменным успехом. Но тут самое главное - настойчивость, последовательность, уверенность в себе и в конечной победе. И что самое примечательное - вы выиграше оказываются обе стороны!

В войне полов не может быть победителя, потому что противники слишком склонны к братанию.

Генри Киссинджер

Если у вас аналогичные проблемы, если ваш супруг давно забыл дорогу на супружеское ложе, попробуйте аналогичный сценарий, но с коррекцией на ваш случай. Не бойтесь, что вам не овладеть премудростями профессии мужа, - вам не придется их исполнять. Уверяю вас, ваш благоверный, поняв, что вы настроены решительно, быстро сдаст позиции. Возможно, вам удастся осуществить все за один день, но если ваш супруг пойдет на принцип

и упрется, - не тушуйтесь. Самое главное, чтобы руководство на вашей работе было в курсе “эксперимента” и согласилось отпустить вас, скажем, на несколько дней или на неделю. Не переживайте, что напортачите, оказавшись на месте мужа, - не вам придется разгребать последствия, а ему. Главное, чтобы благоверный не принес ощутимого урона у вас на службе, а для этого договоритесь со своими коллегами. Как говорится, даже зайца иногда нужно щелкнуть по носу. Эффект будет, - гарантировано!

Разговаривают две подруги.

- Последнее время муж здорово мне помогает: ухаживает за детьми, готовит еду, ходит по магазинам, убирает квартиру, стирает.

- Везет тебе. Как же ты этого добилась?

- Он прочел в журнале, что если жена не очень устает, то она активнее ведет себя во время секса.

- Ну и как, это помогло?

- Честно говоря, не знаю. К вечеру он еле доползает до кровати.

Анекдот

В моей практике был забавный случай, когда я устроила мужу из категории “сачок в постели” розыгрыш, и он всему поверил. Это его встряхнуло, что в конечном итоге пошло на пользу обоим супругам.

Вначале ко мне пришла жена, назовем ее Тamarой. Жалобы типичные: для благоверного она почти предмет обстановки, о сексе и подавно речи нет, на ее просьбы он отговаривается чрезвычайной занятостью, а если Тамара пытается настаивать, орет: “Ты что, не видишь, как много я работаю! На какие шиши куплено все, что ты имеешь?!” - и прочее в том же духе. Она уже и не рада всем этим цацкам-побрякушкам. Что толку в ее красивых нарядах и драгоценностях, если платья висят в шкафу, а бриллианты лежат в коробочках?! Не дома же их носить! А блудный спутник жизни допоздна засиживается на работе (или в другом месте).

Пришел один приятель к другому. Хозяин обращается к жене:

- Лапонька, принеси нам, пожалуйста, кофе.

Та приносит.

- Спасибо, прелесть моя, - благодарит он, а супруга расплывается в благодарной улыбке.

Минут через пять он опять зовет жену:

- Котенок мой, а не могла бы ты принести нам твой фирменный пирог?

Та приносит нарезанный пирог, он ее благодарит.

Еще через некоторое время:

- Зайка, захвати, пожалуйста, сигареты и пепельницу, если тебе не трудно, моя любимая.

Анекдот

Потом я побеседовала с ее супругом Игорем. Разумеется, он не полностью отказался от плотских радостей. Для быстрого секса или минета у него есть партнерша, получающая за свой труд вознаграждение, - одна из служащих принадлежащей ему фирмы. Физиологическую разрядку Игорь имеет регулярно, но эмоционально в любовнице совершенно не заинтересован - подобных ей смазливых девиц у него были десятки, он даже их имен уже не помнит.

Объявление: “Приличные, состоятельные мужчины имеют возможность провести приятный вечер в обществе сексуально распущенных девушек. Звоните скорее - не пожалеете!”

Д.Е.

Мужа вполне устраивает такой образ жизни, и ему даже не приходило в голову, что такое положение вещей не устраивает супругу. Хотя та неоднократно высказывала претензии, но Игорь расценивал их как необоснованные придирки и повод поскандальить. “Какого черта ей

надо?! - возмущенно заявил он мне. - Тамара не работает, у нее все есть, одна забота - приглядеть за домом и сыном”. “Но вы ведь не полностью отказались от секса, а жену в этом отношении обделяете”, - напомнила я. “Ну, знаете ли... Если Тамаре нужен жеребец, то ей надо было выйти за слесаря”, - высокомерно бросил мой собеседник.

Если вам хочется большого и чистого, пригласите соседа-слесаря, предварительно сполоснув его под душем.

Д.Е.

Игорь был настолько самоуверен и убежден в собственной правоте, что я решилась на провокацию, чего обычно не делаю: “Вы нашли простейший путь решения проблемы, но ведь и ваша супруга может прибегнуть к аналогичному способу”. “Что - на мои деньги нанять жеребца?!” - возмутился он. “А почему бы и нет? - продолжала я его провоцировать. - Вы же пользуетесь оплаченными секс-услугами и не выполняете свои супружеские обязанности. А женщине секс не менее важен, чем мужчине. С чего вы взяли, будто в приоритетном положении по отношению к супруге: то, что можно вам, нельзя ей?! Вынужденное воздержание вызывает у вашей жены фрустрацию, и я, как врач-психиатр, в этой ситуации рекомендую именно то, что избавит пациентку от этих тягостных ощущений. Платный ли это будет секс, или бесплатный, - уже несущественные детали”. “Нет, вы серьезно? - Мой собеседник смотрел недоверчиво, но постепенно выражение его лица менялось. - Она, что, ходит к вам, чтобы вы давали ей советы завести кобеля?!” “Кобеля - нет. Я имела в виду партнера по сексу, - с наисерьезнейшим видом оповестила я. - Могу дать ей письменные рекомендации, заверенные моей подписью и личной врачебной печатью, что рекомендован секс минимум три раза в неделю, а лучше ежедневно”.

Я видела, что Игорь уже начинает верить розыгрышу. А как он может не поверить, если психиатр-сексопатолог с невозмутимым видом говорит, что прописывает его супруге половой акт, примерно так, как врачи пишут на рецептурном бланке, где стоит Rr, что

означает сокращенное от латинского Recipe - “возьми”, то есть, указание для аптекаря, - и пропись, чего именно и сколько нужно взять и далее D.s. - сколько раз в день принимать.

После посещения сексопатолога жена оповещает мужа:

- Доктор велел мне заниматься любовью каждый день.

- Два раза в месяц можешь рассчитывать на меня.

Анекдот

Мой собеседник растерялся, не зная, что сказать, а я решила его “дожать”: “Тамара хочет второго ребенка, а вы уже более года вообще к ней не притрагиваетесь. Искусственное оплодотворение - удел женщин, не имеющих возможности найти партнера, а для вашей супруги обзавестись мужчиной для зачатия - не проблема. Не сыщет сама - врачи ей помогут. Заодно и полечит фрустрацию”. “И что - я должен кормить чьего-то ребенка?” - пробурчал Игорь, уже окончательно поверив, что врачи возьмут на себя функции сводни. “Придется, - ответила я, глядя на него честными-пречестными глазами. - Ребенок будет рожден в браке, следовательно, станет считаться вашим. В случае развода на него положены алименты”. “Нет уж, своей жене я сделаю ребенка сам!” - заявил мой визави. “Тогда заодно возьмите на себя труд и насчет обязательного секса минимум трижды в неделю, - посоветовала я и прибавила: - Если у вас не получится, то мы предоставим вашей супруге облигатного сексуального партнера”. Вижу - задела за живое. Какой же мужчина позволит усомниться в собственных половых способностях!

- Доктор, меня муж не удовлетворяет, - жалуется пациентка сексопатологу.

- Заведите любовника.

- Есть у меня любовник. Он меня тоже не удовлетворяет.

- Заведите другого.

- И другой есть.

- Попробуйте еще с кем-нибудь.

- Со всеми пробовала. Никто меня не удовлетворяет.
- Тогда, милочка, у вас первичная аноргазмия.
- Доктор, напишите, пожалуйста, мой диагноз на бланке с печатью. А то они все твердят: “Шлюха, шлюха...”

Анекдот

“Что вы с ним сделали? - спросила меня Тамара через пару недель. - Игорь будто с цепи сорвался. Ни одной ночи не пропустил!” “Всего лишь дала рекомендации”, - ответила я.

Кстати, если вы недовольны своими интимными отношениями, если секса вам не хватает, и это негативно сказывается на вашем настроении и общем жизненном тоне, можете смело заявить своему благоверному: “Психиатр-сексопатолог Диля Дэрдовна Еникеева рекомендовала мне качественный секс с обязательным оргазмом ежедневно” (или не менее трех раз в неделю). Могу даже выписать рецепт.

Министерство здравоохранения РФ Медицинская документация
Форма № 107/ у
Утверждена Минздравом РФ

РЕЦЕПТ (взрослый)

“ ” _____ 200 г.
(дата выписки рецепта)

Ф.И.О. больного

Возраст

Ф.И.О. врача Еникеева Д.Д.

Rp.: Coitus
D.s.: ежедневно, не менее 1 раза.

Подпись врача Д. Е.
Рецепт действителен пожизненно

Заполните пустые графы, проставив дату, свою фамилию, инициалы, возраст, аккуратно вырежьте часть страницы и продемонстрируйте своему супругу-сачку. Можете сказать, что

побывали на приеме сексолога (или гинеколога), и врач порекомендовал вам ежедневный половой акт в качестве лечения невроза (или гинекологического заболевания).

Есть немало супружеских пар, где сексом манкирует жена. Как правило, это бывает, если она не удовлетворена интимными отношениями. Угроза мужа: “Если ты так, то я заведу любовницу!” - обычно оказывается достаточно эффективной.

Муж и жена приехали в отель. Видят объявление: “Дамы, забывшие дома купальные принадлежности, могут получить у боя бикини из газетной бумаги и воспользоваться бассейном”.

После обеда муж засобирался.

- Ты куда? - строго окликнула супруга.

- В бассейн, посмотреть, что там сегодня в газетах...

Анекдот

Женщины боятся произносить аналогичную угрозу, мотивировав так: “Муж меня убьет, если я заикнусь о любовнике!” Ну, если ваш супруг склонен к рукоприкладству, то тут два выхода: либо лечить его у психиатра, либо расстаться с ним. Если только вы не мазохистка и испытываете сексуальное удовлетворение от побоев. А если он способен на убийство, то от него тем более, нужно держаться на расстоянии минимум в километр. Во всех остальных случаях эта словесная угроза не столь страшна.

Разумеется, я не стану настоятельно рекомендовать вам непременно к ней прибегнуть, - все зависит от ваших отношений и характера благоверного, - но в некоторых случаях эта, в общем-то, невинная фраза не имеет негативных последствий. Как раз наоборот, результат обычно получается позитивный. Кому ж хочется носить на голове ветвистый предмет, принадлежность отряда парнокопытных?!

Только когда у мужчины начинают прорезываться рога, он понимает, какую боль испытывает ребенок, когда у него режутся зубки.

Д.Е.

Упреков не бойтесь. Любой умный мужчина понимает, что женщина не объявляет заранее, если и в самом деле намерена обзавестись любовником. А если ваш супруг, мягко говоря, не умен, то ради него вообще не стоит затевать всю эту канитель.

Почему жена профессора без ума от слесаря?..

Д.Е.

Экстремальные способы решения проблемы применимы лишь в самых запущенных случаях, когда супруг совершенно непробиваем. Но если ваш муж не безнадёжен, можно попробовать и другие пути, о которых мы поговорим далее.

КАК РЕАЛИЗОВАТЬ СВОИ СОКРОВЕННЫЕ ЖЕЛАНИЯ

“Я научу тебя тому, чего хочет женщина, о чем она мечтает”

Вивиян, героиня фильма “Поцелуй вдовы”

Многие женщины, читая научно-популярную литературу по психологии, услышав что-то от приятельниц или имея в прошлом собственный опыт, хотели бы претворить свои эротические фантазии в жизнь, но боятся сказать о них мужу. С любовником все же проще, ведь он и она встречаются не для беседы о погоде. Но бывает, что женщина, познакомившись с мужчиной, опасается, что тот сочтет ее “развратной”, а потому таит свои сокровенные желания в душе.

В этой главе и в последующих мы поговорим о том, как вам реализовать свои сексуальные предпочтения. Всех тайных желаний женщин я вам описать не смогу - для этого понадобилась бы толстенная книга. Когда-нибудь я напишу энциклопедию под названием “Тайные желания женщин”, а в этой книге из-за малого объема на примере некоторых своих пациенток расскажу о главных принципах, с помощью которых вы сможете осуществить свои эротические фантазии.

Человек думает себе о том и о сем, но все-таки чаще о том.

Славомир Мрожек

“Однажды мне приснился дикий сон, - рассказывала моя пациентка Лена. - Мне очень нравится один коллега с работы. Сергей тоже, вроде бы, равнодушен ко мне, но пока не решается сделать шаг к сближению. Раньше его любовницей была одна из наших сотрудниц, та никак от него не отстанет, может быть, он боится ее или пересудов... И вот я вижу сон, будто вошла в кабинет, а там на столе на четвереньках стоит бывшая любовница Сергея, а он имеет ее сзади. Стою, смотрю на них, и мне тоже сразу захотелось. Такое приятное ощущение во сне испытала, будто кончила. А Сергей оглянулся на меня и говорит: “Ну что ты там стоишь? Иди ко мне”. И я пошла. Он оставил свою любовницу и переключился на меня, и теперь она на нас смотрела. А мне это даже было приятно, хотя в жизни я никогда не смогла бы заняться любовью при посторонних”.

В общем-то это довольно частая эротическая фантазия женщин, ничего “дикого” в Ленином сне нет. В снах ведь нередко отражаются наши тайные желания (или же опасения). В сне моей пациентки сразу две эротические темы, на которую нередко фантазируют представительницы прекрасного пола: первая - увидеть секс эмоционально значимого для нее мужчины с другой женщиной и вторая - самой заниматься любовью в присутствии “зрителя”.

Тут проявились и Ленины желания, и опасения. Немало людей сомневаются в своих сексуальных способностях. Все дело в том, что мы не видим секс других людей и не имеем возможности сравнить, лучше ли у нас получается, хуже ли. Чаще всего такие сомнения присущи мужчинам, но и женщины нередко спрашивают партнера: “А с кем тебе было приятнее - с прежними любовницами или со мной?” Вот и Лена побаивалась свою предшественницу - а вдруг та лучше? - и ей подсознательно хотелось убедиться, так это или нет. В том, что Сергей в сне моей пациентки оставил свою партнершу и переключился на Лену, проявилось ее тайное желание, ведь в реальности пока он еще не проявил инициативы.

Занимаясь во сне сексом в присутствии бывшей любовницы потенциального поклонника, Лена как бы безмолвно утверждала собственное лидерство - она лучше соперницы и не боится, что сравнение окажется не в ее пользу.

Жена и любовница - это день и ночь.

Д.Е.

Знаете, что я посоветовала своей пациентке? Рассказать о своем сне Сергею. Поначалу она пришла в ужас: “Да вы что, Диля Дэрдовна! У меня язык не повернется произнести такое! Я не призналась бы в этом даже своему любовнику, а с Сергеем у нас ничего нет и, вполне возможно, никогда не будет. Что он обо мне подумает?! Ведь наверняка решит, что я предлагаю ему себя или даже секс втроем”. “А вы не говорите, что это *ваши* сон, - посоветовала я. - Сошлитесь на мифическую приятельницу, увидевшую во сне своего любовника. Полагаю, Сергей и сам обо всем догадается”.

После некоторых колебаний Лена рискнула. Как и ожидалось, ее потенциальный поклонник все понял и спросил: “Это ты меня во сне видела?” Лена смутилась, но он еще больше оживился: “А что, это мысль... Правда, боюсь, в реальной жизни так не получится - вы друг другу глаза выцарапаете”. Но слово уже было сказано, осталось лишь договориться о свидании.

Лена до сих пор встречается с Сергеем, и тот иногда шутливо говорит ей: “Ну что еще интересного тебе приснилось?” Теперь она уже не боится рассказать ему о том, чего ей хочется, и знает, что никаких нежелательных комментариев не последует. Все ее пожелания любовник выполняет, но и Лена в ответ адекватно воспринимает его просьбы. “Мы теперь творим такое, о чем я раньше и помыслить не могла, и краска стыда меня не заливает”, - говорит моя бывшая пациентка.

Как сказал один мужчина, весьма искушенный в науке любви:

“Чего стыдиться, когда двое голых людей лежат в постели?!”

Нынешняя Лена и Лена шесть лет назад, когда она пришла ко мне лечиться от депрессивного невроза, - совершенно разные. При первом посещении у нее оказался полный набор одинокой женщины - комплекс неполноценности, неуверенность в себе и убежденность в собственной непривлекательности для противоположного пола, сексуальные фобии, аноргазмия и многое другое. И лишь когда мы все это успешно преодолели, у нее возникли чувства к Сергею, и он ответил на них. Раньше Сергей и не смотрел в ее сторону, а теперь они с Леной страстные любовники вот уже почти шесть лет.

Однажды Сергей все же предложил Лене осуществить хотя бы часть увиденного когда-то во сне - как он занимается сексом с ее предшественницей. Но одно дело сон или эротические фантазии и совсем другое - их реализация. По правде говоря, Лене уже не хотелось видеть, как ее возлюбленный будет с прежней любовницей. Все ж каждый влюбленный немного собственник. Как бы ни было любопытно, как бы ни хотелось померяться силами с соперницей и убедиться в собственном превосходстве, но есть и такое неприятное явление, как ревность.

Некоторые мужчины подчас не придают значению половому акту со случайной или нелюбимой партнершей, но женщины иначе относятся к интимной близости, для них секс - это выражение любви иными средствами. Кому ж захочется собственными руками отдать любимого другой, чтобы тот любил ее, пусть даже пять-десять минут! Ведь потом эти воспоминания буду навязчиво преследовать, женщина и сама изведется, и мужчину изведет расспросами, что он чувствовал, занимаясь любовью с другой партнершей.

Один приятель спрашивает другого:

- Что такое сексуальное родео?

- Ты ставишь жену на четыре точки, имеешь ее как жеребец кобылу и говоришь: “Вот так я трахаю свою любовницу”. А после этого пытаешься удержаться на ней хотя бы пять минут.

Анекдот

И все же Лена решила, что, став сексуально раскрепощенной, нужно соответствовать новому имиджу, и согласилась на предложение Сергея. Но тот оказался на высоте, сказав именно то, чего она подсознательно от него ждала: “Да я просто проверку тебе устроил! Я ее уже не хочу. Даже на спор или ради реализации твоего сна у меня на нее не встанет”. А Лена сразу успокоилась. В душе она даже благодарна своей предшественнице - ведь ее ревность к прежней любовнице Сергея проявилась в этом сне, а в конечном итоге благодаря этому они теперь вместе и до сих пор пылкие и изобретательные любовники.

Если вам хочется реализовать какое-то тайное желание, можете взять на вооружение этот принцип: рассказать вашему партнеру о будто бы виденном сне - своем или мнимой знакомой. Поведите ему все в деталях, в красках, так, чтобы “завести” его и, скорее всего, мужчина из любопытства или из духа соперничества попытается воспроизвести этот сюжет в жизни.

Еще один способ убедить мужа (или любовника) осуществить ваши сексуальные желания - спросить его: “Как ты думаешь, о чем фантазируют другие женщины?” Здесь вы как бы интересуетесь абстрактно, говоря не о собственных тайных помыслах, а вообще.

Выберите удачный момент, когда ваш партнер в благодушном настроении и не прочь поговорить, и с помощью наводящих вопросов осторожно вовлеките его в беседу на тему женского эротического фантазирования. Быть может, ваш муж (любовник) - полный профан по этой части (многие мужчины даже не подозревают, что женщины тоже фантазируют на темы секса). В этом случае сошлитесь на то, что узнали об этом из статьи в журнале или прочтите мою книгу “Гармония секса”, там есть большая глава “Мечты, фантазии и реальность”. Если лично у вас нет конкретной эротической фантазии, но вам хочется оживить ваши сексуальные отношения, то выберите приглянувшуюся вам тему из приведенных там примеров и расскажите партнеру об этом в сочных красках.

Сексопатолог - пациенту:

- Вас мучают эротические фантазии?

- Ну почему же мучают?!

Анекдот

Эта беседа нужна не для того, чтобы немедленно реализовать какой-либо сюжет (хотя и это не возбраняется при обоюдном желании), а ради того, чтобы научиться свободно разговаривать о своих предпочтениях. Вовлекайте партнера в беседу, чтобы вы оба впредь могли спокойно и доверительно разговаривать о сексе.

Моя пациентка Рая рассказывала: “Когда я еще была аспиранткой, мне очень нравился мой руководитель Валерий Михайлович - эдакий вальяжный мужчина с благородной сединой и умными, ироничными глазами. Он всем сотрудницам говорил шуточные комплименты, и мы все его обожали. Валерий Михайлович мне часто снился, а, проснувшись, я вставала не сразу, лежала с закрытыми глазами, додумывая продолжение своего сна, - как он меня нежно гладит, долго-долго целует, везде-везде, - в мечтах я могла себе это позволить, хотя в жизни была закомплексованной, невзрачной серой мышкой, в очках и с волосами, забранными в жидкий хвостик.

Однажды Валерий Михайлович назначил мне прийти вечером с отчетом, как идет дело с литературным обзором к диссертации. Все остальные сотрудники к тому времени уже ушли. Я поднялась на третий этаж, где был его кабинет, и вдруг во всем здании погас свет. Кромешная тьма, и мне стало очень страшно. Я сделала несколько шагов, но в полной тишине они прозвучали оглушительно, и я еще больше испугалась и приостановилась, не зная, что делать. Стояла-стояла, и вдруг из-за угла коридора показался колеблющийся свет, а по стенам заметались огромные тени. От ужаса я заорала и припустила бегом к лестнице. Споткнулась, упала, сильно ушиблась, подвернула лодыжку, выронила папку с отчетом, и все рассыпалось. Валяюсь на ступеньках и реву от страха и боли в ноге и копчике. И вдруг

слышу голос Валерия Михайловича: “Рая, это ты?” Я испытала огромное облегчение и одновременно с этим у меня возникло желание, чтобы он подошел ко мне, обнял и мы бы занимались сексом в полной темноте на лестнице.

Мал золотник, да хозяин приятный.

Д.Е.

Валерий Михайлович и в самом деле подошел ко мне, но, разумеется, любовью мы не занимались. Оказывается, он включил какой-то неисправный прибор, и случилось короткое замыкание. Валерий Михайлович нашел в столе свечку, оставшуюся с Нового года, и отправился к электрическому щитку, а тут я сижу на ступеньках вся в слезах. Он включил свет, а потом помог мне добраться до своего кабинета. Я успокоилась, стала отчитываться, а сама прячу глаза, боясь, что он в них прочтет о моих тайных желаниях.

Нормален ли тот, кто сошел с ума от любви?

Д.Е.

Видимо, Валерий Михайлович что-то почувствовал, - наши сотрудницы судачили, что у него было немало любовниц, - взял мою руку, посмотрел мне в лицо и все понял. Потом все случилось очень быстро, в кресле, при свете, я чувствовала себя очень скованной, стеснялась, что на мне некрасивое белье, что не приняла заранее душ. Наверное, он был разочарован - ожидал от меня большей экспрессии.

После этого случая мы старались вести себя так, будто ничего не произошло, но мне было неловко. Через год я защитила диссертацию и ушла из нашего отдела - мне было трудно находиться в обществе Валерия Михайловича и ужасно стыдно за случившееся.

Эту мечту - чтобы у меня был секс в полной темноте на лестнице, - я потом постоянно вспоминала, представляла все в деталях. Я стыдилась своей плоской фигуры, своей внешности, потому и хотела, чтобы все происходило без света. К тому же в кромешной тьме вроде бы я - это не я, можно позволить вести себя не так, как обычно, ведь мужчина меня не

видит”.

На тот момент, когда Рая пришла ко мне, у нее был любовник, но она не решалась поведать ему о своей эротической фантазии. Я посоветовала ей постепенно приучать себя и партнера свободно говорить о сексуальных фантазиях, и это ей удалось. Со временем оба стали более открытыми, пробовали многое из того, чем делились друг с другом, но о самой сокровенной своей мечте Рая все еще не решалась рассказать. Тогда я порекомендовала ей изложить все так, будто все это произошло не с ней, а с ее знакомой, испытавшей при этом очень сильные ощущения.

Пережитый только что страх и другие сильные эмоции нередко вызывают усиление сексуального желания, и тогда оргазм возникает быстро и имеет большую интенсивность.

Наверное, вы видели в кино или читали в романах, что мужчина и женщина, только что избавившись от смертельной опасности, от чувств бросаются друг другу в объятия, даже если едва знакомы, а потом самозабвенно занимаются сексом. Так случается и в реальной жизни, и оба при этом испытывают непередаваемый экстаз. Среди моих пациентов есть любители острых ощущений, которые намеренно провоцируют опасные ситуации. Некоторые пары играют в “мокрую курицу” - два автомобиля несутся на большой по пустынному шоссе навстречу друг другу, рискуя столкнуться в лоб; кто первый свернет, тот и проиграл. После этого выигравший и проигравший занимаются любовью в машине или на земле, и на окружающих им совершенно наплевать - не до этого. Есть и любители устраивать на загородном шоссе аварийные ситуации, из которых им чудом удастся выскользнуть. Цель - погонять адреналин в крови, а после этого устроить секс сеанс там же, на месте, или свернув на проселочную дорогу. Это я рассказала лишь в подтверждение того, как ощущение опасности обостряет сексуальное влечение, а вовсе не в качестве примера для подражания. Ведь возможна авария, а мне совсем не хочется, чтобы мои читатели покалечились в погоне

за острыми ощущениями.

Рая рассказала любовнику о своей мечте, причем ей было гораздо легче говорить, когда речь шла будто бы о другой женщине. Ее партнер, с которым они уже перепробовали много разного, воодушевился: “Давай мы тоже попробуем!” И сексуальная фантазия Раи наконец осуществилась. Неподалеку от ее дома недавно отстроили семнадцатизэтажное здание, там еще нет света. Поздно вечером Рая и ее любовник поднялись по неосвещенной лестнице и, как ей и хотелось, предались любви в полной темноте на ступеньках. Секс в крошечной тьме, когда совершенно не видишь партнера, к тому же, почти одетыми, создавал у нее ощущение, будто она с незнакомцем (кстати, тоже одна из частых эротических фантазий женщин).

Многообещающее начало отношений: “Я знаю, что мы будем делать сегодня вечером...”

Д.Е.

Да и Раин любовник в необычной обстановке вел себя не так, как всегда. Потом он признался ей, что ему тоже казалось, будто он занимается любовью с незнакомой женщиной, а поэтому позволено все.

Они провели в этом подъезде половину ночи, все перемазались в цементе и пыли, но ушли оттуда счастливыми.

Такую страсть не может затушить даже пожарная команда.

Д.Е.

Потом любовник не раз предлагал ей еще раз навестить заветный подъезд, а Рая отказывалась - ей хотелось поставить точку на этом этапе своей жизни. Но зато они пробовали заняться любовью в других местах, рискуя быть застигнутыми, тем самым осуществив тайное желание Раиного партнера. Раньше она ни о чем подобном и не помышляла, но потом ей понравилась острота ситуации. Обычно прелюдия занимала у них незначительное время, хотя дома они практикуют вдумчивый секс, но тут соединялись

торопливо, - не хотелось, чтобы их застукали, - а потом они, довольные, быстро убежали, хихикая, как два подростка, хотя оба приближаются к четвертому десятку.

То, что достаточно для нашего счастья, часто недостаточно для нашего удовольствия.

Жак Деваль

Некоторые женщины, однажды реализовав свою сексуальную фантазию, больше никогда не повторяют этот сценарий, желая сохранить в памяти именно первое впечатление. Ведь при повторе, некой запланированности подчас теряется все очарование.

“ОРГАЗМ ВСЕГО ТЕЛА”

Телеса обетованные.

NN

Многие женщины хотят не просто секса, пусть и с оргазмом, а чего-то конкретного, например, особой позы, иной техники полового сношения, определенной стимуляции эрогенных зон, секса в какой-то необычной ситуации, длительной эротической прелюдии, нежных прикосновений.

Для представительниц прекрасного пола эротика очень важна. Секс тоже имеет для них значение, но они предпочитают, чтобы то, что предшествует интимной близости, определенный настрой, эмоциональное состояние, - были акцентированы и занимали больше времени. Есть женщины, отдающие предпочтение длительным, нежным ласкам, а не самому половому акту.

Секс - сильное биологическое притяжение, которое ищет эротическое выражение.

Рей Шорт

“Мне хочется пассивного “интима”, а не энергичных фрикций, - рассказывала 33-летняя Валентина. - Лежать рядом и долго-долго ласкать друг друга одновременно или поочередно,

наслаждаясь прикосновениями. Ведь касания руками так приятны и эротичны. Если бы можно было выбирать, я бы предпочла долгие ласки короткому сексу.

Но у нас с Михаилом все не так. Я много раз говорила ему, что мне очень нравится, когда он меня просто гладит по всему телу, но когда он возбужден, то ему хочется побыстрее, Миша начинает стимулировать меня внизу пальцем. Мне этого совсем не хочется, по крайней мере, сразу, но я знаю, что теперь Михаил уже не сможет меня просто гладить, и делаю вид, будто мне приятно. Все равно его не остановить, так пусть уж все закончится побыстрее. Миша начитался книг про непременною стимуляцию клитора и уверен, что если делает так же, то мне обеспечены непередаваемые ощущения. Приходится подыгрывать. Ни разу ни Мишей, ни с другими мужчинами не было так, как мне нужно. И ни разу не было оргазма. Как же мне убедить его, чтобы он больше внимания уделял ласкам тела и оставил в покое мой клитор?”

Она сексуально подмигнула ему пупком.

Д.Е.

Михаил рад бы доставить Валентине удовольствие, но ее неправильная тактика привела к тупиковой ситуации: притворяясь, будто стимуляция клитора позволяет ей пережить оргазм, она ввела партнера в заблуждение, ведь тот уверен, что любовница оргазмична во время близости. От ласк он быстро возбуждается, и ему уже не до нежных поглаживаний. “Договоритесь переставить местами его и свои предпочтения, - посоветовала я своей пациентке. - Вначале пусть он осуществляет половой акт с минимальной прелюдией, а уже после эякуляции ласкает вас, но не сразу после коитуса, на спаде возбуждения, а спустя некоторое время, когда ему самому станет приятно снова к вам прикасаться. В это время он будет в рефрактерной паузе и не возбудится, так что времени, чтобы насладиться прикосновениями, у вас будет достаточно. Заранее попросите Михаила стимулировать клитор только если вам самой этого захочется”.

Чудесен этот миг или ужасен он?

Могу ли позабыть я эти спазмы, стон,

И поцелуй немой, и страсти натиск грубый,

И бледное лицо, и стиснутые зубы?

А. Мюссе

В данном случае любовник Валентины совершил ошибку, свойственную многим современным молодым людям: зафиксировавшись на главной эрогенной зоне большинства женщин, он упустил из виду, что многим вначале нужны общие ласки всего тела и других эрогенных зон, а время, которое на это требуется, у каждой особы прекрасного пола индивидуально. Обычно прелюдия должна значительно превышать продолжительность полового акта и составлять минимум 20 минут, но ее длительность зависит от темперамента женщины и возбудимости эрогенных зон. Не каждый мужчина способен даже треть часа ласкать женщину, сохраняя эрекцию и преодолевая нетерпеливое желание соединиться, а уж если партнерше требуется полчаса или даже больше на общие ласки, ему это и подавно тяжело.

Согласно сексуальному этикету, женщине тоже непозволительно настаивать лишь на собственных предпочтениях, полностью игнорируя желания партнера.

Есть счастливые пары, которые получают огромное удовольствие от взаимных ласк, они могут наслаждаться близостью, предшествующей соединению, очень долго. Но тут многое зависит от мужчины. Сексуальное влечение сильного пола гораздо более интенсивное, чем у слабого, и партнеру бывает трудно сдержаться.

Хороший любовник - это не техник; он должен уметь наслаждаться, быть нежным, ласковым, отзывчивым во время любовных игр.

М. Мак-Карти

Если бы Валентина сразу оповестила, что преждевременная стимуляция клитора ей ничего

не дает, Михаил попытался бы поискать оптимальное решение, но, как говорится, лучше поздно, чем на всю жизнь. Все свои свидания они проводят преимущественно в постели, так что время на эксперименты у них есть, а любовник отнюдь не прочь новизны, лишь бы любимой было с ним хорошо.

Валентина предложила ему новый сценарий, и он охотно согласился. Правда, немного беспокоился, не останется ли она неудовлетворенной, но любовница заверила его, что для нее ласки важнее кульминации.

В итоге все получилось замечательно и даже лучше, чем предполагала Валентина. Прелюдия была минимальной - в первый раз эрекция при виде обнаженной любовницы у Михаила возникает сразу, - он довольно быстро провел коитус, потом сходил в душ, а вернувшись, бодро заявил, что теперь готов делать все ради удовольствия Валечки. Она уже с нетерпением ждала его, предвкушая, что наконец-то получит то, чего безуспешно пыталась добиться. Любовник нежно гладил ее вначале спереди, спускаясь от шеи к стопам и даже поглаживания подошв были Валентине очень приятны - еще никто из прежних любовников этого не делал. Раньше она очень боялась щекотки, но теперь прикосновения к подошвенной части стоп доставляли лишь удовольствие. Даже прикосновения к боковым сторонам грудной клетки и подмышкам не вызвало привычной щекотки. Михаил то поглаживал ее руки от плеч к кончикам пальцев, и обратно вверх, то забрасывал ее руки за голову и гладил внутреннюю сторону. Валя отметила, что прикосновения к внутренней стороне локтевого сгиба дают гораздо более чувственные ощущения, чем к другим участкам тела. В этот раз любовник обращался с ее грудью совсем не так, как раньше, когда он был охвачен желанием. Кому-то из женщин нравится, когда ее грудь сжимают или собирают в горсть, другим привлекательнее всего манипуляции с сосками, а Валентина предпочитала очень легкие прикосновения.

Ласки - это капли нежности, переполняющей сердце

Э. Севрус

“Такого кайфа я ни разу в жизни не испытывала, - рассказывала она мне на следующий день. - Я вся, от макушки до пальцев ног, превратилась в сплошную эрогенную зону. Лежала с закрытыми глазами и млела, ощущая Мишины нежные руки и постанывая от блаженства, а душа и тело пели. Это был оргазм всего тела. А уж как Мише все это нравилось! Он просто балдел! Мне даже показалось, что Миша мурлычет от удовольствия. Потом он перевернул меня на живот и стал гладить сзади, мне были приятно все прикосновения - к шее, спине, ягодицам, бедрам, подошвам. Я думала, это и есть оргазм, но оказалось, что самые сильные ощущения еще впереди. В какой-то момент Миша левой рукой поглаживал меня по пальцам ног, по каждому в отдельности, а правой по ягодицам, потом провел пальцем между ними, спустился ниже и как только он коснулся клитора, я аж взвилась - такого острого наслаждения никогда в жизни не испытывала, - потом туго обхватила его руку бедрами, и стала двигаться на его кисти, Мише даже ничего не нужно было делать, лишь удерживать ее в том же положении. Это было нечто! А у Миши, когда у меня начался оргазм, сразу появилась сильная эрекция, но он меня дождался, а когда у меня закончилось, спросил можно ли в меня войти. После доставленного удовольствия я была готова позволить ему четвертовать меня, расчленить! Впервые половой акт мне был так приятен. И Миша признался, что во второй раз ему было гораздо лучше, чем в первый. Но и на этом все не кончилось. Вообще эта ночь - просто сказка. Когда мы отдохнули, Миша опять начал меня гладить и снова каким-то шестым чувством угадал, когда я уже готова. На этот раз я лежала на спине, а он одной рукой гладил меня по груди, а другой чуть касался клитора, а я сотрясалась в пароксизме наслаждения. И опять после этого у нас было сношение, и мои ощущения после оргазма снова продлились. В общем, за эту ночь у меня было три раза, у Миши - пять. Он и сам не ожидал от себя такой потенции. Раньше мог два раза, редко три, а тут пять! До этого я вообще ни разу не испытывала оргазма с мужчиной, - только когда сама

себя гладила, - и вдруг сразу три! Заснули мы с Мишей только под утро, выжатые, но счастливые. Обычно мы не встречаемся каждый день, но после такой ночи любви договорились, что сегодня опять встретимся”.

В эротической пьесе было только одно действие, но зато столько актов!

Борис Крутиер

Нередко бывает так, что когда женщина впервые в жизни переживает оргазм, ее сексуальность и возбудимость нарастают, и уже не требуется столь длительной прелюдии, как раньше.

Так же было и у Валентины. Во время второго свидания этап необходимых общих ласк уже стал короче, а в последующем еще больше сократился. Потом они с любовником придумали новую позу: она садилась на его бедро так, чтобы оно оказалось между ее ногами, а Михаил гладил ее тело и сзади, и спереди. Почувствовав сильное возбуждение, Валентина сама двигалась на бедре любовника и испытывала оргазм.

На этом они не остановились и придумали много новых поз. Например, она становилась на четвереньки, зажав руку Михаила между бедер, а другой рукой он ласкал ее по груди, спине, ногам. Или она ложилась на спину или на живот, тоже зажав его руку, и в нужный момент сама совершала движения тазом. Практиковали они и секс стоя, и в перекрестных позициях (когда оси тел партнеров под углом друг к другу), и в позе “валетом”. Еще они играли в море: Михаил то поднимал обнаженное тело любовницы за подмышки, то снова погружал в воду, а ее кожу ласкали струи воды. Правда, такой секс они могли использовать лишь в “диком” месте, где можно купаться без одежды. Но потом изобретательные любовники нашли замену в городских условиях: наполнив ванну, Михаил, держал Валентину обеими руками горизонтально и то опускал в воду, то снова поднимал. Неистощимые на выдумки любовники умудрялись заниматься любовью даже в гостях: Валентина надевала немнущееся платье, которое легко поднять к шее или сбросить на пол, развязав бретельки, они с Михаилом

уединялись в ванной и предавались любимым забавам. Однажды они проделали все в самолете, ночью, когда другие пассажиры спали: подняли подлокотник между своими креслами, полураздетая Валентина легла головой на колени любовника, тот укрыл ее шалью, и никто ничего не заметил.

“Он умело использовал эрогенные зоны по прямому назначению”.

Д.Е.

Счастливые любовники до сих пор экспериментируют и, судя по всему, это надоест им не скоро.

ТЕСТ

НАСКОЛЬКО ВЫ ЧУВСТВЕННЫ?

1. Что вы предпочитаете надевать на ночь?

- а) пижаму
- б) ночную рубашку
- в) любимого мужчину

2. Вам предстоит интимное свидание. Какого цвета нижнее белье вы наденете?

- а) красного
- б) белого
- в) телесного

3. Какой оттенок цвета одежды вы предпочитаете?

- а) пастельные тона
- б) темные тона
- в) яркие тона

4. Какой стиль в одежде вы предпочитаете?

- а) молодежный

б) тот, что соответствует вашему возрасту

в) тот, что вам идет

5. Какие вы любите цветы?

а) розы

б) гвоздики

в) тюльпаны

6. На столе лежат несколько предметов. Что вы предпочтете взять в руки?

а) кубик Рубика

б) шарообразный предмет

в) удлиненный предмет

7. Вы приобрели обновку, которая вам очень нравится, но ваш поклонник вдребезги раскритиковал ее. Вы:

а) не обращаете внимания на критику

б) засовываете этот наряд в самый дальний угол шкафа

в) меняете поклонника, исходя из принципа: “Одежда важнее поклонника, потому что есть немало мест, куда можно пойти без поклонника”.

8. Вы забыли кошелек на работе и спохватились только на остановке, а офис уже заперт.

Как вы доберетесь домой:

а) пойдете пешком

б) поедете “зайцем” наземным транспортом

в) уговорите прохожего ссудить вам без отдачи денег на проезд или поймаете “частника” и уболтаете его, доехав до дома бесплатно.

9. Какой формы ваша сумочка:

а) изящная - ведь это аксессуар, а не вместилище для переноски предметов

б) по типу портфеля, чтобы поместились деловые бумаги

в) почти как кошелка, удобная, вместительная, с нужными отделениями и кармашками.

10. Как ваша дамская сумочка выглядит изнутри?

а) Полный бардак! Там есть все, что нужно уважающей себя женщине, но в нужный момент ничего не найдешь.

б) У каждой вещи есть свое постоянное место

в) Периодически там накапливаются ненужные предметы и приходится проводить ревизию

11. Вы идете по улице и вдруг рядом притормаживает машина. Сидящий за рулем симпатичный мужчина предлагает вас подвести. Вы:

а) гордо заявляете: “Я не сажусь в машину к незнакомым мужчинам!”

б) спрашиваете, во сколько обойдется вам проезд

в) садитесь без колебаний, зная, что из таких случайных встреч вырастают очень даже интересные романы.

12. В приличном месте вы познакомились с приличным мужчиной и вели с ним разговоры о высоких материях. Он говорит, что желал бы продолжить знакомство и предлагает зайти к нему домой на чашечку кофе (чая), поскольку живет неподалеку. Вы:

а) подозреваете его в нечистых помыслах, наотрез отказываетесь и покидаете его, не пожелав обменяться номерами телефонов

б) сердечно благодарите за приглашение и придумываете благовидный повод перенести встречу завтра в кафе

в) с удовольствием соглашаетесь

РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА

Посчитайте баллы за каждый выбранный вами вариант ответа на вопрос

а

б

в

1.	0	1	3
2.	3	2	1
3.	2	0	3
4.	2	0	3
5.	2	0	3
6.	0	1	3
7.	2	0	3
8.	0	3	3
9.	3	0	1
10.	3	0	2
11.	0	1	3
12.	0	2	3

Если вы набрали до 10 баллов:

Вы из категории людей, у которых рассудок преобладает над эмоциями, все в вашей жизни упорядоченно и регламентировано, у вас определенные взгляды и принципы, которым вы всегда следуете. Авантюрной жилки вы напрочь лишены. С одной стороны, вы избавлены от драматического финала и причитаний: “Опять я совершила глупость!”, но с другой - мимо вас проходят многие радости жизни.

К сильному полу вы относитесь немного настороженно. Быть может, причина тому кроется в вашем прошлом? Да, прошлый опыт нужно учитывать, чтобы не совершать вновь те же самые ошибки, но даже если вам встретилось несколько непорядочных мужчин, это не означает, что все они такие. Вы сами ставите незримую преграду между собой и сильным полом, не позволяя поддаваться чувству, а потому ваша некоторая холодность и рассудочность отпугивает мужчин. Так же скованны и в своей интимной жизни и строите

отношения по принципу: это я могу себе позволить, а вот это - категорически нет.

Но ведь нельзя жить, как человек в футляре! Попробуйте хотя бы иногда давать выход чувствам, позвольте себе быть более раскованной. Начните с изменения прежнего стереотипа сексуальных отношений, а когда достигнете на ложе любви определенных успехов, вы поймете, что чувственность не ограничивается постелью и сказывается на всем облике женщины. И тогда ваши взаимоотношения с противоположным полом станут более эмоциональными, и вы получите адекватную отдачу.

Если вы набрали от 11 до 20 баллов:

Вы из тех, кого называют “тихим омутом, в котором тысяча чертей”. Очень привлекательный типаж для противоположного пола. Иногда вы выглядите скромницей, но в некоторые моменты можете вести себя необузданно, что для сильного пола может оказаться приятной неожиданностью в сравнении с прежним имиджем “тихони”. В этом контрасте - своя прелесть. Мужчина с вами не заскучает. Но не перебарщивайте ни с тем, ни с другим. Скромницы мужчин не особенно привлекают, по крайней мере, в интимном общении. С другими представителями сильного пола можете вести себя, как монашка, но с любимым отдавайтесь чувствам, чтобы он осознал - весь свой эмоциональный пыл вы бережете лишь для него одного. Не злоупотребляйте лавиной эмоций - это утомляет и истощает партнера.

Если вы набрали свыше 21 балла:

Вы очень чувственны в интимной жизни, но и в обыденной чрезвычайно эмоциональны. Качество замечательное, ведь сильный пол ценит слабый именно за эмоциональность. Однако, некоторые мужчины отдают положенную дань этим свойствам женской натуры, скорее теоретически, абстрактно, а в реальной жизни, столкнувшись с богатой на эмоции и чувственной представительницей прекрасного пола, - теряются и прибегают к спасительной формулировке: “У женщин эмоции идут впереди разума”. Тем самым они ограждают собственную психику от чересчур сильных потрясений, когда не способны адекватно

соответствовать своей даме. Лишь настоящий мужчина, который относится к женщине, как к ребенку, которому позволено многое, может оценить вас. Вопрос лишь в том, встретится ли вам такой понимающий партнер?..

Вы любите риск и авантюры, не боитесь новизны и всегда готовы к сюрпризам фортуны. Не всегда они бывали приятными, и ваш авантюризм в прошлом приносил вам огорчения. Тем не менее, вы не стали пессимисткой и мужененавистницей. Вы любите эксперименты, в том числе, и сексуальные, и весьма привлекательны в качестве сексуальной партнерши. Даже если ваши отношения с мужчиной кратковременны, в его памяти вы останетесь навсегда. Быть может, иногда он думает, что вы взбалмошны и непредсказуемы, но это же чисто женские черты!

И все же ваша импульсивность может сослужить плохую службу. Даже если вам очень хочется без раздумий пуститься в очередное любовное приключение, остановитесь ненадолго, подумайте, куда вас это заведет, и ответит ли представитель сильного пола на ваш порыв адекватно? Ведь есть мужчины, которые могут просто испугаться и сбежать.

В постели вы можете творить все, что угодно, и чем больше удивите своего партнера, тем больше шансов, что он захочет, чтобы вы удивляли его еще и еще. Но в обычной жизни старайтесь соизмерять свою непредсказуемость хотя с некоторой долей прагматизма, и тогда станете еще более привлекательной для своего мужчины.

ПОХВАЛА УКАЗЫВАЕТ ПУТЬ, ДАВАЯ СТИМУЛ

Похвали мужчину в постели, и он съест и всю остальную ложь.

Д.Е.

Одни дамы грезят о ситуациях, участницами которых никогда не были, другие же хотели бы воспроизвести какой-то эпизод из своего прошлого, который оставил в памяти неизгладимый след. Но как попросить об этом партнера?..

Мужчины ревнуют даже к прошлому. Причиной тому - подсознательное сомнение в своих половых способностях и опасения, что предшественник в постели был лучше. Поэтому, дабы не культивировать у партнера чувство неполноценности, я всегда советую своим пациенткам и читательницам ни в коем случае не рассказывать о прежних любовниках, а тем более, интимных аспектов. Неосознаваемое стремление некоторых дам таким образом “набить себе цену” и доказать свою сексуальную привлекательность для противоположного пола сыграет плохую службу - излишняя откровенность о деликатных деталях не только отрицательно повлияет на самооценку мужчины, но и спровоцирует его ревность, а в конечном итоге пострадают межличностные отношения.

Муж решил обрадовать жену и постригся так же, как его лучший друг. Жена открывает дверь и в полутемной прихожей бросается ему на шею, целует, ласкает. Когда она немного отдышалась, муж радостно спрашивает:

- Ну, как тебе моя новая внешность?

- Ну и шутник же ты, - промолвила жена, отстраняясь. - Я даже тебя не узнала...

Анекдот

Даже если сам муж (или любовник) побуждает вас к исповеди, клятвенно заверяя, что интересуется вашим прошлым из чисто спортивного интереса, и вам за это “ничего не будет”, - не поддавайтесь на его уловку. Быть может, вам он ничего не скажет, но в его душе поселятся неуверенность и ревность. А когда мужчина в себе не уверен, то есть немалый риск, что во время интимной близости он потерпит фиаско. И ему плохо, и вам нехорошо.

Если вашему партнеру известно, что у вас были любовники или ранее вы состояли в браке, то хайте их без зазрения совести. От них не убудет, возможно, лишь икнется от ваших воспоминаний. Так им и надо! - раз вы расстались, значит, что-то вас не устраивало, а если “бывший” сам вас покинул, то тем более слова доброго не стоит.

- Милая, я хочу, чтобы ты рассказала мне о всех мужчинах в твоей жизни, - говорит

любовник любовнице.

- Не могу, дорогой. Я обещала мужу, что сегодня приду домой пораньше.

Анекдот

Так как же реализовать ваше тайное желание, избежав неприятных последствий? Общий принцип действий вы узнаете из приведенных далее примеров из моей практики.

32-летняя Маша рассказывала, что многие годы мечтает повторить эпизод, происшедший с ней в юности. Ей тогда было 18 лет, она была влюблена в 25-летнего коллегу по имени Роман. Молодой человек заметил ее взгляды и многозначительно подмигивал, но дальше этого дело не шло - в той же организации трудилась его супруга.

И вот - о счастье! - их вдвоем послали в командировку. Поезд отправился в девять часов вечера, в одиннадцать два других пассажира из их купе, предварительно нагрузившись спиртным, уже крепко спали, а Маша с Романом сидели на нижней полке, обнявшись, шептались и целовались. Оба распались так, что им уже было не до соседей. Молодой человек расстегнул брюки, усадил Машу себе на колени спиной, сдвинул ее трусики, прикрыл все подолом широкой ее юбки, и они устроили "сладкую скачку вдвоем". Поезд покачивался на стыках рельс, любовник приподнимал и опускал тело партнерши, а она, до этого почти не имевшая сексуального опыта, очень быстро достигла оргазма.

В купе поезда двое: застенчивый молодой человек и женщина. Вечер. Она достает бутылку вина, закуску. Поужинали. Он отважился рассказать ей о своей маме, о работе. Проходит час, два... Она зевнула. Молодой человек участливо спрашивает:

- Вы что зеваете?

- Это вы зеваете, а я спать хочу.

Анекдот

Потом они уснули, обнявшись, на той же полке. В гостинице их поселили в разных номерах, и уединиться не получилось. Маша мечтала, что на обратном пути они повторят то,

что случилось три дня назад, но вместе с ними поехал знакомый Романа. Мужчины допоздна пили водку и трепались за жизнь, а Маша, лежа без сна, тихо злилась и ждала, когда же им наконец надоест это “мужское” занятие. Потом она заснула, а утром они прибыли в Москву. Больше интимных свиданий с Романом у нее не было - тот побаивался своей грозной половины и на работе вел себя паинькой.

Маша пять лет живет гражданским браком с 38-летним Валентином. Он почти во всем ее устраивает, в сексе у них с переменным успехом, но она не сетует. Позицию “партнерша на коленях партнера спиной к нему” они частенько практикуют, Маша при этом вспоминает свое острое наслаждение при первом опыте и обычно достигает оргазма.

Татуировка на интимном месте: “Здесь первым побывал Коля”.

Д.Е.

Но ведь каждой женщине хочется больше, чем она имеет, не так ли? Вот и Маша хотела непременно воспроизвести эпизод из своего давнего прошлого и пришла ко мне проконсультироваться. “Нормально ли то, что я так на этом зациклилась?” - спрашивала она. Когда я заверила ее, что ничего “ненормального” в ее тайном желании нет, моя пациентка спросила: “А вдруг Валентин подумает, будто я эксгибиционистка? Ведь мне хочется не просто секса в такой позе, а именно в купе поезда, когда там еще двое пассажиров, - в точности, как было у нас с Романом”. Однако в данном случае дело не в присутствии посторонних людей, а в элементе риска, что те проснутся. “Мне кажется, Валентин ни за что не согласится заняться со мной любовью, когда рядом кто-то есть, - сомневалась Маша. - Но даже если я его уговорю, у него просто не будет эрекции”. И еще одно обстоятельство ее беспокоило - как рассказать любовнику, что это она проделала с другим мужчиной? “Скажите, что этот случай произошел с одной из ваших подруг или вы видели такую сцену в каком-то фильме, названия которого уже не помните, или прочли в книге, - посоветовала я. - А еще лучше, если вы обменяетесь с любовником вашими тайными желаниями и по очереди

воспроизведете их”.

Она поделилась эротическими секретами пятиразового замужества.

Д.Е.

Так Маша и сделала. Ей не сразу удалось выяснить, чего хочет Валентин. Оказалось, что первая сексуальная партнерша, старшая сестра его школьного друга, сама соблазнила его в 15-летнем возрасте, заманив к себе домой, а потом, когда все закончилось, шлепнула по задку и с экспрессией воскликнула: “А ты молодец, малыш! Ты занимаешься этим гораздо лучше всех моих любовников!” Они регулярно встречались полгода, и каждый раз любовница восторгалась его умением в восторженных выражениях. Потом Валентин влюбился в одноклассницу, но до сих помнит свою первую женщину. “Лучше, чем с ней, мне ни с кем не было”, - признался он Маше. Та немного потерзалась ревностью, но я убедила ее, что незачем ревновать к прошлому, тем более, Валентин сам расстался с давней любовницей.

Маша спросила, хочет ли он, чтобы она воспроизвела тот эпизод, и любовник согласился попробовать. Он сам стал режиссером маленького спектакля, и все прошло замечательно. Маше удалось в точности повторить слова бывшей подруги Валентина, с достаточной степенью экспрессии и восторженности. Раньше она никогда не хвалила его сексуальные способности, и это произвело на любовника сильное впечатление. Впоследствии Маша после каждого полового акта эмоционально благодарила его, и чем дальше, тем больше обоим это нравилось.

Через некоторое время они воспроизвели и Машин сюжет. Валентин воспринял ее рассказ спокойно (разумеется, любовница не говорила, что все это произошло с ней) и с готовностью откликнулся на ее предложение. На выходные они купили билеты до Питера, дождались, пока соседи по купе уснут, и осуществили то же, что случилось с Машей 14 лет назад. “Я думала, что от моих стонов проснутся все пассажиры нашего вагона”, - призналась потом моя пациентка.

Чудесен этот миг или ужасен он?

Могу ли позабыть я эти спазмы, стон,

И поцелуй немой, и страсти натиск грубый,

И бледное лицо, и стиснутые зубы?

А. Мюссе

Любовнику “купейный секс” тоже очень понравился. Они премило провели уикенд в Санкт-Петербурге, а на обратном пути снова повторили недавний опыт.

Теперь они частенько покупают билеты на какой-нибудь поезд, отправляющийся вечером, и занимаются в купе любовью. Пока еще ни разу не было, чтобы соседи проснулись, а для этого Валентин всегда берет в дорогу пару бутылок водки, но сам не пьет, а лишь делает вид. Маша потом произносит хвалебные слова, каждый раз придумывая новые эпитеты, и оба чрезвычайно довольны друг другом.

Любитель острых ощущений - мужчина, который показывает любовницу жене.

Д.Е.

Итак, еще раз повторю: никаких лирических подробностей своего прошлого, упоминание о нем допустимо лишь в сравнительной степени с обязательным комплиментом нынешнему партнеру (если он того заслуживает или вы хотите, чтобы заслужил).

Жена с мужем едут в метро. Муж читает газету, жена наблюдает за целующейся парочкой, сидящей напротив.

- Видишь, как он ее целует? - говорит она мужу. - Почему бы тебе не взять с него пример?

Муж, оторвавшись от газеты:

- Но ведь я эту девушку совсем не знаю!

Анекдот

Вопрос: любит ли женщина комплименты? - из категории риторических. То же самое

применительно к мужчинам. Если вы отметите то, о чем ваш муж (или любовник) и сам знает, ему это тоже будет приятно. Мало того, при этом происходит так называемый перенос - испытывая положительные эмоции, ваш партнер переносит их на вас; в упрощенном понимании: “Она хорошая, потому что хорошо ко мне относится”.

Если вы похвалите половые способности партнера, то это комплимент вдвойне!

Многие мужчины в душе сомневаются в своих сексуальных возможностях, ведь у них нет реальной возможности сравнивать себя с другими представителями своего пола. Сопоставление анатомических параметров возле писсуара или в бане, конечно, может пролить бальзам на сердце (при условии, что у обладателя размеры впечатляющие), но грамотный мужчина знает о том, что оценивать можно лишь эрегированный пенис. Кроме того, хотя мужской половой орган и “сильнее, чем меч”, но ведь и пользоваться им надо уметь. А конкурсов на лучшего сексуального партнера пока не проводилось. Треп в мужской компании тоже не прибавляет уверенности в себе - многие мужчины хвастаются своими выдающимися достижениями на постельном поприще, но лишь сами вруны знают, что это, мягко говоря, сильное преувеличение, а остальные могут и поверить.

Поэтому, когда женщина хвалит сексуального партнера, это во-первых, прибавляет ему уверенности в себе, во-вторых, он переносит на нее положительные эмоции, а в-третьих, побуждает его к новым свершениям на ложе любви, чтобы снова заслужить похвалу. Говоря мужу (любовнику) комплименты, не скупитесь на красочные эпитеты и экспрессивные выражения, используйте превосходную степень, допустимо и явное преувеличение.

Разумеется, все это возможно лишь в том случае, если мужчина не бесперспективен в качестве сексуального партнера, а это бывает лишь в одном случае - когда он сексуальный эгоист. В основе этого, как правило, лежит аномалия личности (раньше психиатры говорили - уродство характера, от которого страдает либо сам человек, либо окружающие), а потому такие личностные качества неисправимы; сексуальный эгоист - это диагноз.

Во всех остальных случаях ситуация не безнадежна. Даже если у вашего партнера перебои с эрекцией, не фиксируйтесь на этом. Твердый пенис нужен лишь для полового акта, а если избавиться от сверхценного отношения к этому, то всегда можно найти иные способы полового удовлетворения.

Из инструкции по использованию презерватива: “... на худой конец...”.

NN

Самое главное - чтобы вы научились грамотно общаться с мужем (любовником) на интимные темы и добились реализации ваших сокровенных желаний, и вы найдете в этой книге подсказку, как это осуществить.

“ГРЯЗНЫЕ” СЛОВА ЛЮБВИ

- Вань, а Вань...

- Ну?

- Дома никого не будет...

- Ну?

- Бражки попьем...

- Ну?

- Сексом займемся...

- Не понял - на что ты намекаешь?

- Ну, по...ся.

- Так как бы сразу и сказала! А то все намеками, намеками...

Анекдот

Расскажу еще об одном случае, когда моей пациентке удалось реализовать свое давнее желание, руководствуясь определенной стратегией.

Евгений, на взгляд Наташи, - рафинированный интеллигент со всеми плюсами и

минусами, присущими тем, кого раньше называли “прослойкой”. У нее тоже высшее образование, но она смотрит на жизнь проще. Метания, сомнения, мягкотелость, размышления о высоких материях и риторические вопросы: “Кто виноват?” и “Что делать?” - ей совершенно не свойственны, а потому благоверный частенько критиковал Наташу за узость взглядов и примитивность мышления и интересов. На мнение супруга ей по большому счету наплевать, но дабы сохранить мир в семье, она теперь предпочитает помалкивать. Прежние дискуссии сменились монологами мужа на темы нынешнего бытия, во время которых Наташа, научившись отключаться и не слышать изрядно поднадоевшего спутника жизни, думает о своем или вообще ни о чем не думает.

В интимных отношениях Евгений типичный консерватор, к тому же, время от времени у него бывают проблемы с эрекцией. Даже если вначале все было более-менее, в процессе сношения пенис частенько становился мягким, а Евгений страшно злился, пытаясь свалить вину на жену, мол, та пассивна, и он не может хорошо возбудиться.

Приехали родственники-горожане к своим в деревню. Видят - племянник едет на тракторе без штанов и трусов. Спрашивают его:

- Ты чего голый?

- А я как-то ехал без рубашки, так шея застыла, как камень. Жена и говорит: “Ты бы лучше штаны снял”.

Анекдот

Причиной неполадок с эрекцией у Евгения обычно были служебные неприятности. Своей нынешней деятельностью Наташин супруг, в прошлом научный сотрудник, очень недоволен. Его душу греют лишь воспоминания о прежних временах, когда можно было писать две научные статьи в год, иметь еженедельно “библиотечный” день, приходить на работу когда вздумается, разглагольствовать с коллегами на околonaучные темы, ездить на конференции и изображать великого ученого, а дважды в месяц получать весьма неплохую зарплату. Теперь

все не так, - он стал мелкой сошкой в министерстве, но на службу приходится ходить ежедневно, да еще и к девяти утра (!), “пахать” до шести, а оклад Евгений воспринимает как личное оскорбление.

Вот и выходит, что интимная жизнь Наташи во многом зависит от того, получит ли ее благоверный очередной втык от начальства. Евгений особым служебным рвением не отличается, соответственно, не выказывает рвения и на супружеском ложе. Шеф частенько делает ему выговоры, а дома Евгений отыгрывается на жене. Его жалобы обычно начинаются с собственной персоны, не получающей заслуженной, на его взгляд, высокой оценки, а далее супруг переходит на глобальные обобщения, и даже в спальне вместо Песни Песней он затягивает заунывный эпический речитатив. От звука его монотонного голоса у Наташи пропадает не только желание, но и надежда на то, что таковое желание у нее вообще когда-нибудь появится.

Женщина мужчине в постели:

- А зарплата у тебя тоже маленькая?

Д.Е.

Когда Наташа пришла ко мне, то выглядела типичной сексуально неудовлетворенной женщиной. Ко всему прочему, как отметила моя пациентка, она изменилась по характеру. Когда-то Наташа была веселой, жизнерадостной, общительной и влюбчивой девушкой, а теперь стала нервной, раздражительной, суетливой, недовольной собой, своей семейной жизнью и всем на свете. Искать любовника ей не хотелось, как она говорила: “Нет настроения на развлечения”, - но и существующая жизнь не радовала.

“Он заразил меня плохим настроением”.

Д.Е.

Дело не только в том, что у Евгения случаются проблемы на работе - у кого их нет! - а в особенностях его личности. Постоянное ворчание, брюзжание - это так называемая

вербальная (словесная) агрессия, свойственная людям с неосознаваемым комплексом неполноценности, но с завышенными притязаниями. Разумеется, они не получают того, на что претендуют, а потому проявляют недовольство. Реализовать вербальную агрессию на службе такой человек опасается и обрушивает ее на своих близких. Евгений и в приснопамятные времена, о которых он ностальгически вспоминает, ничего особенного собой не представлял: диссертацию так и не защитил, числился мэнээсом и при этом мнил себя подвижником науки, был весьма горд собой, имел необременительное житье-бытье и постоянный заработок. В нынешние времена, когда нужно реально трудиться, краснобаи хорошо устраиваются лишь в политике, а потому Евгений не нашел места под солнцем, чтобы прохладиться.

Лозунг бездельников: “Не дадим поживиться на наших трудовых мозолях!”

Д.Е.

Само собой, Наташа боялась рассказать своему супругу-брюзге о желании воспроизвести эпизод из своего прошлого. Случилось это в пору девичества, когда она была без ума от юноши по имени Юрий. Молодые люди отдавались друг другу с большим пылом везде, где можно и нельзя, но очень хотелось. Кинотеатр с традиционными “местами для поцелуев” был их постоянным прибежищем, особенно зимой.

В отечественном кинотеатре качественно не отдашься, и обычно Наташа стимулировала рукой пенис возлюбленного до эякуляции, а Юрий ее страстно целовал, ласкал грудь, и оба были довольны. Однажды партнер неглубоко ввел указательный и средний палец правой руки ей в вагину и стал двигать фалангами пальцев по прилежащей к лобку стенке влагалища по типу подзывающего жеста, когда кого-то без слов просят: “Иди сюда”.

Этот способ известен в сексологии как стимуляции точки Джи (или зоны S) и обычно осуществляется в иной позе. Наташа в тот момент сидела, не оставив своим вниманием пенис партнера, а Юрий был уже сильно возбужден и, не обладая теоретическими знаниями об

эрогенных зонах, интуитивно проделывал именно то, что требуется - энергичные движения подушечками пальцев, с прижиманием передней стенки вагины к лобковой кости. Точка Джи (зона S) у некоторых женщин высоко возбудима, к тому же, при этом способе опосредованно, через мягкие ткани, стимулируется и клитор, в итоге, с умелым партнером, получается череда оргазмов или затяжной оргазм (а при половом акте этого эффекта не достичь, потому что там основное давление на задний свод влагалища и шейку матки, но не переднюю треть влагалища).

Наташа испытала подряд несколько оргазмов, а Юрий оказался не эгоистом и продолжал стимуляцию. В общем, фильм девушка вовсе не смотрела, запомнила лишь название (это был знаменитый фильм “История любви”), и в последующем влюбленные называли этот способ достижения Наташей оргазма “Историей любви”. Вскоре парня призвали в Армию, девушка очень горевала, потом утешилась с Евгением и вышла за него замуж, о чем очень сожалеет. “Лучше бы Юрку дождалась”, - говорит она.

Меня не привлекают невинные удовольствия.

Герцогиня де Лонгвиль

“Истории любви” больше в ее жизни не было, равно как и полноценного секса, тем не менее, Наташа мечтала и о том, и о другом. Консервативный супруг старше ее на тринадцать лет, и она поначалу предполагала, что он опытен в науке плотской любви. До свадьбы они были близки всего три раза по довольно распространенной причине - негде, - а потому возможности полноценно оценить сексуальные возможности поклонника у девушки не имелось. Став вскоре женой, она убедилась, что ее надежды не оправданы - Евгений не баловал ее ни позами, ни ласками, ни экспериментами, но у них одиннадцатилетние дочери-близнецы и невысокий доход, так что радужных планов на будущее Наташа не строила. Вроде бы, ситуация безысходная.

Однако даже из безвыходной ситуации есть хотя бы один выход.

Моя пациентка была готова примириться с противным характером супруга и его неспособностью заработать, будь тот умельцем в постели. Кстати, многие женщины согласны на такой компромисс, что еще раз подтверждает различие взглядов слабого и сильного пола на данную проблему, о которой я говорила в предисловии. Понятное дело, материальный фактор для дам тоже имеет немаловажное значение, но уж если в этом аспекте муж бесперспективен, то хотя бы радовал жену, компенсируя иным эквивалентом.

Я посоветовала Наташе то же, что примерно говорила другим своим пациенткам. “Да бесполезно, доктор... - вяло отмахивалась она. - Моего мужа даже могила не исправит”. И все же я убедила ее попробовать, хуже ведь все равно не станет, а попытка может оказаться удачной.

Когда нет межличностного контакта, вести доверительные разговоры, а тем более, на интимную тему, проблемно. Но тут все зависит от упорства и терпения женщины. Наташа признавалась, что порой с трудом сдерживает раздражение, когда, пытаясь свернуть беседу в нужное русло, в ответ слышала уже набившие оскомину привычные жалобы благоверного. Я провела ей курс психотерапии, она овладела аутотренингом, научилась управлять собой, и дело пошло лучше. Наконец ей удалось подстеречь благодушное настроение супруга, и доверительный разговор состоялся. Оказалось, что Евгению всего-навсего хотелось произносить во время интимной близости “грязные” слова, касающиеся того, что он делает, как это делает, и прочее.

В зеркале речи часто отражаются обнаженные детородные органы.

Станислав Ежи Лец

Кстати, такое желание - отнюдь не редкость, причем присуще не только сельскому трактористу, но и интеллигентным гражданам. Если для людей низкого интеллектуального уровня ненормативная лексика - привычное дело, они матом не ругаются, а разговаривают, то для человека более высокого социального статуса это привлекательно уже тем, что в обычной

жизни они таких выражений не используют (или практикуют лишь в мужской компании, но не при дамах). И второе - в непечатных выражениях заложена грубая экспрессия, которая позволяет мужчине выразить свои эмоции. Многие женщины относятся к такой причуде партнера благосклонно, а некоторые (если он не против) сами используют “грязные” слова любви. Есть пары, которые ведут в постели выразительные матерные диалоги, но никогда не используют ненормативной лексики в своей обычной речи - тем и привлекательна возможность полностью расслабиться от самоконтроля.

“Сначала он грязно ругался, а потом тот же язык засунул мне в рот”.

Д.Е.

Наташа отнеслась к пожеланию супруга с пониманием и вскоре они осуществили половой акт с матерным антуражем. Уже от того, что Евгений комментировал физиологические изменения в своем любимом органе и красочно расписывал, *что* он сейчас проделает с женой, у него возникла сильная эрекция и держалась в течение всего коитуса.

Первый человек, который бросил ругательство вместо камня, был творцом цивилизации.

Зигмунд Фрейд

Поначалу Наташе было немного неприятно и непривычно слышать от своего чопорного мужа крепкие выражения, а тот разошелся вовсю. Больше всего она боялась, что дочери проснутся и услышат смачные реплики папаши, но потом Наташа убедила себя, что не стоит обращать на это внимания. Сильная эрекция пениса мужа не произвела на нее большого впечатления и, как всегда, она ничего особенного не почувствовала, зато Евгений был чрезвычайно доволен.

Муж орет жене:

- Пошла ты на ...!

Та три раза сплевывает через плечо:

- Только бы не сглазить!

Анекдот

Памятуя о том, что железо надо ковать, пока не остыло, Наташа завела разговор о своем сокровенном желании, - якобы прочла в книге, что с помощью пальцев можно дать возможность женщине испытать потрясающее удовольствие. На что супруг самодовольно заявил, что руками действуют лишь те, у кого плохо стоит. Наташа не стала напоминать мужу, что последнее имеет к нему непосредственное отношение, и как ни в чем не бывало, заявила: “Но попробовать же можно”. Все еще пребывавший в благодушном настроении супруг согласился.

В сексе безвыходных положений не бывает.

Д.Е.

Чтобы супруг сам не проявил ненужную инициативу и все повторилось, как раньше было с Юрием, Наташа села на постели и усадила мужа рядом с собой. В таком положении получилось как раз то, что нужно, - подушечки его пальцев касались стенки вагины, обращенной к лобку (а не наоборот, к заднему проходу, как обычно бывает, когда партнер пытается мануально стимулировать влагалище партнерши, или же мужчина вводит один-два пальца боковой стороной, в этом случае движения скользящие, и точка Джи не стимулируется). Глубоко ввести пальцы Евгений не мог (этого как раз вовсе не нужно), но вначале пытался осуществлять движения вперед назад (тоже частая ошибка мужчин). Делая вид, будто пробует и так, и этак, Наташа сама немного вывела пальцы мужа и попросила изобразить жест наподобие подзывающего, то сгибая фаланги “крючком”, то разгибая их, и одновременно прижимая мягкие ткани к лобку.

Вначале у Евгения не получался тот ритм, который ей требовался, но сами прикосновения были приятны. Наташа закрыла глаза и представила, что она, как тринадцать лет назад, сидит в темном кинотеатре со своим возлюбленным, и сразу почувствовала возбуждение. Ощутил

это и Евгений - по lubricации (увлажнению) гениталий жены и ее учатившемуся дыханию.

По привычке, сложившейся у нее с Юрием, она стала стимулировать пенис мужа, и вскоре у него снова возникла эрекция. Он опять стал комментировать свои ощущения в непечатных выражениях, но теперь, на высоте возбуждения, Наташе все нравилось, и даже то, что муж использует “грязные” слова. Практика стимуляции мужского пениса еще со времен встреч с Юрием у нее немалая, больше всего внимания, как и положено, Наташа уделяла головке полового члена, как наиболее чувствительной эрогенной зоне, и опытной рукой быстро довела супруга до оргазма.

“Пора кончать, а то рука устала”.

Д.Е.

Вскоре и Наташа достигла кульминации. Даже то, что оргазмируя, Евгений уже перестал двигать пальцами, не помешало ее оргазму, главное, что партнер касался передней стенки вагины, и Наташа двигалась сама (на высоте возбуждения женщине уже не требуется столь интенсивная стимуляция, как раз наоборот, чем легче и нежнее прикосновения к эрогенной зоне, том тоньше и длительнее оргазм). Их сладостные стоны слились воедино, а потом Наташа в полном восторге бросилась мужу на шею - впервые за много лет неудачного замужества.

Евгений тоже был чрезвычайно доволен: пережил с коротким интервалом два оргазма, да и жена, против обыкновения, не лежала безучастно. Он впервые видел, что она возбуждена, впервые увидел подлинный женский оргазм и почувствовал пальцами сокращения мускулатуры тазового дна.

Пожилой мужчина женился на молодой. В первую брачную ночь он поднимает три пальца.

- О, дорогой, - обрадовалась жена, - значит, мы будем делать ЭТО три раза?

- Нет, - отвечает муж. - Это означает - ты можешь выбирать.

Анекдот

Раньше Наташа никогда не стимулировала пенис мужа, хотя Евгений частенько ворчал, что она ничем ему не помогает, когда он не мог достичь хорошей эрекции или терял ее. До свадьбы таких проблем у него не было, а потом Наташе ничего не хотелось делать для мужа. Не сможет, значит, отстанет от нее, и ей не придется терпеть половой акт, - вот как она думала.

Расчувствовавшись, супруг признался ей еще в одной маленькой тайне - он регулярно мастурбирует. На самом деле это тайна Полишинеля - к мастурбации с разной степенью частоты прибегают практически все мужчины, в том числе, и женатые или имеющие возможность регулярно иметь “интим” с любовницей. Получить таким образом половую разрядку гораздо проще и быстрее, чем затевать коитус со всеми прибабасами. А уж если приходится уламывать даму, - тем более. Сам мужчина хорошо знает, как себя стимулировать (даже если партнерша осуществляет аналогичные манипуляции, то зачастую делает это неправильно), и ему достаточно всего несколько минут, и готово. Время, которое требуется для достижения эякуляции и оргазма, различно и зависит от настроения, самочувствия, от того, удастся ли мужчине отрешиться от всего и сосредоточиться на своих ощущениях, или что-то извне мешает, что-то его беспокоит, тревожит; к примеру, случились неприятности, и эякуляция отсрочивается. По этому поводу у студентов-медиков есть любимая фраза на латыни: *Fortuna non penis: in manus non recipere*, что означает: Судьба не половой член; в руках, но не возьмешь.

Разницы между онанизмом и половой жизнью никакой, только в первом случае не с кем поговорить.

Д.Е.

Евгений признался и в том, что благодаря жене быстрее достиг оргазма, чем в случаях, когда мастурбировал сам. Разумеется, Наташа умолчала о своем прошлом опыте и

предложила: “Хочешь, я всегда так буду делать?” И конечно же, супруг согласился: стимуляцией собственной рукой и рукой женщины - разные вещи; в первом случае это всего лишь физиологическая разрядка, во втором - ласка и ощущения иные.

В итоге выиграли оба. В дальнейшем они практиковали взаимную мануальную стимуляцию, а потом изменили сценарий. Я объяснила Наташе, что точку Джи можно стимулировать рукой и в позе лежа, а также пенисом партнера во время полового акта в определенной позе. Супруги чередуют разные варианты. Например, Евгений доводит жену до оргазма мануально в позе сидя или лежа, а она потом стимулирует его половой член - до эякуляции или же муж переходит к сношению. Проблем с эрекцией у Евгения уже нет.

- Почему ты продала компьютер? - спрашивает одна подруга другую после свадьбы.

- А я теперь, в основном, лежу.

Анекдот

Теперь они практикуют “интим” не только в спальне. Однажды, когда дочери уже спали, а супруги смотрели телевизор, Евгений залез рукой жене под юбку и, уже имея немалый опыт, быстро довел ее до оргазма, стимулируя зону S. Когда Наташа читает или смотрит фильм, он частенько прерывает ее этой сексуальной игрой. Даже если книга или фильм очень увлекательны, Наташа отдает предпочтение любовным забавам. Она тоже не остается в долгу и балует мужа в одностороннем порядке, например, войдя в ванную, когда тот принимает душ, или в любом другом месте, как-то раз даже во время ужина. Евгений отнюдь не против, как раз наоборот, очень даже “за”, поскольку раньше был не избалован по части интимных игр.

Реклама: “В нашем турбюро вам предложат индивидуальный тур: путешествие в ширинку”.

Д.Е.

Наташе наконец-то удалось полностью воспроизвести сценарий давнего случая. Однажды

супруги пошли в кино, а в полутемном зале она расстегнула брюки мужа, извлекла пенис, а его руку направила себе между ног. Евгений уже знает, что после первого оргазма жены нужно продолжать стимуляцию, и теперь Наташа испытывает каскад оргазмов.

В общем, “История любви” повторилась!

Само собой, идиллия в сексе позитивно отразилась на их взаимоотношениях. Именно так обычно и бывает у большинства семейных пар. Ведь очень часто ссоры супругов вызваны неудовлетворенностью интимной жизнью: жена, не испытывающая никаких приятных ощущений, постоянно уклоняется от близости, а муж злится, между ними создается напряженность, выливающаяся в придирки, ехидные реплики, замечания и даже оскорбления. А если у супругов полная гармония в сексе, то даже поругавшись, они в постели мирятся. Да и не очень-то хочется им ссориться. Ведь семейные сцены нередко возникают по ерунде, а теперь супруги придерживаются мудрого принципа персонажа детской книги Карлсона: “Пустяки, дело житейское!” А ведь и в самом деле пустяки! Уж по сравнению с сексуальной гармонией-то точно. Недаром великий Фрейд считал либидо стержнем человеческой психики.

Секс влияет на умы!

Д.Е.

Так что хороший секс позитивно влияет и на межличностные взаимоотношения. Еще в самый первый раз, когда Наташа достигла с мужем оргазма, у них состоялся доверительный разговор. Оба расчувствовались, размякли душой и были откровенны. Ни разу за все двенадцать лет брака они так душевно не беседовали. Впервые Наташа слушала мужа с сочувствием, а не с раздражением. Да и он признал, что частенько был к ней несправедлив, а она согласилась, что тоже внесла немалый разлад в их отношения, избегая близости и будучи во время нее пассивной. Ни одному мужчине не нравится, когда женщина соглашается на “интим” с таким видом, будто делает великое одолжение, нехотя раздвигает ноги, лежит

бревном, уклоняется от поцелуев и прикосновений и не скрывает своего нетерпения, желая, чтобы все побыстрее закончилось, а порой даже озвучивает свое недовольство или, того хуже, позволяет себе оскорбительные реплики о сексуальных способностях партнера. И тем более, это тяжело мужчине с расстройством эрекции. Виновна в этом тоже Наташа. Раньше у мужа не было с этим проблем, но из-за ее неправильного поведения в спальне он не мог достичь нужной степени сексуального возбуждения, отсюда и вялость пениса. А когда Наташа лежала безучастно, даже при наличии изначально приличного уровня возбуждения, потом оно угасало, и Евгений частенько терпел фиаско.

Он и она в постели.

- Останови наконец будильник! - требует она.

- Зачем?

- Чтобы в этой комнате хоть что-нибудь стояло!

Анекдот

Между прочим, это путь к стойкому расстройству эрекции (раньше это нарушение называли импотенцией, теперь сексопатологи предпочитают термин “расстройство эрекции” как более щадящий). Очень часто при лечении этого нарушения и я, и мои коллеги-сексопатологи, убеждаемся, что во многом виновны жены. А регулярная, полноценная половая жизнь - лучшая профилактика расстройства эрекции. В конечном счете женщины страдают в большей степени, чем их мужья - мужчина может достичь эякуляции и при мастурбации, даже если утратил способность совершать коитус.

Но еще раз повторю: в сексе безвыходных положений не бывает.

Если у вас, моя читательница, с супругом аналогичные проблемы, хорошенько подумайте, не внесли ли вы сами вклад в нарушение его эрекции? И если это так, то исправляйте ситуацию, пока это расстройство не стало стойким.

- Доктор, не стоит!

- Есть два пути. Первый - отправиться пешком в Киев, посетить Печерскую лавру.

- Так это ж далеко!

- Второй путь - найти молодую, неукротимую в ласках женщину.

- А до Киева не так уж далеко...

Анекдот

Основное направление, которым нужно идти, я вам показала, а детали зависят от вас самой. Если вы откликнетесь на пожелания мужа, то и он не откажется реализовать ваши сокровенные желания. А когда вы станете получать от секса истинное наслаждение, то не только не будете избегать близости, а сами проявите инициативу. И мужу это пойдет на пользу. Чем дольше супруги живут полноценной половой жизнью, тем дольше у мужа сохраняется эрекция. Так что радости секса будут у вас и на пенсии.

Если у мужчины крепкий, то женщина будет раскрепощенной.

Д.Е.

Евгений по-прежнему с экспрессией произносит “грязные” слова любви во время интимной близости, если рядом никого нет. Если же он стимулирует жену или она его в кинотеатре (они еще не раз повторяли этот опыт) или в ином месте вне спальни, то муж шепчет ей бранные слова на ухо. Теперь Наташе это очень нравится, она от них еще сильнее заводится.

Привлекательных молодых женщин в постели можно ласково называть “сучка”.

NN

“Вы знаете, на тринадцатом году семейной жизни я полюбила своего мужа!” - заявила мне бывшая пациентка.

Намек ясен, дорогие читательницы? - а также читатели, поскольку эту книгу наверняка прочтут и многие мужчины.

СО ВРЕМЕН АДАМА И ЕВЫ МЫ ИМЕЕМ ПРАВО ГРЕШИТЬ ВДВОЕМ

Секс - это бокал с коктейлем. И то, и другое, как ни смакуешь, а быстро кончается; и то и другое одинаково возбуждает и пьянит.

Д. Лоуренс

Если вам хочется осуществить свою сокровенную мечту, но вы не решаетесь попросить об этом напрямую, основная тактика такова. Вначале расскажите партнеру о своих эротических фантазиях, как об опыте кого-то из своих знакомых, и спросите, как он к этому относится. Даже если он фыркнет, мол, все это глупости, не отчаивайтесь, как говорится, капля камень точит, а уж женщина и подавно своего добьется.

После того, как вы поведаете мужу (любовнику) какой-то сценарий женского эротического фантазирования, следующий этап (не обязательно в тот же день) - предложите ему придумать сюжет самому. Опять же пока речь идет о женщинах вообще, а не о вас в частности. Практически все мужчины смотрели (или регулярно смотрят) порнофильмы или листали порножурналы, так что вашему партнеру будет не сложно припомнить что-то из увиденного.

Все больше и больше вовлекайте своего любимого в беседу о сексуальных фантазиях мужчин и женщин. В конце концов он расскажет вам о своих тайных желаниях, и это очень важный этап в ваших отношениях - вы уже достигли доверия вашего партнера, и он стал с вами откровенен.

Идет парень по улице. Навстречу ему девушка.

- Эй, - окликает он ее. - Давай слазим в подвал?

- Зачем?

- А я тебя там трахну!

- Какая низость!

- Тогда давай на крыше?

Анекдот

А далее еще более важная веха - реализация эротических фантазий мужа (или любовника). Даже если вас что-то смущает, и вы не испытываете особого воодушевления от того, что вам предстоит, не будьте эгоисткой, уступите и сделайте то, чего хочет ваш любимый. Есть немалый шанс, что вам понравится. Но даже если нет, зато потом вы получите возможность перейти к завершающему этапу - расскажете ему о своих сокровенных мечтах, а любой уважающий себя мужчина просто обязан помочь вам осуществить их - вы ведь пошли навстречу его желаниям!

Загадка: Туда, сюда, обратно, тебе и мне приятно.

Ответ: Качели.

Семен, любовник моей пациентки, 25-летней Вероники, когда она приучила его к откровенным разговорам, признался ей, что лет пятнадцать назад пытался овладеть своей будущей женой в подъезде ее дома. Им тогда было по восемнадцать лет, они возвращались со студенческой вечеринки и были крепко навеселе. Прощание затянулось, после страстных объятий и поцелуев влюбленным захотелось закономерного продолжения, а родители девушки уже были дома. Случилось это зимой, на обоих было много одежды.

Половой акт в позиции стоя вообще довольно сложно осуществить, а без сноровки и подавно. Если уж партнерам очень хочется ради разнообразия опробовать именно эту позу, то желательно, чтобы нижняя часть их тел была полностью обнажена. И все равно соединиться непросто, особенно, если рост мужчины и женщины существенно различается. Ему приходится изловчиться, чтобы ввести пенис, слегка присесть, но и потом есть шанс, что половой член выскользнет. В общем, больше мороки, чем удовольствия.

Преподаватель математики на уроке: “Введите этот член в уравнение, и оно сразу удовлетворится”.

Д.Е.

Эта позиция подходит лишь экспериментаторам или когда обоим очень-очень хочется, а

иного варианта, например, сесть или лечь, нет. Если партнерша миниатюрная, а партнер физически силен, то обычно они переходят в иную позу - она обхватывает его ногами в области талии и бедер, а он поддерживает ее за ягодицы и совершает фрикции. Но если с физической подготовкой у мужчины дела обстоят не лучшим образом, самое простое решение - коитус меж бедер партнерши с одновременной мануальной стимуляцией клитора (непосредственный контакт одним или двумя пальцами, ребром ладони, опосредованный - путем сжатия пальцами больших половых губ и движений вверх-вниз). Если партнер эякулирует раньше, то, согласно сексуальной этикете, потом должен дать возможность даме пережить оргазм - мануально или скользящими прикосновениями пениса к клитору (для этой цели годится и не эрегированный половой член, он гораздо нежнее пальца). Доводить партнершу до оргазма орально (языком, губами) в условиях спонтанного секса, без предварительных гигиенических мероприятий, не стоит.

На нескромное предложение парня насчет интима девушка возмущенно фыркнула:

- Я тебе не уличная девка!

- Ну, тогда пошли в подъезд.

Анекдот

Семен со смешком поведал Веронике о своих мучениях с будущей женой: его джинсы постоянно спадали, а свои партнерша придерживала руками на бедрах и из-за этого не могла развести ноги, потому парень испытывал трудности проникновения. Возможность коитуса между бедер ему в голову не пришла, и все попытки были безуспешны. Неопытная партнерша ничем не могла ему помочь. Только было у Семена получилось соединиться, как открылась дверь одной из квартир. Юные любовники в тот момент стояли на ступеньках, буквально в нескольких шагах от лестничной площадки, на которой расположена квартира родителей девушки. От неожиданности у Семена сразу пропала эрекция. Подхватив спадающие джинсы, молодые люди ринулись вниз по лестнице. На их счастье соседи вошли

в лифт и не заметили их.

Пережитый испуг отбил у юного Семена охоту к занятиям сексом в подъезде, но воспоминания об этом сохранились, и он признался Веронике, что сейчас не прочь попробовать еще раз. Видимо, собственное фиаско не давало ему покоя, и Семен, повзрослев, желал реабилитироваться.

Памятуя о том, что пора переходить к следующему этапу отношений, Вероника предложила любовнику реализовать его намерение. Решив не откладывать столь важное дело в долгий ящик, парочка в тот же вечер приступила. Для полной идентичности Семен хотел совершить половой акт вблизи площадки, на которой живет Вероника с родителями (свидания любовников обычно происходят в квартире Семена). Дело было летом, и все оказалось проще. Вероника надела платье, а в своем подъезде сняла трусики и встала на ступеньку повыше любовника. Тот уже примерно знал, что делать, дабы избежать повторения прошлого опыта: придерживая девушку левой рукой под спину, партнер немного откинул ее тело назад, ладонью и четырьмя пальцами правой руки “страховал” свой пенис, чтобы он не выскочил, а подушечкой большого пальца гладил Веронике клитор.

Потом она призналась и мне, и любовнику, что ей было очень страшно - в этом доме Вероника выросла, все соседи ее знают. Даже если их застанут жильцы из другой квартиры, потом пойдут сплетни, узнают ее родители, в общем, перспектива малоприятная. Девушка надеялась выйти замуж за Семена, родители относились к ее поклоннику благосклонно и вдруг такой конфуз... Понятное дело, они не питали иллюзий, что дочь еще девственница, но у Семена своя квартира, попробуй потом объясни папе с мамой, что она надумала помочь любимому реализовать давнюю мечту!

Парень и девица зашли в подъезд.

- Выверни лампочку, - просит она.

Он вывернул и просит:

- В рот возьмешь?

- Да ты что! Она же горячая!

Анекдот

В общем, девушка натерпелась страху, с тихим ужасом прислушиваясь, не откроется ли чья-то дверь, и мечтая, чтобы Семен побыстрее эякулировал. А тот шептал ей на ухо ласковые милоглупости, покусывал за мочку уха, что ей очень нравилось, большой палец любовника касался клитора как раз в нужном ритме, и Вероника перестала обращать внимание на звуки.

Как только Семен эякулировал, будто по заказу, отворилась дверь этажом выше, и в этот момент девушка испытала очень интенсивный оргазм, хотя за минуту до этого ей казалось, что получится у нее еще не скоро. Пока сосед с третьего этажа (Вероника с родителями живет на втором) спускался вместе со своим доберманом, Семен одернул платье любовницы и быстро направился вниз по лестнице, застегиваясь на ходу, а девушка в изнеможении от всех пережитых эмоций, но с блаженной улыбкой, прислонилась к стене. Но когда сосед проходил мимо, она наклонилась и сделала вид, будто у нее расстегнулась застежка босоножек. Нечаянный свидетель ничего крамольного не заподозрил, поздоровался и прошествовал мимо. Минут через пять за ним последовала Вероника и от чувств бросилась на шею любовнику, который курил на крыльце, и призналась, что хотя ей было страшно до жути, но она испытала потрясающие ощущения.

Довольные любовники отправились закрепить отношения к Семену домой, а когда вошли в подъезд, многозначительно переглянулись и, не сговариваясь, двинулись пешком по лестнице. Не доходя до площадки, на которой располагалась квартира Семена, они остановились и повторили недавний опыт. И опять все получилось почти как час назад. Правда, на этот раз открылась дверь несколькими этажами выше, к тому же, сосед воспользовался лифтом, но сам по себе звук открывающейся двери явился для любовников

чем-то вроде условного рефлекса (помните собаку Павлова?), и оба одновременно испытали яркий оргазм. После чего полураздетый Семен подхватил любовницу на руки, не отпуская ее, отпер дверь и внес в свою квартиру. “Потрясающе!” - первое, что сказала Вероника.

С тех пор парочка частенько практиковала “подъездный секс”, как они его называли. Если никто из соседей не открывал дверь, то все происходило дольше, а сам этот звук так и остался для двух рискованных любовников условным сигналом к кульминации.

Так бывает нередко, именно потому некоторые пары так любят секс в неожиданных местах: сексуальное возбуждение усиливается страхом быть застигнутыми, ощущения становятся более острыми, а звук (или иной сигнал) как бы является пусковым механизмом для возникновения интенсивного, пикообразного оргазма.

Дочь вышла замуж и уехала с мужем в маленькую частную гостиницу. Пишет матери письмо: “Живем хорошо, освоили уже сто способов. Больше всего мне нравится, когда я лежу на земле, а муж на меня с забора прыгает”.

Мать думает: “А я все на спине да на спине и только на кровати. Надо попробовать дочкин любимый способ”.

Через некоторое время дочь получает от нее телеграмму: “Приезжай, шлюха! Отец убился!”

Анекдот

Вероника с Семеном пробовали заняться любовью в других местах, где есть риск быть застигнутыми, например, в небольшом закутке вестибюля одного общественного здания, но из этого ничего не вышло. Сама по себе поза не удобна для полового сношения, а привычный звук открывающейся двери был исключен. Семен все же эякулировал, но Вероника оргазма не достигла. Тогда они решили осуществить сексуальный контакт в лифте 24-этажного дома. Катались туда-сюда и добились своего. Обрадовавшись, они повторили свой опыт, но лучше бы этого не делали. Лифт вызвал кто-то из жильцов, а любовники так увлеклись, что

спохватились только тогда, когда дверцы открылись. На их беду, нечаянными свидетелями оказалась пожилая чета, которая разразилась негодующей тирадой. У Вероники отпала охота заниматься любовью в лифте, и они вернулись к уже опробованному “подъездному сексу”.

“Вот уже двадцать лет я теряю невинность при каждом удобном случае”.

Д.Е.

Девушке и самой нравились их забавы, но, поскольку она первой предложила реализовать тайное желание возлюбленного, то потребовала, чтобы и он пошел ей навстречу. Ее фантазия была нетипичной - Веронике хотелось побрить половые органы партнера (обычно игру на женских гениталиях под названием “шейвинг”, что означает бритье, любят мужчины). Семен удивился, но подчинился. Любовница выбрила его наголо, а ему это было непривычно (“Холодно”, - шутил он). Потом, правда, ворчал, что все чешется, а отрастающие волосы колются.

Кстати, милые дамы, если хотите немного наказать своего партнера, тоже можете как-нибудь затеять “игру в парикмахерскую”. Потом с неделю он будет испытывать дискомфорт. Пусть хотя бы частично познает, какие неприятные ощущения испытывают женщины в связи с абортom и другими гинекологическими операциями. Жаль, что хотя бы один мужчина на свете не испытал на себе, что такое “аборт по-советски”, когда единственным “обезболивающим” был мат-перемат медсестры и окрики типа: “Чего орешь? Когда трахалась, небось, не орала!”

Сексуально эрудированные мужчины знают, что клитор принимает важнейшее участие в женском оргазме, и обычно не оставляют его без внимания, правда, не всегда стимулируют так, как нужно.

Однако до сих пор немало “дремучих” представителей сильного пола, которые не желают прикасаться к гениталиям партнерши ни руками, ни, тем более, языком. А многим женщинам хочется и того, и другого. Либо только куннилингуса (оральных ласк партнером женских

половых органов). Технику орального секса и все прочие премудрости я подробно изложила в книге “Секс с изюминкой”, повторяться не буду.

Плывут два сперматозоида. Один у другого спрашивает:

- Скоро мы до матки доплывем?

- Ну ты и дебил! Мы еще до желудка не доплыли.

Анекдот

Если вы хотите, чтобы партнер орально или мануально стимулировал клитор, принцип тот же: постепенно приучайте мужа (любовника) откровенно говорить о своих предпочтениях, а потом выскажите свои. Можете вначале реализовать его эротические фантазии, а потом он - ваши. Или наоборот.

Я намеренно привожу в этой книге необычные тайные желания женщин, чтобы убедить вас, моя читательница, - все осуществимо. Какими бы фантастическими ни казались ваши эротические фантазии, их тоже можно реализовать, пусть и не в деталях, а в общих чертах.

Например, вы воображаете себя наложницей в гареме султана. Для того, чтобы претвориться в жизнь эту фантазию, совсем не обязательно искать по всему свету действующего султана, который согласится принять вас в свой гарем. Проще всего разыграть сценку с переодеванием с вашим мужем (или любовником). Накрутите ему на голову некое подобие чалмы, наденьте шаровары, сверху еще что-нибудь экзотическое, а себе придумайте восточный наряд и исполняйте танец живота и прочие элементы вашего сценария.

Если ваша мечта - стать любовницей принца Чарльза, то его роль тоже может исполнить ваш партнер, а вы, по желанию, можете изображать покойную принцессу Диану или ныне здравствующую любовницу принца Камиллу.

При желании можете разыграть и ставшую притчей во языцех сцену орального секса Моника Левински с Биллом Клинтон. А уж тот, кто будет играть для вас роль бывшего президента США точно останется доволен. Платье со следами “греха” тоже сохраните.

- Ты меня любишь? - спросила Моника.

- Разговаривать с набитым ртом неприлично, - ответил Билл.

Анекдот

Не настраивайтесь заранее, что партнер непременно откажется или поднимет вас на смех. Как вы можете знать, если еще не предлагали? В таком деле, как интимное сближение, от мужчины можно ждать любых неожиданностей.

Есть немало шансов за то, что вашему мужу (или любовнику) новая игра очень понравится. Вашим сильным козырем будет то, что вначале вы реализуете его эротические фантазии, а потом сам Бог велел реализовать и ваши сокровенные желания. Какими бы “неприличными” вам самой они ни казались, не бойтесь сказать об этом партнеру. Узнав, чего хочет он, вы убедитесь, что его фантазии еще круче. Да и вообще, в сексе и во всем, что с ним связано, ничего “неприличного” нет и быть не может.

Цель любовных маневров - пасть вдвоем и как можно ближе друг к другу.

Войцех Бартошевский

Не фиксируйтесь и на том, что вы способны испытать наслаждение не при половом акте, а при иной стимуляции эрогенных зон.

Вы имеете полное право достигать полового удовлетворения любым способом.

Далее вы узнаете, что люди, полагающие, будто “правильный” оргазм - лишь тот, который возникает при сношении, - безнадежно отсталые. Сексология шагнула гораздо дальше этих примитивных взглядов, и все продвинутые в области секса люди не ограничиваются банальным коитусом.

Оргазм он и есть оргазм, независимо от того, каким способом достигается.

Пусть вас не смущает, что лично для вас претворение в жизнь сокровенных желаний неприемлемо. Это лишь на данный момент, когда вы еще морально не готовы. Со временем ваши взгляды изменятся. Отложите эту книгу подальше, а позже к ней еще раз вернетесь,

когда поменяете свои взгляды (или партнера) и поймете, что попробовать все же стоит. Но не говорите себе сейчас категорично: “Прочсть про других людей мне было забавно, но это не для меня”. Сейчас у вас, возможно, просто нет желания или настроения. Но нет ничего вечного в этом мире, и плохое настроение тоже не бывает вечным.

Тот, кто хочет, - делает; кто не хочет, - ищет оправданий.

И еще один совет: пусть вас не волнует ваш возраст. Далее вы прочтете об этой проблеме, волнующей многих женщин, - наших годах, которые, надо признать, неприятная вещь, когда их много. И все же, даже к этому можно относиться философски - будучи юной девушкой, вы не знали многого, что знаете сейчас.

Ошибки молодых - неиссякаемый источник опыта тех, кто постарше.

Веслав Будзиньский

Мои пациентки, дамы самого разного возраста, в том числе, бабушки, преодолев в себе некий психологический барьер и избавившись от негативизма по отношению к любым проявлениям сексуальности, теперь с преогромным удовольствием играют со своими партнерами в разные игры. Любимая игра одной немолодой супружеской четы - их первая брачная ночь. Воспоминания, каким он тогда был резвым козликом очень помогает супругу достичь эрекции, хотя у этой пары уже есть правнуки. Еще одна чета любит разыгрывать сценки из анекдотов и очень при этом веселится.

Театральная афиша: “Сегодня на нашей сцене “Сотворение человека”. В двух актах”.

Д.Е.

Вы можете разыграть сюжеты своих эротических фантазий или же воспроизвести какую-то давнюю ситуацию, когда вы были влюблены или пережили особенно острый оргазм. Если вы сумеете создать соответствующий давнему эпизоду настрой, положительные эмоции от этих воспоминаний помогут вам быстро достичь возбуждения.

Куй счастье пока горячо.

Д.Е.

А если, паче чаяния, у вас нет своего сценария или вы пока еще сами не знаете, как именно и где вас нужно стимулировать, разыграйте с партнером сценку под названием “В кабинете сексопатолога” - вы приходите на прием, раздеваетесь, а “врач” вас осматривает и пытается найти ваши эрогенные зоны. Экспериментируйте, ищите, не может такого быть, чтобы у вас не существовало хотя бы одной эрогенной зоны! И не ставьте самой себе диагноз: “Я фригидна”. Фригидная женщина не купила бы книгу о сексе, поскольку он ее совершенно не интересует.

ЭРОТИЧЕСКАЯ ИГРА С РАЗДЕВАНИЕМ

Каждая женщина должна со вкусом одеваться и с аппетитом раздеваться.

Д.Е.

Моя пациентка, назовем ее Линой, в первые годы брака с бывшем мужем частенько играла с ним в игры с переодеванием. Их любимая забава: она надевала одежду своего супруга, в которой тот был в день их первой встречи, а он облачался в ее наряд, и они повторяли сцену знакомства, но каждый раз с вариациями и продолжением в виде секса, чего не было при их первой встрече. Лина медленно раздевала мужа, так, как ей хотелось, чтобы раздевали ее, а он снимал с нее свою одежду так, как предпочел бы, чтобы раздевали его. Об этом сильно возбуждались и с большим пылом предавались любви. Когда они разошлись (муж стал пить), больше всего Лина жалела об этих играх.

А лифчик просто открывался...

Д.Е.

Ситуация знакомства с теперешним супругом Николаем была отнюдь не романтической. Да и сам он по характеру, как она говорит, “типичный бирюк”. Поиграть в переодевание ей

хотелось, но не с ним. А любовника у нее нет, да ей и не хочется интрижек на стороне.

Страсти между супругами никогда не было, но отношения в целом хорошие. Лина уважает Николая, считает порядочным и надежным человеком, но секс самый простой, обычно в “супружеской” позиции. С первым мужем Лина была оргазмична, а со вторым, до того, как стала играть с ним в “раздевание”, - нет.

Жена обнаружила дневник мужа, в котором тот описывает 99 способов, которыми он имел своих любовниц.

Вечером муж пришел с работы, откупорил бутылку пива и сел к телевизору, смотрит футбол. Входит жена:

- Сними с меня трусы, у меня руки в тесте.

Тот, не отрываясь от экрана, снимает. Жена выходит из комнаты, через некоторое время возвращается:

- А теперь запиши сотый способ: муж раздевает, а сосед трахает.

Анекдот

Я посоветовала ей рассказать Николаю о своей игре с бывшим мужем так, будто все это произошло с одной из ее знакомых или коллег. Лина сомневалась в том, какой это будет эффект, но согласилась, что попробовать стоит, в общем-то она ничем особенным не рисковала - если Николай это не заинтересует, придется оставить эту фантазию до лучших времен или же придумать что-то другое.

Женщина, умеющая красиво раздеться, всегда будет хорошо одета.

Д.Е.

Начала она, как и требуется, издалека, с того, как некоторые люди развлекаются во время интимного сближения, и рассказала супругу некоторые случаи. К ее удивлению, Николай поддержал разговор и тоже поделился опытом своих знакомых. По мнению Лины, это и в самом деле происходило с другими мужчинами, а не с ним.

Когда такие беседы стали делом привычным, - обычно они разговаривали в спальне, перед сном, иногда потом занимались любовью, - она рискнула рассказать о своей сокровенной мечте, но опять же так, будто бы эту эротическую игру практиковала ее приятельница. А Николай в ответ признался, что его первый сексуальный опыт был с женщиной намного старше его - та сама раздевала его, нежно и медленно, и он до сих пор помнит тепло и ласку ее рук. Лина немного растерялась, не зная, стоит ли предложить воспроизвести нечто аналогичное. А вдруг мужу очень дороги юношеские воспоминания, и если она, Лина, что-то сделает не так, как его первая партнерша, то ему не понравится?

Когда она пришла ко мне посоветоваться, я порекомендовала ей предложить раздеть Николая в полной темноте или завязав ему глаза, чтобы он не видел ее, а перед этим выяснить, как именно происходило в прошлом - лежал ли он, сидел или стоял. Раз ему запомнилась именно нежность рук первой женщины, то следовало прикасаться необычайно мягко, слегка поглаживая кожу, чтобы эти прикосновения были чувственными.

Женщину нельзя раздеть до конца, до конца раздеть можно только мужчину.

NN

На ее предложение муж сразу согласился, а о деталях рассказывать не стал, сказав: “Неважно, как было тогда, сейчас я хочу, чтобы это делала ты”. Николай не отличается атлетическим сложением, он немолодой мужчина с заметным животом, поэтому Лина выключила свет, да к тому же, завязала ему глаза. Сама по себе повязка - уже некий символ доверия партнерше, а кроме того, партнер абстрагируется от всего ненужного и сосредоточивается лишь на своих ощущениях.

Лина превратила раздевание не только в эротическую игру, но и в нежную ласку - гладила мужа ладонями и подушечками пальцем, легко прикасалась губами, потом опять руками и делала это вдохновенно, так что вскоре супруг уже был в полной готовности и стонал от удовольствия.

Лодка самым наглым и бесстыжим образом приставала к берегу.

NN

После этого Лина, не снимая с его глаз повязку, впервые использовала позу “всадницы”, сев спиной к лицу Николая. Самостоятельно регулируя ритм, одной рукой она ласкала его мошонку, корень пениса и внутреннюю поверхность бедер, а другой - свою промежность и клитор. В этой позе она впервые испытала с мужем оргазм (раньше близость оставляла ее неудовлетворенной, и она достигала разрядки лишь с помощью мастурбации). Ее кульминация опередила оргазм партнера, и Лина продолжала движения тазом и ласки.

Потом муж ей признался, что хотя в целом половой акт был гораздо продолжительнее обычного, но столь длительных приятных ощущений ему никогда не доводилось испытывать ни с Линой, ни с другими женщинами.

В дальнейшем супруги стали постоянно практиковать игру с раздеванием. Прежний однообразный секс в норма-позе уже был неинтересен даже Николаю, а Лине и подавно.

Стриптиз по-советски: танцовщица раздевается и быстро садится на свою одежду, чтобы ее не стащили.

М. Задорнов

Если вы пожелаете устроить взаимный стриптиз, вам не помешают некоторые советы, чтобы это стало эротической игрой, а не конфузом.

Как и у женщин, у мужчин при интимном раздевании свои предпочтения. Некоторые дамы во время первого быстрого секса при свете предпочитают остаться в бюстгальтере и юбке - потом можно встать и одернуть юбку, а в лифчике любая грудь красива. Или же им нравится быть в длинной блузке (рубашке, футболке) при снятом низе - тогда, встав, чтобы пройти в ванну, можно продемонстрировать партнеру свои ножки, не показывая лишнего.

Он вогнал ее в краску ниже пояса.

Д.Е.

Вариант “без порток, но в шляпе”, то есть, обнаженный низ, а сверху что-то еще осталось (у женщины - бюстгальтер, у мужчины рубашка или майка) неприятен представителям обоих полов, поскольку при этом человек выглядит немного смешно и нелепо. Пока любовникам хочется побыстрее соединиться, они подчас не обращают внимания на детали, но потом, когда все заканчивается, обоим партнерам хочется сохранить привлекательный вид.

Мини-монокини: женский купальник без плавок.

Д.Е.

Соответственно, при медленном раздевании все эти мелочи имеют значение.

Например, женщина предпочитает, чтобы ее раздевали “слоями” - вначале одежду, оставив белье и колготки, затем колготки (или вначале бюстгальтер), а трусики - в самую последнюю очередь. Мужчины же первым делом пытаются обнажить самое возжеленное место партнерши.

Стриптиз - одна из форм безопасного секса.

Спаркл Мур

Если вы когда-нибудь “Ночной канал” на ТНТ, то, наверное, обратили внимание, что телезрители-мужчины, которые звонят в студию, требуя, чтобы девушка (женщина) сняла с себя что-то, в большинстве своем желают видеть снятыми именно трусики. Как, интересно, они себе представляют дальнейшее? - ведь на даме, обнажающейся на телеэкране, есть платье. Следовательно, ничего особенного им увидеть не удастся. И, тем не менее, в этом невольно проявляется свойственная сильному полу тенденция - женские трусики долой!

Все мужчины тянут руки к ее трусам. Хоть трусов не носи!

Д.Е.

Большинство мужчин тоже предпочитает до самого последнего момента оставаться в трусах. Даже у хилых телосложением представителей сильного пола обнаженный торс все же эстетически как-то уравнивает оголенный низ. Если же вы снимете с мужчины трусы,

оставив на нем майку или рубашку, то он будет выглядеть смешным. Если при этом его пенис эрегирован, то многие мужчины этим весьма гордятся. А если нет? Тогда ваш партнер будет смущен, и ваша затея со стриптизом может оказать эффект, прямо противоположный желаемому. Поэтому лучше начать раздевание сверху, сняв с мужчины рубашку (джерпер) и майку, а уже затем брюки.

Носки на обнаженном мужчине выглядят крайне неэстетично. Во-первых, они зрительно укорачивают ноги, во-вторых могут оказаться не первой свежести, а в-третьих, это напоминает персонаж многих анекдотов. Так что избавляйтесь от них в первую очередь, еще когда не сняты брюки партнера по взаимному стриптизу.

Если раздевать друг друга по очереди, тоже может получиться неловкая ситуация - обнаженный партнер в присутствии одетого будет смущаться, особенно отдельных частей своего тела, которыми недоволен.

Некоторые женщины положительно воспринимают пенис лишь в “рабочем” состоянии, а без эрекции дамам бывает даже неприятно на него смотреть.

Смущаясь, что пока ничем не может порадовать партнершу, мужчина будет испытывать неловкость и вряд ли пожелает быть раздетым первым.

Маленькая дочка случайно увидела отца в ванной и спрашивает:

- Мам, а что это такое у папы?

- Ну, это такая штучка... Если бы не она, то тебя бы здесь не было. - Ненадолго задумалась и прибавила: - Да и меня, пожалуй, тоже.

Анекдот

Обнаженная женщина, если она считает, что ее фигура имеет изъяны, тоже будет смущена рядом с одетым партнером.

Врач предложил ей пошевелить ногами, а она стала раздеваться ниже пояса.

Д.Е.

Поэтому оптимально раздевать друг друга одновременно: элемент одежды с мужчины, затем с женщины, потом опять с дамы и так далее.

Собственное тело смущает лишь тех, кто его не любит, людей, имеющих комплексы. В этом случае вам нужно избавляться не от одежды, а от комплексов. Иначе взаимный стриптиз не доставит вам никакого удовольствия.

Следующей книгой в этой серии будет “Сокровенное из жизни мужчины”, где будут описаны всевозможные тренинги для преодоления различных комплексов, связанных к сексом. Аналогичная книга выйдет в серии “Откровенно о сокровенном” и для женщин.

А пока усвойте одну простую истину: любое тело красиво и эротично.

Фотомодели и актрисы делают пластические операции, чтобы достичь совершенства форм, так что не думайте, будто каждой красотке все ее прелести даны природой. При самой совершенной операции на теле остаются следы, так что вблизи тело красавицы, которыми мужчины любуются на развороте журнала, вовсе не так привлекательно, как на фотографии. К тому же, на коже позирующей модели - килограммы грима. Я знаю об этом не понаслышке, поскольку в далекой молодости работала манекенщицей, правда, обнаженной не позировала - в те времена такого фото никто бы не опубликовал, - но купальники на подиуме демонстрировала и позировала в них для фотографий в журналах мод. Гримирование тела при этом занимает несколько часов - адский труд! Гримеры замажут все изъяны на коже (а они есть в каждого человека) так, что ничего не будет видно, а если отмыть красотку, которая выглядит на снимке женщиной-вамп, то останется Дуняша из соседнего подъезда, в общем, девушка, каких на улице сотни. Моделей, демонстрирующих одежду для полных, утягивали так, что те едва могли дышать. Не бывает полных женщин без живота, и валики на талии появляются в первую очередь. А на подиуме они выглядели стройными и вполне в форме.

У нее ножки - как у газели. Такие же тонкие и волосатые.

Д.Е.

Так что не фиксируйтесь на том, что где-то появилась лишняя складочка. Как говорится, и у мухи есть брюхо!

СЕКС-ЛИКБЕЗ ДЛЯ ПАРТНЕРА-ПРОФАНА

“Он мне не подходит - ни калибром, ни размером, ни целкостью, ни скоростью”.

Д.Е.

Допустим, у вашего мужа (любовника) так называемый узкий диапазон приемлемости (то есть, границы того, что можно позволить себе во время интимного сближения, а что нет) или же он не обладает необходимой информацией, что частенько случается среди представителей старшего поколения.

Сейчас чуть ли не в каждом журнале, во многих газетах есть статьи на тему секса, но еще пять-шесть лет назад даже переводные книги были сравнительно редки, а из отечественных авторов первыми были мои энциклопедии, но это здоровенные и тяжеленные тома, которые продавались преимущественно в магазинах, а не на уличных лотках. Разве пойдет сорокалетний мужчина (или женщина), имеющий комплексы, в магазин с единственной целью купить книгу о сексе?!

Она была женщиной сомнительного поведения, а он - сомневающимся.

Д.Е.

Людей с узким диапазоном приемлемости и определенными особенностями характера все, что связано с интимной жизнью, заставляет краснеть и избегать этой темы, в которой они чувствуют себя крайне неуверенно. Некоторые даже стесняются читать книги о сексе при людях. Однажды я увидела в руках одной дамы свою энциклопедию, обернутую в газету, а когда она заметила, что я “подглядываю”, то тут же смутилась и спрятала книгу. А потому неинформированных людей в сравнительно недавние времена было очень и очень много. Да и сейчас все еще немало.

Профаны, как правило, не желают в признаваться в собственной сексуальной отсталости. Несчетное количество раз я слышала (и до сих пор слышу) заявления мужей примерно такого типа: “Я все знаю о сексе, что мне нужно! Лечите мою жену, а со мной все в порядке!” - а бедная супруга знает об оргазме лишь понаслышке и уже изучила все цветочки на обоях спальни и все трещины на потолке.

Песенка про быстрый секс: “Пять минут, пять минут...”

Д.Е.

Но даже если мужчина не самодовольный, не тупой, не упрямый (все эти типично для сексуальных эгоистов), а просто дилетант, он подчас не решается ликвидировать собственную безграмотность в этом вопросе, по крайней мере, явно. Тайком-то он прочтет, если ему попадется в руки литература на эту тему, но ведь кто-то должен купить книгу или журнал. Кстати, умные жены именно так и поступают - приобретают литературу и оставляют ее в укромном, но доступном взору благоверного месте. Тот украдкой, когда супруги нет дома, ознакомится, но в силу своих комплексов в этом не признается. И все равно польза есть. И вы, моя читательница, можете поступить точно так же, если у вас муж из категории “секс-профан”. Я потому столь детально, красочно и эмоционально расписывала в примерах из своей практики, как мои пациенты (самые обычные люди, между прочим, с такими же проблемами, как и у вас) избавлялись от различных сложностей в интимной жизни, чтобы заинтересовать не только женскую, но и мужскую аудиторию. Пусть прочтут, что от секса оба партнера могут получать непередаваемое наслаждение, может быть, им тоже захочется.

Разврат - это секс без вашего участия.

Д.Е.

Любой сексопатолог (теперь нас называют сексологами) дает своим пациентам всю нужную информацию, при необходимости проводит лечение, секстерапию и прочее. Поэтому многие мои пациентки после безуспешных попыток переубедить мужа, приводили его ко мне

на сексликбез, даже если лечение не требовалось, а нужно было всего лишь ликвидировать его секс-безграмотность.

Вы тоже имеете возможность обратиться к квалифицированному специалисту, а если у вас нет финансовых возможностей (услуги секстерапевтов недешевы), то из нижеприведенного случая из моей практики вы сможете многое почерпнуть.

На примере одной пары я расскажу, как с помощью принципа: ты - мне, я - тебе, - можно достичь полного взаимопонимания, а попутно повысить сексграмотность “дремучего” партнера или полного профана и разнообразить интимные отношения.

Нине 38 лет, ее любовнику Саше 41 год. Он женат, она разведена, у нее восемнадцатилетний сын. До знакомства с Сашей у Нины семь лет не было мужчины. Да и бывшего мужа можно назвать мужчиной лишь с большой натяжкой: по характеру тюфяк, по жизни - неудачник (что с точки зрения психиатра - диагноз, а вовсе не стечение обстоятельств), добытчик никакой, в постели полный ноль.

Импотент - это ноль без палочки.

Д.Е.

Сексуальный опыт, о котором Нине приятно вспомнить, она приобрела десять лет назад, сразу после развода, со своим иногородним коллегой, командированным в организацию, в которой в то время трудилась. По работе она стала его куратором, а в интимной жизни наставником стал первый в ее практике любовник. До этого Нина никогда не испытывала оргазма и понятия не имела о так называемом “бугорке страсти” (клиторе). В течение месяца, пока ее новый сексуальный партнер был в Москве, Нина чувствовала себя самой счастливой женщиной на свете. Она бы не прочь выйти за него замуж, пусть бы он переехал в столицу, но любовник был женат, а пробежки налево во время командировок считал делом обычным. Нина была не первой и, надо полагать, не последней его краткосрочной любовницей, а потому руки и сердца партнер по сексу не предлагал.

Погоревав после его отъезда, Нина решила утешиться с другими мужчинами, надеясь методом проб и ошибок найти если уж не спутника жизни, то хотя бы достойную замену покинувшему ее любовнику. Но увы... Только время зря потеряла. А приобрела лишь разочарования.

Не унижайте себя скоротечными любовными интрижками!

Д.Е.

Мало того, Нина заразилась хламидиозом, заболеванием, передающимся половым путем, и долго лечилась. Затем у нее был длительный перерыв, во время которого она удовлетворяла себя собственноручно, решив, что это все же безопаснее, чем риск опять подцепить ЗППП, возможно, похлеще, чем хламидии.

Всяко-разно, лишь бы не заразно.

Д.Е.

С Сашей они встречались четыре месяца. Он импонировал Нине как личность - спокойный, приятный в общении, с мягким чувством юмора, - но совершенно не устраивал ее в качестве сексуального партнера. Однако, как и многие женщины, Нина боялась сказать ему, что ей не нравится тот секс, который они практикуют. Во время интимной близости она не притворялась, будто испытывает оргазм, но любовник этим даже не интересовался. Если бы он спросил, она бы честно ответила, но сама не хотела заговаривать на эту тему.

Куда ни плюнь - попадешь в никудышного любовника. Наплевать на них!

Д.Е.

“Интим” у них бывал не при каждой встрече. Иногда они просто общались, ужинали, время от времени немного выпивали. “Мы почти как муж с женой, а не любовники”, - однажды подумала Нина. Но поскольку не каждая пара ведет приятные беседы, она решила, что лучше так коротать вечера, чем одной.

Сексом они тоже занимались примерно так же, как многие супружеские пары, - в спальне,

под одеялом, всегда одинаково, в традиционной позиции. Никаких отклонений от привычного сценария, за исключением того, что после этого Саша одевался и уходил домой.

Прежний супруг, хоть и был типичным трутнем, но обладал большим самомнением и необоснованными амбициями (что нередко у таких никчемных мужчин - как следствие неосознаваемых комплексов), периодически он взбрыкивал и закатывал сцены на манер бабской истерики, с визгом, оскорблениями и даже угрозами покончить с собой, - в общем, баба в штанах, - так что по сравнению с прежней семейной жизнью, нынешнее подобие супружества было для Нины несравненно привлекательнее. Саша - человек во многих отношениях интересный, эрудированный, хороший собеседник, к тому же, их вкусы взгляды во многом совпадали, и Нина уже почти смирилась. И все же еще чуточку надеялась на перемены к лучшему.

Надежда теплилась между ног.

Д.Е.

Как-то раз она приобрела переводную книгу какого-то иностранного автора о сексе и с интересом прочла ее. Там давалось много советов, но не оказалось самого главного - как убедить любовника стимулировать клитор.

И вот по совету приятельницы, которая тоже у меня лечилась, Нина пришла на консультацию. Я предложила ей три варианта на выбор.

Первый - поговорить с Сашей откровенно и рассказать о своих предпочтениях. У них хорошие отношения, в целом доверительные, но тема секса почему-то табу. Если бы любовник был классическим сексуальным эгоистом и игнорировал ее просьбы, тогда душеспасительные беседы малоэффективны. Так что возможность изменить стереотип сексуальной жизни имелаась.

Второй вариант - привести его ко мне. Я предполагала, что Саша вовсе не прочь что-то изменить, но либо он профан, либо у него узкий диапазон приемлемости.

И третий вариант - то, о чем говорилось ранее. То есть, начать разговор издалека и постепенно добиться взаимной открытости, а затем выяснить сексуальные фантазии мужчины, реализовать их и рассказать о своих тайных желаниях.

Первый и второй вариант Нина отвергла и остановилась на третьем. Иногда это занимает довольно продолжительное время, но порой партнерам удается достичь значительных результатов уже с первой беседы.

“Она рассказывала сальные анекдоты и вынудила меня на проверочные меры ее доступности”.

Д.Е.

Процесс выяснения Сашиной тайны занял у Нины почти месяц. Она регулярно приходила ко мне и отчитывалась, как идут дела, о чем они разговаривают. У моей пациентки особых пожеланий любовнику не имелось, за исключением предпочтения клиторной стимуляции, но с помощью моих подсказок она расписала любовнику множество красочных сценариев женского эротического фантазирования. Саша слушал с большим интересом, но его собственная фантазия оказалась бедноватой, поэтому ничего вразумительного на просьбу собеседницы сочинить собственный эпизод или хотя бы предположить, о чем мечтают женщины, он изложить не мог.

В этом нет ничего удивительного, и вы, моя читательница, тоже не ждите от своего партнера сюжета в духе “Эммануэль”.

Когда заходит речь о сексе, мужчины зачастую принимают отсутствующий вид, и на вопрос партнерши: “Как ты думаешь, о чем втайне мечтают женщины?” - отвечают что-нибудь вроде: “Не имею представления”. В общем-то эти слова близки к истине:

Многие мужчины понятия не имеют о самых распространенных женских фантазиях.

А уж о каком-нибудь изощренном сценарии, который женщина частенько проигрывает в своем воображении, к примеру, только что проснувшись, или сидя дома одна, или при

мастурбации, или после (во время) половой близости, оставившей ее неудовлетворенной, - сильный пол и подавно не подозревает.

Дочь спрашивает у матери:

- Мам, что тебе сегодня снилось?

- Эх, доченька, тебе до этого еще спать да спать!..

Анекдот

К примеру, одна моя пациентка представляла себя Евой в райском саду. Адам, прототипом которого стал ее супруг, вообще не фигурировал в воображаемом сюжете, а соблазнял ее Змей-искуситель, и она ему с упоением отдавалась, почти физически ощущая, как его острый, чувственный язык лижет ее, то лаская, то обжигая, потом искусный соблазнитель, извиваясь и доставляя ей сладостные ощущения, вползал внутрь, ритмично ударялся головой по шейке матки, активно шевелился и даже умудрялся свиваться кольцами. Стоило ей во время мастурбации зримо и ощутимо представить себе все это, как она тут же достигала кульминации. Иногда ей удавалось пережить оргазм и во время полового акта с мужем, если тот не мешал ей предаваться эротическим фантазиям. Понятное дело, такой сценарий не придет в голову ни одному представителю сильного пола.

Другая моя пациентка представляла себя Наташей Ростовой на балу с поручиком Ржевским. Она юная, невинная, чистая, в белом платье с приколотыми к корсажу цветами, танцует с ним вальс, мазурку, кадрили, а тот сексуальным голосом шепчет ей на ухо вначале комплименты, потом сальности, потом делает откровенно циничное предложение, от всего этого у нее возникает возбуждение, и вот она отправляется с циником Ржевским в сад и там, без каких-либо предварительных любовных прибабасов, тот ею овладевает, и так, и этак, и еще раз двадцать.

Бал. Наташа Ростова подходит к Ржевскому.

- Поручик!

- Да-с!

- Почему вы не танцуете?

- А мы свое в постели покажем-с.

Анекдот

Еще одна дама позднебалзаковских лет представляла себя юной новобрачной в красивом подвенечном платье, проигрывала в своем воображении красивую церемонию венчания, потом жених на руках уносил ее из церкви сквозь строй гостей, провожающих их недоуменными взглядами, приносил в комнату с огромной кроватью под балдахином, на манер брачного ложа Анжелики в одноименном фильме. Оставив невесту в подвенечном платье, он снимал с нее трусики и вешал над ложем, а потом, стоя на коленях, прикинул к ее лону ротом. “Что ты делаешь?” - кокетливо-невинно спрашивала новобрачная, а жених, оторвавшись от своего занятия и глядя на нее обожающими глазами, отвечал: “Люблю тебя”. Вот такие грезы женщины, с которой никогда в жизни не происходило ничего даже отдаленно похожего.

Молодая супруга телеграфирует своему мужу:

“Дорогой, я прекрасно провожу медовый месяц!”

Анекдот

Пусть вас не обманывает равнодушие вашего мужа (или любовника), когда вы пытаетесь завести разговор на деликатную тему.

Несмотря на невозмутимый вид, многие мужчины умирают от любопытства, желая узнать об эротических фантазиях женщин.

Здесь важно то, что речь идет будто бы не о том, о чем втайне мечтаете вы (это известно лишь вам самой, но не партнеру). Скажи вы, что это *ваши* тайные желания, и муж (или любовник) расценит это как побуждение к действию. К этому он, возможно, еще не готов, а потому будет испытывать недовольство и раздражение. Но если дело касается абстрактных

женщин, то почему бы ему и нет?! Многие мужчины любят поболтать о сексе (некоторые только этим, в основном, и ограничиваются), но в мужской компании разговоры обычно носят конкретный характер. А если появляется возможность узнать что-то новое, к тому же женскую *тайну*, то тут мужчины любопытнее кошек.

Беседы Саши и Нины обычно происходили в форме Нинино сола, а по ходу рассказа - вопросов собеседника и ее ответов в рамках той информации, которой она владела. Поскольку носительницами тайных желаний, о которых моя пациентка повествовала, якобы были ее знакомые, то в случае затруднения с ответом она обещала прояснить детали у “приятельницы” и приходила ко мне.

Саша проявлял большое сексуальное любопытство, и уже по его вопросам я поняла, что он не просто дилетант, а супердилетант. Сейчас даже младшие школьники знают об интимных взаимоотношениях полов больше, чем Нинин любовник. Но уже его любознательность внушала оптимизм - по крайней мере, он не сексуальный эгоист, который ничего не знает, но и знать не желает.

Кстати, вы, моя читательница, тоже можете использовать Нинин опыт, сославшись на то, что описываемые вами сюжеты - из жизни ваших коллег или приятельниц, а если ваш муж (или любовник) заинтересуется (а он должен заинтересоваться, если не относится к категории сексуальных эгоистов), но на какой-то вопрос вы не сможете ответить, обратитесь к литературе по этой теме, сказав, будто бы уточните у приятельницы, рассказавшей о своих сокровенных желаниях.

Насчет мужских сексуальных фантазий солить тоже пришлось Нине. Она расписала сюжеты, в том числе и вряд ли осуществимые: “интим” с двумя партнершами и одним партнером; с двумя партнерами и одной партнершей; секс с негритянкой, японкой, китайкой; “подглядыванием”, когда мужчина воображает, будто видит, как его жена (или любовница) занимается сексом с другим мужчиной, или он сам осуществляет половой акт в

присутствии “зрителя”, наблюдение за лесбийским сексом постоянной партнерши с какой-то женщиной, и много-много разных других. Саша слушал, открыв рот, все для него было внове, из чего Нина пришла к выводу, что он ни о чем подобном не мечтает.

Весь этот месяц любовники не занимались сексом, а беседовали о сексе. Нина бы не прочь заняться любовью, надеясь, что партнер пожелает претворить в жизнь что-нибудь из услышанного, что они смогут сделать вдвоем, но никаких шевелений в этом направлении не отмечалось. “Может, я его напугала обилием информации, и Саша решил, что ему такое не по силам?” - сомневалась она на очередном приеме. “Но вы ведь рассказывали не только малореальные сценарии, но и не сложные для реализации, - напомнила я. - Если бы эта тематика его не интересовала, он бы пресек все разговоры, как делают многие самоуверенные мужчины или испытывающие комплекс неполноценности. Видимо, ваш любовник - человек нерешительный, вот и колеблется, боясь вас разочаровать. Прежний стереотип сексуальных отношений его устраивал своей необременительностью, а на что-то новенькое он пока не отваживается”.

Секс должен быть высшей ступенью общения, а не заменой общения.

Мэрианн Уильямсон

Самой Нине тоже не свойственно проявлять инициативу. Ее первый любовник, о котором ей до сих пор приятно вспомнить, был лидером в интимных отношениях, а она с удовольствием подчинялась. Остальные ее партнеры слова доброго не стоят. По характеру она мягкая, подчиняемая, придерживается традиционных взглядов на взаимоотношения полов: мужчина должен быть предприимчивым, в том числе, и в постели, а женщина - его верная и преданная соратница во всех начинаниях.

Первая брачная ночь. Молодой сначала трахает жену, потом занимается самоудовлетворением. После всего этого громко портит воздух.

Новобрачная, слегка офонарев, просит объяснить, что все это значит.

Он:

- Это значит, что я могу с тобой, могу без тебя и я - тот, кто определяет атмосферу в доме!

Анекдот

Рассказывать о чьих-то абстрактных предпочтениях Нина уже научилась, но пока никак не могла перейти к конкретике. Пресловутый вопрос: “Что он обо мне подумает?” - который беспокоит многих женщин, мучил и ее тоже. Я посоветовала ей не ходить вокруг да около - необходимая психологическая база уже создана, - а напрямую спросить любовника, хочется ли ему чего-либо, еще не опробованного.

На следующий прием Нина пришла растерянной. Оказалось, Саша все же признался ей в давнем “грехе”. В детстве он жил с родителями в коммунальной квартире, а в период полового созревания, когда у него возник естественный интерес к противоположному полу, пытался получить информацию, подглядывая в окошко ванной, когда там мылась дочка соседей. Как и во многих квартирах такого типа, небольшое окно было расположено под самым потолком, в стене между кухней и ванной. Чтобы добраться туда, подросток Саша влезал на стол соседей, вставал на цыпочки и таким образом реализовал свое любопытство. Ему хотелось подсмотреть “самое интересное”, но не удалось, хотя общее представление о строении девичьей фигуры он получил. Девочка-ровесница, за которой пятнадцатилетний Саша подглядывал, была предметом его мальчишеских мечтаний, через три года она стала его первой сексуальной партнершей, а еще через полгода они поженились. А что умеют восемнадцатилетние юноша и девушка? Супруга была столь же зажатой и стеснительной, как и Саша, так что, даже став мужем, он не реализовал своего любопытства. “Классический” вариант: жена в ночной рубашке, секс под одеялом, о теле супруги ему известно лишь наощупь, да и то выше талии. Двадцать три года брака Саша прожил верным мужем, его сексуальный опыт немногим больше того, каким был в пору юношества. Видимо,

подсознательно он был не удовлетворен их интимными отношениями, иначе не обзавелся бы любовницей на пятом десятке лет.

Я крайне застенчивая и стыдливая женщина. Мой муж ни разу не видел меня нагой. И не выразил ни малейшего желания видеть.

Дейм Эдна Эверейдж

Выслушав его исповедь, Нина прониклась сочувствием и вместе с тем, ее смущала давняя ситуация. Я успокоила свою пациентку, что стремление к подглядыванию свойственно некоторым стеснительным подросткам, у которых нет подружки и возможности получить информацию при непосредственном контакте; затем это проходит бесследно, в редких случаях формируется сексуальное извращение, именуемое вуайеризмом - стремление подсматривать за обнаженными или совершающими половой акт людьми. Однако последнее Саше не присуще, так что оснований волноваться нет. Сам по себе факт, что он откровенно рассказал об этом эпизоде, уже свидетельство его открытости и доверия партнерше, и это следует оценить.

Я посоветовала своей пациентке поинтересоваться у любовника, желает ли он осуществить мечту отроческих лет. В том, что это так, сомнений нет, иначе он давно забыл бы этот случай или не стал бы рассказывать о нем Нине. Нередко человек откровенен, когда его обуревают сомнения или тревоги, он ищет сочувствия, понимания от собеседника, хочет, чтобы его разубедили или же успокоили, сказав, что в его поступке ничего страшного нет. Нереализованное желание подчас становится “пунктиком”, в этом случае самый простой способ избавиться от “занозы” - осуществить желаемое.

Хочешь избавиться от искушения - поддайся ему.

Д.Е.

“А вдруг Саша скажет “да”? - колебалась Нина. “Значит, это станет следующей ступенькой в ваших отношениях, - ответила я. - Если он согласится, это в плюс. Тогда у вас есть

возможность пойти дальше. Хуже будет, если он солжет или уклонится от четкого ответа”. “Я догадываюсь, чего он хочет, но мне неловко, - призналась моя пациентка. - Другие мужчины таких просьб не высказывали. Да и я была скованной. Половой акт - это одно, но устраивать анатомический театр ради удовлетворения мужского любопытства...” “Но вы ведь хотите достичь интимного взаимопонимания, - напомнила я. - А пока оба зажаты”. “Да я даже не могу себе представить, как это можно осуществить, - все еще сомневалась моя собеседница. - Неужели просто раздеться и раздвинуть перед ним ноги, мол, смотри, раз тебе хочется?” “Не нужно ничего нарочитого, - посоветовала я. - Просто выберите позу, которая позволит ему видеть больше обычного, например, вы лежите поперек кровати, согнув в коленях ноги, а ваш любовник стоит на полу на коленях. Тогда у него будет обзор. Кстати, эта поза хороша для вас обоих - у вашего партнера свободны руки, а вы можете взять его руку и показать, как нужно стимулировать клитор”. “Я никогда на эту не решусь, - пугалась Нина. - Лучше я ему книгу подсуну, пусть там все прочтет. Да и фигура у меня уже такая, что вряд ли Саше приятно будет на меня смотреть”.

На лобке женщины татуировка: “Минздрав предупреждает...”

Д.Е.

Личностных проблем у моей пациентки тоже немало, и мы с ней занялись аутотренингом для преодоления комплексов, связанных с сексом. С Сашей она продолжала встречаться, и все это время у них был “мозговой секс” - информации тот получил много, а до практики дело так и не дошло. Видимо, предоставив ей инициативу в беседах, любовник ждал от Нины первого шага. Ей уже давно хотелось “интима” но пока приходилось удовлетворять себя с помощью мастурбации.

Секс по “Формуле - 1”.

Д.Е.

И вот наконец моя пациентка приобрела уверенность в себе, несовершенство фигуры ее

теперь не беспокоило, и она решила, что пора претворять теорию в жизнь. Во время интимной близости поначалу Саша был скован, смущаясь своего обнаженного тела, ведь в новой позе не было спасительного одеяла, да и свет Нина, против обыкновения, оставила включенным, чтобы у любовника была возможность осуществить то, чего ему хотелось в подростковые годы. Но он довольно быстро избавился от свойственной ему зажатости.

“Сниму последние трусы ради ближнего своего”.

Д.Е.

Новая позиция понравилась обоим, ощущения были иными, чем при “бутербродном” сексе. Прогресс был и в том, что теперь Саша имел возможность прикасаться к половым органам партнерши, хотя стимулировать клитор не умел. Нина вначале показала ему ритм движений по “бугорку страсти”, потом намазала указательный палец партнера кремом - для облегчения скольжения, - и предложила попробовать самому.

“Я закрыла глаза, расслабилась и сосредоточилась на своих ощущениях, как вы меня учили, - рассказывала Нина. - Мне удалось полностью отрешиться от реальности, и меня нисколько не беспокоило, что Саша видит меня всю, я лишь чувствовала его в себе, а прикосновения Сашиних рук были очень приятны. Даже не предполагала в нем такой нежности. Он не стал сразу делать так, как я показывала, а вначале гладил меня обеими руками по бедрам, лобку, постепенно осмелел, левой рукой развел мне половые губы, а пальцем правой стал гладить круговыми движениями по клитору и малым губам. Я уже стонала и часто дышала, а Саша придумал свой способ - проводил пальцем по моей промежности сверху вниз, переходя на свой половой член и обратно, будто соединяя нас обоих, и у меня появилось ощущение, что мы с ним одно целое, словно срослись внизу. Сначала фрикции были медленными, потом быстрее, но Саше удавалось совмещать их с той же частотой движения пальца. У меня получилось немного раньше, чем у него, а когда и он достиг оргазма, то стал иступленно целовать мне бедра, лобок, промежность. Как будто

благодарил... А потом прошептал: “Ты моя любимая женщина, я тебя обожаю, Ниночка”. Ни разу в жизни я не слышала признания в любви и думала, что никогда не услышу. И вдруг, когда мне почти сорок, мужчина говорит, что любит и обожает меня... Я чуть не кончила во второй раз, по крайней мере, психологически. Раньше я относилась Саше с уважением, ценила его как собеседника, а не как любовника, а тут вдруг поняла, что тоже люблю его. Я быстро перевернулась, обняла его, а сама чуть не плачу от счастья. Странно, наверное, это смотрелось со стороны - Саша перед кроватью на коленях, я лежу на животе поперек кровати, мы, двое немолодых людей, страстно обнимаемся и бормочем слова любви...”

Она приняла его в ряды своих действующих любовников.

Д.Е.

Когда Нина пришла через неделю после этого свидания, уже с первого взгляда все было ясно: она буквально светилась от счастья. Ведь по женщине всегда видно, удовлетворена ли она сексуальной жизнью. Как говорится, диагноз на лице.

Потом они с Сашей придумали игру, в которую частенько играют дети, - в “доктора и пациентку”. Все было почти по-настоящему. Любовник приобрел белый медицинский халат, шапочку и фонендоскоп, садился за стол, Нина “приходила на прием”, высказывала “жалобы” то на боли в сердце, то на гинекологические проблемы, то на сексуальные, а ее любовник был, соответственно, “терапевтом”, “гинекологом” или “сексопатологом”.

- Почему ты работаешь гинекологом?

- Никак не могу наглядеться.

Д.Е.

Нина не прочь выйти замуж за Сашу, но хочет, чтобы тот решил сам. Человеку нерешительному, каким является ее любовник, непросто отважиться разрушить прежний брак. Привычка - вторая натура, которая с годами становится первой.

В общем-то, Нину устраивает и теперешний статус. Раньше все их свидания происходили

в ее квартире, а теперь они бывают в гостях у Нининых коллег и знакомых, посещают увеселительные заведения. Все вечера и выходные они проводят вместе, Саша уходит домой не раньше одиннадцати, а иногда полночь. Что он говорит жене, любовница не спрашивает, да и вообще о Сашиной супруге они больше не говорят. Нина предполагает, что интимных отношений с женой у Саши нет. “Я его выжимаю досуха”, - смеется она.

Полное банкротство по части семенного запаса.

Д.Е.

Вам, моя читательница, не обязательно использовать вышеописанную тактику полностью (хотя поза, в которой Нина впервые пережила оргазм с любовником, может вам понравиться, поскольку она позволяет осуществлять стимуляцию клитора партнером или самой партнершей).

Возьмите на вооружение главный принцип - донести до партнера нужную информацию, ссылаясь на чей-то опыт, и заинтересовать мужа (любовника), тем самым побуждая что-то опробовать. Мужчины порой очень консервативны или же проявляют немотивированное упрямство, если что-то предложить напрямую. Ваш партнер может воспротивиться и в том случае, если вы принесете ему книгу о сексе и скажете: “Прочти, тебе полезно, узнаешь много нового”. Потому и приходится использовать маленькие женские хитрости.

“МАРЬ ИВАННА, КТО КОГО... ?”

Интеллигент в постели с дамой.

Она:

- Глубже! Еще глубже! Быстрее! Ну же, еще быстрее!

Интеллигент, приподнимаясь и поправляя очки:

- Послушайте, Марь Иванна, кто кого ...?

Анекдот

Пациентки часто жалуются мне: “Доктор, я сто раз просила мужа делать так, как мне нравится, но он игнорирует мои слова”.

27-летняя Дина делилась наболевшим. Ей хотелось нежности, а ее муж Дима изображал из себя неукротимого мачо и набрасывался на нее чуть ли не с рычанием. “Однажды в зоопарке я видела, как совокупляются гориллы, самец рычал и кусал самку за холку, а у той глаза были вытаращены. Вот примерно так и у нас”, - горестно поведала она.

Дина - миниатюрная, сублильная женщина, а Виктор значительно выше и тяжелее. Супружеский секс происходит так: “Он вцепляется в мои плечи своими лапищами, будто клещами, и сильно давит, когда приподнимается, и я буквально распластана на кровати. Есть грубое выражение: “пахать женщину”, - вот и муж меня будто “пашет”.

Как-то раз Дина оказалась на кровати так, что ее голова почти касалась спинки. Супруг совершал энергичные фрикции, а макушка супруги в том же ритме стучалась об спинку кровати. “Чуть все мозги себе не отшибла, - жаловалась моя пациентка. - Попробовала его спихнуть, но мне это не удалось. Тогда я отклонила голову влево, но потом неделю шея болела. Сексуальную травму получила”, - невесело пошутила она.

Попробовав убедить супруга, что ей такой “интим” совсем не по нраву, и нужно что-то менять, но ничего не добившись, Дина решила, что в таком случае лучше поменять мужа и искать другого, такого же роста и телосложения, как и она сама.

Дело, разумеется, не в антропологических параметрах партнеров, а в сексуальной культуре. У крупных мужчин нередко бывают миниатюрные подруги жизни. Окружающие порой удивляются, как же такая пара умудряется заниматься любовью? Однако физически сильные мужчины, если у них все в порядке с головой, не станут демонстрировать свою силу там, где не требуется. Ну, а дурак - он всегда дурак. Однажды супруг другой моей пациентки решил засвидетельствовать мне свое почтение и пожал руку так, что я чуть не взвыла и думала, что останусь калеккой. Когда он наконец покинул нас, я с сочувствием посмотрела на

его жену, а та понимающе кивнула и призналась: “Иногда у меня аж ребра трещат, если муж желает выразить свои чувства”. Но есть мужчины-великаны, которые не кичатся своей силой, а относятся к спутнице жизни бережно и нежно.

Но и мужчины, не обладающие физической силой, порой пытаются изобразить из себя мачо (в переводе с испанского -самец): ведут себя нарочито грубо, овладевают женщиной так, что это больше похоже на изнасилование, а не на секс. Если женщина предпочитает нежность и ласки, то ей такое “животное” совокупление, разумеется, не нравится.

Грубость во время интимной близости, если это не по вкусу партнерше, категорически недопустима!

Как правило, это свойственно мужчинам низкого социального и интеллектуального статуса. Что-то вроде сношения тракториста, который влезает на партнершу, не снимая телогрейки и сапог.

Хотя существует немало анекдотов про трах со слесарем, лично я еще не встречала женщин, которым нравился бы этот типаж в качестве сексуального партнера. Правда, мне доводилось общаться со слесарями, имеющими высшее техническое образование, весьма приятными в общении ребятами, которые ставят дорогую сантехнику и неплохо зарабатывают. Вот с таким слесарем можно в хорошем месте и не только поговорить.

Типаж “мачо” весьма популярен на западе, но и в нашей стране некоторые женщины предпочитают партнеров такого типа. Это имеет психологические обоснования: мужчины как целое становятся все более феминизированными (то есть, имеют “женские” черты характера и поведения), и современным дамам хочется, чтобы рядом был представитель сильного пола хотя бы внешне и по манерам поведения напоминающий настоящего мужчину. Но это иллюзия. Повадки “мачо” порой скопированы с популярных киноактеров или же это собственная наработка мужчины, а жизненное кредо: “Женщина - это кастрюля на кухне и развлечение в спальне”, - отношение к прекрасному полу - нарочито презрительное,

уничижительное, циничное, а секс грубый; “мачо” при этом воображает, будто он царь зверей и силой берет свою самку. Но на вкус и цвет и на мужчин, как известно... Если уж женщине нравится такой типаж, напоминающий плохо воспитанного юношу, дорвавшегося до тела, это ее личное дело.

Из зоопарка сбежала горилла-самец. Наконец следы обезьяны обнаружались в гостинице. Директор зоопарка в сопровождении милиции входит в номер - на кровати лежит помятая и потрепанная женщина с задранным юбкой.

- Скажите, здесь была горилла?

- Гаврила ваш хам - даже шубу не снял! Ладно уж, передайте ему, что я не сержусь...

А завтра я весь день свободна!

Анекдот

Претензий дам к своим партнерам великое множество. Обобщая их, можно сказать, что сколько женщин - столько и сексуальных предпочтений. Вариант: сунул, вынул и пошел - никому из представительниц прекрасного пола не нравится, однако такую разновидность совокупления (язык не поворачивается назвать этот примитивный акт сексом) практикуют многие наши соотечественники.

Загадка: сзади подошел, сунул и пошел.

Ответ: Тапочки.

Некоторые жены (да и любовницы тоже) молча смиряются, другие протестуют, но без особого успеха.

Во многих книгах о сексе специалисты рекомендуют партнеру научиться откровенно говорить об интимных отношениях и высказывать свои пожелания.

“Я прочла много ваших книг и пыталась использовать приведенные там советы, - рассказывала 29-летняя Надя. - Получилось только хуже. Как только я предложила попробовать по-другому, мой любовник Борис надулся, оделся и тут же ушел. Потом мы с

ним почти месяц не виделись. Я не чувствовала за собой никакой вины, но все же позвонила ему первой. Он говорил со мной сквозь зубы, будто я его смертельно обидела, еле цедил слова. Мне пришлось чуть не вымаливать у него свидание. Наконец Борис согласился, но произнес это таким тоном, словно делает мне великое одолжение. А у меня из-за того, что пришлось перед ним унижаться, сразу все перегорело. Он пришел, все такой же настороженный, а я смотрю на него и думаю, что мой любовник или законченный эгоист, или неумеха, который разобиделся, когда его ткнули носом”.

Наташа Ростова - поручику Ржевскому:

- Поручик, вы педикюр делаете?

- А как это?

- Ножницами...

- К-ка-ак?!!

Анекдот

Былых чувств Надя уже не испытывала и без особых сожалений рассталась с любовником. Пару месяцев она была одна, а потом познакомилась с парнем без комплексов, который легко откликался на все ее предложения.

Мужчина без “пунктика” воспринимает просьбы партнерши без обиды. А что обидного в том, что она просит сделать ей приятное? Секс - это взаимодействие двух людей, а не получение удовольствия в одностороннем порядке.

Любой продвинутый в этом вопросе представитель сильного пола знает, что женщина - равноправный партнер в интимной близости и тоже должна испытывать наслаждение. У него есть возможность пробовать самому и найти оптимальную технику и адекватные способы стимуляции эрогенных зон, но это займет немало времени. Гораздо проще и быстрее, если партнерша скажет, чего ей хочется. Любящие мужчины сами спрашивают любимую женщину: “Как тебе больше нравится?” Ему хочется доставить ей удовольствие, и он готов

следовать ее пожеланиям, а когда она испытывает наслаждение, то он рад и горд собой.

Наряду с “дремучими” и сексуальными эгоистами, среди наших соотечественников немало и таких, кто испытывает даже большее удовольствие (по крайней мере, психологически) от оргазма партнерши, чем от собственного.

- Что сказала правая нога этой девушки левой ноге?

- А они никогда не встречаются.

Анекдот

Почему сильный пол так настороженно относится к попыткам женщины внести элемент новизны в отношения?

Причин тому немало.

Некоторые мужчины (равно как и женщины) полагают, что любящая пара должна понимать друг друга без слов, а потому не нужно разговаривать во время “интим”, партнеры-де интуитивно поймут, чего хочет каждый из них.

Однако любовь и способность чувствовать пожелания партнера не всегда сосуществуют.

Сохранились в наше циничное время и не вымершие идеалисты, считающие, что разговоры во время интимной близости лишают ее флера романтики и низводят до примитивного уровня.

Подлинный секс и в самом деле Песнь Песней, но как ее спеть, если не знаешь ни слов, ни мотива?..

Д.Е.

Оппонируя таким идеалистам, можно возразить, что примитивен как раз банальный половой акт - просто слияние мужских и женских гениталий, фрикции и затем эякуляция партнера.

Секс - это, образно говоря, дуэт тел, не так ли? Но если один участник певческого

дуэта выводит голосом рулады, а другой в это время всего лишь открывает рот, то какой же это дуэт?!

Мужчина, считающий, что осчастливил женщину тем, что совершил положенные фрикции и излил в нее (или не в нее) энное количество семенной жидкости, - или задержался в развитии на подростково-юношеском уровне, или дилетант, или сексуальный эгоист.

Муж разделся догола и встал перед зеркалом. Полюбовался на себя и говорит жене:

- Ты знаешь, если бы я был на восемь сантиметров выше, то был бы Аполлоном...

- Да, дорогой! Но если бы твой член был на восемь сантиметров короче, то ты был бы Венерой...

Анекдот

Романтичными можно назвать интимные отношения лишь в том случае, если для партнерши это подлинное наслаждение, экстаз души и тела. А какая ж романтика в половом акте без удовлетворения?!

Есть мужчины, декларирующие вслух, что отношения должны быть непринужденными и естественными, а потому-де, все придет само собой, главное - чувствовать друг друга. Да, все это замечательно, и все сказанное совершенно верно. Если партнеры ведут себя непринужденно и раскованно, исследуют тела друг друга и ласкают, то есть немалый шанс, что в конце концов они достигнут сексуальной гармонии. А если нет? В этом случае в проигрыше остается женщина, ведь мужчина испытает оргазм, а она, если он изберет неверную тактику, - не достигнет кульминации. И что же? Оставить все как есть, цепляясь за тезис: все должно быть естественно?

В жизни именно так и бывает. Ни одна девушка (женщина), за исключением истинно фригидных, не выходит замуж, заведомо зная, что секс ничего, кроме головной боли, вызывать у нее не будет. Некоторые невесты плохо представляют, как сложатся их с супругом интимные отношения, но тем не менее, надеются, что это будет доставлять

удовольствие, а не отвращение.

Парень девушке:

- Если ты выйдешь за меня замуж, я клянусь удовлетворять все твои желания.

- И сколько раз за ночь ты обещаешь это делать?

Анекдот

И вот два неопытных партнера встречаются на супружеском ложе. Возможно, они будут вести себя естественно и непринужденно. Однако ни новобрачная не знает, что ей нужно для оргазма, ни ее супруг этого не знает. Хорошо, если он долго не потеряет интерес и в конце концов методом проб и ошибок найдет способ. Но нередко бывает, что уже через положенные 9 месяцев (а то и раньше) они становятся родителями, а дальше начинаются заботы, заботы, заботы и им уже не до интересных игр в постели. А через несколько лет супруга приходит на прием к сексопатологу или заявляет мужу: “Ты меня не удовлетворяешь!”, или, что бывает гораздо чаще, - молча смиряется со своей неудовлетворенностью. Так хорошо ли естественное течение событий, когда оба партнера не обладают нужной информацией? Да и зачем открывать велосипед, когда все давным-давно исследовано?! И зачем наступать на грабли, на которые до этого наступали многие тысячи других супружеских пар? Не лучше ли отказаться от тезиса: “Все должно быть естественно”, - и воспользоваться опытом других людей и информацией, имеющейся во многих книгах о сексе?

Мужчине, свято уверенному, что он может одним penisом удовлетворить женщину, трудно признать, что это не так.

Очень часто отказ мужчины поговорить откровенно о предпочтениях женщины и ссылка на “непринужденность и естественность” обусловлен тем, что партнер хочет делать так, как желается ему. Именно он ведет себя естественно, то есть, достигает оргазма, используя лишь ту технику, которой владеет, а партнерша, по его мнению, должна делать все, что ему

нравится. То есть, эгоизм. Или же нежелание показать несовершенство своей сексуальной техники.

Сильный пол всегда хочет продемонстрировать свое лидерство над слабым, а уж в постели - в особенности.

В психиатрии есть два понятия: неформальный лидер и формальный. Первый и в самом деле обладает соответствующими личностными качествами, а второй - лишь претендует на то, чтобы именоваться лидером, не имея для этого нужных черт.

Так вот, многие мужчины, претендуя на лидерство в интимных отношениях, не имеют для этого необходимых качеств: знаний, потенции, техники. В итоге страдает женщина, оставаясь сексуально неудовлетворенной.

В графе “Семейное положение” он с гордостью написал: “Всегда сверху”.

Д.Е.

Нежелание партнера говорить об интимных отношениях зачастую связан с подсознательными сомнениями в своих половых способностях и опасением в несовершенства своей сексуальной техники, о чем я ранее уже говорила.

Порой мужчины даже слушать не хотят о сексуальных предпочтениях партнерши и резко обрывают ее попытки подсказать, как именно нужно стимулировать эрогенные зоны. Все это они расценивают как ее недовольство, а попытки подсказать, как критику. При этом ход мыслей примерно таков: “Ей не нравится, как я это делаю, и она пытается мной руководить”. Поэтому просьбы женщины воспринимаются как инструктаж: “Она меня учит, как я должен заниматься сексом!” А это болезненный удар по самолюбию - ни одному представителю сильного пола не хочется признавать, что он плох как сексуальный партнер. Но ведь на самом деле именно так и есть!

При общении с ней он потерял свое мужское достоинство.

Д.Е.

Пусть пенис длиной хоть полметра, пусть в эрегированном состоянии на него можно хоть пудовую гирию повесить, пусть мужчина способен на половой акт в полчаса-час, но кому все это нужно, если партнерша остается неудовлетворенной?!

Хороший партнер лишь тот, с кем женщине хорошо, а наслаждение дает не сам по себе секс, а любовник, искусный, нежный, ласковый и умелый. А для того, чтобы “пилить” полчаса, много умения не надо.

Для мужчины, имеющего неосознаваемые комплексы, связанные с сексом, или профана, не знающего азов сексуальной грамоты, любые разговоры о сексе, - нож в сердце, ведь он боится, что в итоге выяснится его несостоятельность. Поэтому, если ваш партнер категорически не желает выслушивать ваши пожелания, не выполняет ваши просьбы, знайте, у него проблемы.

Муж ездил по турпутевке в Англию. Лондонские туманы и смог произвели на него сильное впечатление. Жена спрашивает:

- Ну, как там в Лондоне?

- В Лондоне смог.

- Лучше бы ты дома смог.

Анекдот

Разумеется, женщина не должна позволять себе комментарии во время интимной близости, имеющие негативный подтекст. Позволительны лишь восклицания, отражающие испытываемые вами ощущения (если они приятны). Здесь можно проявить экспрессию и не сдерживаться.

Не нужно и руководить действиями партнера, как в приведенном в начале этой главы анекдоте. Если вам не нравится то, что желает партнер, мягко уберите его руки и положите их туда, куда вам хочется. А если половой акт не доставляет вам удовольствия, то ищите иные способы полового удовлетворения. В этой книге приведено немало примеров, когда

женщина достигала оргазма и без сношения. А уже после своей кульминации вы можете соединиться с партнером. Наоборот: начале он достигает оргазма, а потом ласкает вас до оргазма, - гораздо сложнее, после эякуляции у него уже вряд ли будет желание продолжать постельные игры.

Разбор полетов после близости допустим, но в тактичной форме. Никогда не говорите: “Я ничего не чувствовала”, - а предложите: “Давай в следующий раз попробуем по-другому, ведь интимные отношения не терпят однообразия”. После своего оргазма мужчины обычно благодушны, и вам будет не сложно заручиться его обещанием поэкспериментировать. А при следующей близости напомните ему об этом и постарайтесь настоять на своем.

Разговор о тайных желаниях мужчин и женщин можно затеять и после секса, если ваш партнер не из тех, кто тут же поворачивает на бок и засыпает. В последнем случае тормозить его не стоит - ничего не добьетесь, лишь вызовете раздражение.

- Иван, ты знаешь, что такое эротика?

- Я не теоретик, а практик - у меня 9 детей!

Анекдот

И еще - перестаньте симулировать оргазм, если раньше вы это практиковали. Этим вы делаете себе только хуже. Полагая, что вы испытываете наслаждение, ваш партнер не будет ничего предпринимать, а на ваши просьбы изменить стереотип сексуального общения, скажет: “Да зачем? Ведь нам с тобой и так хорошо!” И вы окажетесь в тупике.

Меня часто спрашивают пациентки, признаваться ли, что раньше имитировала оргазм. Отвечаю: ни в коем случае! Если ваш муж (или любовник) сам не спросит, вообще не заводите разговор на эту тему. А если он поинтересуется, когда вы прекратите симулировать наслаждение, почему теперь у вас ничего не получается, ответьте: “Почему-то прежняя поза (или техника) на меня уже не оказывает нужного действия. Говорят, сексуальность женщины со временем меняется, эрогенные зоны тоже - одни становятся менее возбудимыми, а

реактивность других повышается. Может быть, это произошло и со мной. Давай попробуем вместе поискать мои новые сексуальные точки”. Отредактируйте это объяснение применительно к вашей разговорной речи, но можете воспроизвести как запомните, сославшись, что прочли об этом в книге.

ТЕСТ

СЕКСУАЛЬНЫ ЛИ ВЫ?

1. Пойдете ли вы на вечеринку одна, зная, что все остальные будут парами?
 - а) Пойду безоговорочно.
 - б) Не пойду.
 - в) Пойду, если всех там хорошо знаю.
2. С какими тайными желаниями вы идете на вечеринку?
 - а) Просто повеселиться
 - б) Быть может, там я с кем-то познакомлюсь...
 - в) Надо же как-то убить вечер.
3. Вам нравится женатый мужчина, он тоже к вам неровно дышит, есть перспектива завести роман. Ваши мысли:
 - а) “Не стоит с ним связываться, с женой он вряд ли разведется, зачем мне терять на него время?!”
 - б) “Почему бы и нет? Я же не замуж за него собралась!”
 - в) “Попробую, а там видно будет”.
4. Вы впервые решили пригласить поклонника к себе. Какой из трех вариантов свидания вы предпочтете:
 - а) Как бы ни началось, все равно мы окажемся в постели.
 - б) Легкий ужин, приятную беседу, чтобы поближе познакомиться.

в) Как пойдет - не буду загадывать.

5. Носите ли вы с собой “малый дамский набор”?

а) Беру с собой, если точно знаю, что предстоит секс.

б) Он всегда при мне - никогда не знаешь, какое неожиданное знакомство готовит судьба!

в) А что это такое?

6. Поклонник назначил вам встречу где-то на улице, и вы еще не знаете, куда он вас пригласит. Какое белье вы наденете?

а) Самое лучшее, что у вас есть.

б) Для этих случаев у вас есть особое белье.

в) Обычное, на каждый день.

7. Вы предполагали, что поклонник, с которым у вас еще не было “интима”, пригласит вас поужинать, в театр, на концерт, а он предложил пойти к нему домой. Вы:

а) Отказываетесь и предлагаете иной вариант, в общественном месте.

б) После некоторых сомнений и колебаний соглашаетесь.

в) Сразу соглашаетесь.

8. Как вы считаете, сколько раз нужно встретиться с мужчиной, чтобы лечь с ним в постель?

а) Как минимум, дважды он должен пригласить вас в ресторан или еще куда-то, а лишь потом “интим”.

б) Вначале вам нужно узнать друг друга получше, а лишь потом вы решите, стоит ли ложиться с ним в постель.

в) Все это лишние условности! Можно и с первого раза.

9. Позволите ли вы малознакомому мужчине во время танца “вольности”, например, опустить руку ниже талии, погладить вас по ягодицам, прижать к себе покрепче, коснуться щекой вашей щеки, губами - уха и прочее?

а) Да, если он мне нравится.

б) Нет, я уберу его руку со своего зада и положу, куда положено, постараюсь отстраниться.

в) Такое бывало, но не как система, а лишь с некоторыми мужчинами.

10. На вечеринке вы познакомились с привлекательным мужчиной. Он вам нравится, и вы ему нравитесь. Он предлагает вам уединиться в свободной комнате. Вы:

а) С негодованием отвергаете его предложение - кругом столько глаз, да и вообще, что он себе позволяет!

б) Соглашаетесь, но, оставшись наедине, ограничиваетесь поцелуями и объятиями.

в) Без всяких раздумий соглашаетесь, в том числе, и на быстрый секс.

11. Вы занимаетесь сексом. Неожиданно в комнату кто-то вошел. Ваши действия:

а) Продолжаете, как ни в чем ни бывало.

б) Ждете, когда нежеланный свидетель закроет дверь.

в) Испытываете дискомфорт, и весь ваш настрой тут же пропадает.

12. Вы с поклонником наедине. Уже выпито шампанское (или иной напиток) и свечи догорают, а он все мнется, не решаясь перейти к активным действиям. Вы:

а) Думаете: "Нет, с этим каши не сварить... Если он и в постели такой же рохля, то я лишь зря потеряю время".

б) Сами проявляете инициативу.

в) Ведете себя как ни в чем ни бывало.

13. Вы оба уже раздеты, а у будущего любовника нет эрекции. Вы:

а) Одеваетесь и поскорее избавляетесь от его общества.

б) Ласкаете его и стараетесь возбудить.

в) Затеваете какую-нибудь эротическую игру.

14. Первая близость оставила вас неудовлетворенной. Вы:

а) Ничем не выдаете своего разочарования, сделав скидку на то, что он перевозмужался.

б) Предлагаете ему довести вас до оргазма орально или мануально.

в) Ничего не предпринимаете, для вас неудовлетворенность - дело привычное.

15. Скажете ли вы партнеру после нескольких свиданий, каких бы ласк вам хотелось?

а) Нет, пусть пробует сам.

б) "Скажу уже на первом свидании".

в) "Если он сам не поймет, то скажу".

16. Во время месячных ваше сексуальное желание...

а) усиливается

б) никаких особенных перемен вы не замечаете

в) вообще-то хотелось бы заняться сексом, но ведь врачи не рекомендуют.

17. К вам должен прийти любовник, а у вас на день раньше начались месячные. Ваши действия:

а) Отменяете свидание.

б) Предупреждаете его об этом, и если он не против, то и вы не против после необходимых гигиенических процедур.

в) Не видите в этом никаких особенных препятствий для секса.

18. Хотелось ли бы вам заниматься сексом до старости?

а) "Я не прочь, но где найти подходящего партнера, когда мне будет семьдесят?.."

а) "Само собой".

в) "Нет уж, каждому возрасту свои радости. Семидесятилетняя бабушка должна воспитывать правнуков, а не развлекаться в постели".

19. Согласны ли вы на секс с партнером без любви?

а) "Если он искусен в сексе, еще как согласна!"

б) "Ни в коем случае! Секс без любви - это разврат!"

в) "Могла бы попробовать, но не уверена, что мне это понравится".

20. Способны ли вы соблазнить мужа лучшей подруги?

а) “Если он мне нравится, то да”.

б) “Нет, у любой порядочной женщины свой кодекс чести”.

в) “Нет, а вдруг подруга узнает?”

РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА

Подсчитайте баллы за каждый ответ из предложенных

	а	б	в
1.	3	0	1
2.	1	2	0
3.	0	3	1
4.	3	0	1
5.	2	3	0
6.	2	3	0
7.	0	1	3
8.	2	0	3
9.	3	0	2
10.	0	1	3
11.	3	2	1
12.	2	3	1
13.	0	3	2
14.	2	3	0
15.	1	3	2
16.	3	1	2
17.	0	2	3

18.	2	5	0
19.	3	1	2
20.	3	2	1

Если вы набрали до 10 баллов:

Вы не относитесь к женщинам, которые любят секс. Здесь могут быть две причины.

Первая - вы слишком психологически зажаты, осторожны во взаимоотношениях с мужчиной, комплексуете и потому избегаете ситуаций, когда выявится ваша сексуальная несостоятельность. Инициативы во взаимоотношениях вы не проявляете, предоставив ее сильному полу, а поскольку сейчас немало ленивых мужчин и, вместе с тем, все больше активных женщин, то вы остаетесь в стороне от Большого Секса.

Вторая причина - вы относитесь к категории эротически неразбуженных женщин. Вам попадались преимущественно партнеры равнодушные, скучные в постели, предпочитавшие “бутербродный” секс, где не особо разгуляешься. Вы пока еще и сами плохо знаете себя, свои возможности и потребности. Так все и будет, если вы и дальше будете сторониться мужчин и не попытаетесь сами проявить инициативу. Пора брать судьбу в собственные руки! Удачный случай можно организовать!

Если вы набрали от 11 до 20 баллов:

Вы не удовлетворены своей сексуальной жизнью, вам хотелось бы и больше секса, и больше разнообразия в интимных отношениях, но увы, проблема в партнере. Или его вовсе нет, или он консерватор, или дилетант, или “дремучий”. Но это не фатально. Дилетанта можно обучить, “дремучего” перевоспитать, консерватора переубедить. Во взаимоотношениях полов, в том числе, и в сексе, тон всегда задает женщина. Возможно, вы мирились с привычками своего партнера и из ложной скромности или стеснительности никогда не говорили, что вас не устраивают ваши сексуальные отношения. Вначале сами

станьте более раскованной, поговорите с ним, выскажите свои пожелания в тактичной форме, и убедите его, что женщине необходимы полноценные интимные отношения.

Если вы набрали от 21 до 40 баллов:

Вы сексуальны, у вас нормальный сексуальный аппетит, правда, не всегда ваши потребности совпадают с возможностями партнера. Чем больше было ответов, за которые вы получили 2 балла, тем более вы приближаетесь к сексологической норме. А если вы получили ровно 40 баллов (или почти сорок), то вы просто идеал сексуальной партнерши! От всей души желаю вам найти мужчину, который соответствовал бы вашим запросам, и не сомневаюсь, что вы достигнете с ним сексуальной гармонии. Или воспитать сексуального аса из того мужчины, который с вами рядом. Скажите ему, что он вас явно недооценивает, а должен бы на руках носить и пылинки сдувать. Если не поверит на слово, - покажите ему результаты теста и это резюме.

Если вы набрали свыше 40 баллов:

Мадам, да вы просто нимфоманка! Секс довлеет над вами и оказывает влияние на все ваше поведение, причем, чем больше вы набрали баллов, тем это выраженнее! С вами просто опасно оставлять мужчину наедине. “Интим”, конечно, имеет громадное значение в жизни человека, но нельзя же все подчинять одной, но пламенной страсти.

Но, может быть, выбирая ответы, за которые получили по 3 балла, вы выдавали желаемое за действительное? Если так, то вы сексуально оголодали. Или же ваш неукротимый сексуальный аппетит отпугивает мужчин.

Не забывайте, что современный мужчина - существо слабое, нежное, пугливое, требует бережного отношения - куда положишь, там и лежит. Так что не показывайте ему своей необузданности, по крайней мере, поначалу, а то ведь сбежит!

“ДОКТОР, А ЧТО ТАКОЕ ОРГАЗМ?”

Оргазм - прекрасный компромисс между любовью и смертью.

Роберт Бэк

Чисто женский вопрос, который нередко звучит на приеме у сексопатолога: “А что такое оргазм?” Мужчины такой вопрос обычно не задают, поскольку индивидуальный опыт, хотя бы в виде мастурбации, у них есть (за исключением страдающих анэякуляторными расстройствами, но это уже из области патологии).

По логике вещей, - раз женщина спрашивает, значит, она никогда не переживала высшего пика. Но это не строго обязательно. Некоторые женщины испытывали оргазм, но сами не знают этого (подробнее об этом в главе “Почему я не летаю?”).

Не ломайся - наслаждайся!

Д.Е.

Один из самых известных психотерапевтов мира Эрик Берн пишет в своей книге “Секс в человеческой любви: “Клинические детали того, что происходит во время полового сношения, могут быть интересны только гинекологам, урологам, анатомам, физиологам, эндокринологам, зоологам и психиатрам, поскольку это люди, способные оценить такую информацию. Но множество других людей тоже хочет об этом узнать, по хорошим или дурным причинам. Ни одна из этих книг, однако, не скажет вам, что на самом деле происходит с вами в сексуальном отношении, и что вы можете или должны с этим делать - если с этим нужно что-либо делать.”

Самая лучшая женщина - та которая пьет, дает и расцветает.

Д.Е.

Для описания оргазма существует около двухсот красочных эпитетов на всех языках мира, однако описать его словами пока никому не удалось. Сексопатологи исследовали физиологические реакции организма во время полового акта, но ни один датчик не может описать ощущения, которые человек испытывает в момент наивысшего наслаждения.

Американский сексолог Майкл Каррера сказал:

“Еще никому не удалось описать оргазм как следует. Удовольствие так сильно, что кажется, нет выражений достаточно возвышенных или достаточно грубых, чтобы описать его”.

Оставим возвышенные описания поэтам и попробуем охарактеризовать оргазм с точки зрения науки.

Оргазм - это высшее сладострастное половое ощущение, сопровождающееся разрядкой сексуального напряжения и другими связанными с этим непроизвольными реакциями.

Начинается он с чувства набухания и приятного тепла в области половых органов, постепенно нарастающего или “накатывающего” волнами. Затем возникают ритмические сокращения (пульсация) в области гениталий и мышц малого таза. В этот момент человек испытывает чувство экстаза, он не способен воспринимать окружающее и контролировать свое поведение. Оргазм обычно сопровождается глубокими вздохами, стонами, эрекцией сосков, ритмическими движениями всего тела, непроизвольным стискиванием пальцев на руках и ногах и судорожным прижиманием к себе партнера. Во время оргазма кожа лица и груди резко краснеет, учащается дыхание, пульс достигает 180 ударов в минуту и больше, артериальное давление повышается на 20-50 мм ртутного столба.

Оргазм имеет три стадии:

1. Стадия суммирования, когда постепенно накапливаются сладострастные ощущения.
2. Стадия вершины, или собственно оргазм - наивысшая точка, когда накопление сладострастных ощущений прекращается.
3. Стадия угасания - приятные ощущения, сопровождающиеся сокращением мышц половых органов и тазового дна (у мужчин в этой стадии происходит эякуляция).

У каждой части тела свой идеал счастья.

Лешек Кумор

У женщины первая и третья стадии более длительные, чем у мужчин, что и определяет природу женской сексуальности.

У мужчин оргазм сопровождается эякуляцией (семяизвержением). Он начинается с ритмичных сокращений семявыносящих протоков и семенных пузырьков. Это вызывает сладостные ощущения, возникает чувство приближающегося оргазма, остановить который уже невозможно. Сокращения длятся 2 - 3 секунды. В это время семенная жидкость поступает в мочеиспускательный канал. Оргазм достигает своей наивысшей точки, когда сперма с силой, под большим давлением толчкообразно выбрасывается наружу под влиянием ритмических сокращений мышц мочеиспускательного канала, предстательной железы и луковично-пещеристой мышцы промежности. Вначале возникает 2 - 3 интенсивных сокращения с интервалом 0,8 секунд, после чего они ослабевают и урежаются. С прекращением сокращений заканчивается и оргазм. Продолжительность оргазма у мужчины обычно составляет несколько секунд. Он имеет пикообразный характер - то есть, сила сладострастного ощущения быстро нарастает и быстро спадает.

Конец - телу венец.

NN

Интенсивность оргазма может быть различной. На силу оргазма влияют количество и интенсивность мышечных сокращений. Ритмичные сокращения влагалища и мускулатуры матки происходят с интервалом 0,8 секунд. Чем больше сокращений, - тем дольше и интенсивнее оргазм. При 3-5 сокращениях - это слабый оргазм, при 6-8 - средней силы, при 9-12 - сильный оргазм. Но некоторые женщины испытывают чрезвычайно интенсивный оргазм при 3-5 сокращениях.

У некоторых женщин во время оргазма возникает ощущение, будто внутри что-то “выдавливается”. Это связано с тем, что в этот момент приоткрывается шейка матки, и из нее

выталкивается пробка тягучей слизи (кристиллеровская пробка, “женское семя”, секрет маточных желез), которая как бы нежно “гладит” многочисленные нервные окончания, и это дает сладостные ощущения. Затем пробка слизи втягивается обратно в матку, и шейка матки закрывается. Влагалище и большие железы преддверия (бартолиновы железы) в момент оргазма тоже выделяют секрет. При этом в вагине ощущается влажность, после полового акта может вытечь некоторое количество влагалищного секрета. Его количество у разных женщин индивидуально. Есть вагины с обильным сокоотделением, есть менее обильные.

“После каждого полового акта я полнею, особенно пятая точка”.

Д.Е.

Оргазм дает особые ощущения, поэтому редкая женщина ничем не проявит своей благодарности. Каждая женщина испытывает нежность к партнеру и признательность за пережитое наслаждение. Как она это проявит - зависит от ее характера. Одна бросится ему на шею, осыпая поцелуями и шепча, что он самый великолепный любовник, другая свернется, как котенок, у него на груди и будет нежно мурлыкать от счастья. Ощущение глубокой близости с партнером, неразрывной связи с ним, удовольствие от духовного аспекта оргазма присуще всем женщинам.

Одна подруга - другой:

- Ездил в прошлом месяце отдыхать. Там за мной увивался один. Пошла искупаться, плаваю, а он за мной. Вдруг чувствую - судорога. Оказалось, что не судорога, а оргазм.

- Везет тебе, - вздохнула вторая. - Тут на днях с одним была. Думала, оргазм, - оказалось - судорога.

Анекдот

Равнодушных после оргазма женщин не бывает. Мне просто смешно, когда я читаю в

зарубежной художественной литературе или вижу в фильме, как женщина, которая только что стонала и якобы изнемогала от наслаждения, тут же деловито встает и заявляет своему партнеру: “О, кей, дорогой, ты был великолепен, до встречи”, - помашет ему ручкой и уйдет по своим делам. Нормальные женщины после оргазма так себя не ведут. Очевидно, писатели и режиссеры просто не знают, как ведет себя женщина, пережив это величайшее наслаждение. Возможно, сами они неважные любовники, поэтому никогда не видели настоящего женского оргазма. Есть объективные признаки оргазма, которые симулировать невозможно (они описаны в соответствующей главе), а “ахи”, вздохи, пронзительные крики и прерывистое дыхание могут обмануть только неопытного мужчину.

У мужчин интенсивность оргазма зависит от психического и физического состояния до полового акта, наличия (или отсутствия) предшествовавшего периода полового воздержания, а самое главное - от сексуальной привлекательности партнерши и чувств, которые к ней питает мужчина.

С кем поведешься - так тебе и надо!

NN

Один весьма сексапильный мужчина, пользующийся успехом у прекрасного пола и имевший более сотни любовниц, как-то сказал мне:

“С одной женщиной секс - это песня, а с другой, бывает, - тяжелый труд”.

Особенно варьирует интенсивность ощущений у женщин. Даже с одним и тем же партнером у женщины каждый раз бывает по-разному. Оргазм различается и при сексе с разными мужчинами. Ощущения женщины во многом зависят от ее отношения к партнеру. С одним мужчиной - это всего лишь несколько кратковременных судорог, а с другим - неистовая страсть с бурными движениями и ощущениями неопишемого блаженства.

Оргазм с любимым - это и в самом деле экстаз, а с нелюбимым даже наслаждение - пытка.

Д.Е.

ПОЛТОРА ЧАСА БЛАЖЕНСТВА

Если нет ключа к сердцу женщины, можно попробовать отмычкой.

Д.Е.

Ученые выделяют два типа оргазма - пикообразный и затяжной. По данным известных отечественных сексопатологов, кратковременный, пикообразный оргазм бывает у 60% женщин, затяжной - у 40%. Продолжительность затяжного оргазма может варьировать от 20-60 секунд да полутора часов (!!!).

Но все же я не стала бы так четко делить всех женщин по типу оргазма. В моей практике немало примеров тому, как с одним мужчиной женщина переживала короткий оргазм, а с другим - длительный. Затяжной оргазм бывает при стимуляции клитора и, безусловно, при наличии партнера, искусного в клиторных ласках.

Мужчина, хорошо владеющий техникой куннилингуса и других эротических ласк, способен управлять ощущениями женщины.

Вот один из вариантов (но не единственный!). Мужчина ласкает партнершу до момента, когда она начинает прерывисто дышать, но не дает достичь пика и переходит на ласки других эрогенных зон. Уровень ее возбуждения еще высок, и она по-прежнему испытывает приятные ощущения. Затем партнер снова начинает стимуляцию основной эрогенной зоны. Ощущения женщины вновь нарастают, и она почти достигает пика наслаждения, но партнер вновь не дает ей достичь вершины, “соскальзывая” на другую эрогенную зону. И так продолжается долго.

Кончил дело - полюбишь и козла.

Д.Е.

Ощущения при затяжном оргазме могут нарастать в своей интенсивности, либо

волнообразно колебаться. То усиливаясь, то ослабевая, такой оргазм длится от нескольких минут до часа-полутора.

Полтора часа наслаждения возможны лишь в постели с искусным партнером.

У женщин могут быть и многократные повторные оргазмы, следующие через 1-2 минуты один за другим. Партнер дает возможность женщине пережить несколько оргазмов, и только после этого эякулирует сам.

Для того, чтобы дать возможность партнерше пережить затяжной оргазм или серию оргазмов, мужчина должен обладать одним-единственным качеством - быть сексуальным альтруистом. Все остальное, в частности, размеры его мужского достоинства, высокая потенция, способность долго удерживать эрекцию и осуществлять длительный половой акт, - второстепенно. Самое главное - желание дать женщине по-максимуму. Разумеется, не для того, чтобы поразить ее своей сексуальной техникой и обрести звание аса секса, а ради того, чтобы позволить испытать ни с чем не сравнимые ощущения.

Читатели-мужчины, возможно, недоверчиво усмехнутся или печально вздохнут: “Желание-то у меня есть, но как его осуществить?”

Так вот, все возможно, было бы желание. В данном случае я имею в виду не сексуальное желание, а стремление стать альтруистом.

Ни на что путное эта женщина не годилась, только на беспутное...

Д.Е.

Моя подруга, назовем ее Мариной, рассказала такой случай. Однажды она пришла к Диме, своему любовнику и объявила о своем намерении расстаться с ним.

Марина замужем, но с мужем не ладилось и она, как это нередко бывает, нашла утешение в объятиях другого. Их роман продолжался около двух лет, потом ее супруг одумался, и семейная жизнь стала налаживаться. Марина решила, что рисковать не стоит, - любовник хорош, но не он отец ее сына, а если муж узнает об измене, тогда отношения будут

перечеркнуты навсегда.

И хотя она рассудочно уже все решила, но ей было грустно, за эти два года она уже привязалась к любовнику. И вот Марина уже все сказала, но уходить не хотелось, да и Дима просил ее побыть с ним еще немного.

“Будь что будет! - решила она. - Последний раз, пусть это будет заключительным аккордом”.

Потому что нельзя, потому что нельзя, потому что нельзя быть ломакой такой! (поется с большим чувством на мотив известного шлягера группы “Белый орел”).

Д.Е.

Дима и раньше был хорошим любовником, а тут, предчувствуя, что любовница его покидает, превзошел сам себя.

Он начал с нежного облизывания и посасывания каждого пальца ее ног и стал медленно подниматься выше. Марина уже вся дрожала в предвкушении и ждала, что вот-вот наступит вожаделенный миг, но любовник вновь спускался языком и губами по ее бедру к стопам, потом медленно-медленно возвращался. Потом перевернул любовницу на живот и так же нежно касался языком ее спины, ягодичного ромба, ягодиц и межягодичной складки.

“Я уже с ума сходила и молила его довести меня до конца, - рассказывала моя подруга. - Стала вся мокрая и непрерывно стонала, выгибалась дугой, ощущая приближающееся наслаждение, и оно уже накатывало волнами, но Дима опять убегал языком, и я обмякала и ждала новой волны. Мне и хотелось, чтобы это длилось еще и еще, и никогда не кончалось, и вместе с тем, я мечтала достичь вершины. Потом я не выдержала и пыталась притянуть его к себе и заставить сделать то, что мне хочется, но он не слушался и мягко отводил мои руки. Казалось, что я перестала самой себе принадлежать и совершенно не соображала, где я, с кем я, вся превратившись в жаждущую плоть. Даже не помню, сколько все продолжалось. Началось, когда на улице еще было светло, а когда я очнулась - уже стемнело. Но зато какой

я испытала оргазм! После этого и умереть было не страшно. Мне, кстати, даже хотелось умереть на пике - лучше этого ощущения все равно ничего быть не может”.

Разумеется, она не рассталась с любовником. Они встречаются до сих пор, а муж, вопреки опасениям Марины, ни о чем не подозревает.

Ничего себе слабый пол! А сколько сил на него надо!

Д.Е.

Затяжной оргазм бывает и при ласках клитора, малых губ и входа во влагалище струей душа. Многие женщины используют душ для мастурбации и хорошо знают, как это делается (только ни в коем случае не вводите душевой шланг в вагину! - это грозит разрывом влагалища).

В зависимости от степени давления можно достичь и быстрой разрядки, и растянуть удовольствие надолго. Если пустить сильную струю, то в первый момент ощущения слишком резкие и даже болезненные. При среднем давлении нежелательных явлений нет, и оргазм достигается довольно быстро. Но самые эротичные ощущения - при слабом напоре воды. И, разумеется, эффект, когда женщина ласкает себя сама, или это делает партнер, - небо и земля.

Почему ты называешь ее “снежной бабой”? Неужели она такая холодная?” “Нет, так же быстро тает, если к ней прикоснуться”.

Д.Е.

Если хотите опробовать эту любовную игру с вашим партнером, сделайте так. Лягте в ванну на спину, согнув ноги в коленях, или сядьте в удобную позу, откинувшись спиной на стенку. Методом проб и ошибок выберите позицию для ваших ног. Можете широко развести их, чтобы половые губы раскрылись. В этом случае клитор и все остальное более доступно для игр, но при этом струя воды будет довольно сильно ударять по клитору, и разрядка наступит быстро. Если вам хочется, чтобы удовольствие было подольше, ноги разведите совсем чуть-чуть или же пусть ваш партнер свободной рукой раздвинет большие половые

губы, но не сильно, чтобы струя воды как бы падала в углубление. Или сами немного разведите руками половые губы. Касаться струей все время одного места - значит, быстро завершить игру. Поэтому оптимально, если партнер будет вначале медленно, потом в определенном ритме водить по вашей промежности вверх-вниз. Не только клитор и малые половые губы, но и вход во влагалище высоко чувствительны. Вы можете испытать оргазм даже если основное внимание партнер уделит именно входу в вагину, а некоторое струйки воды будут рикошетом касаться клитора и малых губ. Оргазм вам в любом случае обеспечен, поэтому допускается, чтобы партнер время от времени делал перерывы, сбивая уровень возбуждения. Уже с самых первых минут вы будете испытывать блаженство. Не спешите, растяните удовольствие, чтобы почувствовать, как оно то наплывает, то вновь отпускает. В процессе можно еще больше ослабить напор воды, чтобы еще больше отсрочить вожаемый пик. И вот когда вы хорошенько насладитесь, пусть ваш любовник (или муж) совершает ледкой душа движения более короткой амплитуды - уже не вверх-вниз по всей промежности, а лишь в области клитора. И тогда вы испытаете очень длительный оргазм.

Если вы никогда не практиковали такой способ, попробуйте вначале сами, отработайте и напор струи, и наиболее комфортную температуру воды, и частоту движений, и оптимальную позу, а уже потом предложите эту любовную игру вашему партнеру, показав ему все, что требуется.

Секс - дело сугубо личное. Так зачем же мы ищем партнера?

Д.Е.

Я иногда выезжаю для секстерапии на дом к своим пациентам. Сами понимаете, полноценные эротические игры в кабинете врача не устроишь, а в привычной обстановке супруги чувствуют себя более комфортно и раскованно.

Пожалуй, я единственный в России сексолог, работающий с парой “вживую”, к тому же, на их территории. Если женщина никогда не испытывала оргазма, то игры с душем помогают

ей впервые испытать это непередаваемое ощущение. А после этого она уже забывает о своих комплексах и согласна на все. Муж, увидев ее подлинный (а не притворный, как было раньше) оргазм, тем более, согласен на любые эксперименты.

Порой бывало, что я работала с парой по десять-двенадцать часов, и им все было мало. Оба уже испытали серию оргазмов, но не желали меня отпускать и требовали продолжить сексуальные игры. Как именно я проводила секстерапию “вживую”, я расскажу вам в разделе “Секс-меню для супругов со стажем”.

Фантазии, которые легче всего претворить в жизнь, - эротические.

Д.Е.

ОТНОШЕНИЕ ЖЕНЩИНЫ К СЕКСУ ПОСЛЕ СЕКСА

Если вы любите, секс - это минимум, чем вы можете одарить друг друга; если вы не любите, то секс - это максимум того, чем вы можете дать друг другу.

Д.Е.

Оргазм дарит целый “букет” ощущений - наслаждение, освобождение, снижение напряжения. В эмоциональном плане оргазм дает чувство завершенности, удовлетворения, благодарности и глубокой близости к партнеру. Оргазм имеет и духовный аспект - возможность почувствовать совершенство наших тел и неразрывную связь с природой.

После оргазма возбуждение у женщины не исчезает сразу, как у мужчины, а снижается постепенно, в течение 10 - 20 минут - исчезает чувство напряжения в половых органах, происходит отток крови, уменьшается кровенаполнение гениталий.

Вслед за оргазмом наступает рефрактерная пауза - период, когда возбудимость эрогенных зон отсутствует. Эротические ласки и другие стимулы полового возбуждения не вызывают.

Сделал дело - вымой тело.

Д.Е.

Длительность рефрактерного периода индивидуальна. У женщин она может быть от 1-2 минут до 20-30 минут. (У мужчин - в среднем, 20-40 минут, но с вариациями - у гиперсексуального юноши - 10-20 минут, а у мужчины постарше - от нескольких часов до суток.)

Некоторым женщинам сам по себе половой акт приятен, но оргазм не наступает. Это называется половым удовлетворением без оргазма.

Однако это свойственно не всем представительницам прекрасного пола. Для многих в сексе важен не только сам процесс интимной близости, но и кульминация. Что бы партнер ни делал во время полового акта, раз все это не завершилось оргазмом, - партнерша остается неудовлетворенной.

Если женщина во время полового акта испытывала сильное возбуждение, а разрядка не наступила из-за того, что сношение слишком быстро закончилось или стимуляция эрогенных зон была неадекватной (или не такой, как требуется этой женщине, или недостаточной по времени, или мужчина стимулировал не ту зону, которую нужно), то возникает состояние фрустрации - тягостное нервное напряжение с чувством неудовлетворенности и эмоциональной реакцией.

Кто рано встал?!!!

Д.Е.

Для того, чтобы мужчинам были понятны ощущения женщины в такие моменты, приведу пример. Допустим, мужчина проводит половой акт, он сильно возбужден, а незадолго до семяизвержения партнерша освобождает влагалище от полового члена и прекращает половое сношение. Партнер так раздосадован, что оргазм у него не наступает. А нет конечного результата (то есть, оргазма), следовательно, и сам “процесс насмарку”.

В половом акте большинству людей, как мужчинам, так и женщинам, важны не

сами по себе фрикции и продолжительность сношения, а именно половое удовлетворение.

Что будет делать мужчина, если женщина прекратит половое сношение до того, как он испытал оргазм? Либо принудит женщину продолжить половой акт, либо сам добьется оргазма с помощью мастурбации, либо уйдет от такой партнерши злой и больше не будет искать с ней близости.

Совет друга - с этой бабой надо кончать.

Д.Е.

А что делать женщине в аналогичной ситуации? Принудить любовника (или мужа) довести “дело до конца” и дать ей возможность пережить оргазм она не может. Некоторые дамы после такого неудачного полового акта идут в ванную и с помощью мастурбации достигают оргазма. Другие сердятся и впредь избегают “интима” с таким партнером. А все остальные молча смиряются или притворяются, что испытывают удовольствие.

После полового акта без оргазма отток крови из тазовых органов происходит гораздо медленнее - в течение часа и даже дольше. Это называется незавершенным циклом полового возбуждения (другие названия - отсутствие полового удовлетворения, отсутствие половой разрядки). При этом женщина испытывает чувство тяжести в нижней части живота, боли в пояснице.

Свято место бюстом не бывает.

NN

Замедленный отток крови очень вреден для здоровья - в тазовых органах возникает застой лимфы и крови, впоследствии возникают воспалительные процессы, нарушения менструального цикла, болезненность менструаций, маточные кровотечения, эндометрит, параметрит, оофорит и другие заболевания женской половой сферы. Считается, что отсутствие оргазма приводит к новообразованиям в матке.

Отсутствие оргазма отрицательно влияет на психическое состояние, нервную систему и весь организм женщины. Она испытывает нервное возбуждение, общую подавленность, плохое самочувствие и угнетенное состояние. Сексуальная неудовлетворенность является причиной мигреней, раздражительности, подавленности и депрессии, может привести к неврозу и истерическим реакциям.

К тому же женщина чувствует себя “неполноценной” (кстати, совершенно безосновательно) из-за того, что не способна испытывать оргазм.

Сексуальная неудовлетворенность может привести к утрате интереса к сексу.

МИФЫ О ЖЕНСКОМ ОРГАЗМЕ

Самое острое из чувственных наслаждений - это физическая любовь.

С. Моэм

В 1905 году Фрейд написал свою знаменитую книгу “Три очерка по теории сексуальности”, в которой утверждал, что от клиторного оргазма, который достигается в пубертатный (подростковый) период с помощью мастурбации, зрелая женщина переходит к вагинальному оргазму. Последний возникает в процессе полового акта. Фрейд полагал, что за клитором сохраняется роль передатчика возбуждения соседним частям гениталий (половых органов), образно сравнив его со щепкой, используемой для разжигания более твердого топлива. По мнению Фрейда, если перенесение эрогенной раздражимости от клитора на вход во влагалище удалось, то изменилась зона, играющая руководящую роль в сексуальной деятельности.

Вся трагедия в том, что основатель психоанализа назвал женщин, никогда не достигавших оргазма без прямой стимуляции клитора, незрелыми и (или) фригидными!!!

Великий психиатр, создатель теории психосексуальности человека в этом вопросе

искренне заблуждался, сейчас это доказано со всей очевидностью. Исследованиями знаменитых ученых - А. Кинси, У. Мастерс и В. Джонсон, Х. Каплан и других, - было убедительно доказано, что подавляющему большинству женщин для достижения оргазма требуется прямая стимуляция клитора. Таких женщин, по данным У. Мастерс и В.Джонсон, не менее 66%, а Хелен Сингер Каплан, ведущий американский секс-терапевт, считает, что их 80% (!). То есть, подавляющее большинство.

- Вот уже 20 лет все одно и то же, - жалуется мужчина приятелю.

- А ты попробуй позицию “сзади”, - советует приятель.

- Да я уже пробовал, но все равно ничего не меняется.

- Меняться-то не меняется, но зато не надо делать счастливое лицо.

Анекдот

Однако миф оказался очень живучим. Проклятый ярлык “незрелости” или даже “фригидности” до сих пор довлеет над миллионами женщин, которые не испытывают оргазма при половом сношении. А все почему? А потому, что невежественный партнер не знает, что партнерше требуется всего лишь стимуляция клитора (в прелюдии или в процессе полового акта), и проблема будет решена. И тогда женщина вздохнет с облегчением: “Слава Богу! Я не фригидна!”, - а мужчина переведет дух - удалось! Такое могло бы произойти, но, к сожалению, частенько не происходит.

Раньше, бывало, мужчины предлагали женщине поговорить, хотя на самом деле им хотелось заняться сексом; теперь они нередко чувствуют себя обязанными предложить заняться сексом, хотя на самом деле им хочется поговорить.

Кэтрин Уайтхорн

Американский сексолог С. К. Бейкос, проводившая анкетирование десятков тысяч женщин, обобщая результаты своих опросов, назвала наследие Фрейда для женщин “формой сексуального ада”. Чтобы пояснить, почему она столь сурово обрушилась на отца

психоанализа, приведу отрывок из ее книги “Сексуальные удовольствия для женщин”:

“У меня есть тайное желание. Если правы защитники учения о переселении душ, то пусть Зигмунд Фрейд постоянно возвращается на землю в образе женщины, страдающей из-за своей неспособности иметь “правильный” оргазм, который, несомненно, является вагинальным. Если бы это зависело от меня, он никогда не стал бы одной из немногих женщин, достигающих оргазма только посредством полового акта. Он потребовал бы стимуляции клитора - как можно больше! Но он стеснялся бы трогать себя руками во время секса. И он выходил бы замуж только за мужчин, столь же невежественных относительно женской сексуальности, как и он, когда считался великим психиатром.”

Вот так сурово обошлась Сюзен Бейкос с великим Фрейдом. Несмотря на излишний пафос, в ее высказывании заложена несомненная истина. По данным проведенного ею анкетирования, более 70 процентов респонденток не испытывают оргазма во время полового акта без дополнительной стимуляции клитора.

Он ради секса играл в любовь, а она ради любви играла в секс.

Д.Е.

Спрашивается, так кто же “сексуально нормален” - оставшиеся 30 процентов женщин, или все же то самое большинство, которым недостаточно “голового” сношения?!

Быть может, не все мужчины читали Фрейда. Возможно, миф о “фригидности” женщин, не способных к вагинальному оргазму (то есть, при половом акте), они узнали из других источников. Может быть, этот миф передавался из уст в уста...

По всей видимости, сыграли свою роль и предрассудки: многие люди до сих пор убеждены, что “нормальным” является только половой акт, а все остальное - “извращение”.

Женщина пришла к сексопатологу, а он, не давая ей рот открыть:

- Раздевайтесь и ложитесь на кушетку.

Та разделась и легла. Он быстренько все проделал, встал, застегнул ширинку, сел за

стол и с самым серьезным видом говорит:

- Так, с моей проблемой разобрались, теперь с вашей. На что жалуетесь?

Анекдот

И вот результат: миллионы женщин, которые могут получить удовлетворение только при мануальной (рукой, пальцем), оральной (губами, языком) стимуляции клитора (или с помощью вибратора), считают себя “неполноценными”, “незрелыми” и даже “фригидными”. Видимо, они хорошо знают работы Фрейда, но не читали книг Уильяма Мастерса и Вирджинии Джонсон “Сексуальные реакции человека” и Хелен Каплан “Сексуальная терапия”, где стимуляция клитора является основой секс-терапии и входит в программу обучения при ликвидации “секс-неграмотности”.

Неумелый партнер рискует попасть своей партнерше впросак.

Д.Е.

КЛИТОРНЫЙ ОРГАЗМ РЕАБИЛИТИРОВАН

Оргазм есть оргазм независимо от того, где он возникает.

С.К. Бейкос

До чего же “закомплексовали” женщин мифом о “зрелом” и “незрелом” оргазме! Даже образованные дамы на западе испытывают чувство вины и корят себя, если не могут испытать оргазма без оральной или мануальной стимуляции клитора. Вагинальный оргазм ими явно идеализируется: при опросах более половины респонденток считают “идеальным” сексом тот, при котором они могли бы достичь пика при половом акте.

Встретились две подруги.

- Говорят, ты замуж вышла.

- Вышла.

- Ну и как, с сексом лучше стало?

- Да нет, не лучше. Зато реже.

Анекдот

32-летняя Марина рассказала свою историю, довольно типичную для наших соотечественниц.

Она замужем 9 лет, мужа уважает и любит, он ее тоже, у них двое детей. В целом семейная жизнь вполне благополучна.

С самого начала супружеской жизни Марина избрала неверную тактику - по совету многоопытной подруги стала притворяться в постели. Ее муж Антон старше на 7 лет, у него второй брак. Решив, что он “знает толк в женщинах и сексе”, Марина последовала совету подруги. Она изображала оргазм, как это обычно делают женщины, никогда его не испытывавшие. Опытность супруга Марина явно переоценила. Очевидно, тот не знал, как все должно быть на самом деле, и верил.

Так продолжалось все годы их брака. Антон много работал, уставал, так что “супружескими обязанностями” свою половину не очень-то обременял. Как и у многих семейных пар “со стажем”, обычно сексу уделялись вечер пятницы или субботы. Марине это не в тягость, хотя никаких особенных ощущений у нее не было. Она всегда шла навстречу желанию мужа, считая, что “мужчине это нужно”, “полезно для здоровья”, “снимает психическое напряжение”.

Погашение задолженности по либидо.

Андрей Кнышев

Марина, безусловно, права, но те же самые слова она могла бы адресовать и самой себе. Женщине тоже “это нужно”, “полезно для здоровья”, “снимает психическое напряжение”, причем, не просто половое сношение без удовлетворения, а сексуальное наслаждение, которое дает и тонус, и настроение, придает блеск глазам и особое очарование женщине.

А Марина, как только муж притягивал ее к себе, уже зная, что все пойдет по “привычному

сценарию”, начинала ему подыгрывать - глубоко вздыхала, закрывала глаза, крепко обнимала, часто дышала, стонала, - в общем, все “как положено”, чтобы его “подогреть” и чтобы сношение закончилось побыстрее.

Естественно, супруг ничего не предпринимал, чтобы изменить сложившийся стереотип полового общения. А зачем ему?! Жена, на его взгляд, “попалась” на редкость темпераментная - “заводится” от одного прикосновения, испытывает страсть. Так что, решив “от добра добра не искать”, Антон избавил себя от “лишних телодвижений”. Заканчивалось все обычно уже через две-три минуты, за исключением тех случаев, когда супруг немного выпивал, но поскольку случалось это крайне редко, то в целом бремя “супружеского долга” было совсем необременительно для Марины.

Говорят, 5 минут секса заменяет 150 граммов водки. Он предпочел 300 водки - это же эквивалентно аж десяти минутам секса!

Д.Е.

Так продолжалось, пока Марина не устроила “посиделки” с подругой Наташей. Выпили, разоткровенничались. Оказалось, что у подруги похожая ситуация - тоже раз в неделю по субботам она “раздвигает ноги” и минут пять смотрит в потолок. Но Наташа научилась удовлетворять себя сама. Не в тот же день, когда “работает женой”, - как она выразилась, а тогда, когда ей самой хочется, подруга Марины мастурбирует. Иногда каждый день, бывает и несколько раз в день, а порой у нее несколько дней перерыв. То же самое она посоветовала и Марине.

Однако Марину ее совет не воодушевил. Когда-то в подростковом возрасте она пробовала мастурбировать, но ей казалось, что 32-летней замужней женщине заниматься этим как-то “не солидно”. И Марина пришла ко мне посоветоваться. Получив исчерпывающие ответы на все интересующие ее вопросы, она последовала моему совету и привела мужа. Разумеется ни я, ни сама Марина не сказали ему, что она долгие годы притворялась. Мы придумали

убедительную “легенду”, и Антон, конечно же, поверил. Разве две женщины не обманут одного мужчину?!

Этой паре всего лишь не хватало информации о сексуальной технике. У Марины все в порядке с возбудимостью, а после того, как муж обучился ее стимулировать, у них стало все нормально. Марина повеселела, похорошела. Позже на консультацию пришла ее подруга, но уговорить прийти мужа ей не удалось. Однако, руководствуясь моими рекомендациями, она сама постепенно и незаметно обучила его технике стимуляции.

Орган взаимопонимания.

Д.Е.

Итак, если женщина испытывает оргазм при самостимуляции клитора (рукой, струей душа, трением через одежду), то с возбудимостью у нее все в порядке, она не фригидна. Единственная ее проблема - научить партнера делать то же самое.

Нет никаких оснований считать себя неполноценной из-за того, что оргазм достигается вами только лишь при стимуляции клитора. У вас вполне нормальный тип женской сексуальной возбудимости.

Неважно, кто осуществляет стимуляцию, - ваш партнер или вы сами.

Если ваш муж (или любовник) отказывается стимулировать клитор, - следовательно, он “дремучий дилетант”. Либо убедите его прочесть эту книгу, либо уговорите проконсультироваться у сексопатолога.

Женщины всего мира должны поставить памятник замечательным американским сексологам Уильяму Мастерсу и Вирджинии Джонсон, которые внесли неоценимый вклад в сексологию вообще и в учение о женской сексуальности, в частности. Их исследования прояснили многие аспекты и позволили “реабилитировать” клиторный оргазм.

Замечательно сказал муж моей пациентки, молодой, сексуально раскрепощенный мужчина:

“Ни один мужчина не стал бы переживать из-за того, что его оргазм “неправильный”.

Как разница, из какого места исходит оргазм, когда обоим хорошо?!”

“Правильный” или “неправильный” оргазм?..

Что лучше всего смотрится на женщине? Мужчина.

Д.Е.

Многие люди, не читавшие книг Фрейда и не знающие его теории, тем не менее, находятся под ее влиянием. Они полагают, что если женщина не переживает оргазма во время полового акта, то с ней что-то не в порядке.

Совершенно напрасно женщины “комплексуют” из-за своей неспособности испытывать оргазм при половом акте. Не существует ни “правильного”, ни “неправильного” оргазма. Если вы оргазмичны при любой стимуляции клитора, - с вами все в порядке.

Разговаривают две подруги, давно не видевший друг друга:

- О, у тебя кольцо! Замуж вышла?

- Да, в прошлом году.

- И как прошла первая ночь после свадьбы?

- Вначале была адская боль.

- А что, оргазма не почувствовала?

- Какой оргазм! Я же рожала!

Анекдот

Известный отечественный сексопатолог А.М.Свядош, обследовав 100 женщин, установил, что только у 12 (!) эрогенной зоной почти исключительно являлось влагалище (вагинальный тип возбудимости). У 26 женщин совершенно отсутствовала эротическая реактивность вагины, а реактивность клитора была высокой (клиторический тип

возбудимости). А у 53 женщин была выраженная эротическая реакция при стимуляции как клитора и малых губ, так и влагалища, с преобладанием либо того, либо другого (клиторо-вагинальная или вагинально-клиторическая возбудимость). У 9 женщин отсутствовала эротическая реакция при стимуляции как клитора и малых губ, так и влагалища (ареактивный тип возбудимости).

Жизнь - это движение. Особенно половая жизнь.

Д.Е.

Из этих результатов можно сделать три важных вывода. Во-первых, женщин, у которых эрогенной зоной является влагалище, - очень мало, всего 12 из 100 обследованных, то есть, 12%. Во-вторых, у подавляющего большинства женщин главной эрогенной зоной является клитор, - как при изолированной его стимуляции, так и в сочетании со стимуляцией влагалища - суммарно 79%. И в-третьих, истинно ареактивных женщин очень мало - всего 9%.

В одном местечке умер раввин. Вскоре вдова вышла замуж за мясника. В первый же вечер муж говорит:

- Моя тетя говорила, что порядочный еврей никогда не сядет за стол, не переспав с женой.

Утром:

- А моя покойная бабушка...

Перед обедом:

- А мой дядя...

Через пару недель вдову спросили, как ей живется с новым мужем.

Она:

- Конечно, он не такой образованный, как мой первый муж, но зато из такой хорошей семьи...

Анекдот

А.М.Свядош полагает, что у женщин может быть два варианта оргазма - вагинальный и клиторический (его еще называют “клиторным” или “клиторальным”), а большинство зарубежных сексологов считают, что оргазм у женщин напрямую связан с клитором.

“Вызываю оргазм на себя!”

Д.Е.

У.Мастерс и В.Джонсон установили, что в организме женщины одновременно участвуют раздражители, поступающие как с клитора, так и из влагалища, различно лишь их участие. Значительное преобладание одних раздражителей создает впечатление исключительно “влагалищного” или исключительно “клиторального” оргазма.

Парень с девушкой поехали на дачу. Он наколот дров и говорит:

- Милая, у меня руки замерзли.

- Отогрей у меня между бедрами.

Он отогрелся и пошел опять колоть дрова. Через некоторое время все повторилось.

Потом опять:

- Дорогая, у меня замерзли руки.

- Черт побери, а уши у тебя никогда не мерзнут?

Анекдот

Разделение оргазма на “вагинальный” и “клиторный” просто не имеет смысла.

Независимо от того, откуда возникает оргазм, физиологически он идентичен.

Примерно одна пятая часть женщин способна испытывать оргазм при половом акте без дополнительной стимуляции клитора. Однако это не означает, что у них “чисто” вагинальный вариант оргазма.

Кончать надо с умом!

NN

Оргазмичность в процессе полового сношения может быть в следующих случаях:

- Когда клитор более крупный, чем у других женщин.
- Когда он удачно расположен. К примеру, женский половой орган с хорошо развитым клитором и малыми половыми губами в виде бутона розового цвета над входом во влагалище, - самый любимый мужчинами и самый удобный для сношения в любой позе орган. Трения пениса о клитор партнерши оказывается вполне достаточным для ее оргазма, даже если партнер не проводит дополнительной мануальной стимуляции.
- Когда женщина обучается принимать наиболее удачную позу во время полового акта - например, корректировать угол наклона таза с помощью подушечек и валиков. Благодаря этому клитор получает непрямую стимуляцию.
- Когда женщина оттягивают иммиссию (введение полового члена во влагалище) до тех пор, пока в процессе ласк не почувствует достаточное возбуждение и приближение оргазма, и лишь потом соединяется с партнером и переживает оргазм вместе с ним или чуть раньше него.
- Есть сравнительно небольшое число женщин, легко оргазмичных от различных видов стимуляции, например, от сосания, покусывания, лизания партнером сосков, мочек ушей, шеи, пальцев ног и других эрогенных зон. Женщина очень сильно возбуждается от этих ласк, затем возбуждение опосредованно, через центральную нервную систему, передается на клитор и возникает оргазм.

Таким образом, для достижения оргазма нужно всего лишь включить фантазию и приложить определенные усилия.

В кабинете гинеколога:

- Доктор, что делать? Моюсь утром и вечером, а темные пятна на внутренней стороне ляжек не проходят.
- Ваш любовник носит серьги?

- Да.

- Передайте ему, что они из фальшивого золота.

Анекдот

“ПОЧЕМУ Я НЕ ЛЕТАЮ?..”

Не пугайтесь, девушки, если мужчина лезет вам под юбку. Возможно, он просто хочет там спрятаться.

Д.Е.

Бывают случаи, когда женщина, испытав приятные ощущения, не осознает, что это и есть оргазм. Например, приятельницы делятся с ней подробностями своих любовных приключений и рассказывают: “Все было просто божественно!..”, “Я полчаса летала в космосе”, - и тому подобное. Женщина ждет, что у нее тоже все будет “божественно”, она тоже будет “летать”, а ее собственные ощущения кажутся ей недостаточно “божественными”.

Он и она в постели:

- Дорогая, какую сказку ты больше всего любишь?

- С хорошим концом...

Анекдот

Галина была влюблена в своего жениха “до дрожи”. От одного его прикосновения она становилась “вся мокрая”. Как она сама рассказывала, ей было приятно с самого начала и до последнего мгновения их близости. Галя не выделяла какого-то особенно острого пика - было просто очень приятно любое прикосновение возлюбленного. Потом она припомнила, что в какой-то момент были более интенсивные ощущения, но и после них ей было хорошо, если любимый продолжал ее ласкать.

Тем не менее, Галина была убеждена, что никогда не испытывала оргазма, и перед свадьбой пришла ко мне посоветоваться. Как и многих женщин, ее беспокоило, не фригидна

ли она (как же стоек этот миф!).

Даже узнав, что у нее все в порядке, она не могла избавиться от своих сомнений: “А мне подружка рассказывала, что с мужем ей просто приятно, а с любовником она каждый раз сознание теряет”.

Гале тоже хотелось терять сознание от наслаждения. Ее собственные ощущения казались ей слишком “слабыми”. Узнав о том, что это тоже оргазм, она наконец успокоилась.

Потеряв невинность, она поняла, насколько это приятное занятие.

Д.Е.

Любительницы женских любовных романов представляют себе оргазм таким, как описано там. “Классическая” фраза: “Они сплели свои тела и одновременно испытали неземное блаженство”, - позволяет мне, как психиатру, предположить, что автор сама никогда не испытывала оргазма, иначе она описывала бы его более реалистично. Тем не менее, романтические любительницы подобной литературы ждут от соития чего-то необыкновенного. В их представлении оргазм - это непременно неземное блаженство, божественный экстаз, полет, парение над землей и тому подобное.

Отрывок из эротического романа:

... и он овладел ею в позе “Поиск домашних тапочек под диваном”

NN

23-летняя Рита пришла ко мне посоветоваться. Она замужем чуть более года, мужу 25 лет. Отношения в целом хорошие, но Рита тревожится, что муж со временем догадается о ее “тайне” и разочаруется в ней. Оказалось, что ее гнетет то, что она не испытывает оргазма.

Рита работает продавцом в небольшом магазинчике, покупателей там мало, соответственно, свободного времени у нее много. Почти каждый день она приносит с собой книжечку в мягком переплете и за день-два “проглатывает” очередной любовный роман, где герои время от времени “сливаются в экстазе” и испытывают “божественное упоение”.

Ласки мужа ей приятны, несколько раз у нее бывало очень приятное ощущение тепла, поднимающегося от низа живота и разливающегося по всему телу, но она даже не предполагала, что это и есть оргазм, а ждала “божественного упоения”.

Наблюдая за мужем во время интимной близости, она пришла к выводу, что он тоже не испытывает “неземного экстаза”. “Несколько раз дернется, вскрикнет, и все”, - так она характеризует его оргазм. По ее мнению, это совсем не то, что “должно быть”, поэтому, на взгляд Риты, их интимная жизнь далека от идеала.

Узнав, что с точки зрения сексопатологии все нормально, Рита была даже разочарована. “И всего-то... - грустно сказала она. - Ради этих нескольких секунд столько разговоров, суеты...”

В чем-то наивная Рита права. Действительно, оргазм длится всего несколько секунд. И хотя это одно из высших наслаждений, но “суеты”, как выразилась Рита, ради того, чтобы его испытать, - и в самом деле немало.

- Дайте один презерватив.

- Но мы продаем упаковками.

- А мне нужен только один!

- Почему?

- Пытаюсь избавиться от этой вредной привычки!

Анекдот

У разных людей ощущения при оргазме различны. У мужчин ощущения более острые, но более кратковременные. Некоторые женщины и в самом деле испытывают ощущение полета, невесомости. Возможно внезапное оцепенение, когда никакие внешние раздражители не воспринимаются, кажется, что она теряет сознание, куда-то проваливается или летит. У других это чувство приятного тепла, поднимающееся от таза вверх.

У 22-летней Светланы дело чуть не дошло до развода - она была не удовлетворена своими

ощущениями. Ее бедный муж перепробовал десятки разных позиций, штудировал руководства и популярные книги, посвященные сексуальной технике, использовал и мануальную, и оральную стимуляцию клитора, но жена по-прежнему была недовольна. “Ты меня не удовлетворишь”, - в конце концов заявила она и объявила, что подает на развод.

Женщина - это роскошь, которую не каждый может себе позволить.

Д.Е.

Сначала ее муж пришел на прием один. Судя по его рассказу, у жены был оргазм (об его объективных признаках вы прочтете дальше). Узнав об этом, он обрадовался и уговорил жену прийти на консультацию.

“А почему я не летаю?”, - заявила Светлана после того, как я рассказала ей об оргазме. С тех пор эта фраза среди моих коллег стала крылатой.

Научить пациентку “летать” мне не удалось, но она поняла, что ее ощущения - и есть оргазм. Потом я научила ее фокусироваться на ощущениях, а муж обучился пролонгировать (удлинять) ее оргазм. Хотя новые ощущения и не были именно “полетом”, но моя пациентка признала, что это ничем не хуже.

Если виагру развести и закапать в глаза женщине, то мужской член покажется больше.

Д.Е.

Итак, оргазм - это не обязательно “полет” или “неземной экстаз”. У каждой женщины ощущения особенные, неповторимые. Одна как бы взмывает в воздух и “летает”, другая “теряет сознание”, третья “купается в волнах”, у четвертой перед глазами взрывается разноцветный фейерверк, у пятой - всего несколько сладостных конвульсий. У некоторых женщин оргазм длительный, ощущения то наплывают нарастающей волной, то как бы откатываются, то вновь наплывают. А у других - ощущения очень интенсивны, но кратковременны.

Отдых бывает активный и пассивный.

Активный - когда отдыхаете вы.

А пассивный - когда отдыхают на вас.

NN

Даже у одной и той же женщины одни оргазмы менее приятны, чем другие. Некоторые оргазмы оставляют о себе незабываемое впечатление, другие могут быть почти незаметными. Бывает оргазм даже почти на грани боли.

Сколько женщин, столько и оттенков у оргазма.

Восприятие оргазма зависит от характера самой женщины. Эмоциональная женщина опишет оргазм яркими, сочными красками, а женщина суховатая, рациональная, - скажет скупое, лаконично.

Восторженные рассказы женщины о своих “неземных” ощущениях нужно оценивать через призму ее личности и отношения к партнеру, с которым она пережила оргазм. Экзальтированная особа распишет свои ощущения столь колоритно, что слушательницы обзавидуются и призадумаются, почему у них не так. А на самом деле, возможно, рассказчица слегка приукрасила, - не сознательно, а в силу склонности к фантазированию. Или же у нее осталось о пережитом столь красочное воспоминание, связанное даже не самими ощущениями, а с мужчиной, который дал ей наслаждение. Или же она выдала желаемое за действительное, позаимствовав красочные эпитеты из художественной литературы.

Она расшевелила его хроническую импотенцию и заставила соответствовать своим потребностям.

Д.Е.

Оргазм у всех разный, как различна эмоциональность людей: от одного и того же события одна женщина скупое улыбнется, другая - весело расхохочется, третья просто пожмет

плечами.

Не нужно ждать от оргазма потрясающих ощущений. Ваш оргазм будет такой силы, насколько вы эмоциональны.

Такой труднодостижимый, такой уязвимый...

“Он поцеловал меня, честно признаюсь, не в губы”.

Д.Е.

Хотя оргазм в экспериментальных условиях исследовали многие сексопатологи, пока мы не знаем весь “механизм”. Как пишет знаменитый американский сексолог Марти Клейн: “Таинственная комбинация физических и эмоциональных факторов ведет к тому, что мозг дает сигнал нервной системе включить рефлекс, которые мы называем оргазмом”.

В интимной близости столько тонких нюансов, что вполне понятно, почему порой оргазм становится труднодостижимым. Ухудшение межличностных отношений с партнером - одна из причин, почему женщине бывает трудно достичь оргазма.

- В какой позиции вы занимаетесь с женой сексом? - спрашивает сексопатолог.

- По-собачьи, доктор.

- В коленно-локтевой?

- Да нет... Ложимся в постель, я начинаю подвывать, что мне очень хочется, а она поворачивается спиной и притворяется мертвой.

Анекдот

32-летняя Римма обратилась с жалобами на раздражительность, бессонницу, пониженное настроение. Она замужем 11 лет, дочери 9 лет. Отношения с мужем характеризует как “более-менее”, но скорее, “менее”, нежели “более”. Дело в том, что муж в последние три-четыре года стал попивать. Он человек необщительный, свободное время проводит дома, выпивает тоже дома. Пьет сравнительно понемногу - 150-250,0 коньяка, но выпив, становится

болтлив и хвастлив.

Стоит Римме увидеть, как у него набрякли веки и покраснело лицо, как в ней поднимается волна злобы и раздражения. “Видеть его не могу, когда он выпьет!” - с аффектом восклицает она.

Раньше в сексуальном отношении у них была гармония. Римма женщина темпераментная, а у мужа хорошая потенция. Как она сама говорит, оба “любители этого дела”. Экспериментируют, любят острые ощущения. Но это было, когда муж еще не пил. Теперь пьяный муж становится “дурак дураком” - глупо хихикает, говорит пошлости, тискает ее, как сексуально озабоченный мальчишка, бывает, что “лезет” к ней даже на глазах у дочери.. В такие моменты он Римме просто противен. Она пробовала и вразумить его, и устраивала скандалы и даже пару раз сильно ударила его, когда слова не действовали. Когда они ложатся спать, муж начинает “приставать” более активно. Устав с ним бороться, Римма, сцепив зубы, соглашается на близость.

Муж - жене:

- Слушай, откуда ты знаешь о тех вещах, от которых предостерегаешь наших дочерей?

Анекдот

В прежние годы у нее всегда был с мужем оргазм, теперь редко. Он искусный и ласковый партнер, но злость, которую Римма испытывала с вечера, не дает ей расслабиться и сфокусироваться на своих ощущениях. Хотя муж обычно терпелив и долго ласкает ее, но ничего не помогает. Поняв, что ничего не получается, Римма начинает злиться и на себя, и на мужа. Нередко все заканчивается ссорой.

Теперь муж стал ей выговаривать. Обычно он приходит с работы трезвым, и его доводы кажутся Римме обоснованными и вполне разумными. Трезвого мужа она уважает и любит.

Как-то раз они спокойно и хорошо поговорили, и Римма попросила его прекратить пить,

но муж заявил, что при его напряженной работе ему нужно расслабляться, пьет он помалу, а если ей не нравится, что он выпивает у нее на глазах, то он может после работы завернуть в какой-нибудь бар. Римма испугалась, что “без контроля” муж станет пить еще больше, и согласилась, чтобы тот выпивал дома.

Римма объяснила мужу трудности с достижением оргазма, и тот пообещал вести себя “прилично”. И в самом деле, он уже не пытался ее обнимать в неподходящий момент, но Римма по-прежнему не выносила его в состоянии опьянения.

“Ничего не могу с собой поделать, - призналась она. - Прихожу домой в хорошем настроении, внушаю себе, что не буду так остро реагировать, но стоит мужу налиться этим проклятым коньяком, как во мне просыпается зверь. Я его просто ненавижу и презираю в такие моменты. Он несет какую-то ахинею, бахвалится, в сто первый раз пересказывает мне байки студенческих лет, а мне хочется схватить чугунную сковородку и изо всех сил шарахнуть его по голове.” И опять ночью все повторяется, они ссорятся, обиженный муж засыпает, а Римма ворочается без сна.

- Я же ясно сказала “НЕТ”, значит, вынь.

NN

А в те дни, когда муж трезв, у них все замечательно. Отпуск они провели на даче, работали в саду, ходили в лес, на речку, муж ни разу не выпил, и для обоих это был второй медовый месяц, а каждая ночь была ночью любви. Потом они вернулись в Москву, и все началось снова.

Римма корила себя за несдержанность, но не могла справиться с собой. Потом ей стало трудно достигать оргазма даже в тех случаях, когда муж не пил. Каждый раз Римма со страхом ждала, что у нее опять ничего не получится, - и ее страхи сбывались.

После нескольких случаев, когда у нее было оргазма, хотя муж был трезв, а она была в ровном настроении, Римма стала уклоняться от близости под любым предлогом, частенько

оставалась ночевать у матери, лишь бы избавиться от домогательств мужа.

**- Однажды мы с женой легли, посмотрели друг на друга и одновременно говорим:
“Так голова болит...”**

NN

Решив “проверить себя”, она завела интрижку с коллегой. Тот в сексе был “полный профан”, и Римма осталась неудовлетворенной. Они встречались несколько раз, но с тем же успехом, точнее, неуспехом для Риммы.

Она решила, что бессмысленно “гулять”, раз это ей ничего не дает, и решила наладить отношения с мужем. Какое-то время ей удавалось быть сдержанной. Она старалась поменьше быть в обществе мужа, вечерами сидела в комнате дочери, а тот смотрел телевизор. Встречались они в постели, тут муж уже не болтал, и Римма стала немного спокойнее к нему относиться. Иногда ей удавалось достичь оргазма, иногда нет.

Решив, что нужно “подлечить нервы”, она обратилась за консультацией. Потом я убедила ее привести мужа. У него оказалась психическая зависимость от алкоголя (первая стадия алкоголизма). Диагнозу удивились оба, так как считали, что он “просто выпивает”. Муж Риммы дорожил семьей и не хотел быть алкоголиком, поэтому сразу согласился на лечение. После наркологического лечения он перестал пить. Сексуальная жизнь этой пары нормализовалась.

Внимание, мужчины! Хороший подарок любимой мыло “Dowe”! Дав один раз, она непременно даст во второй и третий.

Д.Е.

Многое влияет на женский оргазм. Например, за стеной кто-то ходит или не спит ребенок, или хлопнула входная дверь, кашлянула на кухне свекровь, закрипела кровать в соседней комнате, - и женщина уже отвлеклась от своих ощущений, возбуждение пошло на спад, а дальше ничего не получается.

У некоторых женщин при внезапном обрыве возбуждения, например, из-за резкого звука, испуга, - дальнейшая стимуляция ничего не дает, кроме боли. Партнер продолжает ее ласкать, а она либо вообще ничего ни чувствует, либо ощущения становятся острыми, как физическая боль, и это неприятно.

Опытные женщины уже знают, что если что-то извне “сбило” оргазм, то сколько бы партнер ни старался, пика она не достигнет.

“В сравнении с другими мужчинами он никакой”.

Д.Е.

Что в этом случае делать? Если партнер сильно возбужден и хочет получить разрядку, - помочь ему, потом переждать какое-то время (оно индивидуально для каждой женщины, но обычно не более 20-30 минут), чтобы возбуждение окончательно спало, затем партнер снова начинает ласкать женщину. Если это хороший партнер, то он и сам заинтересован в том, чтобы партнерша пережила оргазм. Дело чести каждого мужчины - не оставлять партнершу неудовлетворенной.

А что делать, если партнер плохой? Тогда женщине ничего иного не остается, как получить разрядку с помощью мастурбации.

“При возбуждении меня тянет не к мужчинам, а в ванну”.

Д.Е.

Оставаться неудовлетворенной нежелательно. Во-первых, в этом случае вы рискуете получить неприятные последствия в виде тяжести в низу живота и пояснице, а в будущем - воспалительные заболевания половой сферы. Во-вторых, незавершенный цикл неминуемо скажется на вашем настроении - вы будете недовольны, раздражены, на следующий день утром наверняка накричите на мужа, на работе все будет валиться у вас из рук. Надо вам это? Нет, не надо. И совершенно ни к чему из-за этого комплексовать. Это не ваша вина, а вина вашего мужа (любовника).

Имея плохого сексуального партнера, женщина вынуждена позаботиться о себе сама. А оргазм - он и есть оргазм, независимо от того, каким способом достигается. Еще раз напомним, что нет ничего “ненормального”, “патологического” в том, что вам для оргазма требуется стимуляция клитора.

В магазине молодой человек покупает банку кофе “Нескафе” и пачку презервативов. Через час другой молодой человек покупает то же самое. Через два часа третий молодой человек покупает тот же набор.

Любопытная продавщица не вытерпела и поинтересовалась у четвертого:

- Интересно, вы уже четвертый молодой человек, который покупает банку кофе “Нескафе” и пачку презервативов.

Молодой человек пояснил:

- У Кати муж уехал...

Анекдот

Если ваш партнер пока не умеет вас стимулировать, - покажите ему, что он должен делать.

Нет ничего “ненормального” ни в том, что вы будете стимулировать себя сами во время полового сношения, ни в том, что это будет делать ваш партнер, ни в том, что вы в его присутствии получите разрядку до или после сношения.

“Я фригидна...”

Когда современные женщины открыли оргазм, это стало вторым, после контрацепции, смертельным ударом по мужской гегемонии.

Эва Файджс

Сколько раз мне приходилось слышать эту фразу: “Доктор, я фригидна”! И ничуть не меньшее число раз оказывалось, что пациентка неправа.

Тысячи людей, которые не читали Фрейда (некоторые даже не слышали о нем), и не имеют

понятия о вагинальном и клиторном оргазме, тем не менее, знают термин “фригидность”, однако не понимают сути этого термина и используют его неправомерно.

“Фригидной” в обиходе называют женщину, не испытывающую оргазм. Это неверно. Отсутствие оргазма называется аноргазмией (“ан” - латинская частица слова, означающая отсутствие).

Оргазм - это название семейного дуэта Олега и Родиона Газмановых.

Д.Е.

Фригидность (от латинского “frigidity” - холодный), или половая холодность женщины - это равнодушие к сексу и неспособность испытывать сексуальное удовлетворение.

При поверхностном взгляде оба эти состояния схожи: и при фригидности, и при аноргазмии женщина не может испытывать оргазм. Однако по сути это разные состояния (на языке сексопатологов - сексуальные дисфункции)

В основе фригидности лежит отсутствие полового влечения. Это качество врожденное. “Вылечить” фригидную женщину невозможно.

Фригидную женщину секс вообще не интересует. Ей абсолютно безразлично, испытывает она оргазм или нет. Она попросту в этом не нуждается.

Ночью в постели муж спрашивает жену:

- Маш, у нас с тобой секс есть?

- Не помню, - сонно отвечает она, - пойді посмотри в холодильнике.

Анекдот

А аноргазмия - дисфункция не врожденная, а приобретенная.

Определенную лепту в эту путаницу внесли сами ученые. С легкой руки Фрейда, термин “фригидность” стали употреблять очень широко. До 1970 года “фригидностью” называли разного рода женские сексуальные затруднения, начиная от неспособности к оргазму и кончая отсутствием интереса к сексу или неспособностью к сексуальному возбуждению.

В 1970 году У. Мастерс и В. Джонсон предложили термин “оргазмическая дисфункция”, а термин “аноргазмия” использовался как синоним.

То, что женщина обеспокоена отсутствием оргазма и обращается за помощью к врачу, - свидетельство того, что она не фригидна, - она либо психологически заблокирована, либо оргазм у нее недостаточно развит.

Разговаривают две соседки. Одна говорит:

- Моего мужа не устраивает количество половых актов. И чего ему не хватает, я ведь раз в месяц ложусь с ним, как штык!..

Анекдот

У большинства женщин, не испытывающих оргазма при половой близости, можно констатировать аноргазмию, но не фригидность. Я называю таких женщин эротически неразбуженными - у них плохие сексуальные партнеры, не сумевшие (или не пожелавшие) “разбудить” чувственность женщины.

Итак, отсутствие оргазма - это не фригидность, это аноргазмия.

То есть, всего лишь констатация определенной дисфункции, причин которой великое множество. Для аналогии: бессонница или головная боль - это симптомы, которые бывают из-за десятков разных причин. То же самое и с аноргазмией. То есть, это не самостоятельная болезнь, а лишь синдром. Нужно разобраться с причиной, вызвавшей аноргазмию (как, например, нужно выяснить причину головной боли), устранить ее и проблема будет решена. Вот и все. Ни к чему годами мучиться и комплексовать. Если после прочтения этой книги вам не удастся устранить проблему самостоятельно, - проконсультируйтесь с сексопатологом, он вам подскажет, что делать. Ваша проблема вполне решаема.

“Он трогал меня за такие места, где не ступала нога человека”.

Д.Е.

Бывает, что женщина приходит к сексопатологу с жалобами на отсутствие полового

удовлетворения, считая себя фригидной, но оказывается, что она не испытывает к мужу привязанности, он неприятен ей и как личность, и как сексуальный партнер, и сексу она испытывает непреодолимое отвращение.

Ко мне обратилась молодая женщина, назовем ее Заремой. Она замужем пять лет, но подумывает о разводе. В муже Николае ее раздражает многое. С некоторыми неприятными качествами она еще более-менее готова примириться, но самый отвратительный недостаток благоверного - пренебрежение личной гигиеной. По мнению Заремы, он “ужасный” неряха. За годы брака она так и не сумела приучить мужа принимать душ перед тем, как лечь в постель.

Свято место должно быть чисто.

Д.Е.

Зарема чистюля, дома у нее все сверкает, сама она, как кошечка, постоянно себя “намывает”. Душ утром и вечером - это святое.

Николай работает экспедитором. По работе ему иногда приходится разгружать товар, который он сопровождает. Когда муж возвращается с работы в пропахшей потом одежде, Зарема морщится и просит его переодеться. “Потом”, - отвечает тот и садится ужинать. После ужина муж смотрит телевизор, а потом он уже “так устал”, что ему не до душа, и он ложится в постель.

Зарему мутит от запаха его немывтого тела, а уж когда он ее обнимает или целует... Чистить зубы на ночь Николай тоже не научился, да и утром частенько забывает об этом. Его любимая “шутка”-отговорка: “Зачем эмаль с зубов стирать?”

Две фермерши копаются на огороде. Одна вытащила огромную морковь, долго рассматривала ее, потом говорит:

- Совсем как у моего мужа.

- Вот это да! Такой большой? - ахнула вторая.

- Да нет. Такой же грязный.

Анекдот

Бывает, что за вечер они перекинутся всего несколькими фразами. Когда муж приходит домой, Зарема старается поменьше бывать рядом. Ставит на стол тарелку с ужином и уходит в комнату сына. “Нам не о чем с ним говорить”, - так она объясняет нежелание общаться с мужем. - Ему совершенно неинтересны мои проблемы, а мне неинтересны его дела. Да и сам он мне уже неинтересен. Раньше я пыталась его расспрашивать, но что он может мне рассказать?! Что получил двадцать коробок с товаром и развез их по адресам?..”

До знакомства с Николаем у Заремы было два любовника, и с обоими она была оргазмичной. За Николая она вышла “от безысходности”. Как она сама невесело говорит: “Больше желающих жениться на мне не нашлось”. Ей было 28 лет, и она боялась остаться одинокой.

Из письма в газету: “Он был козел, а я - дура”.

NN

Но много ли счастья от такой семейной жизни? Разве сейчас Зарема не одинока? И дело ведь не в том, что муж не принимает душ перед сном. Если бы Зарема любила мужа, - она бы иначе относилась к этому недостатку.

Многие влюбленные женщины говорят, что даже запах пота любимого приятен. Любящая женщина изобретательна. Чтобы “приучить” мужчину к гигиене, она бы придумала какую-нибудь эротическую игру и затащила его под душ.

А Зарема ничего не хочет от мужа - ни секса, ни общения, ни его присутствия.

- Мой муж недавно вернулся из Америки и учит меня заниматься “safe sex”.

- Это как?

- Очень просто: муж спит в одной комнате, а я в другой. В том, что это безопасно, он меня уже убедил, теперь пытается убедить, что это секс.

Анекдот

Уже почти решившись на развод, Зарема пришла ко мне проконсультироваться - стала ли она фригидной. Однако, как и многие женщины, она ошибалась. С возбудимостью у нее все в порядке.

У Заремы так называемая вторичная аноргазмия. Это означает, что раньше она была оргазмичной, а теперь утратила способность испытывать оргазм. Причина этого ясна - ее негативное отношение к мужу.

Отрицательное отношение к сексу существует только в рамках данного партнерского союза - то есть, именно к этому сексуальному партнеру женщина испытывает неприязнь и именно с ним секс вызывает у нее отрицательные эмоции. Если она расстанется с мужчиной, который ей неприятен, и полюбит другого, то изменится и ее отношение к сексу.

С кем ляжешь, с тем и выспишься.

Д.Е.

Зина пришла ко мне с типичными жалобами - отсутствие полового удовлетворения. Оказалось, что помимо этого, существует психологическая несовместимость с мужем.

До свадьбы, по мнению Зины, тот был другим. Но когда я попросила уточнить, в чем так сильно изменился Виталий, она после паузы ответила: “Да он и раньше был такой же. Нетерпеливый и бесцеремонный. Наглый, как танк. И чего я с ним столько лет мучаюсь?!..”

Задав сама себе этот риторический вопрос, Зина прошла обследование. Выяснилось, что у нее нормальная клиторная возбудимость. Я предложила привести мужа, чтобы обучить его стимуляции, но тот наотрез отказался, мотивировав тем, что, что у него “с прибором все в порядке и даже более того”, поэтому ему ни к чему ходить к психиатру.

Некоторое время я не видела мою пациентку. Примерно через год она пришла уже в ином настроении. И выглядела совсем по-другому. С мужем она рассталась (детей у них не было), теперь у нее есть близкий человек. Решаясь на близость с ним, Зина уже знала, что не

фригидна, знала и то, как нужно ее стимулировать, да и сам любовник оказался опытным. Так что у них полная гармония.

Сколько я ни вникаю в дела под луною:

Наслаждение - все, остальное - ничто.

Омар Хайям

В этом случае у пациентки была так называемая первичная аноргазмия, что означает, что женщина раньше никогда не испытывала оргазма. Вторичная аноргазмия означает, что женщина раньше была оргазмичной, а теперь нет, например, она живет с нелюбимым мужем, или подверглась изнасилованию, или у нее невроз, или масса других причин, по которым женщина может утратить способность переживать оргазм. Но это не навечно! Такой женщине психиатр-сексопатолог может помочь, и она станет оргазмичной.

По данным З.В.Рожановской и А.М.Свядоща, из обследованных ими женщин, регулярно живших половой жизнью не менее 3 лет, 24% испытывали оргазм при каждой или почти каждой половой близости, часто - 31%, изредка - 27,4% , никогда не испытывали оргазма - 17%.

Не только наши соотечественницы страдают от половой неудовлетворенности. “Дремучие” партнеры бывают и в западных странах.

Муж- жене:

- Дорогая, ты можешь сказать, когда у тебя бывает оргазм?

- Не звонить же мне по этому поводу тебе на работу!

Анекдот

Американский ученый А.Кинси с помощью анкетирования установил, что 17% женщин, живущих половой жизнью не менее 5 лет, не испытывали оргазма, а общая распространенность аноргазмии среди американских женщин составляет 30%. Французский гинеколог Мишель-Вульфрума обнаружил, что 40% его соотечественниц неоргазмичны.

Австрийский врач Штурх, обследовав 1500 женщин, выявил, что одна треть из них никогда не испытывала полового удовлетворения. Такие же цифры среди опрошенных ею женщин в Польше получила Х.Малевска. 44% из 2000 пациенток доктора С.Шнабла тоже никогда не переживали оргазма.

Жена мужу:

- Дорогой, я хочу заняться сексом во время чистки картошки.

Муж, представив, как обнаженная жена склонилась над раковиной, пришел в восторг.

Жена:

- Но с одним условием: картошку чистишь ты.

Анекдот

Истинная распространенность оргазмических нарушений неизвестна. Данные статистики основаны на обследовании женщин, которые по собственной инициативе обращаются к сексопатологам. Однако многие женщины смиряются с существующим положением вещей и не обращаются к врачам.

Те результаты, которые получены при массовых опросах, тоже недостаточно информативны, поскольку чувственность женщины в разные возрастные периоды различна. Одно дело, когда это неопытная 18-летняя девушка, которая живет половой жизнью с таким же неопытным юношей, и из-за его неумения не испытывает оргазма, и другое дело, когда речь идет о зрелой женщине, имеющей немалый “стаж” половой жизни и сексуальный опыт с разными партнерами. Есть женщины, которые всю жизнь имели интимные отношения лишь с одним мужчиной, и женщины, у которых было множество любовных романов, и есть возможность сравнивать половые способности своих партнеров.

“Почему моему мужу на раскачку нужно полчаса, а случайному мужчине на курорте - всего пару минут?”

Д.Е.

В первом случае, если женщина никогда не испытывала оргазма, то это может характеризовать не ее собственную сексуальность, а недостатки ее сексуального партнера, а если оргазм не испытывает женщина, имевшего много любовников, то это может свидетельствовать о ее собственных проблемах. А может быть, ей попадались только плохие сексуальные партнеры?..

Бывают ли фригидные женщины?

Женщина может годами жить без сексуальных удовольствий, не теряя человеческого достоинства, но не может и недели прожить без надежды на них.

Э. Тополь

На западе многие женщины не удовлетворены своими оргазмами (!), потому что они возникают только при клиторных ласках.

Подумать только! - скажут наши соотечественницы. - Иностранки не удовлетворены своими оргазмами! Спасибо и на том, что они их испытывают!

И в этом состоит печальная правда жизни. Тысячи женщин приходят к сексопатологам с жалобами, что не испытывают оргазма. Будучи во власти стойко укоренившегося мифа, многие из них на вопрос, что привело их к врачу, со вздохом заявляют: “Я фригидна...”

Порой, при всем моем уважении к великому Фрейду, я готова присоединиться к мнению Сюзен Бейкос и высказать неодобрение в его адрес за то, что с его легкой руки мужчины подхватили эти термины-ярлыки и внушили ни в чем не повинным женщинам чувство сексуальной вины.

Ничуть не сомневаюсь, что пропагандировали идею именно мужчины. Не злонамеренно, конечно. Скорее всего, они тоже заблуждались, к тому же над ними довлел авторитет “отца психоанализа”.

- Привет! Как живешь?

- Да все так же, все с той же и все реже.

Анекдот

Однако, надо признать, такая позиция весьма удобна для представителей сильного пола. По сути, это снимает с мужчины всякую ответственность за сексуальную дисгармонию: если у него более-менее приличная потенция, и он способен на половой акт “в пределах нормы”, что означает 3-4 минуты вагинальных фрикций (и всего-то! - скажут многие женщины), а у партнерши не было оргазма, - то, следовательно, это ее проблема - она фригидна, вот пусть и лечится.

Настоящий мужчина в постели занимается настоящим мужским делом: смотрит по телевизору футбольный матч и пьет пиво.

Д.Е.

Именно такой установки придерживаются множество супружеских пар, у которых диагностирована сексуальная дисгармония (это означает, что хотя бы один из супругов не удовлетворен интимной жизнью).

Как обычно бывает? Приходит на прием супружеская чета. Первая фраза мужа: “Моя жена фригидна”. Супруга понуро опускает голову в знак согласия или смотрит на врача взглядом несчастного ребенка. Она уже столько раз слышала эти слова от своего благоверного... На эту фразу у нее уже идиосинкразия. Но она вынуждена смириться, поскольку “любящий” супруг с завидным упорством вдабливает ей в голову, что она “сексуально холодная, фригидная, как деревяшка, как чурка бесчувственная, как мертвая англичанка” и так далее. И она это признает. А что ей еще остается делать?! Ведь в фильмах показывают постельные сцены, где героини не только страстно дышат и закрывают от наслаждения глаза, но и издают бурные крики восторгов и сотрясаются в экстазе. Муж смотрит эротические сцены и думает, что именно так должна себя вести “нормальная” женщина. А его жене в постели с ним скучно,

хочется, чтобы все побыстрее закончилось, хочется спать (в прямом смысле). Другие женщины, как полагает супруга, которую муж заклеил словом “фригидна”, - “заводятся с полуоборота” (и это тоже почерпнуто из кинофильмов или из дежурных баек приятелей супруга), а ей никогда не хочется.

“Пожалела его и дала - пусть порадует, урвав хоть кусочек счастья...”

Д.Е.

И вот недовольный вечными отказами супруг выносит приговор: “Ты фригидна!” и пара приходит к сексопатологу лечиться.

Из всего вышесказанного правильно лишь одно - то, что супруги пришли к сексопатологу. Уже с первого взгляда на мужа я обычно могу с достаточной степенью вероятности утверждать, что его жена не фригидна, а лечить придется именно его (точнее, обоих), причем, мне придется долго переубеждать супруга, преодолевая его упорное сопротивление (ах, мэтр Фрейд, как трудно искоренимы последствия ваших выводов!.. Нет ничего живучее ложных предубеждений!..).

Познакомились парень с девушкой. Он ей говорит:

- Ну чего, может, поедem ко мне?

- Ты можешь считать меня несременной, но у меня такие принципы: Я решила оставаться девственной, пока не буду уверена, что люблю того мужчину, который рядом со мной.

- Да-а... Тяжеловато, наверное, с такими принципами...

- Да в общем-то нет. Вот муж, тот психует.

Анекдот

При обследовании обычно выясняется, что у женщины возбудим клитор и слабо возбудимо или невозбудимо влагалище. Это означает, что она не фригидна и способна испытать оргазм, но при условии адекватной (правильной) стимуляции клитора.

Мужчины, запомните, если женщина способна достигать оргазма любым способом, в том числе при мастурбации или при стимуляции клитора партнером, - то она не фригидна!

Равнодушие к сексу

“С мужем секс так и не распробовала и только после развода поняла, с чем его едят”.

Д.Е.

Одна из причин равнодушия женщины к сексу - неправильное половое воспитание в детском и подростковом возрасте.

В семейной педагогике традиционно принята такая схема: мальчики получают мужское воспитание - им внушают, что настоящий мужчина должен быть агрессивен, напорист, сдержан в проявлении чувств, а девочек воспитывают подчеркнуто по-женски. Четкое разделение: секс для мальчиков, любовь - для девочек.

Воспитанная в такой системе ценностей, когда родители постоянно пресекают и подавляют естественный эротизм, по происшествии лет девушка все еще остается романтической, мечтательной и пассивной.

Если родители внушают дочери-девственнице страх перед “бесчестьем”, то это оказывает тормозящее влияние на ее сексуальность. Либидо не развивается до своей завершающей, сексуальной стадии и задерживается на платонической или эротической стадии.

“Она не соглашалась стать моей любовницей, за исключением нескольких случаев стихийного желания”.

Д.Е.

Такие девушки боятся мужчин, не имеют навыков общения с противоположным полом, не умеют кокетничать. Они “застывают” на платонической стадии отношений - никаких прикосновений, все только на расстоянии. Прогулки, лирические разговоры, признания в

любви, - продвинуться дальше этого им трудно. Но разве современного юношу или молодого мужчину с нормальной сексуальностью устроят такие отношения?! Однако любая попытка эротических действий (объятия, поцелуи) поклонника приводит девушку в ужас. Из-за этого некоторые полностью отказываются от общения с противоположным полом.

Старая дева имела привычку заглядывать под кровать, чтобы проверить, не спрятался ли там мужчина.

Через некоторое время она купила еще одну кровать, чтобы ее шансы удвоились.

Анекдот

Почему девушка становится “старой девой” (имеется ввиду не незамужняя женщина, а именно перезрелая девственница)? Потому что ее либидо “застряло” на платонической стадии (отсюда романтические грезы, далекие от реальных отношений между мужчиной и женщиной), соответственно, - снижено или отсутствует половое влечение. У нее даже нет естественного интереса к интимной стороне взаимоотношений полов - то есть, лично ее секс не интересует.

“Старая дева” может живо интересоваться подробностями интимной жизни других людей, но однобоко, - все, что ей самой недоступно, ею порицается. Самые фанатичные ханжи - это люди с подавленной сексуальностью.

Поскребите моралиста и обнаружите грешника.

Д.Е.

Аня имеет на работе репутацию “дамы строгих правил” и “железной начальницы”. Она терпеть не может “аморальных связей”, и если между сотрудниками намечается небольшой служебный романчик, Анна Павловна вызывает виновников “на ковер” и может так припечатать, заклеить и отчитать, что они потом и смотреть друг на друга не хотят.

Она никогда не была замужем, и это по ней сразу видно. Как говорил Гоша, герой Алексея Баталова в фильме “Москва слезам не верит”, у нее “взгляд незамужней женщины”. Но если

у незамужней женщины взгляд на мужчин обычно оценивающий или “ищущий”, то у Ани в ее обычной жизни и взгляд, и внешность типичной ханжи и “старой девы” - жесткий, осуждающий, недоброжелательный, без намека на кокетство и заинтересованность. Недаром на работе ее прозвали “синим чулком”. Она уже никого не ищет и не надеется. Закрылась, спрятала свою неуверенность за мнимой суровостью, нахмурила брови, - какой смельчак отважится к ней подойти?! Но даже если кто-то и рискнет, - она испепелит взглядом, обольет презрением и скажет что-нибудь этакое, что у мужчины напрочь пропадет желание поухаживать.

Старая дева в ресторане истошно орет:

- Я не буду обедать в заведении, где разгул порнографии!

- Что такое, мадам? - подбегает метрдотель.

- В моем супе трахаются две мухи!

Анекдот

Отсутствие полового влечения называется алибидемией. Ее могут вызвать различные психические расстройства, эндокринные нарушения, интоксикация наркотиками, снотворными, нейролептиками, транквилизаторами, поражение определенных участков мозга (гипоталамуса) из-за травм, инфекций или интоксикаций.

Лора обратилась с жалобами на отсутствие интереса к сексу. Раньше ее не волновали ни секс, ни мужчины, однако в возрасте 43 лет она впервые в жизни влюбилась, причем, ее возлюбленный значительно моложе ее, он в самом расцвете мужской сексуальности.

В молодости Лора пользовалась вниманием мужчин, привлекая их своим независимым характером, свободным высказыванием своего мнения и умением его отстоять, хотя и не была красивой. По характеру она волевая, решительная, упорная, целеустремленная, бескомпромиссная. Никогда не боялась ответственности; работая в мужском коллективе, могла самостоятельно принять решение, даже если с этим был не согласен ее

непосредственный руководитель.

Половой жизнью живет с 18 лет. Ухаживания ей нравились, но к сексу была абсолютно равнодушна. Если поклонник настаивал, она соглашалась, но в постели была пассивна и холодна. Поэтому мужчины вначале ею увлекались, но быстро остывали и бросали ее. Лора не горевала - мужчины, как и секс, ничего в ее жизни не значили. Тем не менее, на место бывшего всегда находился новый поклонник. Она всегда была окружена мужчинами и предпочитала мужские компании.

С одним из своих поклонников, который ограничивался романтическими ухаживаниями, дарил ей подарки, читал стихи, смотрел на нее с благоговением и не проявлял никакой инициативы по форсированию отношений, она встречалась дольше всех. Но однажды приятельница, которая была знакома с его сестрой, рассказала, что ее поклонник повесил в своей комнате увеличенную Лорину фотографию и мастурбирует перед ней. Содрогаюсь от омерзения, Лора сразу же прогнала его.

Следующему поклоннику она решительно поставила условие, что “никакого интима” между ними не будет. Тот не отнесся к ее словам серьезно, расценив это как кокетство. После нескольких свиданий поклонник попытался ее обнять, но получил увесистую пощечину. Лора рассердилась не на шутку. Он сразу понял, что она не “ломается”, а в самом деле разгневана. Вначале он так оторопел, что не смог найти подходящих слов, а потом обозвал ее “синим чулком” и “деревяшкой”, заявив, что для 25-летней женщины, которой уже давно пора иметь семью и детей, Лора ведет себя нелепо. “Теперь понятно, почему тебя замуж никто не берет, такую чурку холодную”, - сказал он ей на прощание.

- Что общего между женщиной и бревном?

- В постели - очень много общего. В обычной жизни - ничего.

- А что общего между мужчиной и бревном?

- И то, и другое пилят.

Анекдот

После этого она долго ни с кем не встречалась, разочаровавшись в мужчинах, потом вышла замуж за вдовца, который был старше ее на 27 лет. Мужа не любила, согласилась на брак, уступив уговорам матери, которая постоянно твердила ей, что она “засиделась в девках”, ей давно пора замуж, а то со своим строптивым характером она останется “старой девой”.

Старая, но не дева.

Д.Е.

Лора надеялась, что пожилой муж не будет “докучать” ей интимными отношениями. Но ошиблась. Муж оказался вполне потентным. До брака у них было всего 2 сексуальных контакта, оба раза он много выпил, поэтому потерпел фиаско. Именно это обстоятельство дало основание Лоре предполагать, что будущий муж импотент. В таком качестве он ее вполне устраивал. Узнав о своей беременности, Лора полностью отказалась от интимной близости с мужем, сказав, что свою социальную роль она уже выполнила. После одной из ссор он сказал ей, что она фригидна, и вскоре они разошлись.

Фригидными женщины не становятся, а рождаются.

Отвращение к сексу

Объявление: “Молодая женщина ищет работу. Интим не предлагать - надоел”.

NN

Отвращение к сексу называется аверсией (от французского “aversion” - отвращение). Одной из причин аверсии является неправильное поведение сексуального партнера - грубость, бестактность, явная демонстрация “похоти” или какие-то личностные качества, которые вызывают неприязнь женщины и нежелание иметь с этим мужчиной интимные отношения.

Таню привел муж Толя, потерявший терпение из-за ее постоянных отказов в близости, и попросил “обследовать, все ли с ней нормально”. После того как сердитый супруг немного успокоился, выяснилось следующее.

Толя - мужчина с большим сексуальным опытом. Таня младше его на семь лет, была влюблена в него еще со школы, а красавец-Толя долгие годы не обращал на нее внимания, предпочитая девушек поярче и постарше. И все же Таня стала его любовницей, постепенно вытеснив всех остальных подружек любвеобильного Толи. Вскоре она забеременела, но долгое время скрывала это от возлюбленного, боясь, что тот будет настаивать на аборте, а она хотела ребенка, а еще больше хотела замуж. Поэтому Таня ждала срока, когда прерывание беременности станет невозможным.

Влюбилась до потери сознания, трусов и невинности.

Д.Е.

Трудно сказать, как сложились бы их отношения, скажи она ему правду сразу. Может быть, Толя поступил бы как порядочный мужчина, а может быть, опасения Тани сбылись бы. Скорее, второе. Узнав, что через три месяца ему предстоит стать отцом, Толя пришел в бешенство, орал и обвинял Таню, что она решила его “женить”. Его реакция Таню потрясла, и она решила, что от такого человека ребенка иметь не стоит. Вдребезги разругавшись, бывшие влюбленные расстались.

“Он разорвал на мне юбку и трусы, а потом лишил чести. Пусть заплатит 1000 рублей за испорченную одежду. Свою честь я ему прощаю, потому что за нее он никогда не расплатится”.

NN

Танину любовь “сразу как отрезало”. Она настолько разочаровалась в Толе, что ей даже не было больно из-за их разрыва. “Хорошо, что я узнала его сейчас, а не после свадьбы”, - сказала она себе и решила прервать беременность. Но районный гинеколог отговорила ее, да

и мать Тани была категорически против. “ На таком сроке это уже убийство. Рожай.”, - твердо сказала она дочери. В тайне от Татьяны она сходила к родителям Толи (они жили в одном дворе и давно знали друг друга), те “воздействовали” на сына, и через месяц тот в белой рубашке и с букетом роз явился просить прощения и заодно “руки и сердца” Тани.

Вскоре они поженились. Внешне все было более-менее, но обида у Тани осталась. Она вообще по характеру очень обидчива и злопамятна. Да дело не только в ее характере. Такое поведение мужчины - будущего отца ребенка, - вряд ли простила бы любая уважающая себя женщина. Таня согласилась на брак лишь ради того, чтобы у ребенка был отец, но теплых чувств к самому отцу будущего ребенка она уже не питала.

Нет ничего удивительного, что отношение Тани сказалось на их интимной жизни и на ее ощущениях. Муж возмущался: “А чего ей надо?! Я же женился! Не пью, не обижаю, люблю жену и сына, а от нее ласкового слова не добьешься. А если обниму, - она как дикая кошка. Даже кусается иногда и царапается. Она точно ненормальная.” Нет, Таня не ненормальная.

Обида, потеря уважения к партнеру - вполне весомая причина для того, чтобы женщина не хотела с ним близости. Разочаровавшись в мужчине, женщина теряет к нему сексуальный интерес. Однако редкий муж смирится с таким положением вещей и настаивает. Жена отказывает. Ссоры, скандалы. Доходит до того, что жена начинает ненавидеть мужа, а секс ассоциируется у нее с ненавистным мужем и вызывает отвращение.

Один приятель жалуется другому:

- Знаешь, мне так не повезло... На днях задержался у любовницы, машину аж за квартал от дома оставил, чтобы жену не разбудить, заранее ключи от квартиры достал, чтобы на площадке ими не греметь. Тихонечко дверь открыл, на цыпочках прокрался в спальню, уже почти лег, да эта чертова кровать скрипнула и жена проснулась. Вот уж дала она мне просратья...

- Ну и дурак, - усмехается второй. - Не так надо было. Вот я, если дома но ночевал

или задержался допоздна, - с ревом подъезжаю к самому подъезду, мотор не глушу, ключами гремлю, а потом пинком дверь открываю и ногой же закрываю. Долго плещусь в ванной, потом захожу в спальню и говорю:

- Ну что, займемся любовью?

- А она?..

- А она молчит, спящей прикидывается.

Анекдот

Нина призналась мне, что испытывает отвращение и к сексу, и к мужу. Нет ничего удивительного. Они совершенно разные во всех отношениях. Нина из интеллигентной семьи, заканчивает университет, а Леонид - совершенно необразованный, к тому же туповатый, упрямый и ограниченный человек. Со словарным запасом у него, мягко говоря, бедновато. Во время наших бесед, войдя в раж от того, что его слушают, он порой забывался и переходил на ненормативную лексику, от чего Нина вздрагивала, краснела и смотрела на меня виноватыми глазами.

По его мнению, она просто слишком поздно начала жить половой жизнью, “засиделась в девственницах”, потому и проблемы.

Тем, что ему досталась жена-девственница, Леонид, как и многие мужчины, очень гордился. Почему-то он считал непорочность невесты чуть ли не собственной заслугой. Послушать его, так получалось, что Нина берегла свою девственность именно для него, потому что он обладает несомненными достоинствами. “Каждый мужик заслуживает свою бабу, - с очень уверенным и важным видом заявил он мне. - Нинка, видать, меня ждала, раз другим “не дала”. Как знала, что ей попадет стоящий мужик” (цитирую дословно).

“Не помню как под ним оказалась...”

Д.Е.

С трудом, но все же мне удалось его переубедить, и он согласился на секстерапию, хотя и

считал, что ему этого не надо. “У меня и так “стоит”, - заявил он, не особенно церемонясь в выборе выражений. - Но раз Нинке это надо, ладно, пусть будет по ее”.

Нина выглядела все более подавленной и все больше разочаровывалась в муже. Он был не только примитивным молодым человеком, но весьма хвастливым и болтливым. Много разной чепухи пришлось мне выслушать от своего собеседника, когда он бахвалился своими мнимыми достижениями и выдающимися способностями. Ну какие могут быть способности у человека, имеющего незаконченное среднее образование, а попросту ПТУ?! Его “способностей” не хватило даже для того, чтобы закончить среднюю школу. Однако, со слов самого Леонида, ему всегда все завидовали, “подсигивали” и недооценивали его заслуги. Безусловно, в кабинете психиатра любой пациент может говорить сколько угодно и все, что ему угодно, поскольку психиатр - профессиональный слушатель. Из монолога пациента врач не только получает информацию, но и составляет представление о его личности. Но надо признать, слушать Леонида было совершенно неинтересно. Он говорил только о себе, причем, с явной переоценкой своих способностей и возможностей. Ему нужна была аудитория, и в моем лице он нашел ее. Уже с первой встречи мне было ясно, что у него истерическая аномалия личности.

Жить с таким мужем - сущая пытка. Даже женщины-истерички - “не подарок”, но истерические черты у мужа - это “не подарок” втройне.

Тем не менее, курс секстерапии мы довели до конца. Старалась я больше ради Нины, чтобы в будущем у нее не было комплексов в отношении своих сексуальных способностей, чтобы отвращение к сексу не приобрело стойкой формы.

Я несколько не удивилась, когда спустя полгода Нина пришла ко мне одна и сказала, что подала заявление на развод.

Отвращение к сексу бывает у некоторых женщин, которых с детства воспитывали в чрезвычайной строгости и прививали им негативное отношение к сексу как чему-то

“низменному”, “грязному”, “постыдному”, почти “скотству”. Такое неправильное половое воспитание бывает в неполных семьях, где мать рано лишилась мужа или родители разошлись, и мать не выходила замуж повторно, избегая мужчин (и секса, конечно) и прививая собственное негативное отношение своей дочери.

В религиозных семьях детям внушают, что секс - это “грех”. Аскетическое воспитание с презрительным отношением ко всему “плотскому” бывает у членов некоторых сект. Воспитанные на таких принципах девочки и девушки, повзрослев, не в силах изменить своего отношения.

Пришел мужик к сексопатологу:

- Доктор, у меня жена холодная, как ледышка, совсем не хочет.

- Есть у меня таблетки, экспериментальная партия. Бросьте ей в кофе одну, но только одну таблетку.

Прибежал счастливый мужик домой, дождался, когда пришло время пить кофе и хотел бросить жене одну таблетку, но нечаянно выронил две. Выловил одну и (не пропадать же добру!) проглотил сам.

Через пять минут глаза жены округлились и, неровно дыша, она проговорила:

- Хочу мужика!!!

Вдруг глаза мужика округлились и он промолвил:

- Я тоже!!!

Анекдот

Отвращение к сексу формируется и у девочек, живущих с пьющей матерью, ведущие распущенный образ жизни и совершающей половой акт со случайными партнерами на глазах у своей дочери. Став взрослой, та не может избавиться от воспоминаний детства и относится к интимной жизни не как к естественному слиянию двух любящих людей, а как к чему-то отвратительному, удовлетворяющему низменные потребности.

Если такая женщина встретит в своей жизни достойного человека, то может освободиться от своего неверного убеждения. В противном случае ей уготовано одиночество.

В купе поезда старая дева и молодой человек. Она забилась в угол и трясется от страха: “Сейчас он меня изнасилует!” А молодой читает журнал “Крокодил” и удивляется - чего она боится?

- Мадам, вы чем-то обеспокоены? Хотите, я покажу вам свой “Крокодил”?

- Только посмейте расстегнуть брюки, негодяй, и я буду кричать!

Анекдот

Отвращение к сексу бывает при многих других вариантах неправильного воспитания в детстве, а также в случаях растления, физического или сексуального насилия над девочкой в детском или подростковом возрасте.

При всем моем уважении к В. Набокову, я не могу читать “Лолиту”, главный герой которой страдает педофилией. Сколько же несчастных Лолит страдает от извращенной чувственности стареющих мужчин!

Марина обратилась с жалобами на пониженное настроение, отсутствие интереса к жизни и чувство безысходности.

Ее мать - бывшая актриса. После развода с отцом Марины она стала пить, приводила домой своих собутыльников, потом вышла замуж. Марине тогда было 12 лет. Отчим с самого начала стал оказывать ей знаки внимания - приносил конфеты, трепал по щечке, слегка щипал или похлопывал по плечу, гладил по голове. Лишенная материнской ласки девочка считала его самым близким человеком после матери.

Однажды, когда матери не было дома, Марина принимала ванну, к ней вошел отчим, якобы помыть руки. Присев на край ванны, он грустно сказал: “Опять мама нас с тобой бросила и загуляла, бедные мы, бедные...” От этих слов Марина разрыдалась. Девочка

очень страдала от пьянства матери, ей было стыдно перед ребятами из их двора и одноклассниками. Отчим, обняв ее, принялся утешать, потом завернул девочку в махровую простыню, перенес на постель и прилег рядом. Когда он начал поглаживать ее, просунув руку под одеяло, она вздрогнула и отпрянула, но он так ласково и спокойно с нею говорил, что она боялась его оттолкнуть.

Девочка почти не сопротивлялась, когда отчим овладел ею, хотя ей было очень страшно, стыдно и противно. После этого она убежала в ванную и долго плакала, а когда она вышла, отчим сказал, что ничего плохого не произошло, все это естественно, она “хоть и маленькая, а женщина”, а он мужчина, ее мамы постоянно нет дома, а Марина так напоминает ему маму... и так далее.

Мать пришла домой поздно и пьяной. Девочка не смогла ей рассказать о случившемся. На следующий день матери опять не было дома. В этот раз Марина отчаянно сопротивлялась, царапалась, плакала, просила оставить ее в покое. Отчим вначале пытался ее уговаривать, потом овладел силой. Позже он строго сказал, чтобы она не вздумала рассказать матери; в противном случае он отправит ее на принудительное лечение от алкоголизма, удочерит Марину, и они все равно будут жить вместе.

Так повторялось каждый раз, когда матери не было дома или когда та спала, будучи пьяной. Иногда отчим проводил с Мариной всю ночь. Девочка стала подавленной, рассеянной, ходила с опущенной головой, прятала глаза, избегала подруг. Ей казалось, что все догадываются, что с нею проделывает отчим почти каждую ночь. По ночам она долго не могла уснуть, в ужасе ожидая, что сейчас скрипнет дверь, и опять войдет отчим. После его ухода долго плакала, не могла заснуть, постоянно не высыпалась, утром вставала вялой, разбитой, по любому пустяку на глазах появлялись слезы. От ее прежней привязанности к нему не осталось и следа. Она не очень понимала, что происходит, но было ощущение чего-то мерзкого, грязного. Ей некому было рассказать о

происходящем; мать совершенно опустилась, пила уже с утра и в течение всего дня. Марина не раз пыталась с нею заговорить, но та смотрела на нее с бессмысленной пьяной улыбкой, и девочка замкнулась в себе, сознавая, что мать не способна ни понять, ни помочь, а скорее всего, опять раскричится.

Отчим не скрывал, что терпит поведение матери только из-за Марины, а если она будет сопротивляться или кому-то расскажет, то он их бросит, им не на что будет жить, мать заберут в больницу, а Марину отдадут в детский дом.

Как-то ночью мать проснулась и не обнаружив отчима в спальне, прошлась по квартире, затем вошла в комнату Марины и включила свет. Реакция ее была ужасной. Она визжала, таскала Марину за волосы, била по лицу, оскорбляла. Почему-то ее возмутило не поведение мужа, пятидесятилетнего развратника, а поведение дочери-подростка. В конце концов она вышвырнула полуодетую плачущую Марину из квартиры, следом выбросила первые попавшиеся под руку вещи, прокричав, что больше видеть ее не желает.

С тех пор она боялась всех мужчин, никому не доверяла, от мальчиков, а потом от мужчин шарахалась. Если к ней обращались мужчины, знакомые или незнакомые, внутренне вся сжималась, отвечала односложно и старалась побыстрее уйти.

Девочки, подвергшиеся насилию или растлению в детском или подростковом возрасте, впоследствии воспринимают всех мужчин как враждебных, и этот страх не могут преодолеть. Помимо отвращения к сексу, могут быть неврозы, депрессия и другие психические нарушения.

8 марта муж встал пораньше, приготовил жене и детям завтрак, прибрал квартиру, обегал все магазины, отстоял десятки очередей, приготовил ужин и, упав вечером в кровать, совершенно обессиленный и вымотанный, с тоской думает:

- Неужели меня сейчас еще и трахать будут?

Анекдот

Лена обратилась с жалобами на постоянное чувство усталости, равнодушия, пониженное настроение и отвращение к сексу. Из-за этого у нее с мужем частые скандалы, дело идет к разводу.

Оказалось, что в 13-летнем возрасте, стоя в толпе у витрины в магазине, Лена почувствовала, как чья-то рука залезла ей под юбку в трусики и больно стиснула половые органы. Девочка оцепенела от ужаса и замерла, не в силах ни пошевелиться, ни закричать, ни что-то предпринять - хотя бы оттолкнуть руку растлителя.

Впоследствии она постаралась обо всем забыть и довольно успешно вытеснила этот эпизод из памяти. Но на уровне подсознания ее ощущение ужаса, страха и собственной беспомощности сохранилось, что и явилось причиной депрессии и отвращения к сексу.

Циничность, грубость или извращенность мужчины, игнорирование им женской стыдливости тормозят оргазм партнерши, формируют у нее отвращение к интимной жизни, вплоть до полного отказа от секса.

Отвращение к сексу нередко означает отвращение к партнеру - или к теперешнему, или к одному из “бывших”.

Разочарование первой ночи

Самая удачная часть брака - до первой брачной ночи.

Д.Е.

Пробуждение чувственности женщины зависит от такта, чуткости и нежности мужчины. Торопливый, грубый, невнимательный партнер не разбудит ее чувственности, а это, в конце концов, может привести к отвращению к сексу.

Для юной девушки половой акт бывает болезненным - она не испытывает сексуального возбуждения, поэтому железы преддверия влагалища не выделяют смазку, облегчающую

скольжение полового члена, возникает трение, и ей больно.

Может сформироваться и такое сексуальное нарушение как вагинизм - непроизвольное сокращение мышц наружной трети влагалища, которое препятствует введению полового члена и как бы охраняет женщину от возможной боли.

К тому же, если половой акт происходит в неподходящих местах, то партнеры не могут провести необходимые гигиенические процедуры; впоследствии развиваются воспалительные процессы в половых органах. В конечном итоге девушка ничего, кроме боли, не испытывает. Все это формирует отрицательное отношение к сексу.

- Знаешь, я люблю заниматься сексом с женой, когда она в противогозде.

- ?!

- Во-первых, я не вижу ее рожи, во-вторых, не слышу, как она храпит, а в третьих, если шланг немного пережать, она хоть чуть-чуть шевелится.

Анекдот

Леониду 23 года, Нине 20 лет, поженились месяц назад. До свадьбы были знакомы всего два месяца. Нина воспитана родителями в строгих правилах и потеряла девственность лишь в первую брачную ночь. На свадьбе она почти не пила, лишь пригубила бокал шампанского, а новоиспеченный супруг прилично выпил. Нина терпеть не может пьяных, в их семье никто не пьет, и пьяный Леонид был ей противен. Во время дефлорации он сопел и дышал на нее парами алкоголя, а она отворачивалась, чтобы не чувствовать запаха спиртного. Шея у нее затекла и потом долго болела.

С первого раза Леониду не удалось дефлорировать жену. (У некоторых девушек девственная плева очень растяжима). Нине было больно и противно, и она даже подумывала, а не налить ли мужу еще бокал шампанского, которое его заботливые приятели поставили на тумбочку у изголовья кровати. Нина надеялась, что тогда Леонид уснет и оставит ее в покое. Но новоиспеченный супруг не прекратил попыток и терзал юную супругу почти всю ночь.

Сам он за это время несколько раз эякулировал, но почему-то счел своим долгом непременно добиться своего. Пьяные мужчины и юноши, как известно, упрямы и не поддаются переубеждению. Только под утро ему удалось лишить жену девственности, и Нина, как она сама говорит, “отмучилась”.

Но мучения молодой женщины еще только начались. Так повторялось почти каждую ночь. К концу медового месяца у Нины была молочница, половые органы стали отечными, болели и зудели, и она обратилась к гинекологу нашего медицинского центра. После курса лечения гинеколог направила ее ко мне.

У женщины стойкое негативное отношение к половой жизни. А заодно и к мужу, который требует от нее близости с настойчивостью, достойной лучшего применения. “Ненавижу его, - говорит Нина. - Он - грубая скотина, а не мужчина. Знала бы - вообще бы замуж не вышла.”

В этом отношении молодая женщина неправа - в безбрачии нет ничего хорошего. Однако выходить замуж за первого встречного тоже не следует.

“Я отдалась ему с чистыми помыслами, а он все опошил”.

Д.Е.

Судьба брака во многом зависит от правильного поведения партнера при первом сближении с девушкой. От мужчины требуется особая чуткость и такт, когда он оказывается в постели с девственницей.

Сексуально неудовлетворенная женщина

Женщина становится опасной только в двух случаях: если мужчина ее не удовлетворил и если мужчина ее удовлетворил.

Габриэль Лауб

Наиболее частая жалоба, с которой женщины обращаются к сексопатологам, - это

отсутствие сексуального удовлетворения.

На свете не так много женщин, которые абсолютно неоргазмичны. Все остальные, не испытывающие оргазма, либо не знают, как его достичь, либо не могут достичь с этим партнером.

Одна из причин неудовлетворенности женщины интимной жизнью, - наличие у партнера каких-либо сексуальных дисфункций. Самые частые дисфункции - расстройство эрекции и преждевременная эякуляция.

Приходит мужчина к сексопатологу.

- Доктор, что самое главное в сексе?

- Ну как вам сказать... Тут многое важно. Прежде всего это взаимопонимание, уважение к партнеру... Ну и ласки тоже...

- Нет, доктор, а самое-самое главное?

- Оргазм.

- Так вот, у меня оргазм не стоит.

Анекдот

Нередко бывает так, что у мужа все в порядке в сексуальной сфере, а жена не испытывает оргазма. Почему? Мужчина думает, что она “фригидна”, а жена знает, что способна испытывать оргазм, например, раньше в ее жизни был мужчина, с которым ей было хорошо, но она не может сказать об этом мужу, боясь вызвать его ревность.

Наслаждение доставляет не секс, а любовник.

Мардж Пирси

Первый муж Нонны был пьяницей, с ним она намучилась, но зато в постели у них все было хорошо. Если муж был трезв, то она переживала оргазм по несколько раз за ночь. Он бы не прочь заняться сексом и будучи пьян, но Нонна ненавидела его в этом состоянии. Как только она видела его бессмысленную пьяную улыбку и застывшие глаза, которые

становились светло-серыми и пустыми (она говорила: “Как у акулы”), она “зверела”. Бывало, что кидалась на пьяного мужа и с ножом, и с любым подвернувшимся под руку предметом.

Пять лет она с ним промучилась, пыталась уговорить лечиться, но тот не хотел. В конце концов Нонна поняла, что пропадет с ним, станет “вконец психованной” или, чего доброго “прибьет” чем-нибудь тяжелым, зарежет и сядет за это в тюрьму.

На приеме у сексопатолога женщина жалуется, что не испытывает оргазма.

- А в какой позе вы занимаетесь сексом? - спрашивает врач.

- Ложимся с мужем на левый бок.

- Попробуйте лечь на правый.

- Нельзя. В этом случае мы лицом к свекры и свекрови окажемся.

Анекдот

Как только подвернулась подходящая кандидатура, Нонна развелась и снова вышла замуж. Поначалу она думала, что ей очень повезло. Второй муж не пьет, старше ее на пятнадцать лет (“солидный дядечка”, - как называет его сама Нонна), материально - “в полном порядке”, к ее сыну относится не хуже родного отца. Все бы хорошо, но...

Если бы Нонна была эротически неразбуженной женщиной, никогда не знавшей оргазма, возможно, такая семейная жизнь ее бы устроила. Но она женщина со зрелой сексуальностью, у которой уже есть свои потребности.

Ее муж - типичный “консерватор” (сексопатологи в таких случаях говорят об узком диапазоне приемлемости) - половой акт только в “супружеской” позиции и никаких отступлений от раз и навсегда утвержденного сценария! “Супружеский долг” муж Нонны исполнял, будто это и в самом деле обязанность - в одно и то же время, в субботу вечером, все проделывал обстоятельно и серьезно, с чувством ответственности. Нонна мне говорила, что у нее “аж скулы сводило” при виде приготовлений мужа к восхождению на брачное ложе.

Почему-то она перед ним робела. Ей казалось, что если она скажет о своих предпочтениях,

то муж сочтет ее “развратной особой”. “Он такой серьезный, - жаловалась она. - Даже дома ведет себя как большой начальник. У меня язык не поворачивается ему признаться, что в постели ничего не чувствую и мне надо по-другому.”

Каждая женщина мечтает много раз, но с одним мужчиной; каждый мужчина мечтает много раз, но с разными женщинами.

NN

Я долго уговаривала ее привести мужа на консультацию. “Что вы, доктор! - в ужасе всплескивала Нонна руками. - Он тут же со мной разведется. Весь такой “правильный”, а его душа будто застегнута на все пуговицы.”

Она частенько вспоминала первого мужа - хоть дрались и скандалили, но в постели ей с ним было хорошо. Однажды Нонна едва удержалась от желания позвонить ему, чтобы договориться о свидании.

Нонне 35 лет, она в самом расцвете женской сексуальности. Любовника завести боялась - в вдруг муж узнает! - поэтому удовлетворяла себя с помощью мастурбации.

Женщина дала объявление в газету: “Молодая женщина познакомится с мужчиной для серьезных отношений”.

Один мужик решил позвонить:

- Что вы понимаете под “серьезными отношениями”?

Она, после небольшой паузы:

- Ну, хотя бы два раза в неделю.

Анекдот

И все же женщина всегда перехитрит мужчину. А уж две женщины - и подавно.

Как-то раз Нонна договорилась с мужем, что тот заедет за ней (по “официальной” версии для мужа она лечилась у меня от “нервов” и “мигрени”), и мне удалось разговорить ее мужа. Потом он частенько заезжал за женой, и мы с ним подолгу беседовали. Нонна делала вид, что

не в курсе, о чем мы говорим.

Вот уже три года, как Нонна не вспоминает первого мужа.

У женщин существуют значительные индивидуальные различия и свои предпочтения определенных видов сексуальной стимуляции, которые вызывают оргазм, интенсивности и продолжительности эротических ласк. Если партнер не умеет или не хочет ласкать ее так, как требуется, то женщина остается неудовлетворенной.

Оргазм может не наступить, если половой акт является для женщины нежелательным, безразличным, вызывает отвращение или происходит с нелюбимым человеком.

Женщина может быть оргазмична с ласковым и нежным партнером, но не испытывает оргазма с мужчиной гипермаскулинного поведения, - то есть чрезмерно подчеркивающим свое “мужское превосходство” и считающим женщин “существами второго сорта”, которые должны занимать подчиненное положение по отношению к мужчине. Иными словами, - это типичный половой эгоист. Даже если у прекрасная потенция, он способен лишь на примитивный половой акт ради собственного удовлетворения.

- Эгоист ты, Вань, совсем меня не бережешь, - укоряет Маня сопящего над ней мужа.

Тот сопит, но молчит

- Ты слышишь, что я говорю?

Сопение и молчание.

- Ну чего ты, Вань! Совсем меня не бережешь.

Тот:

- Па-бе-ре-ги-ись!

Анекдот

Наиболее часто причиной, препятствующей наступлению оргазма у женщины, является наличие отрицательных (психогенных) факторов, вызывающих торможение, - то есть, страх, волнение, опасения, неприязнь к партнеру и прочие.

Есть сравнительно небольшое число женщин, которые чувствуют себя удовлетворенными только после того, как испытали непрерывно следующие один за другим оргазмы - от 10 до 20 раз. Обычно такие многократные оргазмы бывают при стимуляции клитора. Если мужчина не знает о способности партнерши к повторному переживанию оргазма, и после ее первого раза перестает себя сдерживать и эякулирует, то такая женщина остается неудовлетворенной.

Парень - девушке:

- У тебя был когда-нибудь шестидесятисекундный оргазм?

- А как это?

- У тебя есть свободная минутка?

Анекдот

Известны случаи, когда женщина многие годы не испытывала оргазм из опасения беременности, а после желаемой беременности она уже могла испытывать оргазм.

Большинство женщин, которые приходят к сексопатологу с жалобами на отсутствие полового удовлетворения, - не являются сексуально холодными. Многие из них эротически не разбужены. У таких женщин был неудачным их первый сексуальный опыт, да и потом не было хорошего партнера, чтобы “разбудить” ее чувственность.

Некоторые женщины, не удовлетворенные своей сексуальной жизнью, никогда не испытывали оргазма, другие были оргазмичны раньше, с другим партнером, а с теперешним нет, и третья категория женщин переживают оргазм время от времени, но им этого недостаточно.

Жена:

- Ты меня любишь?

- Люблю, - по привычке отвечает муж, не отрываясь от газеты.

- А что ты мне подаришь на день рождения?

- Поставлю на четыре точки да и оттрахаю!

- Фу, как пошло! А если я не дамся?

- Да и черт с тобой. Тогда останешься без подарка.

Анекдот

Факторы, которые оказывают тормозящее действие на наступление оргазма у женщины:

- суровое воспитание в детстве; не любящие свою дочь, неласковые родители;
- жесткое религиозное или аскетическое воспитание;
- отношение к сексу как к греху, чему-то низменному, грязному, порочному;
- изоляция от сверстников в период формирования либидо (в подростковом возрасте), запрет родителей на общение с ровесниками противоположного пола;
- различные страхи, например, страх увлечься сексом, страх потерять контроль над собой, страх быть подавленной партнером (либо конкретно этим мужчиной, либо партнер психологически представляет “всех мужчин”);
- чувство стыда, связанное с сексом (какие-либо действия или события прошлого, которых женщина стыдится);
- пережитое в прошлом растление, изнасилование или соращение;
- неудача первого сексуального опыта (грубое поведение партнера, очень болезненная дефлорация, страх, пережитый во время дефлорации);
- стеснительность, барьер общения, страх перед мужчинами, комплекс неполноценности, уверенность в своей сексуальной непривлекательности или наличии у себя физического недостатка (излишний вес или худоба, небольшая или слишком большая грудь и прочее);
- неприязнь к партнеру; психологическая несовместимость;
- сексуальная непривлекательность партнера;
- неопытность женщины, незнание собственного тела и эрогенных зон, незнание способов достижения оргазма;
- недостаточное возбуждение в процессе полового акта;

- неполадки в нервной и сердечно-сосудистой системе
- некоторые врожденные дефекты и заболевания женской половой сферы;
- болевые сексуальные расстройства (вагинизм, диспареуния);
- неопытность сексуального партнера;
- незнание партнером сексуальной техники;
- сексуальные дисфункции у партнера (импотенция, преждевременная эякуляция);
- половой эгоизм партнера.

Двое в постели.

Он:

- Я кончил.

Она:

- А я еще нет.

- Ну ладно, я пойду покурю на кухне, а ты кончай без меня.

Анекдот

Как видите, факторов, мешающих женщине получать удовольствие от секса, немало. Многие из них выступают не в изолированном виде, а взаимосвязаны. Например, неопытность сексуального партнера или его половой эгоизм приводят к недостаточному сексуальному возбуждению женщины. Суровое, аскетическое воспитание нередко сочетается с формированием негативного отношения к сексу.

Сексуальная неудовлетворенность женщины нередко проявляется в ее эротических фантазиях. Даже в постели с постоянным партнером или наедине с собой, во время мастурбации женщина представляет себе другого мужчину - не обязательно киноактера, известного певца или какого-то конкретного мужчину. Иногда это собирательный образ или тот идеал мужчины, которого женщине хотелось бы видеть рядом с собой. Это помогает ей усилить возбуждение во время полового акта с постоянным партнером.

Надоело заниматься бутербродным сексом!

Д.Е.

Обычно те женщины, у которые никогда не переживали оргазма (первичная аноргазмия), спокойно относятся к этому и не испытывают никаких страданий. Но если женщина ранее была оргазмична, а затем в силу каких-либо причин лишена этого, очень плохо переносят сексуальную неудовлетворенность.

Эротически неразбуженная женщина

Женщина идет домой уставшая, нагруженная сумками. Вдруг ей преграждает путь эксгибиционист. Он распахивает пальто и демонстрирует ей свое хозяйство во всей красе.

Женщина смотрит и думает: “А колбасу-то я купить забыла...”

Анекдот

Романтически настроенные девственницы обычно окружают интимную жизнь аурой чрезмерной экзальтации, навеянной женскими любовными романами не слишком высокого художественного уровня, в которой первый половой акт преподносится как бездна чувств и лавина непередаваемых ощущений.

Однако в жизни все происходит совсем не так, ибо сексуальность женщины расцветает постепенно.

Уже первый сексуальный опыт приносит юной девушке массу разочарований. Где он, это экстаз? Где лавина чувств и непередаваемые ощущения?

Даже те девушки, которые читали специальную литературу и примерно представляют себе, как происходит половой акт, бывают очень разочарованы. “Мало того, что сама “процедура” дефлорации болезненна, да к тому же ужасно противно!” - так говорят многие девушки, лишившись девственности.

Она (робко, с придыханием):

- Тебе хорошо со мной?

Он (громко рывкает):

- Нормально!

Анекдот

Если девушка “без ума” влюблена, то такими “мелочами жизни” она может пренебречь; все, что происходит между нею и любимым, на ее взгляд, просто чудесно. Но потом ослепление влюбленности проходит, а стереотип половых отношений остается.

Даша работала регистратором в районной поликлинике. За ней никто не ухаживал, в поликлинике работали, в основном, женщины. Через пару лет в поликлинику пришел работать массажистом молодой человек, который понравился ей с первого взгляда, - веселый, всегда шутил, называл Дашу “Спящей красавицей” и проходя мимо, трепал ее по щеке или приглашал на сеанс “массажа для всего тела”. Его любимой шуткой, с которой он обращался к Даше, была: “Вам не нужно одеяло во весь рост и на всю ночь?” Даше смущалась и краснела, но его внимание ей нравилось. Она выяснила, что он был женат, разведен, у него было много женщин, и он любитель выпить. Но Дашу это не смутило - она влюбилась. Тот сразу это понял и быстро взялся за дело.

Однажды он зашел в регистратуру и попросил помочь разыскать медицинскую карту больного, которая где-то затерялась. Массажист привел ее в свой кабинет, продел ножку стула в дверную ручку, опрокинул Дашу на кушетку и не раздевая, овладел ею. Все произошло так быстро, что Даша ничего не ощутила.

Неловкость в сексуальных отношениях чаще свидетельствует не о недостатке опыта, а об убожестве фантазии.

Э. Севрус

После полового акта он быстро привел себя в порядок и, хлопнув Дашу по бедру, сказал:

“Вставай, красавица, секс-минутка окончена”, - и быстро выпроводил ее из кабинета. Даша с пылающими щеками вернулась в регистратуру. Ее коллега, пожилая регистраторша, которая видела, как массажист уводил Дашу, сразу все поняла и неодобрительно покачала головой. Даше было стыдно, у нее осталось ощущение, что он ее использовал и бесцеремонно избавился от нее.

Но других поклонников у нее не было. Поэтому когда массажист через несколько дней снова зашел к ней в регистратуру и подмигнув, спросил: “Ну, что, повторим массаж?”, - Даша безропотно пошла за ним. Опять все было быстро и без каких-либо ласк. Но Даша уже знала, что именно так все и будет и на большее не рассчитывала. С тех пор такие “секс-минутки”, как их называл ее любовник, повторялись 2-3 раза в неделю.

Современные молодые люди рано начинают жить половой жизнью. Влюбленной девушке с платоническим либидо вполне достаточно проводить с время со своим избранником; ей нравятся его ухаживания, объятия и поцелуи,; сексуального влечения у нее еще нет.

Юноша, половое созревание которого происходит раньше и организм “бунтует”, требуя половой разрядки, расценивает интимные отношения с девушкой, в которую влюблен, как само собой разумеющееся. Он настойчиво добивается от своей возлюбленной близости, и она вынуждена ему уступить.

Парк. Ночь. Он и она на скамейке:

- Рома, сними очки, ты рвешь мне чулки...

Через несколько минут:

- Рома, надень очки, ты трахаешь скамейку...

Анекдот

Первый половой акт между юными любовниками происходит где-нибудь в неподходящем месте, когда их могут застать, поэтому юноша торопится. Он удовлетворен, так как получил желаемую разрядку, а девушка не испытала ничего, кроме боли и удивления. Она совсем не

так представляла себе секс, наслышавшись об этом от подруг или увидев эротическую сцену в кинофильме.

В дальнейшем все снова повторяется - опять юноше хочется побыстрее получить половую разрядку, а девушка пассивно уступает возлюбленному. Она уже не ощущает боли, как в первый раз, но и оргазма не испытывает.

Чаще всего они занимаются сексом в случайных местах - в “свободной” квартире приятеля, дома, если нет родителей, в комнате общежития, а то и подъезде. В любую минуту кто-то может войти. О какой культуре секса может идти речь в таких случаях!

Девушка с парнем пристроились на подоконники в подъезде. Мимо идет похоронная процессия.

Девушка своему кавалеру:

- Шляпу сними!

Анекдот

Когда мужчина сильно возбужден, семяизвержение может наступить еще до введения полового члена во влагалище женщины. Особенно этим страдают молодые и неопытные мужчины, которые не умеют контролировать эякуляцию.

Настя потеряла девственность в 17 лет. Ее первым мужчиной был сокурсник-одногодок, такой же неопытный, как и она. Оба жили с родителями. Иногда убегали с лекций и ехали домой к Насте или к Борису, когда в квартире никого не было. Он жил с матерью, его родители были в разводе. Настя жила в одной комнате с младшей сестрой, которая могла неожиданно прийти из школы или с прогулки, поэтому чаще ехали к Борису, у которого была своя комната. Но у себя дома он нервничал, так как у его матери был свободный график работы, и она могла неожиданно прийти. Матери Борис побаивался и называл “маман”.

Половой акт, как и у многих молодых людей, проходил второпях, они почти не раздевались и напряженно прислушивались к любому звуку. Если они слышали, что кабина

лифта остановилась на их площадке, то быстро приводили в порядок одежду и буквально отскакивали друг от друга. Борис жаловался, что из-за этого скоро станет импотентом. Однако говоря о том, что “станет импотентом”, Борис явно переоценивал себя, поскольку его сексуальные способности и так были весьма невелики - несколько торопливых фрикций, и у него наступало семяизвержение. А если им приходилось прерывать свои сексуальные занятия из-за шума лифта, то в следующий раз эякуляция у Бориса могла наступить даже до введения полового члена во влагалище или эрекция не наступала вовсе.

Однажды после такого прерванного полового сношения Борис эякулировал на Настины джинсы, и когда она увидела мазок спермы на своей одежде, ее непроизвольно передернуло от отвращения. Естественно, с таким сексуальным партнером и в таких условиях никакого сексуального удовлетворения Настя не испытывала.

Ускоренное семяизвержение - одно из частых сексуальных расстройств современных мужчин. У некоторых оно наступает еще до полового акта, или сразу после введения полового члена, или через 1-2 минуты после начала фрикций. Естественно, такой слабый партнер не в состоянии долго ласкать женщину, пока она не будет достаточно возбуждена, и старается поскорее ввести половой член и начать половой акт, пока не наступила эякуляция.

Мужик выбирает “ночную бабочку”:

- Почем любовь?

- Сегодня у нас тариф “молодежный” - первые 20 секунд - бесплатно.

Анекдот

Для того, чтобы мужчина имел возможность долго ласкать свою партнершу, пока она не достигнет нужной степени сексуального возбуждения, он должен обладать достаточной потенцией. У некоторых мужчин во время предварительных ласк эрекция пропадает, поэтому они избегают прелюдии.

Эротически неразбуженных женщин много, потому что много половых эгоистов и

сексуально безграмотных мужчины.

Половой эгоизм свойственен преимущественно мужчинам из среды с низким интеллектуальным и социальным статусом. Их стереотип сексуального поведения - как в старом анекдоте: “Мань, Хэмингуэя читала? Нет? Тогда у койку!”

Есть половые эгоисты и среди современных молодых людей. В целом можно сказать, что все, начавшие половую жизнь в подростковом возрасте, - сексуальные эгоисты. У некоторых это временный этап. Вырастая, они приобретают нравственно-этические навыки вообще и в стереотипе полового поведения, в частности. А у некоторых половой эгоизм в сочетании с неумением обращаться с женщинами как положено настоящему мужчине, - может сохраниться даже во взрослой жизни.

Мужчин, которые относятся к женщинам откровенно потребительски или даже похамски, - у нас немало. Потому так много сексуально неудовлетворенных женщин.

Женщина жалуется врачу на бесчеловечное поведение мужа в сексуальной жизни:

- Недавно мы занимались с ним сексом и в этот момент раздался звонок в дверь...

- И что же, он бросил вас в такой момент и пошел открывать дверь?

- Хуже, доктор... Он потащил меня с собой!

Анекдот

Многие из наших соотечественников плохие сексуальные партнеры из-за отсутствия сексуальной культуры. Даже молодые люди, имеющие вполне приличную потенцию, ничего не знают ни об эrogenных зонах, ни об эротических ласках, ни о других способах удовлетворения женщины. Все, что им известно, - это несколько поз полового акта, а прелюдия занимает всего несколько минут или они вообще обходятся без предварительных ласк; как только возникает достаточная эрекция, они без промедления приступают к половому акту. А поскольку эрекция у молодых людей возникает достаточно быстро, даже от присутствия женщины, а желание, которое они испытывают, достаточно интенсивно, то

времени на прелюдию у них не остается, так как они хотят немедленно реализовать сексуальное влечение.

“Почему ты называешь его киллером?” “Быстро кончает”.

Д.Е.

Немаловажной причиной является и то, что среди наших соотечественников много пьющих мужчин. Алкоголь оказывает губительное воздействие на сексуальную сферу. Распространенное мнение, что алкоголь повышает потенцию, неверно. Оно основано на мифах, культурных традициях и рекламе.

Великий Шекспир в уста одного из героев “Макбета” вложил такие слова о действии вина на половую сферу: “А вот похоть оно и вызывает, и отшибает, вызывает желание, но препятствует удовлетворению. Поэтому добрая выпивка, можно сказать, только и делает, что с распутством душой кривит: возбудит и обессилит, разожжет и погасит, раздражит и обманет, поднимет, а стоять не даст”. Эти слова очень емко и выразительно характеризуют половые способности при употреблении спиртного.

После употребления спиртного сексуальное возбуждение у мужчины усиливается, и может возникнуть желание интимной близости с любой женщиной, которая оказалась рядом.

Спиртные напитки даже в небольших количествах оказывают угнетающее действие на нервную систему. Тем не менее, большинство людей убеждены, что алкоголь благотворно влияет на их сексуальную реактивность. В определенной мере это мнение связано с тем, что алкоголь оказывает “растормаживающим” эффектом, облегчает интерперсональные контакты, снимает эмоциональную скованность, вследствие чего легче возникает половое желание.

На разных мужчин алкоголь действует по-разному. У одних эрекция усиливается, но семяизвержение отсрочивается, и они никак не могут достичь оргазма даже при очень длительном половом сношении. У других мужчин после выпитого возникают желание и

эрекция, но в процессе полового акта эрекция пропадает и затем уже никакими усилиями невозможно достичь нормальной эрекции. Даже 100 граммов крепких спиртных напитков могут привести к исчезновению эрекции. И у третьей группы мужчин после выпивки, а особенно в больших количествах, эрекция вообще не наступает, несмотря на то, что у них появляется желание интимной близости.

Супруги Ивановы живут членораздельно.

Д.Е.

Кроме того, в состоянии опьянения мужчина меньше всего думает о том, чтобы доставить удовольствие своей партнерше, а стремится лишь сам получить половую разрядку. Мужчина может быть груб и бесцеремонен, а удовлетворив свою потребность, преспокойно уснет. Естественно, его партнерша остается неудовлетворенной. Если мужчина выпивает достаточно часто, то его партнерша никогда не испытывает оргазма.

В постели муж с женой.

Муж:

- Я тебя так жалею, лишний раз не трогаю.

- Тьфу, дурак! А я думала, ты не можешь, и куму даю.

Анекдот

Пьющих в нашей стране очень много, соответственно, и импотентов больше, чем в других странах. Тем не менее, многие мужчины, а особенно со слабой потенцией, перед свиданием с женщиной обязательно употребляют спиртное в надежде на усиление сексуального влечения и повышении потенции. Сексуальное влечение у них действительно усиливается, но в дальнейшем возникает заколдованный круг. Без спиртного такие мужчины не в состоянии совершить половой акт. Чем больше они пьют, тем больше у них проблем с потенцией.

Женщина пришла в магазин “Интим”.

- Я хотела бы купить мужу новый член.

Продавец:

- Мадам, вам нужно в отдел “Мягкая игрушка”, а это отдел “Сделай сам”.

Анекдот

Вера лишилась девственности в 16 лет. Однажды ее брат пришел домой вместе с приятелем, оба были сильно навеселе, выпили еще и дома, и брат Веры уснул, а его приятель стал к ней “приставать”. Вера вначале сопротивлялась, но боялась разбудить брата, который не раз ее бил, и поэтому быстро сдалась. Приятель брата овладел ею на полу в кухне, грубо и бесцеремонно, потом ушел, а Вера плакала от унижения. Но она никому ничего не рассказала.

“Он уговорил меня заняться с ним аморальным поведением”.

Д.Е.

В школе у нее не было поклонника, и когда приятель ее брата как-то зашел к ним и предложил ей сходить на дискотеку, она согласилась, так как ни разу не бывала на танцах, а ей очень хотелось.

Они стали изредка встречаться. На свидания он приходил всегда слегка или сильно навеселе, мог затащить Веру в ближайший подъезд и там быстро совершал с нею половой акт. Или заставлял Веру делать фелляцию. Ей все это не нравилось, но другого кавалера у нее не было, и она мирилась с его бесцеремонностью, грубостью и пьянством.

Через год Вера забеременела, и они поженились. Вера бросила школу, пошла работать на фабрику женского белья. Ребенок родился мертворожденным. Муж продолжал пьянствовать, иногда бил Веру, требовал, чтобы она давала ему денег на выпивку. Вера терпела три года, потом они развелись.

Второй раз вышла замуж за мастера цеха, где работала швеей. Он тоже был разведен, от первого брака у него было двое детей, и на выходные он часто уходил в прежнюю семью. Вера пыталась с ним скандалить по этому поводу, но у него был тяжелый нрав, он мог грубо

обругать жену и даже ударить.

Их сексуальные отношения были ничем не лучше, чем с первым мужем Веры. Второй ее муж тоже выпивал, и совершал половой акт только в состоянии опьянения. В трезвом состоянии у него не было ни желания, ни эрекции.

Жили они как чужие, почти не разговаривали, лишь перекидывались самыми простейшими фразами на бытовые темы, говорить им было не о чем. Всю домашнюю работу делала Вера. Муж отдавал ей небольшую часть зарплаты на ведение хозяйства, а остальные пропивал. Он часто приходил домой пьяный или после ужина выходил во двор и пил с соседями.

Вера хотела ребенка, надеясь, что это скрасит ее жизнь, но беременность не наступала. У нее был хронический аднексит, спайки в области придатков, она некоторое время лечилась по поводу вторичного бесплодия, но безуспешно.

После 5 лет супружеской жизни Вера стала изменять мужу. В ее любовниках перебивали почти все мужчины с ее работы, некоторые из ее соседей, случайные мужчины, с которыми она знакомилась с транспорте или на улице. Муж несколько раз заставлял ее дома с любовниками и жестоко избивал. Но Вера пыталась за себя постоять, могла, например, швырнуть в него тяжелым предметом, а однажды ножницами нанесла ему несколько ударов в область плеча. Так они и жили - то дрались, то молчали и не замечали друг друга.

“Женщиной я стала только в третьем браке”.

Д.Е.

Иногда муж оставался на несколько дней в прежней семье, и Вера тут же приглашала к себе очередного любовника. Но все ее любовники были, в основном, такими же примитивными, как и ее муж. Выпить и кое-как совершить половой акт - в этом и заключались их “романы”.

Вера никогда не испытывала с ними оргазма и сама не может объяснить, для чего

изменяла мужу, раз это не приносило ей никакого удовлетворения.

- Вань, расскажи мне что-нибудь теплое, шоб в носе закрутило и в грудях защекотало...

- Куфайка... махорка... в койку!

Анекдот

“Половая безграмотность”, сексуальные расстройства, половой эгоизм и пьянство современных мужчин приводят к тому, что многие женщины не получают удовольствия от секса.

“Я его не люблю”

Заниматься любовью с человеком, которого не любишь? Не думаю, что я достаточно повзрослела для этого.

Шер, американская певица и кинозвезда

29-летняя Наташа рассказывает: “До свадьбы все было по-другому. Наши свидания происходили в квартире Мишиных родителей, когда те уходили. Его мать уходила на работу в разное время. Я сидела дома и ждала звонка Миши. Как только мать хлопала дверью, он тут же звонил мне, и я летела к нему. Между нашими домами всего четыре остановки, но мне казалось, что я никогда не доеду. Готова была бежать впереди троллейбуса. Миша уже ждал меня на пороге, и у нас начиналось уже в прихожей. Мне кажется, тогда я “кончала” как только он начинал меня раздевать. Несколько часов, что мы проводили наедине, мне казались сплошным оргазмом. Такого у меня ни с кем никогда не было.”

А потом они поженились. Влюбленность прошла. Наступили “серые будни”. Вместе с влюбленностью ушло и влечение. На седьмом году брака Наташа уже спрашивала себя, зачем она вышла за Мишу замуж. Чтобы муж “не домогался”, она перебралась в комнату дочери.

Когда женщина любит - секс для нее Песнь Песней, но если не любит, - постель

превращается в эшафот.

27-летняя Зина удивляется себе - как же раньше, до свадьбы, не замечала, что Виталий такой грязнуля?! Как и многие мужчины, он разбрасывает там и сям грязные носки и прочую одежду. Сняв несвежую рубашку, никогда не донесет ее до бельевой корзины, а бросит на пол. Ест он в самых неподходящих местах, даже в туалете и ванной, а потом оставляет грязные тарелки и чашки по всей квартире.

Все это Зина подробно рассказывала мне, кривясь от отвращения. Именно потому я детально передаю ее слова, чтобы показать меру ее раздражения на мужа.

“Этому я не дам даже понюхать!”

Д.Е.

Какая ж замужняя женщина не знает столь типичного недостатка мужчин?! И разбросанные повсюду вещи, и чашки с засохшей кофейной гущей, обнаруживаемые в самых неподходящих местах, - все это знакомо любой женщине. Ворча, они все собирают, прибирают в квартире, чтобы назавтра вновь обнаружить носки мужа под креслом. И опять ворчат, и опять собирают. Или не ворчат, а молча собирают.

А Зина говорила обо всех этих житейских мелочах с такой экспрессией! Все ей в муже не нравится - он неумен, не умеет держаться на людях, часто ставит ее в неловкое положение. Так ли это или опять проявилось Зинино предвзятое отношение, - не знаю, поскольку ее муж отказался прийти на консультацию.

Нет ничего удивительного, что секс с мужем для нее тяжкая обуза. Других мужчин в ее жизни не было, сравнить ей не с кем, разве что с прежним Виталием.

Когда я спросила ее, любит ли она мужа, она в первый момент растерялась: “Даже не задумывалась об этом...” А потом ее лицо приобрело изумленное выражение. “А ведь и в самом деле... Я же его не люблю, потому и цепляюсь к нему”.

Как часто молодые люди принимают сексуальное влечение за любовь! Они женятся,

а потом выясняется, что между ними нет тепла и духовной близости. А без этого и секс становится непривлекательным. Брак распадается, а сами супруги не понимают и то, зачем они соединили свои судьбы, и то, что именно явилось причиной их развода.

Муж от нее ушел. И с концом.

Д.Е.

Лина вышла замуж за самого привлекательного парня на их курсе. О Валере млели все сокурсницы, а он млел от Лины. Лине это было лестно, и она тоже млела. Лишь через некоторое время после свадьбы выяснилось, что самый привлекательный - не равносильно “самый любимый”. Подруги грозились “отбить” красавца Валерия, а Лине было все равно.

Их “вялотекущий брак продолжается семь лет. У Лины нет повода жаловаться на мужа. Мало того, что тот по-прежнему красавец и вообще “обаяшка” (недаром все женщины от него до сих пор “без ума”), но он верный муж, хороший отец и рачительный хозяин. Дом - полная чаша, двое прелестных детей, а Лина в тоске, но никому не может об этом сказать - не поймут.

Постель для нее - Голгофа. Валера, ко всему прочему, довольно темпераментен плюс искусен как сексуальный партнер. Да и вообще - мечта, а не муж. Вечно мы, женщины, не ценим то, что имеем.

“Мечтаю пасть вместе с вами и как можно ближе к вам!”

Д.Е.

Что самое удивительное - Лина с мужем на оргазмична (обычно женщине трудно пережить оргазм с нелюбимым). Но секса с ним она не хочет. Однако приходится уступать. В этом случае ей приходится крепко зажмуриваться и представлять на месте мужа другого мужчину.

Она говорит, что примирилась бы с мужем, если бы он не так часто требовал близости. Другая бы радовалась на ее месте: муж любит ее, хочет, в постели доставляет наслаждение,

причем, регулярно и часто. А Лина втайне мечтает, чтобы он завел себе любовницу и ушел к ней - тогда вина за разрыв будет не на ней. По собственной инициативе развестись она не решается. Она мучается виной (особенно перед детьми) и довела себя до невроза.

Вот такие мы женщины удивительные существа...

Секс с любимым и с нелюбимым - это, как говорят в Одессе, две большие разницы!..

Похожая ситуация сложилась у другой моей пациентки, которая вышла замуж по совету матери, но не любя. Мать сказала ей: “Стерпится - слюбится”.

Увы! Стерпелось, но не слюбилось. Женщина пришла на прием подавленная, несчастная. Повода для развода у нее нет, но и жить с мужем тяжело. Она сознает, что он хороший человек, внимателен к ней и детям, и это угнетает ее еще больше.

Но ведь сердцу не прикажешь.

“Иногда просто лень”

Женщина, ложась в постель, должна быть уверена, что она не выстирала синтетику при температуре 90 градусов.

Лори Грэм

Одна из “странностей” женской психологии - немало оргазмичных женщин не заинтересованы в сексе. Не то, чтобы совсем не хотят, но хотят не всегда. Или желание как-то смутно: “в принципе” женщина не против, но активного настроя нет.

“Иногда мне просто лень” - так говорят женщины. Вроде бы и не очень устала, и время есть (или можно было бы найти, отложив другие дела), и никаких особенно интересных занятий не предвидится, и партнер есть подходящий, а женщине “неохота” и все тут.

Некоторые молодые, сексуально активные мужчины не могут этого понять.

“Почему она придумывает всякие отговорки? - недоумевает муж 32-летней Ольги. - Сколько раз бывало: Оля отнекивается, но я не отстаю. Если удастся затащить ее в спальню,

она воеет в экстазе, потом признается: “Здорово было! И чего я ломалась?..”

“Мои ноги подкосились, и я пришла в состояние полового согласия”.

Д.Е.

Так что время от времени отказывают мужьям не только сексуально неудовлетворенные, но и вполне благополучные женщины.

Некоторые даже в выходной день не могут переключиться на секс. Например, была напряженная неделя и вот наконец долгожданный вечер пятницы. Муж предвкушает, но его ждет разочарование. Женщина признает, что секс может и расслабить, и тонизировать. И тем не менее, она говорит мужу: “Не сегодня”.

“В пятницу вечером детей забирает теща, - рассказывает 29-летний Михаил. - У нас впереди два выходных дня. Вы думаете мы не вылезаем из постели? Вы правы только наполовину: Наташа весь день валяется в постели с книжкой или с телефонной трубкой и треплется непонятно о чем с любимой подругой, а я хожу кругами возле нее. Потом мне это надоедает и я отправляюсь к ребятам. Мы перемываем кости нашим женам, пьем пиво и мечтаем “выписать на дом” пару блондинок. Когда я прихожу домой, Наташа все еще валяется в постели, но теперь перед телевизором. Воскресенье то же самое. Однажды я не выдержал, трахнул телефон об стену, а потом Наташку. Она была в экстазе. Может быть, мне каждый раз так же делать, чтобы жена была в экстазе?”

“Мой муж эгоист! Он думает о себе больше, чем обо мне!”

Д.Е.

Хотя секс - это удовольствие, но он требует усилий, а женщине порой хочется совершенно бездумно-бесцельно-ленивого ничегонеделания.

Как говорила одна моя приятельница: “Самый лучший мой выходной - это весь день проходить в ночной рубашке и чтобы муж не расценил это как намек”. При этом она дама очень трудолюбивая, активная, а с мужем у нее все замечательно и в постели, и вообще.

Я никогда не позволяла себе ходить по дому не только в ночной рубашке, но даже в халате, но в те времена я ей завидовала, что она может себе это позволить... Сколько себя помню - никогда не имела возможности просто побездельничать.

Теперь она живет в Калифорнии, владеет косметическим салоном, преуспевает, прекрасно выглядит, хотя “пашет, как папа Карло”.

Когда мы с ней видимся, она говорит: “Знаешь, о чем я больше всего жалею? О том, что нельзя все воскресенье проходить в ночной рубашке.”

Наверное, мы все так устаем от нашей жизни, что иногда хочется хотя бы ненадолго спрятаться, как улитка в раковину, или свернуться в эмбриональную позу и чтобы мама “родила обратно”, или хотя бы немного тишины и покоя...

Нина, симпатичная 28-летняя женщина, встречается с 30-летним Игорем. У обоих есть квартира. Каждое свидание начинается у них примерно одинаково: поцеловав ее и обняв за плечи, Игорь склоняется к ней и шепчет: “К кому сегодня поедем? К тебе или ко мне?”

Нине грех жаловаться на любовника - тот внимателен, галантен, никогда не приходит без цветов, не забывает порадовать ее разными приятными мелочами. Он не дает ей скучать - водит в увеселительные заведения, в гости, на “тусовки”. И в постели у них все хорошо. У Нины бывает и два, и три оргазма за ночь.

Они предавались единственному греху, который им был доступен.

Д.Е.

Женщине всегда недостаточно того, что она имеет. Нине частенько хочется просто погулять, а Игорь тащит ее к себе домой или в гости. Ей хотелось бы просто посидеть рядышком на диване, склонив голову ему на плечо. Или полежать с ним в темноте, ни о чем не думая и не разговаривая. Или смотреть вместе телевизор, а может быть, послушать музыку или почитать интересную книгу. В общем, рядом, но без секса.

Игоря она любит, скучает, даже если не видятся полдня. Нина считает, что желание быть

вместе без секса, - это не стремление к супружеству, а высшая степень близости. Ее не тяготит, что они не женаты. Мало того, она хочет сохранить именно такой статус. Если она захочет, Игорь женится на ней, но, как и многие современные молодые женщины, Нина совершенно справедливо полагает, что штампом в паспорте мужчину не удержишь. А теперешний статус, по крайней мере, помогает ей “сбежать” к себе, если Игорь настаивает на сексе, а ей не хочется.

Нина даже не может объяснить, почему ей иногда не хочется не секса.

Почему нам, женщинам, иногда хочется соленых помидор, а иногда слоеного пирожного?..

Еда - это удовольствие. Секс тоже. Наверное, поэтому.

Просто поразительно: имея все козыри на руках, женщина умудряется проиграть игру!

Д.Е.

38-летняя Татьяна считает свою жизнь в целом благополучной. У нее хороший сын и любящий муж, работа, которая не только кормит, но и позволяет ощущать свою состоятельность. Не сказать, чтобы она чересчур переутомлялась - сын уже женат и живет отдельно, муж может сам себя обслуживать и особой заботы не требует, наоборот, иногда по собственной инициативе готовит любимой жене ужин.

С потенцией у мужа все в порядке, к тому же в постели он не эгоист, так что Татьяна не обделена. И тем не менее, бывает, что обдумывая, стоит ли сегодня заняться сексом, она прикидывает про себя: “Пока мы оба примем душ, да пока то да се, потом постельные игрища, потом опять в душ. Вот и вечера нет.”

В итоге Татьяна заранее готовит “почву”, используя типичные женские уловки: уронив голову на сцепленные руки, она жалуется мужу: “Устала, как собака. День сегодня был сумасшедший”. Умница-муж все понимает и “не пристаёт”. Знает, что если он проявит настойчивость, - будет скандал, но не секс.

Если мужчина активно добивается секса, женщина может уступить. В процессе интимного общения она “заведется” (если партнер умелый, конечно), у нее будет оргазм. Это дает ей эмоциональное и физическое удовлетворение, и она думает: “И чего я столько времени жила монашкой?.. Все ж секс - дело хорошее. Надо бы почаще.” Проходит какое-то время, а все повторяется.

Разговаривают две сестры: старшая (замужняя) и младшая (незамужняя).

Младшая:

- Как это, наверное, хорошо, когда ты замужем...

Старшая:

- ЭТО хорошо вне зависимости от того, замужем ты или нет.

Анекдот

Почему так бывает? А почему мы не опустошаем всю вазочку с конфетами или весь холодильник, хотя там немало вкусных вещей?! Пресыщение. Даже самые вкусные пирожные рано или поздно надоедают.

Наглядно иллюстрируют это слова 36-летней Эллы, сексуально вполне благополучной женщины: “Помню, во времена дефицита для меня коробочка “Сливочной помадки” была праздником - я смаковала каждую конфету, предвкушала, как буду пить чай с помадкой, откусывала маленькими кусочками, лелея во рту и балдела от удовольствия. А теперь “Сливочная помадка” продается на каждом углу. Я ее по-прежнему люблю и дома у меня всегда есть запас. Но уже так не дрожу. Приелось. Иногда неделями не притрагиваюсь, конфеты засыхают и я их выбрасываю. Но потом покупаю снова. Так же у меня с сексом. Я знаю, что все будет о`кей, если повернусь мужу и обниму его, но очень часто не делаю этого.”

Все приедается, даже хорошее.

Д.Е.

ТЕСТ

ЕСТЬ ЛИ У ВАС КОМПЛЕКСЫ И СТРАХИ, СВЯЗАННЫЕ С СЕКСОМ

1. Незнакомый мужчина приятной наружности ведет на поводке крупную собаку. Ваши действия:

а) Вы приостанавливаетесь и делаете пару шагов в сторону, чтобы пропустить пса и его хозяина

б) Просите хозяина: “Возьмите вашего пса на короткий поводок, я боюсь больших собак”.

в) Идете, как ни в чем ни бывало.

2. Та же ситуация, но пес без поводка и намордника, мчится к вам большими прыжками.

Вы:

а) Шарахаетесь в сторону - в надежде, что собака промчится мимо.

б) Замираете на месте, зная, что собака обычно нападает лишь на бегущего человека.

в) Произносите самым миролюбивым тоном: “Привет, малыш! Ты хочешь со мной познакомиться?”

3. Та же ситуация, но пес сбил вас с ног, не причинив особого вреда. Что вы станете делать?

а) Выскажете хозяину все, что думаете о тех, кто заводит собак, но не умеет правильно их воспитать, встанете, отряхнетесь и удалитесь с негодующим видом.

б) Останетесь на месте в ожидании, что хозяин пса подойдет и поможет вам подняться.

в) Дождетесь, пока мужчина поможет вам встать, и скажете: “За мою испачканную одежду с вас причитается чашка кофе”.

4. В продолжении вышеприведенной ситуации мужчина заявляет: “Мой пес причинил вам неудобства, и я готов компенсировать это. Здесь рядом есть симпатичное кафе, в котором готовят приличный капучино. Можно вас пригласить?” Ваш ответ:

а) “Спасибо, с удовольствием”.

б) “Извините, но я сейчас спешу. Быть может, в другой раз”.

в) “Вначале приучите свою собаку не кидаться на прохожих, а уже потом приглашайте незнакомых женщин на чашку кофе”.

5. Вы сидите в кафе одна. Незнакомый мужчина подходит к вашему столику и спрашивает, можно ли ему к вам присоединиться. Ваш ответ:

а) “Ничего не имею против”.

б) “Здесь много свободных столиков”.

в) “Буду рада, если вы составите мне компанию”.

6. Незнакомец на улице спрашивает вас: “Который час?” Вы в ответ:

а) “Отстаньте, нахал!”

б) Смотрите на свои наручные часики или показываете ему на висящие на столбе часы и оповещаете, сколько сейчас времени, подумав при этом, что предлог для знакомства не оригинален.

в) Делаете скидку на то, что незнакомец, возможно, не придумал ничего пооригинальнее, но отвечаете на его вопрос так, чтобы дать понять, - вы не против следующего вопроса.

7. Вы пришли на свидание к любовнику домой и вдруг услышали из-за двери его диалог с особой женского пола. Ваши действия:

а) Нажимаете кнопку звонка.

б) Немедленно поворачиваетесь и уходите, полная негодования.

в) Дождитесь на лестничной площадке этажом выше, пока его гостя уйдет, и лишь затем являетесь к нему.

8. Вы узнали, что ваш поклонник скрыл от вас, что был женат, и от брака у него есть ребенок (дети). Ваша реакция:

а) “Это не имеет значения, ведь сейчас он свободен”.

б) “Если он мне солгал в таком важном вопросе, то ему вообще нельзя верить”.

в) “Если он бросил жену с ребенком, то с таким же успехом когда-нибудь бросит и меня”.

9. Согласны ли вы, что Госдума должна принять закон, обязывающий женатых мужчин в обязательном порядке носить обручальное кольцо?

а) Разумеется, да!

б) Бред какой-то!

в) Женатый мужчина - тоже мужчина; даже если у него есть обручальное кольцо, это не умаляет его привлекательности.

10. Согласны ли вы с мнением, что у многих мужчин плохая память, - как только они видят привлекательную женщину, то напрочь забывают, что женаты?

а) Согласна.

б) Это зависит от самого мужчины, некоторые не скрывают своего семейного положения.

в) Да, это так, но я готова простить им этот недостаток.

11. Вы едва оправились после разрыва с мужчиной, а за вами стал ухаживать другой. Ход ваших мыслей:

а) “Лучшее лекарство от любви - новая любовь”.

б) “В любом случае стоит попробовать. Даже если не получится прочных отношений, хоть немного отвлекусь”.

в) “Нет уж, с меня хватит!”

12. Вы пригласили к себе домой знакомого мужчину. Как вы оденетесь?

а) В красивый вечерний наряд.

б) В домашний костюм или во что-то неброское.

в) В то, что с вас легко снять.

13. Ожидая мужчину на ужин со свечами, как вы поступите с постельным бельем?

а) Оставьте то, на котором спали до этого.

б) Смените постельное белье на чистое.

в) Приготовьте постель так, чтобы было понятно, - вы заранее знали, что окажетесь в ней вдвоем.

14. Ожидая мужчину в гости, позаботитесь ли вы заранее, чтобы принять душ?

а) “Разумеется!”

б) “Нет, а зачем? Я не собираюсь ложиться в постель с первого раза”.

в) “На всякий случай надо быть чистой”.

15. Ваш легкий ужин плавно движется к закономерному финалу. Вы про себя отмечаете, что не вредно бы совершить интимное омовение. Ваши мысли или действия:

а) “Черт с ним! На первый раз сойдет и так!”

б) Пока дело не дошло до страстных объятий, вы под благовидным предлогом выскальзываете из комнаты и быстренько приводите себя в порядок.

в) Оповещаете: “Мне нужно отлучиться”, - отправляетесь в ванную и капитально моетесь.

16. Эту лавину уже не остановить. Где вы предпочтете заняться сексом?

а) Там же, где ужинали, если в комнате есть подходящая мебель.

б) В любом месте, хоть в кресле, хоть на полу гостиной.

в) Увлечете своего будущего любовника в спальню.

17. Как вы предпочитаете отдаться в первый раз?

а) Почти одетой.

б) Наполовину раздетой.

в) Полностью или почти полностью раздетой.

18. Как вы поступите со светом в первый раз?

а) Полностью выключите.

б) Оставьте лишь ночник или свечу.

в) Оставьте свет таким, каким он был до этого.

19. Первый раз состоялся. Вы ничего не почувствовали. Что вы скажете своему новоиспеченному любовнику?

а) “Ты был бесподобен!”

б) Промолчите - пусть сам догадается.

в) Воспримете как должное, - ведь первый блин всегда комом, - и ободрите любовника.

20. Ваши действия после первого полового акта:

а) Немедленно встанете и отправитесь в ванную.

б) Побудите немного в объятиях любовника, а затем пойдете принять душ.

в) Думаете: “Душ от меня никуда не денется, лучше я побуду с ним, чтобы не разрушать интимную атмосферу”.

РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА

Суммируйте баллы за каждый ответ

	а	б	в
1.	1	0	4
2.	0	1	4
3.	0	2	4
4.	4	1	0
5.	2	0	4
6.	0	2	4
7.	4	0	2
8.	4	0	1
9.	0	4	2
10.	0	2	4
11.	4	2	0

12.	1	0	4
13.	0	2	4
14.	4	0	2
15.	4	2	0
16.	2	4	0
17.	0	2	4
18.	0	2	4
19.	0	0	4
20.	0	2	4

Если вы набрали до 10 баллов:

Ой, как все запущено... У вас целый букет комплексов и страхов. Вы боитесь всего на свете. Быть может, вы изначально по характеру пугливы и боязливы и относитесь к категории так называемых сенситивных личностей - чрезмерно чувствительных, переживающих по любому пустяку, страшщихся неведомых, обычно, призрачных опасностей. Или же вы часто обжигались и стали недоверчивой. Но в любом случае сейчас есть то, что есть, а именно, комплекс на комплексе.

Интимных отношений вы боитесь, пожалуй, больше всего остального, а потому стараетесь отгородиться от мира и противоположного пола незримой стеной. Вам не хочется испытать унижение, разочарование, вы заранее настроены на поражение, а потому никого не подпускаете близко к себе. Но от кого вы защищаетесь? Подумайте об этом. Не от себя ли самой?

Секс - это не война полов, а, скорее, братание, говоря образным языком. А вы, одев защитную броню, обороняетесь, даже когда никакой опасности нет. При таком настрое интимная жизнь создает вам одни лишь проблемы. Вы сами лишаете себя радостей жизни.

Если вы набрали от 11 до 40 баллов:

У вас нет страхов, связанных с сексом. И вместе с тем, вы осмотрительны и не кинетесь, очертя голову, на шею первому встречному.

Интимных отношений вы не избегаете, они доставляют вам удовольствие (с хорошим партнером, разумеется), но вы, как опытная в этом деле женщина, знаете, что вокруг полно плохих любовников, и не ждете на первом свидании выдающихся достижений от мужчины. Возможно, не настраиваетесь на них и во второй, и в третий раз, давая возможность себе и партнеру притереться друг к другу. Но если и после десяти свиданий он вас не устраивает, вы не станете цепляться за него, исходя из принципа: “Лучше такой любовник, чем никакого”.

Если на данном этапе вы одна, у вас есть все шансы встретить хорошего человека, с которым вы будете счастливы и получите наслаждение от секса. Если уж вы не боитесь незнакомых собак, то незнакомых мужчин - и подавно!

Если вы набрали более 41 балла:

Вы - самая настоящая сексуальная авантюристка! На секс вы настроены всегда, в любую погоду, и любите любовные приключения.

Задумайтесь над одним вопросом: а не является ли легкость сексуального сближения с мужчиной своеобразным синдромом донжуанизма в женском варианте? Не хотите ли вы лишний раз самоутвердиться с помощью секса? Не проверяете ли вы таким образом свою сексуальную привлекательность для противоположного пола? Если это так, то это чревато. Вам будет трудно остановиться, потому что даже при большом числе любовников вы будете постоянно сомневаться в своей привлекательности, и вам потребуются все новые и новые подтверждения этому. Вы будете обманываться: “Меня все хотят”, - а мужчины будут расценивать вас как легко доступную женщину.

Есть и еще одна оборотная сторона вашего сексуального авантюризма - риск заражения заболеваниями, передающимися половым путем. Новый партнер - это неплохо, но все же не стоит менять мужчин, как перчатки. Когда-то надо и остановиться.

БАЛЬЗАКОВСКИЙ ВОЗРАСТ

Прожито тридцать лет. А впереди еще столько же. Как жить?!..

Д.Е.

Женщины в своем большинстве трепетно относятся к своему возрасту, придавая ему чрезвычайно важное значение. Если женщина заиклена на этом, то ее тревоги, как правило, обусловлены неуверенностью в себе.

Порой мы сами портим себе жизнь ненужными размышлениями, сомнениями, анализом прошлого и безуспешной попыткой заглянуть в будущее, вместо того, чтобы просто жить, наслаждаясь каждой минутой, каждым днем настоящего.

Виконтессе де Босеан, героине романа Бальзака, благодаря которому появился ныне популярный термин, было тридцать лет. Для французской аристократки этот возраст и в самом деле был критическим - в те времена женщины увядали быстрее, чем теперь, а для женщины, чей смысл жизни - любовные интрижки и поклонение мужчин, грань тридцатилетия была почти равносильна социальной смерти. Привыкшая блистать в свете красавица виконтесса не могла удовлетвориться рукоделием, превратившись в домашнюю затворницу, а потому для нее этот рубеж и в самом деле был драматичен - будущего нет, есть лишь прошлое, а это слабое утешение.

В наши дни эта проблема стоит не так остро. И все же вопрос: "Что будет дальше?" - тревожит многих представительниц прекрасного пола. Чтобы ответить на него, достаточно заглянуть в свое прошлое - именно в нем заложен зародыш будущего.

От того, как вы прожили предшествующие годы, во многом зависит, как сложится

ваша дальнейшая жизнь.

И вместе с тем, нет ничего фатального, каждый из нас архитектор собственной судьбы. Никогда не поздно сказать себе: “Стоп! Мне не нравится моя жизнь, я не хочу продолжать в том же духе”.

В юности хочется жить ускоренными темпами, чтобы опередить время и поскорее приобрести то, что придет и при естественном ходе событий: независимость, сексуальный опыт, обручальное кольцо, образование, приличную работу, достаток. Перечень того, что хочется, у каждого человека индивидуален; одни желают сделать карьеру, другие - обрести счастье в браке, третьим нужно по максимуму.

И вот достигнут важный рубеж - тридцатилетие, - возраст, в котором каждый человек оглядывается на свое прошлое и задумывается, все ли получилось так, как мечталось в юности.

Жизнь - самый искусный сценарист.

Д.Е.

Особенно тягостно вступать в этот период, если реальность кардинально расходится с ожиданиями. К примеру, женщина не обременяла себя высокими запросами, ей вполне достаточно того, что называется “простым бабским счастьем”, - любимый и любящий муж, здоровые дети, уютный дом. А в действительности рядом с ней зануда, или деспот, или бездельник, или пьяница, о материальном достатке речи нет, она не живет, а “выживает”, с тоской думая, как свести концы с концами, с детьми тоже бесконечные проблемы.

Объявление: “Одинокая интеллигентная дама познакомится с солидным состоятельным человеком, не имеющих вредных привычек - спрашивать женщин о возрасте и экономить деньги”.

Анекдот

Или женщина строила планы реализовать себя в профессиональном плане. И вот она

получила образование, но отдачи нет.

Моя пациентка Эмма призналась, что в студенческие годы мечтала стать гематологом. “Однажды я была в компании немолодых мужчин, - рассказывала она. - Эдакий наивный одуванчик, студентка-второкурсница, а вокруг маститые эскулапы, остепененные учеными званиями. Я взхлеб повествую, как мне хочется отдать все силы гематологии, совершить открытие, чтобы помочь больным с заболеваниями крови, а мои собеседники смотрят на меня снисходительным взглядом. Один из них спросил, что же такого-этакого я намерена сотворить, а я ответила, что готова всю свою кровь отдать, но добьюсь поставленной цели. Этот циник вылил на меня холодный душ, заявив, что даже всей моей крови хватит от силы на пару больных”.

Гематологом Эмма не стала, а вышла замуж за того самого циника, пытавшегося умерить ее молодой задор. Через год она родила двойняшек, у обоих мальчиков родовая травма. Эмма дважды брала академический отпуск, потом ей и вовсе стало не до учебы - ни одна няня не могла справиться с ее мальчишками. Да и молодой матери с ними было тяжело. Детские невропатологи придумали новый диагноз: “Моторный ребенок”. На психиатрическом языке это называется органическим поражением центральной нервной системы.

Муж Эммы оказался типичным эгоистом. Женился на девятнадцатилетней, тщаьс надеждой, что та потешит его увядающую плоть, а, как он сам выразился: “Получил одни проблемы”. Юную Эмму не остановило, что ее избранник уже дважды был женат и оставил обеих жен с детьми. Точно так же он поступил и с ней - нашел другую, такую же наивную и неопытную, движимый эгоистическим намерением “омолодиться” рядом с юным созданием.

Не верьте, будто бы мужчине столько лет, на сколько он себя чувствует. Ему столько лет, сколько и зим.

Д.Е.

Эмма все же закончила институт, но от честолюбивых планов ей пришлось отказаться - в

науке теперь на жизнь не заработаешь. Алиментов от мужа не хватало - у него оклад три тысячи рублей, хотя он доктор наук. А дети хотят кушать каждый день...

Участковым врачам, по крайней мере, платили зарплату, и Эмма согласилась работать в поликлинике. Как она сама говорила: “Я не врач, а администратор, моя задача - побыстрее принять больных, чтобы в коридоре не скапливалась очередь, и пациенты не ворчали. Строчу в амбулаторной карте, выписываю шаблонные рецепты, даю больничный и мечтаю, чтобы прием поскорее закончился. Даже в туалет не отлучишься - сидящие в очереди тут же начинают ворчать. Постоянно приходят одни и те же бабули с просьбой померить давление, сидят по полчаса, в сотый раз рассказывая про головную боль и прочие недуги, и никакими силами их из кабинета не выставишь, пока не выговорятся. Дома из слушать никто не желает, они всем уже осточертели со своими жалобами, вот они и ходят ко мне - я обязана их выслушивать. Видеть их уже не могу... Потом нужно бежать на вызовы - тоже удовольствие ниже среднего. Иногда с трудом сдерживаюсь, когда вижу, что здоровенный бугай лежит в постели с температурой 37,1 и строит из себя умирающего. А во время эпидемии гриппа просто кошмар.”

В юности она чувствовала в себе силы необъятные и мечтала сказать новое слово в науке, а в итоге была вынуждена заниматься рутинной, чтобы худо-бедно заработать на жизнь себе и детям.

И вот накануне своего тридцатилетия Эмма сидела вечером дома. Одна. Сыновья уже спали, а именинница открыла припасенную бутылку шампанского, сама себе налила и, чокаясь с бутылкой, сама себе вслух желала счастья, мысленно возражая: “Да какое уж тут счастье... Устала от всего, выдохлась, хочется уснуть и не просыпаться. Гори оно все огнем...”

Потом ей попала на глаза моя книга “Одинокая женщина ищет...”. Эмма разыскала мой номер телефона и пришла. “Мы обе закончили один и тот же институт, но такие разные, -

грустно сказала она. - Мне тридцать лет, но я не хочу прожить еще столько же, ведь лучше уже не будет. Итог моей жизни: одинока, работу ненавижу, двое детей, на которых постоянно жалуются учителя, и тоска по вечерам. Я в тупике. Смотрю на свои фотографии студенческих лет и удивляюсь - неужели это я? Теперь я душой - старуха”.

“За последние годы я постарела на несколько месяцев!”

Д.Е.

“В чем трагедия, Эмма? - спросила я свою пациентку, выслушав ее печальную исповедь. - Вы здоровы, и это самое главное ваше богатство. У вас есть профессия, и это второе ваше богатство. Вы не любите свою работу, но ведь можно найти другое место. Ваши дети нуждаются в квалифицированном лечении, и все проблемы устранимы. Вам всего лишь нужен стимул, чтобы встряхнуться. Есть немало женщин, оказавшихся в гораздо худшем положении, - у них, в отличие от вас, нет ни жилья, ни приличной работы, ни средств к существованию, а на руках маленький ребенок, - но они не сдаются”.

Все в ваших руках, главное их не опускать.

Д.Е.

С тех пор прошло около трех лет. Эмма устроилась в шведскую страховую компанию, ее заработки позволяют обеспечить сыновьям должный режим и лечение, они живут в загородном санатории, под наблюдением детского психиатра, и теперь учителя на них не жалуются. Через год, когда они закончат восьмой класс, мальчики смогут учиться в обычной школе. Сама Эмма выглядит ухоженной элегантной дамой, работа ей нравится, да и вообще она считает, что наконец-то обрела вкус к жизни.

Недавно она позвонила мне и попросила: “Напишите обо мне в своей новой книге. И скажите всем женщинам, приближающимся к тридцати, чтобы они не отчаивались, - у них все еще впереди”.

Совершенно с нею согласна. Порой именно тридцатилетний рубеж позволяет провести

ревизию прошлого и сказать себе: “Черт побери, а что это я закисла?! Я же не живу, а прозябаю. Пора брать судьбу в собственные руки”.

Тридцать лет - это не финал молодости, а начало жизни.

Д.Е.

Даже если все получилось, как хотелось, и сожалеть по большому счету не о чем, вступление в бальзаковский возраст для многих женщин трудное испытание.

Для меня самой это был нелегкий период. В свой день рождения с утра я ревела и даже не хотела видеть своих друзей. “Что отмечать? - думала я, глядя на себя в зеркало и отмечая то, что отняли годы. - То, что мне сегодня стукнуло тридцать?!” Я обзвонила друзей с просьбой не приходить, на что все они заявили, что на день рождения являются без приглашения, и нашествие гостей мне все равно не избежать. Через час примчалась одна из моих подруг и, застав меня зареванную и в растрепанных чувствах, расхохоталась: “Вот дурочка-то! Чего ты рыдаешь? Ты же еще только начинаешь жить!” Она на десять лет старше меня, но и тогда, и теперь ощущает себя молодой и привлекательной, и в самом деле молода и привлекательна. Не обращая внимания на мои стенания, что я уже старая, и мне пора на свалку жизни, подруга деловито заявила: “Так, быстро утирай сопли, одевайся и мажься по полной программе. Ты должна встретить гостей во всеоружии молодости и красоты”. Пришлось утереть сопли и слезы и подчиниться - напору моей подруги трудно противостоять. А когда пришли друзья, я быстро забыла свои печали.

Многие мои подруги признавались, что пережили нечто подобное, но это состояние было кратковременным. Теперь мы переходим уже на шестой десяток и ни о чем не жалеем.

Если свой возраст не драматизировать, с ним вполне можно примириться в любом возрасте.

Д.Е.

“Мои года - мое богатство”, - пел Вахтанг Кикабидзе. Это и в самом деле так. Все мои

подруги состоявшиеся женщины, все при деле, они независимы и самодостаточны. Наш общий девиз: “Женщины могут все!” Именно так я назвала серию своих романов, потому что женщина и в самом деле может все. Если захочет.

Драматическое восприятие собственного возраста обычно отражает не внешние проблемы (вплоть до глобальных обобщений: “Жизнь не удалась”), а внутренние.

Мне десятки раз приходилось слышать от своих пациенток: “Старею... Скоро стукнет тридцать”. А я смотрю на них, улыбаясь, и отвечаю: “Я на два десятка лет старше, но не считаю, что старею”. Мои собеседницы обычно говорят что-то вроде: “Ну, это ведь вы... Вы счастливая женщина”. И в этом они совершенно правы, неосознанно поняв суть своей проблемы: дело не в паспортном возрасте, а в самоощущении. Счастливой можно быть в любом возрасте, годы тут совершенно ни при чем. А несчастной бывают и в восемнадцать.

“МАДАМ, СКОЛЬКО ВАМ ЛЕТ?”

Никогда никому не говорите ни сколько вам лет, ни на сколько вы выглядите.

Д.Е.

Возраст женщины имеет два аспекта. Первый - как мы сами себя ощущаем. Тут совсем не обязательно быть в ладах с арифметикой и знать точную цифру. Суть - ощущаете ли вы себя молодой, или чувствуете, что неумолимо стареете. Второй аспект - как нас воспринимают окружающие и согласны ли они с нашим мнением.

С определенного этапа женщине бывает трудно сходу ответить на вопрос, сколько ей лет. Иногда ведь приходится это делать, например, в беседе с врачом или, упаси Господи! - с представителем правоохранительных органов. И тогда мы возводим очи горе и начинаем судорожно высчитывать, вспоминая, “какое нынче тысячелетие на дворе”, и отнимая год своего рождения. Быть может, окружающие воспринимают это как кокетство, но это истинная правда, - многие представительницы прекрасного пола не могут слету дать точный

ответ.

Не обременяйте чистосердечным признанием чужую душу.

Д.Е.

Лично для меня одно время это было большой проблемой - с арифметикой я не в ладах, а собственный возраст, однажды “переболев” кризисом тридцатилетия, уже давно не беру в голову, и у меня не было необходимости помнить, сколько же натикало. Из-за этого я не раз попадала впросак и даже выглядела полной идиоткой.

Однажды суровые полковники, стоявшие на вахте в Белом доме, спустили меня на землю, заявив: “Мадам, ваш паспорт недействителен”. “Как это?” - возмутилась я. “Он у вас уже три года просрочен”, - оповестил меня строгий страж покоя тех, кто денно и ночью печется о нашем с вами благе. “Да ну?” - изумилась я. “У вас старая фотография, а в сорок пять лет вы должны были ее поменять”, - вразумлял меня “настоящий полковник”, видимо, дивясь моей бестолковости. “А мне уже сорок восемь? - ахнула я. - Ну надо же... А я и не заметила”. Больше всего меня поразило, что он не поленился выяснить в моем паспорте, в каком году я родилась, и вычислить, сколько же мне стукнуло. Я тарасилась на него с искренним изумлением, причем ничуть не придуривалась, правда, причина моего недоумения осталась ему непонятна. “Делать ему, что ли, больше нечего, как высчитывать, сколько лет посетителям?...” - вот о чем я думала. В Белый дом меня все же пропустили, настоятельно порекомендовав поменять паспорт. Поменяла я его лишь спустя год, и меня еще не раз пропускали во всякие серьезные учреждения, но, к счастью, никому не пришло в голову напоминать о моем возрасте и просроченном паспорте.

Не обязательно помнить свой возраст, вполне достаточно, если вы помните возраст своих друзей.

Д.Е.

Меня часто спрашивают пациентки, что делать, познакомившись с мужчиной, - говорить

ли ему о своем возрасте, а если нет, то как обойти этот скользкий вопрос.

Врать на прямой вопрос собеседника: “Сколько вам лет?” - не лучший выход. В этом случае отшутитесь, используя одну из ироничных фраз, приведенную в этой книге, но запишите себе на корочку, что ваш собеседник бестактен и для продолжения отношений, скорее всего, бесперспективен. Если он для вас эмоционально не значим, мысленно отметьте, что от него можно ждать неприятных неожиданностей и заранее будьте к ним готовы.

Воспитанный мужчина никогда не задаст подобного вопроса женщине. Умный понимает, что не получит правдивого ответа, а имеющий немалый опыт общения с прекрасным полом знает, что эту болевую точку задевать нельзя.

Иногда и женщину можно чуть-чуть уколоть, но только не в то место, куда ее колют все!

Д.Е.

Если вы в этом мужчине эмоционально заинтересованы, не говорите о своем возрасте до тех пор, пока не узнаете его получше и не будете уверены, что это не явится для него шоком. Если ваш знакомый принимает вас такой, какая есть, это не повлияет на ваши отношения. Но пока они еще в неустойчивом состоянии, лучше избегать этой темы.

Обычно женщина испытывает сомнения, если новый знакомый младше ее или примерно ровесник. “Вдруг он подумает, что я для него уже старовата?” - вот что ее тревожит.

Скрыть возраст легко, вес - гораздо сложнее.

Д.Е.

Олеся, моя 37-летняя пациентка, рассказала, что полгода назад познакомилась с двадцатипятилетним парнем по имени Юрий. Она разведена, он женат, супруга на четыре года моложе. Юрий приехал по какой-то надобности в офис фирмы, где работает Олеся, а там, в основном, дамский коллектив. Немногочисленные коллеги - предпенсионного возраста, так что в аспекте служебного романа бесперспективны.

У одной дамы как раз был день рождения, именинница запаслась бутылкой шампанского и тортом, а появление смазливового молодого человека было воспринято женской частью коллектива с энтузиазмом. Его быстро уговорили принять участие в предстоящем торжестве, тут же послали гонца, свернули работу и веселье началось.

Так уж получилось, что Юрий сразу заинтересовался Олесей, хотя в коллективе есть миловидные курьерши и прочие юные создания. Олесе молодой человек тоже нравился, и они, к разочарованию остальных дам, вскоре ускользнули, движимые одним желанием. Вопрос был лишь один: Где? У Олеси шестнадцатилетний сын и однокомнатная квартира, у Юрия - жена.

Отправляясь на многолюдное торжество без спутника, порядочная женщина лелеет планы продемонстрировать красивое нижнее белье кому-нибудь из гостей.

Д.Е.

Но молодой человек оказался инициативным и предложил предаться плотским радостям в бане. Неискушенная Олеся поначалу удивилась - где там можно уединиться? Видимо, у ее будущего любовника был опыт в такого рода делах, и он уверенно привел Олесю к какому-то заведению, постучал в дверь черного хода, вручил немолодой служительнице энную сумму, и та предоставила им отдельную душевую кабинку. Дверь там запиралась на щеколду, имелся небольшой “предбанник” со скамьей, - в общем, все, что нужно горящим желанием мужчине и женщине.

Раздеваясь во время интимного свидания, не забудьте оставить на себе хоть что-то - для стимуляции мужского воображения.

Д.Е.

Первый раз все было быстро и торопливо, в Г-образной позе, потом новоиспеченные любовники решили вместе принять душ и продолжить любовные игры. Все было замечательно, и не раз, а для подогрева сексуального пыла партнер приобрел у

служительницы бутылку горячительного. И вдруг Юрий ляпнул: “Лесь, а что это у тебя грудь такая дряблая? У моей жены, между прочим, торчком стоит”. В первый момент Олеся опешила и чуть было не брякнула: “Ну и иди к своей жене!” Но она умная женщина. Сдержалась и ответила: “Ну и что? Ты же сейчас со мной, а не с ней, и мы неплохо провели время”. “Это точно!” - воодушевился любовник и решил не терять времени, раз уплачено за пользование кабинкой.

Расстались они в первом часу ночи, обменявшись телефонами. На следующее утро Юрий позвонил Олесе на работу и сообщил, что жена его выгнала. “Спал в собственном подъезде возле батареи, как бомж, - горестно поведал он. - Заявляться к родителям в четвертом часу ночи с расцарапанной физиономией я не рискнул”. Любовники договорились встретиться после работы, посидели в кафе, потом Юрий отправился мириться с супругой, а поздно вечером позвонил Олесе и оповестил, что жена выгнала его окончательно, и он перевез свои вещи к родителям.

Они перезванивались и встречались в течение месяца, и все это время Олеся терзалась сомнениями - что делать? На банно-сексуальные развлечения у Юрия уже не было денег, не ей же платить?! Но и привести к себе любовника на часок-другой, когда в любой момент может нагрянуть сын, тоже неприемлемо. Но больше всего ее беспокоила разница в возрасте. Она бы не прочь жить вместе с ним, но Юрий уже ляпнул бестактность, а что будет дальше? Да и как разместиться троим в однокомнатной квартире? Олеся обратилась к матери, и та быстро решила проблему. Олесиные родители живут по соседству, и бабушка предложила забрать внука к себе. “Даже если полгода с ним поживешь, и то добре, - сказала ей мудрая мама. - Что ж хоронить-то себя в четырех стенах?! А может, у вас сладится”.

- Ты чего такая смурная?

- Поверила объявлению. Написано: “Мы докажем, что вы можете выглядеть гораздо моложе, чем сейчас”. Пошла. Оказалось - бюро ритуальных услуг.

Анекдот

Юрий переехал к Олесе и, хотя на первый взгляд он показался ей шалопаем, она была приятно удивлена, когда они стали жить вместе. С ее сыном Юрий легко подружился, с Олесиными родителями тоже нашел контакт, да и сама Олеся сразу почувствовала, что в доме есть мужчина. Впервые услышав: “Дай, я сам”, - когда она по старой привычке пыталась что-то сделать по хозяйству, Олеся чуть дар речи не потеряла. Она уже почти десять лет жила без мужа и научилась все делать сама. “Ну куда ты полезла?” - укоризненно заявил ей Юрий, когда Олеся забралась на стремянку, чтобы достать с антресолей зимние вещи сына. В общем, любовник устраивал ее по всем параметрам, в том числе, и сексуально, но мучил вопрос - устраивает ли его она? Не потому ли он переехал к ней, что ему не хочется жить с родителями? В общем-то, для такого вывода не было никаких оснований, - со своими родителями Юрий тоже ладил, - но ведь женщина частенько мучает себя дурацкими сомнениями.

Женщиной неопределенного возраста можно быть до неопределенного возраста.

Д.Е.

Это Олесю угнетало, и она пришла ко мне за советом. “Юра до сих пор не знает, сколько мне лет, - сказала она. - Боюсь, что если ему станет известно, что я на двенадцать лет старше, он решит, что я ему не подхожу”. “Но сейчас он ведь так думает”, - возразила я. “Да, пока не знает о нашей разнице в возрасте”. “Но вы вместе уже полгода, узнали друг друга, вам комфортно вдвоем, - напомнила я. - Почему же его отношение должно кардинально измениться, если он узнает, сколько вам лет?” “Боюсь...” - ответила моя пациентка. “Бойтесь потерять его?” - уточнила я, а Олеся молча кивнула. - Все зависит от ваших с ним отношений. Само по себе известие о разнице в возрасте вряд ли станет причиной разрыва. К тому же, Юрий не столь наивен - вашему сыну шестнадцать лет, примерно прикинуть, сколько вам, не так уж сложно. А плюс-минус пару лет роли не сыграют”.

Дама позднебальзаковского возраста кокетничает с молодым мужчиной.

- Как только подумаю о своем сорокалетии, меня прямо дрожь берет.

- Неужели? Наверное, это было что-то приятное?

Анекдот

Моя собеседница успокоилась, поняв, что ее возраст для любовника давно не секрет. Прото, что у жены “грудь торчком”, он уже давно не вспоминает. “Юра очень любит секс, - призналась моя пациентка. - До недавнего времени я и не подозревала, что тоже люблю это дело. В тот день, когда мы познакомились, меня будто током ударило -захотелось, и все! И мне было плевать, что наши дамы потом всласть поточат язычки. До сих пор ехидничают, но я понимаю, что это от зависти”.

Она вступила в критический возраст - всех критикует.

Д.Е.

Олеся попросила: “Диля Дэрдовна, научите меня, что делать, чтобы Юра не потерял ко мне сексуальный интерес. Мне кажется, что именно это главная причина - почему он сомной. Жена его совсем не баловала, она очень капризная, скандальная, соглашалась после торга и с таким видом, будто делает ему великое одолжение. А я совсем ничего не умею. Купила несколько книг, как приворожить мужчину, а там одна ерунда, в такие глупости я не верю”.

Олеся с Юрой вместе уже пятый год. О браке она речь не заводит. Зачем? Им и так хорошо. Кстати, о том, что у нее грудь дряблая, любовник больше не упоминал, хотя сейчас Олесе сорок два года, и ее грудь, самом собой, более упругой не стала.

Грех творят люди, но вкус у него божественный.

Д.Е.

Проблема сокрытия возраста обычно беспокоит дам позднебальзаковского возраста, когда есть перспектива близких отношений с человеком иного круга. В этом случае женщина

избавлена от доноса подруг и прочих “доброжелателей”, которые с иезуитской улыбкой могут просветить потенциального поклонника о действительном положении вещей.

И в самом деле, для некоторой категории мужчин возраст партнерши имеет важное значение. Как правило, это проблемные люди, которые придают большое значение чужому мнению, чрезвычайно дорожат своим реноме, а сами опутаны предрассудками и комплексами. Они не уверены в себе, а потому самоутверждаются за счет внешних атрибутов. Для них смерти подобно услышать: “Ничего лучшего, чем эта, ты не нашел?” От таких горе-поклонников лучше держаться подальше - с ними одни проблемы. Подобно скорпиону, они жалят и себя, и окружающих. Нормальных отношений с таким мужчиной не построишь, при любой неприятности он во всем обвинит вас.

Когда пришла пора отвечать за первый грех, Адам всю вину взвалил на Еву.

Д.Е.

Если уж так получилось, что вам приходится раскрыть тайну своего возраста, скажите об этом спокойным тоном, давая понять, что ничуть не тяготитесь прожитыми годами, как раз наоборот, гордитесь ими. Уверенная в себе (но не самоуверенная!) женщина всегда производит положительное впечатление. Рядом с нею мужчина чувствует себя уверенно и спокойно - она не доставит ему хлопот.

Лично я никогда не скрываю своего возраста (правда, могу ошибиться на пару лет, но не сознательно, а в силу рассеянности), и мужчины почему-то не падают в обморок, узнав, что я на десять-пятнадцать лет старше или мы ровесники. Я общаюсь с людьми широкого возрастного диапазона - от совсем юных до пожилых, - никогда не подстраиваюсь под возраст собеседника и, уверяю вас, даже семнадцатилетний юноша не думает при этом: “Да как она может меня понять?! Она ж уже старуха!” Даже если я не объявляю, что мне уже пятьдесят, любой человек, знакомый с арифметикой, легко сосчитает: институт плюс более полувека работы врачом-психиатром, вот и получается “полтинник”. И, тем не менее, мне

тоже приятно, когда мужчины говорят комплименты. Пусть и врут, но душу это греет.

Лучший комплимент - тот, что правдивее правды.

Д.Е.

Недавно у меня была презентация, а перед этим презентовался народный артист Евгений Весник, и мы, как водится, общались в кулуарах. Он не только замечательный артист, но и талантливый писатель, к тому же, юморной и остроумный человек. Почувствовав во мне благодарную зрительницу, Весник устроил спектакль одного актера. Я хохотала так, что потом скулы болели. Евгений Яковлевич фронтовик, имеет восемь боевых орденов. Когда я сказала, что мой отец тоже воевал, дошел до Берлина, Весник изумился: “Так сколько же вам лет, Диля? Я думал - двадцать девять”. Сказано было так искренне, что, не будь я психиатром, - поверила бы. Вот что значит настоящий мужчина! Умеет потрафить женщине.

Пусть врал - но как красиво!

Д.Е.

Мы хохмили и болтали почти три часа, хотя первоначально Весник планировал уйти сразу после своей презентации. Расстались мы друзьями, с объятиями, поцелуями и хохмочками типа: “Уединимся как-нибудь в кустиках”.

Почему Евгений Яковлевич решил сделать мне комплимент? Наверное, вы уже догадались - ему было комфортно, потому что я внимала и от души смеялась над его байками и остротами. Он и в самом деле прекрасный собеседник, и я получила колоссальное удовольствие от общения с ним. Но и Евгений Яковлевич получил то, что так нужно каждому мужчине, не только артисту, - заинтересованную слушательницу.

Итак, каков вывод? Думаю, вы уже и сами поняли.

Если у женщины кривые ноги, у нее есть возможность привлечь внимание мужчины глубоким декольте.

Д.Е.

По аналогии с этой шуткой - если хотите услышать комплимент в свой адрес, привлечь внимание к собственной персоне и одновременно отвлечь от своего возраста, - будьте внимательной слушательницей. Не обязательно самой сыпать остротами, хотя это и желательно, если ваш собеседник обладает чувством юмора. Возьмите на вооружение некоторые ироничные фразы из этой книги и других книг серии “Откровенно о сокровенном” и со спокойной душой выдавайте за собственные перлы, я буду не в претензии, лишь бы вам пошло на пользу.

Если вы произведете на нового знакомого впечатление как легкая в общении собеседница, ему будет наплевать, сколько вам лет, даже если вы годитесь ему в бабушки.

Каждая женщина имеет тот возраст, которого заслуживает.

Коко Шанель

Мы, женщины, имеем обыкновение брать в голову всякую ерунду и жевать-пережевывать. Нет, чтобы ценить то, что имеем, не брать в голову то, чего брать не следует, и получать удовольствие от каждого прожитого дня - мы непременно отравим себе жизнь переживаниями. И на солнце выискиваем пятна, и в своей жизни непременно найдем повод для печали. Частенько мы ведем себя как в известной притче. Послали девушку в погреб за вином, час нет девицы, два, наконец родители выходят, а дочка сидит на пороге и рыдает: “Вот выйду замуж, родится у меня дочь, я ее тоже pošлю за вином, а она упадет с лестницы в погреб и разобьется”.

Мораль ясна, мои милые читательницы? Так что поменьше загружайте мозги ненужными размышлизмами.

Женщины тем выше ценятся, чем больше они прожили.

Катрин Денев

СЕКСУАЛЬНЫХ ПЕНСИОНЕРОК НЕ БЫВАЕТ

Какие наши годы!

Женская мудрость

Бытует мнение, что если у женщины уже прошел климакс, то теперь она стала “сексуальной пенсионеркой”. Да ничего подобного!

Женщина оргазмична до конца жизни.

После шестидесяти лет половое влечение снижается, однако не у всех. Гинекологи утверждают, что на седьмом десятке влагалище становится сухим, из-за этого половой акт бывает болезненным, и женщина отказывается от интимной жизни. А кремы, гели, вазелин и прочие смазочные вещества на что?! Кроме того, есть ведь и другие способы, кроме полового акта.

Дамочка пенсионного вида предлагает себя прохожему. Он удивленно:

- Бабуля, ты уже даже не развалюха, ты уже - могила!
- Согласна, касатик: могила - моя, а “покойничек” - твой.

Анекдот

У меня был пациент, 23-летний Олег, красавчик-бисексуал. “Для души” он развлекался с геями, а для заработка - обслуживал дам весьма преклонного возраста. У него была сутенерша, которая принимала заявки, звонила Олегу и тот выезжал к “клиентке” на дом. “Клиентура” - только после пятидесяти лет. Есть среди его “клиенток” и 70-75-летние. Он говорит, что они еще “ого-го!” - очень даже охочи до сексуальных утех. У некоторых есть молодые мужья. Очевидно, даже этого им “мало”, раз они пользуются услугами Олега.

Свои предпочтения именно престарелых “клиенток” Олег объясняет тем, что во-первых, они очень щедры, нередко платят гораздо больше сверх положенной таксы, а уж если “мальчик” очень понравится, то “озолотят”, во-вторых, такие дамы предпочитают постоянных партнеров, поэтому Олег всегда обеспечен “работой”, в-третьих, они относятся к нему с материнской нежностью (Олег вырос в детдоме), живо интересуются его делами,

расспрашивают о жите-бытье, дают дельные советы, выручают в сложных ситуациях. А в четвертых, и это самое главное, он говорит: “Я их всех люблю”. Вот так-то!

Однако, милые дамы, не поймите меня так, будто я советую вам обращаться к платным услугам “мальчиков для сексуальных утех”. Данный пример приведен лишь в качестве подтверждения факта, что женщина любого возраста может заниматься сексом.

Одноразовая связь.

Д.Е.

Основная проблема женщины в возрасте - отсутствие подходящего партнера. Не от хорошей жизни дамы вынуждены пользоваться услугами мужчин-проституток (или проститутов?). Их ровесники либо уже совсем “не могут”, либо “могут”, но “недостаточно”, либо сами ищут подтверждения своей мужской силы в объятиях молоденькой любовницы.

Более половины женщин старше сорока лет разведены. Мужчины тоже, но разведенному мужчине в возрасте проще найти молодую партнершу (особенно если разница в возрасте компенсируется дензнаками). А женщинам тоже хочется и тепла, и мужского внимания. Да и секса тоже. А что в этом плохого?!

Если вы замужем, но с мужем уже давно нет “интима”, если вы считаете, что в вашем возрасте пора “побороть жало плоти” и думать о внуках, а не о плотских утех, - у вас есть возможность пересмотреть свое мнение. Прочтите книги о сексе, выберите для себя наиболее оптимальные советы, которые “ложатся на душу” применительно к вашему воспитанию, нравственности и диапазону приемлемости, обсудите все с мужем и если он согласится, - рискните. Хуже все равно не будет, если вы уже давным-давно не живете половой жизнью. Но есть немалый шанс, что ваша жизнь кардинально изменится. В моей практике таких случаев сотни.

Женщины делятся на две категории: молодые и хорошо сохранившиеся.

Д.Е.

Читательницы часто спрашивают, до какого возраста можно заниматься сексом. Отвечу: нет никаких возрастных ограничений, если вы оба здоровы и вам обоим это доставляет удовольствие. И пожилые люди занимаются сексом, и даже очень старые. Ученые говорят, что это продлевает жизнь и сохраняет здоровье.

Ограничений по возрасту ни для любви, ни для секса нет.

Сколько бы ни было вам лет, даже если раньше вы были неудачливы в любви, не теряйте надежды. В любом возрасте можно кардинально изменить свою жизнь и стать счастливой.

Посмотрел дедок по телевизору “Плейбой”, выпил четверть самогона и решил молодость вспомнить.

- Бабка, давай, а?

- Давай, - обрадовалась та.

Да вот беда: забыли как!

- А ты сходи в коровник, посмотри, как бык с коровой это делают, - говорит бабка.

Заходит дед в коровник, а там темно, бык в одном углу, корова в другом.

- Му-у-у-у - бык.

- Му-у-у-у - корова.

Тыг-дык, тыг-дык, тык-дык, бах-бах!

Дед прибегает:

- Теперь знаю, как надо. Бабка, становись в угол!

Та свет выключила, встала в угол спиной к деду, задрала юбку и наклонилась.

- Му-у-у-у - старуха из своего угла.

- Му-у-у-у! - дед в ответ. Возбуждился, глаза налились красным, как у быка, и так же копытом землю роет от возбуждения.

Тыг-дык, тыг-дык, тык-дык, бах-бах, та-ра-рах, ух, бух, бу-бух!

Старуха стояла-стояла в своем углу и говорит в темноту:

- Му-у-у-у...

Тишина. Она опять:

- Му-у-у-у...

Вдруг откуда-то снизу полупридушенный голос:

- Я когда вылезу, рога тебе, старая, обломаю... Сколь раз тебе говорил, что подпол закрывать надо!

Анекдот

47-летняя Валя не интересовалась ни сексом, ни мужчинами, всегда считала себя “уродиной” и “ошибкой природы”. На самом деле это не так. Она очень остроумна, с живым умом, оптимистка и хохотушка. Сама говорит, что ее все считают “душой компании”, без нее не обходится ни одна вечеринка, она вечный балагур и шутница, обожает всяческие розыгрыши. Когда она рассказывает смешные истории и сама заразительно хохочет, у нее появляются ямочки на щеках, она становится очень симпатичной. Валя очень обаятельна, хотя все ее поведение нарочито мужеподобное, а в пренебрежении своей внешностью есть даже некоторая бравада. Она небрежно одевается, не пользуется косметикой, носит короткую стрижку. Любит мужские компании, среди мужчин чувствует себя “как рыба в воде”, “глушит водку стаканами” наравне с мужчинами. Выпить любит, но пьет только в компании. Тяги к спиртному нет, без спиртного спокойно может обходиться месяцами. “Выпить и поохмить”, - это ее любимое развлечение.

Дважды она была замужем, но разошлась уже через несколько месяцев. Детей у нее нет, живет одна.

Со временем мне удалось переубедить ее, что зря она вбила себе в голову мнение о своей внешней непривлекательности. “Эх, где вы были раньше, доктор, когда я была помоложе, - сказала она мне как-то, - теперь уж я старуха, кто на меня позарится. Ни ребенка не родила, ни пожила, как человек”.

Со временем она стала мягче. Как-то пришла на консультацию, подкрасив губы и с новой прической - мелким перманентом. Мелкие кудряшки к ее крупному обветренному лицу совершенно не шли, но тем не менее, я сделала ей комплимент. Обнадеживало, что, по крайней мере, она стала уделять внимание своей внешности, и у нее появилось стремление стать привлекательной. Она просто расцвела от похвалы, сказав: “А вы знаете, мне никогда никто не говорил комплиментов. Хвалили за работу, а то, что я женщина, никто не замечал. В детстве мне говорили, что я уродина, а я в это поверила и вела себя как уродина. А мужикам на работе было все равно, уродина я или нет, лишь бы все было в порядке по делу”.

И вот, спустя какое-то время Валя привела показать своего жениха - вполне симпатичного мужчину-вдовца, который был старше ее на 12 лет и на полголовы ниже. Он смотрел на нее с обожанием, называл “котиком” (при ее росте 175 см и весе 95 кг), а ей это явно нравилось, - так что в чувствах была полная идиллия.

Там, где у женщины начинается любовь, кончаются все ее принципы.

Т. Долэнга-Мостович

Валя была одета не как обычно, - в полинялые джинсы и джемпер, - а в красивый строгий костюм деловой женщины - темно-синий в легкую белую полоску, с белой блузкой, и ее крупная фигура выглядела очень впечатляюще. Волосы были подкрашены в платиновый цвет и лежали легкими волнами, она явно только что уложила их феном или побывала в парикмахерской. От легких теней на веках глаза казались пронзительно голубыми. У нее уже не было загара кирпичного цвета, она была слегка припудрена, но вся косметика в меру, и выглядела просто замечательно, о чем я ей тут же сказала. А ее жених сказал, что считает Валечку просто красавицей, и надо было видеть, как ей нравились все комплименты! Хотя она и выглядела на свои 47 лет, но это была уже другая женщина. Валя была счастлива, и это сразу было видно.

Молодость длится дольше, чем это кажется молодым.

Герцогиня Диана де Босак

Как говорила моя подруга, врач-гинеколог: “Женщины думают, что 45 лет и климакс - это конец бабьего века. Глупые! Когда они доживают до сорока пяти, они понимают, что жизнь еще только начинается!” Ей самой сейчас 50 лет, сын женат, у нее двое внуков, а она выглядит так, что дай бог каждой!

Надеюсь, мне удалось вас убедить, что сколько бы ни было вам лет, это не является препятствием для интимной жизни. Еще раз напомню, что сексуальных пенсионерок не бывает. В этом отношении прекрасный пол имеет немалое преимущество перед сильным: у последнего в силу физиологических особенностей с возрастом сексуальные возможности неуклонно снижаются. Так что пользуйтесь привилегиями, данными природой!

Пока вы ощущаете себя Женщиной, никогда не поздно начать все сначала.

Д.Е.

НЕМНОГО ИРОНИЗМОВ

Итак, вы уже знаете и стратегию, и тактику. Вопрос лишь в том, с кем осуществить свои сокровенные желания. Если у вас есть муж или любовник, который в постели вас больше разочаровывает, нежели радует, то в ваших силах сломать устоявшийся стереотип интимных отношений. В этом вам, помимо этой книги, помогут уже вышедшие в этой серии: “Гармония секса” и “Секс с изюминкой”. А если в данный момент вы одиноки, ждите выхода следующих книг, в них мы поговорим о том, по каким критериям выбирать подходящего вам партнера, где и как с ним познакомиться, как его завоевать, а, завоевав, удержать и, если у вас будет таковое желание, довести до ЗАГСа и как потом строить отношения, чтобы ваш брак был счастливым.

А для того, чтобы вы закрыли эту книгу с улыбкой еще несколько ироничных фраз-перифраз о сексе и взаимоотношениях полов.

Сказавши А, не будь Б.



Чтобы целоваться как невинная девушка, нужно хорошенько потренироваться.



Милые девушки! Если вы решились выйти замуж, еще раз подумайте, стоит ли ради одной сосиски приобретать всю свинью?



Мужчину нужно покорять своей внешностью, а не умом - мужчины часто бывают глупы, но очень редко - слепы.



Принцип: “В постель - только после ЗАГСа”, - очень помогает ускорить процесс, когда мужчина не хочет жениться.



В квартиру и в душу мужчины нужно внедряться постепенно.



С возрастом вы привыкнете к своему возрасту.



“Он пытался достать языком аж до моих гланд. Нет, это не поцелуй, а разврат!”



Чтобы случайно не назвать в постели Мишу Витей, называйте всех мужчин “мой котик”.



Беспроницательный способ завоевать мужчину: сказать: “Нет”.



Не верьте, когда мужчина говорит, что его сердце разбито. Он имеет ввиду непорядки с другим органом.



Женщине никогда не бывает столько лет, на сколько она выглядит.



От девушки пахло грехом.



К прекрасному полу безразличны лишь импотенты и “голубые”. Вам остается лишь выяснить, к какой группе относится мужчина, который не обращает на вас внимания.



Женщина должна одеваться так, чтобы мужчине хотелось ее раздеть.



Чтобы быть удачливой, нужно быть зубастой. Чтобы быть зубастой, нужно иметь хорошего дантиста. Чтобы иметь хорошего дантиста - нужно быть женщиной.



Чем короче юбка, тем легче шагать в ногу со временем.



Счастье наступило... на мозоль.



Никто не застрахован от нечаянной встречи с мужчиной своей мечты, поэтому собираясь утром на работу, не забудьте о сексуальном белье.



Пусть каждая ваша ночь напоминает первую брачную!



Поймав мужчину, не выпускайте его из объятий.



“Малый дамский набор” - презерватив, запасные трусики и зубная щетка.

“Большой дамский набор” - дополнительно к “малому” еще и вибратор - на случай, если не повезет с партнером.



“Пятна на моей биографии появились исключительно из чистых помыслов”.



Скоро секс окончательно вытеснит любовь.



Хочешь отделаться от искушения, - уступи ему.



Директор студии звукозаписи предложил начинающей певице прослушаться... через постель.



Мужчины внушаемы. Чтобы он ценил и не возомнил, никогда не говорите в постели: “Ты был великолепен!”, но: “Я была великолепна!”



Если не хотите, чтобы мужчина на пляже соскальзывал, не пользуйтесь маслом для загара.



Случайные любовные связи могут иметь венерическое продолжение.



Женщины, как и осетрина, второй свежести не бывают.



“Мужа не было дома, а сосед ко мне полез. Я ему так дала, что он не смог подняться”.

*

Она знала лишь один физический закон - закон трения.

*

Татуировка у девушки внизу живота: “Руками не трогать!”

*

“Он оставил во мне глубокий след - беременность двойней”.

*

Жене - дневные проблемы, любовнице - ночные радости.

*

Объявление: “Ты, подонок, лишивший меня девственности в подъезде дома номер 5 по улице Разгуляева! Позвони по телефону 333-33-33”

*

“Изнасилования не было! Мы малек “потерлись”, но на дружеской основе”.

*

Скорее солнце встанет, чем у него.

*

Решив отвадить поклонника, она сказала, что сама кастрировала своего кота.

*

“Честно признаюсь - участвовала в групповых траханациях”.

*

Она спала с мужчинами только потому, что боялась всякой нечисти.

*

Вернувшись с вечеринки, ужинать не смогла - кусок в рот не лез после того, что там было.

СЕКС-МЕНЮ ДЛЯ СУПРУГОВ СО СТАЖЕМ

20 ПРИЗНАКОВ ТОГО, ЧТО ВЫ - ЖЕНАТЫЙ ЧЕЛОВЕК

* * *

- 1 Сколько бы вы ни зарабатывали, денег катастрофически не хватает.
- 2 Раньше вы покупали цветы, а теперь зелень
- 3 Покупая на 8 марта веточку мимозы, вы отчаянно торгуетесь.
- 4 В вашем кармане всегда есть список продуктов и полиэтиленовый мешок.
- 5 Вечером в прихожей всегда наготове мусорное ведро.
- 6 Вам приходится отчитываться за каждую потраченную копейку.
- 7 Вы узнали, что означает слово “зачатка”, хотя еще недавно подшучивали над приятелями, спецами-зачатковедом.
- 8 Вам пришлось перейти со своих любимых сигарет на дешевые.
- 9 Теперь вам редко удастся посидеть с друзьями за рюмкой “чая”.
- 10 Каждый день вы вспоминаете, как было хорошо дома, с мамой.
- 11 Вы ностальгически вспоминаете свои молодецкие похождения.
- 12 На работу вы ходите в том же костюме, в котором были на школьном выпускном вечере.
- 13 Расслабляясь с коллегами в курилке, вы смакуете слова “телка”, “сисятник”, “ноги от коренных зубов”, зная, что дома вас ждет корова с дряблым выменем и свиными ножками.
- 14 Вы любите рассказывать анекдоты про женскую бестолковость.
- 15 Теперь почти каждое ваше предложение начинается со слов “А вот моя сказала...”, “Моя считает, что...”
- 16 В вашей речи часто встречаются слова-паразиты: “как хочешь”, “конечно”, “разумеется”, “согласен”, “ладно”, “хорошо”, “да”, “непременно куплю”, “это тебе очень идет”.
- 17 Вы готовы ездить в командировки каждый день, особенно на выходные дни.

18 Ваш гараж уютнее вашей квартиры.

19 Стоит вам прилечь, как является эта мегера и, уперев руки в боки начинает орать:
“Опять разлегся, бездельник!”

20 Вам довелось узнать, что не косметика, а скалка - главное оружие женщины.

20 ПРИЗНАКОВ ТОГО, ЧТО ВЫ ЗАМУЖЕМ

* * *

1 Раньше вы хотели замуж, а теперь хотите развода.

2 Денег катастрофически не хватает.

3 Раньше вам оказывали внимание многие мужчины, теперь не оказывает ни один.

4 Цветы вам дарят дважды в год: жалкую веточку мимозы на 8 марта и букет гвоздик наутро после совещания.

5 Все ваши подруги одеты лучше вас.

6 В вашей речи появились слова-сорняки: “Купи”, “Сходи в магазин”, “Вынеси ведро”,
“Ну сколько можно повторять!..”

7 Вам довелось узнать мерзкие слова “Планирование семьи”

8 Вы уже знаете, чем отличается “мерседес” последней модели от спортивного “альфа-romeo”, хотя ни разу не ездили ни на том, ни на другом.

9 Вам приходится на практике иметь дело с законом всемирного тяготения - сколько пыль ни вытирай, она все равно садится.

10 Вы научились определять степень опьянения по часам.

11 По скрежету ключа в замочной скважине вы способны установить, сколько придется занимать до зарплаты.

12 Вы одорологическим методом можете определить, какими духами пахнет мужской пиджак.

13 Главное слово теперь для вас - “надо”: после работы **надо** бежать за ребенком в детский сад, потом **надо** купить продукты, затем **надо** приготовить ужин - и так до бесконечности.

14 Вам теперь понятно, что означает: “Кручусь как белка в колесе”.

15 От ваших ухоженных рук осталось одно воспоминание, а перчатки приходится покупать на два размера больше.

16 Вы приобрели привычку доедать за членами семьи.

17 Вас больше интересуют цены на продукты, чем на женские туалеты.

18 Мода вас уже не интересует, а раздражает.

19 Читаете вы теперь только в транспорте, и только те книги, которые помещаются в вашей сумке.

20 Незаметно для себя самой вы приобрели привычку ворчать по любому поводу.

СЕКС НАЧИНАЕТСЯ В ГОЛОВЕ

- Одна голова хорошо, а две лучше, - сказал он и поцеловал ее.

Д. Е.

Недавно ко мне на прием пришел мужчина, назовем его Дмитрием, со словами: «Жена считает, что у меня сексуальные проблемы. Я уже столько специалистов обошел... Уже не верю, что мне помогут». «Зачем же вы пришли ко мне?» - спросила я и услышала: «Жена читает ваши книжки. Велела к вам прийти». В ответ на мой вопрос: «А сами вы не хотели?» - собеседник пожал плечами, а на его лице без труда читалось: «Глаза б мои на вас не глядели! Нужны вы мне, горе-профессионалы!»

- Доктор, можно ли мне помочь? Я - импотент.

- А ваш отец тоже был импотентом?

- Да, мама постоянно жаловалась бабушке.

- А дедушка по папиной линии?

- Да, бабушка говорила маме...

- Странно, откуда же тогда вы...

- Я? Я из Одессы.

Анекдот

Потом Дмитрий объяснил суть проблемы, а когда я заверила, что мы с нею справимся, недоверчиво усмехнулся: «Все специалисты, к которым я обращался, говорили то же самое. И гипнозом меня лечили, и всеми современными методами, и лекарств я накопил аж на восемнадцать тысяч рублей. Все без толку...» - Он безнадежно махнул рукой.

Эрекция - как женщина: чем меньше о ней думать, тем чаще она появляется.

Д. Е.

«Как я понимаю, вы пришли, чтобы отметить, - полуутвердительным тоном произнесла я. – Жена велела – вы выполнили ее наказ. Теперь можете уверенно заявлять, что побывали и у Дили Еникеевой, и она вам тоже ничем не помогла».

Немолодой мужик приходит к сексопатологу и жалуется:

- Последнее время, доктор, я как-то странно чувствую себя, когда занимаюсь сексом...

- А что именно Вам мешает?

- Да с некоторых пор, в момент занятий любовью, у меня в ушах все время сильный свист.

- А сколько Вам лет?

- Ну, за 50...

- И вы, что же, аплодисменты хотите слышать?

Анекдот

Дмитрий слегка растерялся: деньги за визит уплачены, а результат нулевой, да к тому же, его почти выпроваживают уже после десяти минут общения. Другие врачи обещали ему помочь, что-то назначали, обследовали, а тут все не так. Ни тебе ласкового слова, ни понимания, ни сочувствия...

Если в аптеке вас спрашивают: “Вам завернуть презервативы в подарочную упаковку?” - значит, пришла старость.

Д.Е.

В общем, пессимистически настроенный Дмитрий впал в еще больший пессимизм, а я продолжала апробировать метод, именуемый «психодрамой»: «Если вам нужно отчитаться перед женой, приобретите у администратора нашего психологического центра какую-нибудь из моих книг с автографом и продемонстрируйте своей супруге в качестве вещественного доказательства». «У нее ваших книг и так навалом», - пробурчал мой визави. «В таком случае я напишу вам справку, что вы побывали у меня на приеме, и заверю ее своей личной врачебной печатью», - заявила я. «И все?» - изумился Дмитрий. «И все, - подтвердила я, решительно вставая. — Пойдемте, я велю администратору вернуть деньги, которые вы заплатили за консультацию».

Хочешь быть жеребцом - жеребись!

Д.Е.

Однако собеседник вставать не спешил и изумленно взирал на меня снизу вверх. Он ожидал, что его начнут уговаривать, убеждать, что нужно лечиться, а он будет капризничать и упираться — мол, ни черта ваше лечение не помогает! — потом торговаться и требовать гарантий.

Женщина всегда должна чувствовать крепкую мужскую... штуку.

NN

«Вы не будете меня лечить?» - наконец спросил Дмитрий. «Нет», - твердо ответила я.

«Почему?» - заканючил он. «Потому что вы не хотите лечиться. Если пациент не желает, то его даже от насморка не вылечишь. А уж от сексуальной дисфункции и подавно».

Неудача добила успех.

Д.Е.

Пауза. Мой собеседник осмысливал услышанное. После некоторого размышления он не очень уверенно оповестил:

«Но я хочу излечиться...» - «Отнюдь, - возразила я и пояснила: - В психиатрии есть понятие «условно приятное состояние». Означает это, что пациент говорит, якобы желает выздороветь, однако на самом деле такового желания у него нет. Как раз наоборот – существующее положение вещей его устраивает. Например, это позволяет привлечь к себе внимание, стать объектом неустанных забот близких людей, избежать выполнения домашних или супружеских обязанностей...»

Его член работает не по специальности.

Д.Е.

Я опять подвесила многозначительную паузу, давая ему возможность проанализировать сказанное и сделать выводы.

Один мужик жалуется другому:

- Я вот уже десять лет как импотент...

- А я - тьфу-тьфу-тьфу! - всего пять!

Анекдот

«Вы не правы, я хочу излечиться», - продолжал упорствовать Дмитрий.

Тогда я напомнила ему фразу, с которой он начал разговор, и все последующие пессимистические высказывания.

Человек, настроенный на неудачу, непременно потерпит неудачу.

Д.Е.

«С таким же успехом вы можете обойти еще десяток врачей и все больше и больше уверуете в то, что ваша сексуальная дисфункция неизлечима, - продолжала я «психодраму». - Однако любой сексолог приведет вам тысячи примеров, доказывающих обратное. Но вы уже убедили себя. Вы не маленький ребенок, которого тетя в белом халате уговаривает выпить лекарство. Не вижу необходимости уговаривать взрослого человека. Ваше заболевание не смертельно. Живите с ним дальше, раз вас это устраивает».

Разговаривают две подруги:

- Мой вчера заявил, что мечтает сделать это с двумя!

- Ну и что? Многие мужики этого хотят!

- Ха! Если он одну не способен удовлетворить, то зачем сразу двух расстраивать?!

Анекдот

Полагаю, вы уже догадались, как развивались события дальше. Разумеется, Дмитрий не ушел и стал отвечать на мои вопросы.

Мне с самого начала было все понятно, но хотелось, чтобы суть проблемы понял и мой пациент: когда человек до всего доходит сам, это расценивается совсем не так, как в случаях, когда я раскладываю все по полочкам и выдаю ему готовый ответ.

Если не на кого переложить ответственность, приходится брать ее на себя.

Д.Е.

В любом случае мои пациенты работают вместе со мной. Как показывает практика, это гораздо эффективнее, чем классическая схема: вначале обследование пациента, потом лечение.

«Рецепта счастья» я не выписываю. Человеку приходится самому потрудиться, чтобы решить свою проблему.

После неудачной попытки секса не очень молодая пара лежит в постели.

- Дорогой, а ты помнишь какой сегодня день?

- Помню, 30 лет со дня нашей свадьбы.
- А почему же ты меня не поздравляешь?
- Я пытался, но ты же видишь, не получилось.
- Ну а, хотя бы, словами...
- Fuck you!

Анекдот

На мой взгляд,

совершенно неверна установка, что секс - это то, что происходит ниже пояса.

Тут я намеренно упрощаю, чтобы более рельефно показать две диаметрально противоположные точки зрения.

Мое мнение таково:

Секс начинается в голове.

В данном случае я тоже максимально упростила идею, чтобы сделать ее более доходчивой и дать возможность художнику выделить визуально это предложение в тексте.

Соответственно,

невозможно оценивать сексуальные отношения в отрыве от межличностных.

ОН и ОНА разделись и вступили в неформальные отношения.

Д.Е.

ОДНИХ ЛЮБОВЬ ОКРЫЛЯЕТ, ДРУГИХ ОКОЛЬЦОВЫВАЕТ

Любовь подобна луне - если не возрастает, то убывает.

Д.Е.

Вопрос, который я задаю своим пациентам, выслушав рассказ о сути проблемы: «Любите ли вы свою жену?» (или мужа, если на прием приходит женщина).

Самое непостоянное чувство - любовь.

Самое постоянное чувство - желание любить.

Д.Е.

Как ни удивительно, многих людей этот вопрос ставит в тупик. Казалось бы – чего проще: ответить «да» или «нет». Однако лишь единицы отвечают сходу, почти не раздумывая. Причем уверенный ответ бывает как утвердительным, так и отрицательным.

Счастье не прошло мимо...

Уж лучше бы это “счастье” прошло мимо.

Д.Е.

Многие мои собеседники погружаются в анализ своих взаимоотношений с дражайшей половиной, и нередко ответ звучит неопределенно: «Наверное, да...» или «Не знаю». Или же пациент(ка) лишь пожимает плечами.

Накалиться могут только теплые отношения.

Д.Е.

Ну и как прикажете говорить об эрекции, эякуляции, продолжительности полового акта и прочих сексологических премудростях с человеком, который даже не может внятно ответить на вопрос, любит ли он(а) человека, с которым делит кровь и постель и с которым собирается петь Песнь Песней?!

- Почему ты все время ссоришься с женой? - спрашивает сосед соседа.

- Да она противоречит мне на каждом шагу!

- В чем именно?

- Возвращаясь домой, я говорю ей: “Добрый вечер”, а она каждый раз отвечает: “Доброе утро”!

Анекдот

«Двадцать два года назад я считал себя самым счастливым человеком на свете, - рассказывал мой пациент Михаил. – Я женился на самой красивой девушке нашего

института, которую неистово желал. За ней табуном бегали все наши парни, и я тоже был в их числе.

Ольга была такая гордая, такая самоуверенная... До постели у нас дошло не сразу – Оля держала меня на расстоянии.

Одним мужчинам женщины не дают спать, а другим просто не дают...

Д.Е.

Я с молодых ногтей упертый. На уши встану, но своего добьюсь. В одном мужском журнале я вычитал, что мой психотип называется «Александр Македонский», то есть, победитель. Чем сложнее задача, тем больше завожусь.

Так получилось и с Ольгой. Может быть, я и не стал бы за ней бегать, если б не высокая конкуренция. Я перевелся из ленинградского вуза, на третий курс, все остальные друг друга уже хорошо знали, а я был чужак. Тем более мне хотелось всем нос утереть. И-таки утер!

Когда Оля пустила меня в свою постель, вот тогда-то я в нее и влюбился. Секс у нас был просто фантастический!

Внимание, мужчины! Хороший подарок любимой мыло “Dowe”! Дав один раз, она непременно даст во второй и третий.

NN

Ретроспективно сознаю, что ничего особенно между нами в постели не происходило, но мне все казалось необыкновенным. И потом – Оля не зря считалась первой красавицей института. Она была очень красива, а уж обнаженная – просто неописуемо хороша.

Нет ничего прекраснее красивой женщины.

Д.Е.

Позволь она – я бы занимался с ней сексом сутками, мне больше ничего не надо было. От счастья совсем голову потерял. Учебу запустил, чуть из института не вылетел.

Олю я боготворил, готов был выполнить любой ее каприз.

Капризы позволительны лишь красивой женщине.

Д.Е.

Однажды на лекции мы прятались за высокими спинками скамеек. Они поднимались амфитеатром, а между последним рядом и широкими окнами было пространство, где обычно отсиживались влюбленные. Мы с Олей частенько сидели там, целовались, я был бы даже не прочь сексом заняться, да она боялась, что кто-то увидит.

И вот мы с ней обнимаемся, и вдруг Ольга говорит: «Сможешь прыгнуть из окна, если я попрошу?» «Запросто!» - говорю.

Влюбленный умник не умнее влюбленного дурака.

Д.Е.

Окна были приоткрыты – май месяц на дворе, - я распахнул окно и сиганул вниз. Третий этаж. Сломал ногу в двух местах и левое запястье. Оля меня каждый день в больнице навещала. Первое, что она сказала, когда пришла ко мне в палату: «Теперь я верю, что ты меня по-настоящему любишь».

Он любила ее, а она любила себя.

Д.Е.

Потом мы поженились, Ольга уже была беременна. Вскоре родился сын. Счастливее меня папаши, наверное, не было!

Судья:

- Подсудимый, вы признаете себя виновным в том, что избили свою жену в первую брачную ночь?

- Признаю. Но у меня есть смягчающие вину обстоятельства...

- Какие же?

- Я был пьян от счастья.

Анекдот

Я поклялся себе, что буду землю грызть, но у моей семьи будет все, что нужно белому человеку. И выполнил обещание.

Пышные женские формы требуют дорогого содержания.

Д.Е.

Теперь я состоятельный человек, но если бы можно было повернуть время вспять, в ту пору, когда мы были студентами, я бы, пожалуй, согласился... А может быть, не пожелал бы – не знаю... Знаю лишь одно: в то время я был счастлив...

И куда все делось?..

В браке надежда на счастье остается в прошлом.

Д.Е.

Я мчался по жизни во весь опор, гнался за призрачным счастьем, казалось, вот-вот ухвачу птицу удачу. И был удачлив в бизнесе. А счастья так и не достиг.

Года два назад я утром вошел в кухню, а жена стояла ко мне спиной, в халате, которого я никогда раньше не видел, и у меня возникло ощущение, противоположное дежавю, - «никогда не виденное». Будто это совершенно чужая, незнакомая мне женщина стоит в моей кухне и что-то делает возле плиты. Потом она обернулась и холодно посмотрела на меня – последние годы Ольга удостаивает только таким взглядом или вообще глядит как бы сквозь меня, будто я стеклянный или меня не существует, - и я подумал: «А ведь и в самом деле в моей кухне стоит совершенно чужая женщина...».

Приходит муж домой и объявляет жене, что через пару часов к ним в гости зайдет их друг.

- **Ты что, офигел?! - ворчит жена. – Нашел когда приглашать друзей. У ребенка режутся зубки, и он орет не переставая, в доме все вверх дном, а я уже полгода не ходила в парикмахерскую.**

- **Это же прекрасно! – говорит муж. – Дело в том, что он вбил себе в голову**

дурацкую идею жениться. Так я покажу ему наглядно, что его ожидает...

•

Анекдот

• Я пил кофе, жевал завтрак и думал: «А зачем я корячился все эти годы? Думал, у нас семья, а нет никакой семьи...»

Если ваша жена гремит посудой на кухне и мешает вам смотреть футбол, снимите телефонную трубку и тихо-тихо скажите: “Галя, это ты?” Шум на кухне моментально смолкнет.

Д.Е.

Сын учится в Англии, я допоздна пропадаю в офисе и понятия не имею, чем в это время занята моя жена. Может быть, любовника завела, но даже если и так, мне это безразлично. Как безразлична она сама. Уже несколько лет мы спим в разных спальнях и вообще не прикасаемся друг к другу. Даже не целуемся при прощании.

Однажды я заметил Ольгину брезгливую гримасу – она провожала меня в Шереметьево, и я наклонился ее поцеловать. На лице моей дражайшей половины было такое омерзение, будто к ней прикоснулась жаба...

С тех пор у меня нет ни малейшего желания дотрагиваться до супруги.

Говорить нам совершенно не о чем. У Ольги свой круг таких же сытых бездельниц, свои интересы. Мои дела ее нисколько не интересуют.

А я возвращаюсь домой, мечтая увидеть темные окна нашей квартиры...

Муж возвращается домой после полуночи.

• Где ты шляешься! – кричит на него жена. – я уже три часа читаю в постели, жду, когда ты вернешься.

• А я уже три часа стою под окнами и жду, когда ты наконец погасишь свет...

•

Анекдот

- Получается, что я женился на безмозглой кукле только лишь потому, что она была фантастически красива и обладала сногшибательной фигурой...

- Но от ее былой красоты уже ничего не осталось. Все в ней искусственное. Подтяжки, липосакция, силиконовые трансплантаты. Ольга тратит десятки тысяч долларов на пластических хирургов, омолаживающие процедуры, средства для похудения, но мне даже смотреть на нее не хочется.

Муж упрекает жену:

- По-моему, ты слишком увлекаешься диетой и уходом за волосами.

- А что в этом плохого?

- Как это что? Ты представляешь, во что превратишься - костлявая и с косой!

Анекдот

И как я раньше не замечал, что в глазах моей жены столько же мысли, сколько у куклы Барби? И что взгляд у нее злой, а губы тонкие? Как-то раз Ольга накачала в губы то ли силикон, то ли гель, - чтобы попухлее были. Но зачем сорокадвухлетней злючке пухлые губки?

Евроремонт лица и капремонт души.

Д.Е.

Неужели она не понимает, что ее поезд давно ушел, и время вспять не повернуть?!

- **Вы не знаете, что это за страшилище?**

- **Это моя жена.**

- **Простите, я сказал глупость.**

- **Да нет, это я сделал глупость.**

•

Анекдот

- Если бы не сын, я бы давно развелся с Ольгой. Но Филипп учится в

респектабельном заведении, руководство которого придерживается консервативных взглядов. На россиян и так поглядывают косо, а если мы с Ольгой разведемся, нам могут вежливо порекомендовать перевести сына в другое учебное заведение».

- Вот такая печальная исповедь. Как говорится, богатые тоже плачут.
- Зачем Михаил приходил ко мне? Да просто излить душу. А кому еще он может рассказать о себе? Отца уже нет в живых, а мать в преклонном возрасте. Да и вообще – какой нормальный мужчина станет плакаться маме на неудачный брак?!

Обручальное кольцо стало нимбом великомученика.

Д.Е.

Но акулы бизнеса – тоже люди. И у них самые обычные житейские проблемы. Их единственное отличие от людей малоимущих – отсутствие финансовых проблем, да и то не всегда. Недаром говорят: «У одних щи жидкие, а у других жемчуг мелок».

Бедность – не порок. А богатство?

Д.Е.

За рубежом многие люди посещают психоаналитика. Они сознают, что их успешность целиком зависит от психической комфортности.

Депрессия, неврозы – недуги коварные. Их опасность состоит в том, что пониженному настроению находят вполне убедительные оправдания, – деловые люди ведут стрессогенный образ жизни, - а человек утешает себя, мол, со временем все само пройдет.

Утрата любви, крах надежд, разочарование в семейной жизни (и/или в спутнике жизни) – тяжелая психическая травма, которая может вызвать депрессию. А в состоянии депрессии ничего не хочется, в том числе и секса.

“Пообщавшись с ней, я заработал сексуальный невроз”.

Д.Е.

Удалось ли помочь Михаилу? Разумеется. Психоанализ – замечательный метод лечения

неврозов. В том числе, сексуальных неврозов.

Реклама по телевизору. Голос за кадром:

- **Пропало желание? Это нервы. Заплати налоги и живи спокойно.**

Пауза.

- **Налоговая полиция. Лечение сексуальных расстройств за один сеанс!**

•

Анекдот

ПОЛОВОЙ ИНСТИНКТ СМЕНИЛСЯ ПИЩЕВЫМ

Теперь его основным инстинктом стал пищевой.

Д. Е.

Половой инстинкт превалирует только у животных: кобель может сутками спариваться с течной сучкой, забыв о еде и воде. Но даже в анекдотах (а ведь это правда жизни в ироничном выражении) говорится о том, что здесь есть нюансы.

Секс - это попытка объединить два тела в одно.

Д.Е.

Напомню старый анекдот (ну очень старый! – но прошу читателей меня простить, он тут к месту, к тому же, это, можно сказать, классика анекдотического жанра). Ученые решили поставить научный эксперимент: что важнее – половой инстинкт или пищевой. Приводят к кобелю сучку и одновременно ставят кормушку с едой. Кобель вначале накинулся на сучку, а потом на еду. «Половой инстинкт важнее пищевого», - говорит один ученый. На второй день то же самое. А на третий день кобель, не удостоив вниманием сучку, сразу ринулся к кормушке. «Нет, пищевой инстинкт важнее полового!» - радуется второй ученый. А третий говорит: «Еду вы меняли каждый день. А сучку?...»

- Вы верите в платоническую любовь?

- Да, но только между супругами.

Анекдот

Восемнадцатилетнему юноше можно и не задавать вопрос: «Любишь ли ты девушку, с которой спишь?»

«С кем сплю, того и люблю».

Д.Е.

Некоторые юнцы вообще не задумываются на эту тему, а другие в ответ рассмеются – мол, вы, старая плесень, мыслите категориями XX века, а на дворе XXI век! - секс не имеет никакого отношения к любви, да и вообще любовь – пережиток прошлого, своего рода атавизм.

- Ребята, я придумал новый смайлик для общения с девушкой:

;-) :-

Анекдот

Не удивляйтесь, мой взрослый читатель, такова нынче точка зрения определенной части молодежи, - в России происходит третья сексуальная революция.

Платоническая любовь - это промежуток между знакомством и постелью.

Д.Е.

Однако здесь мы не говорим об озабоченных юнцах, на поведение которых существенно влияет бунт гормонов.

Сын собирается на свидание:

- Пап! Дай денег на презервативы.

- Не дам. Я внуков хочу.

Анекдот

Мы говорим о взрослых людях со сложившейся иерархией жизненных ценностей, для которых половой инстинкт – не основной.

- Кого хочу - не знаю, кого знаю - не хочу...

Д.Е.

Если некто испытывает к человеку противоположного пола бешеную страсть, тут преимущественно играют роль половые гормоны.

Тщательные научные исследования показали, что половой акт длится в среднем 8 минут, время, в течение которого член вводится во влагалище, в среднем 30 раз в минуту, из чего следует, что за один половой акт происходит 240 проникновений члена во влагалище. Принимая во внимание тот факт, что мужской половой орган, в среднем, достигает длины 15 сантиметров, можно вычислить, что в женщину вводят 3.600 сантиметров, то есть 36 метров мужской плоти за один половой акт. Известно, что большинство женщин занимаются сексом 3 раза в неделю, а так как в году 52 недели, получается, что они совершают 156 половых актов в году. Из этого следует, что в год в них вводят 5.885 метров пенисов, что равняется почти 6-и километрам в год, или полутора километрам в месяц.

Таким образом, уважаемые девушки и дамы, если вы до сих пор еще не получили причитающиеся вам километры, позвольте своему партнеру (или кому-нибудь еще) ввести вам не достающий километраж, на который имеют право все женщины на свете. Кроме того, имейте в виду, наука доказала, что лишние несколько сантиметров вам не повредят. Напротив! Они вас сделают еще более влажными, подвижными, гибкими, физически развитыми, а главное удовлетворенными!

Анекдот

Но если он и она живут под одной крышей и спят в одной постели уже не один год (или не один десяток лет), то одной лишь игры гормонов недостаточно.

Его либидо не хватало даже на жену.

Д.Е.

В отличие от животных, которым необходимо реализовывать половой инстинкт, иначе они вымрут, к тому же, звери не способны сублимировать либидо в социальную сферу, человек может побороть жало плоти. Надолго.

Воздержание - прибежище тех, кто не имеет возможности или уже не способен наслаждаться жизнью.

Д.Е.

Бывает, что воздержание дается нелегко. И все же homo sapiens не станет уподобляться мартовскому коту.

Муж будит жену среди ночи, сует ей стакан воды и две таблетки аспирина:

- Вот тебе таблетки от головной боли.

- Но у меня не болит голова!

Муж, снимая трусы:

- Ага-а!

Анекдот

Но чаще всего голос плоти заглушается каждодневной рутиной: работа – забота о хлебе насущном – дети – бытовые хлопоты. Список можно продолжить.

Эпитафия: «Погиб при исполнении супружеских обязанностей».

Д.Е.

ПРИ КАКОЙ ТЕМПЕРАТУРЕ КИПЯТ СТРАСТИ?..

Сильные страсти не для бессильного.

Д.Е.

«Мы женаты семнадцать лет, у нас двое детей, по всем параметрам наш брак можно было бы назвать стабильным. Одна беда – сексом мы почти не занимаемся», - признался мой пациент Игорь.

«Нам с женой стало скучно в постели», - это слова другого пациента.

Даже самую горячую страсть рано или поздно ждет охлаждение.

Д.Е.

Разумеется, они пришли на консультацию не только ради того, чтобы пожаловаться на сексуальную скуку, но и с надеждой: можно ли вернуть отношениям былую страсть?

- Я люблю тебя так же страстно, как и прежде, но чтобы случайно не стряхнуть пепел с сигареты на кровать, я вынужден двигаться как можно медленнее.

Д.Е.

И вот тут мы возвращаемся к главной идее этой книги: секс начинается в голове.

Как бы проста на первый взгляд ни казалась эта идея (Кстати, вы не замечали: то, что озвучено кем-то, всегда кажется чрезвычайно простым, и каждый думает: «И как мне это раньше не пришло в голову?!»), почему-то многие на эту тему не задумываются. Есть проблема: нехватка секса, - следовательно, ее нужно решить, восполнив дефицит. И вот муж (или жена) требует от своей половины исполнения супружеского долга, тем самым усугубляя имеющийся конфликт.

И ни ему, ни ей не приходит в голову, что не в сексе дело, а в отношениях.

Скажи мне, кто твоя половина, и я ей от души посочувствую.

Д.Е.

Раздеваясь перед интимной близостью, человек скидывает с себя не только одежду, но и своеобразную защитную броню, с помощью которой прячет от окружающих свой внутренний мир. В первую очередь то, чего стыдится и чего не желает никому показать. Но хочет он того или не хочет, в интимной обстановке каждый участник предстает голым не только телесно, но и душевно.

Секс обнажает нашу суть, наши комплексы и другие проблемы, наши взаимоотношения.

Разумеется, секс не ограничивается эротическими ласками и играми, половым актом, оральной стимуляцией и прочей техникой. Это не только телесный контакт, но и эмоциональный.

Чем ближе пара друг к другу в кровати, тем ближе они друг к другу в остальное время.

Д.Е.

Невозможно заниматься любовью с человеком, к которому испытываешь неприязнь. А если к человеку ничего не испытываешь, то это не секс. Это совокупление.

Образно говоря, секс – это дуэт. Певцы могут петь в унисон, но могут вести каждый свою партию. Если они спелись, то вместе их голоса приобретут иное звучание, чем соло. В хорошем дуэте оба участника тонко чувствуют партнера. Если одному захочется импровизаций, второй легко подстроится.

Секс - это дуэт, где каждый фальшивит по-своему.

Д.Е.

Иное дело, если участники дуэта не обладают артистической интуицией. Тогда будет вариант «один в лес, другой по дрова».

Так и в сексе. Если мужчина и женщина любят друг друга, их тела и души настроены в унисон. Каждый с радостью откликается на любую новацию партнера. Потому что секс – это апогей любви.

Но если чувства угасли, тогда наступает разлад и в интимной сфере. Например, муж хочет близости, а у жены тридцать три отговорки. Или наоборот: секса хочется ей, а он «устал».

Через несколько дней после сотворения мира бог призвал Адама и говорит ему:

- Настало время, чтобы ты и Ева начали процесс заселения Земли. Иди и поцелуй ее.

- А что такое “поцелуй”? - спрашивает Адам. Бог ему объяснил, Адам схватил Еву и потащил в кусты. Через несколько минут вылезает довольный:

- Спасибо, Боже, это было приятно.

- А теперь, - говорит ему Бог, - иди и обласкай Еву.

- А что такое “обласкай”? - спрашивает Адам.

Бог ему объяснил, и Адам снова нырнул в кусты к Еве. Минут через пятнадцать вылезает весь сияющий:

- Большое спасибо, Боже. Это было даже лучше, чем поцелуй.

- Ну, а теперь, - говорит ему Бог, - я хочу, чтобы ты совокупился с Евой.

- А что такое “совокупился”? - снова спрашивает Адам.

Бог ему объяснил, и Адам в третий раз нырнул в кусты. Но не прошло и минуты, как он выбирается оттуда и спрашивает:

- Боже, а что такое “головная боль”?

Анекдот

Связующая нить между двумя людьми – любовь. Все эти наукообразные теории про «химию» - мол, нет никакой любви, а все происходит на уровне биохимических реакций и выработки определенных веществ в организме, - на мой взгляд, полнейший бред (если бы вы только знали, дорогой читатель, сколько же на свете сумасшедших, и как они умеют задурить своими бредовыми идеями доверчивых сограждан!).

Сексуальное влечение угасает из-за разлада в межличностных отношениях.

Противоположная точка зрения – мол, я разлюбил жену, потому что она утратила для меня сексуальную привлекательность, - в большей степени присуща мужчинам. Именно они нередко оправдывают «дефицит секса» тем, что супруга уже не возбуждает. Самые распространенные упреки – «растолстела», «обабилась».

От спокойной жизни она скучнела и толстела.

Д.Е.

В определенной степени мы, сексологи, виноваты в том, что дали козырь представителям

сильного пола, растиражировав расхожую фразу: «Мужчина любит глазами».

Когда он смотрел на обнаженную Данаю, в штанах шевельнулось чувство прекрасного...

Д.Е.

И вот теперь любой муж, чья половина не обладает фигурой топ-модели, имеет моральное право заявить, мол, полновата ты, дорогуща, не заводит меня созерцание твоего тела.

И это, увы, печальная правда жизни. Подобные заявления мне приходилось слышать не раз, и не два.

Полная женщина зимой согреет, а летом даст тень.

Д.Е.

Но что самое удивительное – лишь единицы из моих пациенток говорили нечто в том же духе про своих мужей. Или, в полном согласии с другой расхожей фразой: «Женщина любит ушами» - дамы должны полностью закрывать глаза на обнаженные недостатки мужчины?

Самый сексуальный памятник в мире - Царь-пушка. Какое дуло! Какие ядра!

Д.Е.

Бывает, приходит пациентка и говорит, что их с супругом интимная жизнь мертвее покойника, а ей бы хотелось регулярного секса. Выяснив все, я приглашаю супруга и... Конечно, вкусы у всех различаются, судить со стороны – дело неблагодарное (я ведь только что говорила, что движущая сила секса – чувства). И все же...

- Надо было выйти за тебя замуж, чтобы понять, что ты за идиот!

- Ты могла это увидеть сразу, как только я сделал тебе предложение!

Анекдот

Признаюсь по секрету, я часто вспоминаю (и вслух, и про себя) старый-старый, но жизненный анекдот о том, как женщина нашла на помойке мужика и сетует: «Кто же его на помойку-то выбросил? Если его отмыть, с ним же еще жить можно!»

У козы глаза грустные, задумчивые. Еще бы! - ведь у нее муж-козел.

Д.Е.

Вот и мои пациентки порой поражают тем, что хотят секса с *таким* мужчиной. Или просто за неимением другого?..

“Мой муж - орел! Взгляд такой же и молчит точно так же!”

Д.Е.

Но мое дело маленькое. Раз ко мне обратилась пациентка, моя задача — помочь, а не удивляться.

На приеме у сексопатолога.

- Доктор, мой муж не может... - печально говорит дама.

- Вот вам таблетка, - говорит врач, - только учтите: средство пока малоизученное, поэтому обязательно придите ко мне и расскажите, какой получился эффект.

На следующий день эта дамочка прибегает, буквально преобразившаяся и помолодевшая:

- Доктор! Эффект получился просто потрясающий! Дала я эту таблетку мужу перед обедом. Так он тут же поймел меня три раза, после обеда еще пять раз, потом еще два раза и перед тем, как умер - еще три раза!

Анекдот

МУЖЧИНЫ ЗАНИМАЮТСЯ СЕКСОМ, А ЖЕНЩИНЫ - ЛЮБОВЬЮ

Если вы любите, то секс - это минимум, чем вы можете одарить друг друга; если вы не любите, то секс - это максимум того, что вы можете дать друг другу.

Д.Е.

В этой и последующих главах я расскажу несколько историй из своей практики. Они довольно типичны. Возможно, вы, мой читатель, с первого взгляда не узрете ничего

похожего на вашу проблему (раз вы приобрели эту книгу, следовательно, проблема есть, не так ли?) и все же не спешите с выводами. Частности не столь важны – важна суть. Как рекомендовал Козьма Прутков: «Зри в корень!».

- Всего несколько секунд наслаждения, а потом столько обязательств и неприятностей...

Д.Е.

Ко мне пришла пациентка, назовем ее Ритой, с жалобами на утрату способности испытывать оргазм. Она замужем три года, ее малышу пятый год. До свадьбы встречалась с Алексеем, будущим мужем и отцом ее ребенка, восемь лет.

«Наверное, роды на меня так повлияли, - вздыхала моя пациентка. – Пока мы с Лешей не были женаты, мне было хорошо в постели».

Солнце, воздух и вода... Ну что еще нужно для хорошего секса?!

NN

Роды, особенно первые, существенно влияют на организм женщины. И все же, как правило, став матерью, женщина обретает способность переживать оргазм, а не утрачивает ее.

Мне было ясно, что здесь без психоанализа не обойтись, и мы начали с Ритой сеансы психоанализа.

Приходит женщина к психоаналитику:

- Мне все время снится один и тот же мужчина...

- Ну и что?

- Видеть его больше не могу!

Анекдот

Когда они с Алексеем познакомились, семнадцатилетняя Рита была студенткой, а сорокатрехлетний Алексей – доцентом кафедры вуза, где она училась. Она влюбилась

безоглядно и продержалась на высоком накале чувств довольно долго.

Говорят, любовь может все... А избавить от бедности и зубной боли?..

Д.Е.

Ее возлюбленный тоже, вроде бы, был влюблен, но ехидные «доброжелательницы» регулярно доносили Рите, что «Алексей Палыч строил глазки» то одной, то другой смазливой студентке. Влюбленная девушка считала все это наветами — мол, от зависти девчонки языками чешут. Еще бы! Алексей Павлович Старицын — жених завидный, без пяти минут доктор наук, да и бизнес у него свой есть, а сам прикинут-упакован, живет в дорогой квартире на Кутузовском, катается на новеньком «Лексусе». И выбрал, между прочим, ее, Риту!

Науку страсти нежной девушка постигала под чутким руководством возлюбленного. Тот в этом деле оказался асом, а она — прилежной ученицей. В итоге у них сложился замечательный тандем в постели.

Во время первого интимного свидания сначала снимите с девушки розовые очки...

Д.Е.

Прошел год, потом два, затем три, а Алексей все не делал предложения. Рите было неловко первой заговаривать на эту тему — не так она воспитана.

Как это свойственно влюбленным женщинам, Рита находила всевозможные оправдания любимому: ему нужно защитить докторскую диссертацию, потом занять подобающее место в ученом мире. В общем, недосуг милому жениться.

И вот прошло уже несколько лет со дня их первого свидания, а предложения руки и сердца так и не поступило.

За это время Рита успела сделать три аборта — как ни старалась уберечься, но порыв страсти иногда застигал их неподготовленными (то есть, девушка не запаслась презервативами).

Аборт - вот цена, которую приходится платить за то, что у тебя есть гормоны.

Д.Е.

Гинеколог предупреждала, что ей противопоказаны оральные контрацептивы, однако Рита настояла – надоело каждый месяц с ужасом ждать: «придут» или «не придут».

Для одних женщин эти дни «критические», а для других – самые счастливые.

Д.Е.

О том, чтобы оставить ребенка, и речи быть не могло: Алексей уже при первой Ритиной беременности категорически заявил: «Никаких детей!»

Рита окончила институт, стала работать и все еще пребывала в непонятном статусе.

«Почему Леша на тебе не женится?» - теребила девушку мать. А что могла ответить Рита? Докторскую Алексей защитил, должность заведующего кафедрой получил, а бизнес семейной жизни не помеха. «Он много работает...» - бляла она в ответ на нападки матери. Но та не сдавалась. И добились-таки своего: Рита набралась решимости поговорить с любимым о планах на будущее.

«Надо подумать», - с важным видом заявил Алексей, а девушка загорелась надеждой – ну конечно же, он решит, что уже пора! Давно пора!!!

Возлюбленная компьютерщика мурлычет ему на ушко:

- Любимый, ну когда, когда мы будем регистрироваться?

- А на хрена? Я щас и так взломаю...

Анекдот

Прошло еще несколько месяцев – никаких сдвигов.

И снова Рита надумала объясниться с Алексеем. И вновь получила невразумительный ответ: «Но ты же понимаешь – это серьезное дело!»

«Ну да, а спать с несовершеннолетней студенткой, будучи ее преподавателем, – это, по его понятиям, несерьезное дело?» - бурчала Ритина мама, когда дочь пыталась объяснить, почему

Алексей не дает внятного ответа.

«Да сколько же можно морочить мне голову?!» - не выдержала однажды Рита и тут же пожалела о своих словах. «Я так и знал: тебе нужно одно – женить меня на себе! – обвиняющим тоном заявил Алексей. – Все девицы, с кем я был знаком, хотели только одного. Я полагал, что ты не такая, но ошибся».

Это был для Риты удар вдвойне. Раньше она не верила слухам, что у Алексея Павловича Старицына было множество молоденьких пассий, что он из тех, кто пользуется, но никогда не женится. А теперь он сам в этом признался! Мало того – уравнил ее со всеми остальными! Вдобавок вообще не намерен жениться!

Не любовь зла, а козел зол.

Д.Е.

Все это Рита без обиняков высказала любимому, а тот ухватил лишь часть сказанного (обычно это свойственно женщинам) и перевернул все с ног на голову (что тоже считается проявлением «женской логики») – мол, он оказался прав, она такая же, как все, ей нужно лишь окольцевать мужчину!

- **Я никогда не женюсь. Когда-то я любил одну девушку, и она сделала из меня дурака.**
- **Как видно, ее влияние на вас оказалось долговременным.**

Анекдот

Рита, которая много лет молчала, надеясь, что Алексей сделает ей предложение, была возмущена до глубины души. Впервые в жизни она ушла сама – раньше при размолвках уходил Алексей.

Мать одобрила ее решение: «Да сколько ж можно ждать неизвестно чего?! Я давно поняла, что он на тебе никогда не женится!».

Женитесь - и поймете, что такое счастье. Но будет уже поздно...

Д.Е.

Рита поплакала, погоревала, а потом утерла слезы и решила учиться жить без Алексея. Стала принимать ухаживания молодого коллеги, о былом старалась не вспоминать.

И вдруг, спустя полгода, Алексей вновь появился на горизонте. Он знал, как растопить Ритино сердце, и стал плакаться на жизнь – мол, остался один-одинешенек, никому я не нужен и мне никто, кроме тебя, не нужен, не могу тебя забыть, нам было так хорошо вместе...

Не хотите погубить любовь - обуздайте свой эгоизм.

Д.Е.

Рита расчувствовалась и даже расплакалась. И, само собой, согласилась поехать к нему домой (Алексей жил один).

По ее предположениям, именно в ту незабываемую ночь и был зачат их ребенок. В период разлуки у Риты не было сексуального партнера, и она прекратила прием контрацептивов. И забеременела.

Почувяв беременность невесты, жених сбежал от ответственности.

Д.Е.

Последующие полтора месяца ничем не отличались от периода, предшествовавшего разлуке. Они встречались в квартире Алексея, но о будущем он не заговаривал.

Рита была уверена, что свадьба не за горами. А как же иначе? Ведь любимый почти признался ей в любви. «Мне никто, кроме тебя, не нужен», «Не могу тебя забыть», «Нам было так хорошо вместе» - это же признание в любви, просто в иной форме, - так обманывала себя девушка. Она светилась от счастья – они с любимым снова вместе!

Истинную любовь не обретишь с кем попало.

Д.Е.

И вот Рита узнала, что беременна. И, разумеется, первым делом сообщила об этом

радостном событии возлюбленному. Но тот, вопреки ее ожиданиям, не разделил ее радости. Наоборот, скривился, будто выпил уксусу, и мерзким тоном произнес: «Ну зачем нам ребенок... Это совсем некстати».

“Прошу учесть: этот ребенок не моего производства!”

Д.Е.

Возмущенная Рита твердо заявила, что больше на аборт не пойдет. «Хватит, - сказала она. – Я уже и так рисковала, трижды сделав аборт, хотя еще не рожала. А это, может быть, моя последняя возможность стать матерью».

Не обращая внимания на недовольную мину любовника, Рита еще раз твердо повторила, что будет рожать.

Вернулась домой, рассказала все матери. Та лишь вздохнула, но возражать не стала.

Две недели Алексей не появлялся. А когда объявился, вновь запел старую песню – как ему одиноко одному, как он скучал, - и звал на очередное интимное свидание.

Строгая мать говорит жениху своей дочери:

- **Молодой человек, смотрите, чтобы сегодня моя дочь вернулась домой пораньше.**
- **Не беспокойтесь. Я лично уложу ее в постель в 10.00.**

Анекдот

Но прежде уступчивая возлюбленная неожиданно проявила строптивость – статус будущей матери серьезно повлиял на ее мировоззрение. И открыл глаза на человека, которого она считала любящим и любимым.

В любовном приключении мужчины притворяются любящими, женщины - искренними, и оба обманывают друг друга и себя.

Д.Е.

Рита поняла, что Алексей – типичный сексуальный потребитель. Правда, этого словосочетания она тогда еще не знала, но, проанализировав их взаимоотношения, пришла к

выводу, что любила придуманный ею образ: умного, талантливого, самодостаточного, волевого человека, - а в реальности ее возлюбленный вовсе не таков. И что самое печальное, - он не любил ее. Их связывал только секс. Слова, которые произносил Алексей и которые она принимала за признание в любви, никакого отношения к этому светлому чувству не имели. Это всего лишь закамуфлированное желание.

Любовь - это союз поэзии с гинекологией.

Д.Е.

И вот печальный, но увы! – закономерный итог многолетней связи девушки, добровольно надевшей шоры на глаза, с закоренелым эгоистом: она нужна ему лишь в качестве сексуальной партнерши, которую он сам обучил всем премудростям, - чтобы ему было с ней хорошо.

Если с любимого слетела маска любящего, - значит, ты неплотно ее на него надела.

Д.Е.

Но лучше поздно, чем на всю жизнь.

Правильные выводы нужно делать даже из собственных ошибок.

«Все, секса у нас с тобой не будет! – объявила Рита. – Я беременна, меня от всего тошнит».

Девиз: «В постель только после ЗАГСа!» - ускоряет процесс принятия решения нерешительным мужчиной.

Д.Е.

Будущая мать взяла паузу – и надолго. Ей и в самом деле было не до возлюбленного: ранний токсикоз –премерзкое состояние. Потом у нее обострился хронический пиелонефрит, ее госпитализировали в отделение патологии беременных.

Алексей под окнами палаты не стоял и передачи в больницу не носил. А Рита получила еще одно подтверждение, что он законченный эгоцентрист.

«Твой Лешенька обрабатывает очередную жертву», - «порадовала» ее приятельница, навестив Риту после выписки из больницы.

Когда приходили друзья, он вылезал из постели и бежал в магазин.

Когда приходили подруги, он постели не покидал.

Анекдот

Но Риту, против обыкновения, новость не очень-то взволновала – ничего иного она от Алексея и не ожидала. К тому же, как любая нормальная женщина, ощущая в себе новую жизнь, она целиком сконцентрировалась на ребенке, дав себе слово сделать все, чтобы он родился здоровым и доношенным. Рита ходила на курсы, где беременных готовили к будущим родам, плавала в бассейне по специальной методике, регулярно посещала уролога, заботилась о своем здоровье. «Никаких отрицательных эмоций, только положительные!» - таков был ее девиз на тот период.

То ли новая пассия чем-то не угодила Алексею, то ли она его быстро раскусила...

Познакомился парень с девушкой. У него сильно воняли носки, а у нее изо рта.

Надумали они заняться сексом. Парень снял носки, а девушка закрыла рот.

Наутро парень стал искать свои носки и спрашивает:

- Ты не знаешь, где мои носки?

Та в ответ молчит. Так продолжается некоторое время. Наконец, видя безуспешные попытки парня, девушка не выдерживает:

- Да не брала я их!

- Да ты их съела!!!

Анекдот

Других кандидатур на роль любовницы, очевидно, не нашлось – все ж Алексей был немолод и утратил былую импозантность. А возможно, его больше устраивала Рита – послушная, умелая, искусная любовница.

В общем, он появился спустя месяц после рождения сына. Однако Рита, кормящая мать, отнюдь не горела желанием поскорее запрыгнуть в постель к любовнику.

«От его ласк я сходила с ума, но проявила силу воли и ничем не выдала своих чувств».

Д.Е.

«Нет, - твердо ответила она на предложение поехать к нему. – Каждые три часа мне нужно кормить грудью ребенка».

Сексуальный потребитель ушел ни с чем. Потом он появлялся с определенной частотой и даже стал проявлять некое подобие заботы: приносил Рите соки и фрукты. А она заняла самую правильную позицию – держалась стойко, не поддаваясь на его уловки и лишая того, ради чего он пытался завоевать ее благосклонность, - секса.

Сексуальный маньяк по-украински: “злыдень писюкатный”.

NN

За последние годы Алексей Старицын сильно сдал. Ему было уже пятьдесят, потенция давно не та, что раньше, фигура оплыла, на темени образовалась здоровенная плешь. Да и социально-материальный статус значительно снизился.

Мужчина в пятьдесят с небольшим имеет меньше шансов понравиться, чем в тридцать... с большим.

NN

Институтское руководство давно уже с неодобрением взирало на шашни заведующего кафедрой со студентками, а потом терпение шефов иссякло. Получив приличный втык, Алексей Павлович закатил в своем кабинете истерику и, недолго думая, накатал заявление об уходе, мстительно приговаривая: «У меня свой бизнес, а тут мне приходится горбатиться за гроши! Они еще на коленях будут уговаривать меня вернуться!» Но никто его не уговаривал, наоборот, заявление было немедленно подписано ректором, и в тот же день Алексей

Павлович Старицын был уволен по собственному желанию, а вскоре его место занял молодой да ранний племянник декана. В бизнесе дела тоже оставляли желать лучшего. Фирма Алексея едва-едва удержалась на плаву после дефолта, но и потом не оправилась от финансового потрясения. Да и хозяин фирмы не очень-то перетруждался, положившись на своего зама. А как известно, все что может портиться – портится. Вот и заместитель Старицина, хоть и однокашник, оказался отнюдь не бессребреником и взял на вооружение девиз экс-министра финансов: «Делиться надо!» Своя рука ведь только к себе тянет...

Успешные преступления подлежат оправданию.

Д.Е.

Все получилось одно к одному: «завидный жених» лишился своего имиджа героя-любownika, пообтрепался и внешне, и финансово, перейдя из среднего класса в категорию «малоимущий».

Рита поняла, что она гораздо нужнее Алексею, чем он ей. Она без него жила без печали, у нее долгожданный ребенок и вся жизнь впереди. А что у Алексея? Уже ни стати, ни вида, ни денег. Даже «Лексус» и тот битый-перебитый. Только «двушка» в престижном районе – вот и все его достояние.

- Мне кажется, я конченный человек...

- И сколько раз в день?

Анекдот

Когда он сделал предложение, Рита ответила: «Я подумаю». Она ничуть не набивала себе цену, решив, что и в самом деле стоит все взвесить и обдумать: нужен ли ей такой муж? «Но ведь он отец твоего ребенка», - выдвинула единственный аргумент ее мать. И Рита согласилась.

Потом она не раз говорила себе, что вместо мужа приобрела еще одного ребенка и большую головную боль.

«Интересно, на что она надеялась, согласившись выйти за меня?..»

Д.Е.

Однако секса супруг требовал регулярно. Ничего удивительного, что Рита утратила способность испытывать оргазм.

«Я уже не люблю Алексея и не хочу его, - заявила она. – Он тоже не любит меня. Ему нужен только секс. Новую партнершу еще обучать надо – у моего мужа особые пристрастия, - а я ему как раз подхожу. Но теперь он мне не подходит».

Он говорит ей (очень нежно):

- **Иногда мне кажется, что я тебя люблю, но потом я открываю глаза... Нет, опять не тебя.**

Анекдот

Рита пришла на консультацию с твердым намерением развестись, и ее беспокоил вопрос, сможет ли она быть оргазмичной с другим мужчиной.

Разумеется, сможет. Вторичная аноргазмия – так называется эта сексуальная дисфункция, - успешно лечится.

Она мечтала о большой любви и семейном счастье. Ее мечта сбылась, но с разными мужчинами.

Д.Е.

Однако у этой истории вдвойне хэппи-энд. Пусть Алексей и эгоист, но и эгоиста можно «перевоспитать». И моей пациентке это удалось.

Мужчина и женщина едут в автомобиле. Прекрасный летний день.

Он:

- **Посмотри, какая здесь высокая трава.**

Она, оживленно:

- **На что ты намекаешь?**

Анекдот

В целом можно сказать, что индивидуальные сексуальные (и психологические, разумеется, тоже) проблемы взрослых людей уходят своими корнями в детство. А истоки многих супружеских проблем – и сексуальных, и межличностные, - нужно искать в досвадебном периоде.

Муж:

- Дорогая, хочешь, сегодня все будет как в первый раз? Мы набросимся друг на друга и будем заниматься любовью прямо на полу!

Жена:

- Конечно, хочу!

- Хочешь? Тогда вымой пол!

Анекдот

ТЕЛЕСА ОБЕТОВАННЫЕ

Муж с женой в гостях.

- Почему ты ничего не ешь? - спрашивает муж.

- Когда ты за мной ухаживал, ты говорил, что я - как Дюймовочка, и сама маленькая, и все у меня такое маленькое, - игривым тоном говорит жена.

- Да-а... - вполголоса бормочет он. - А опорожняешься, как лошадь.

Анекдот

Павел пришел на консультацию по просьбе жены. Дело в том, что уже пять лет он манкирует супружескими обязанностями, а последние два года вообще не прикасается к своей благоверной.

На мой вопрос: «Каковы, на ваш взгляд, причины сексуального охлаждения?» - Павел

выдал пространный ответ, из которого явствовало, что благоверная так сильно вширь раздалась, что совершенно его не возбуждает.

Жена листает свежий журнал мод.

- Смотри, какое смелое декольте! Пожалуй, я бы не смогла выйти из дома в таком платье!

Муж:

- Если бы ты выглядела, как эта супермодель, я бы тоже не смог выйти на улицу!

Анекдот

Подобные объяснения я слышала тысячи раз и, честно говоря, отношусь к ним скептически. Потому что знаю тысячи пар, где муж не заиклен на обширных габаритах своей половины.

Тощая корова еще не газель.

NN

Да, когда-то супруга была тростинкой или крепко сбитой, но компактной. Но ведь и супруг в те времена был поджар, стремителен, пышноволос и, что самое приятное, неутомим в постели. А теперь, увы... Живот свисает над брюками, одышка даже при подъеме на два пролета лестницы и реденький бордюр вокруг обширной плечи. А постельные подвиги остались лишь в качестве приятных воспоминаний. Однако жало плоти, хоть и притупилось, но не исчезло. Супруги отнюдь не прочь вновь познать сладость греха, за который Адама и Еву изгнали из рая. Правда, теперь появились определенные проблемы, в связи с чем они обратились за консультацией. И ни у кого не возникнет соблазна воскликнуть: «Дяденька и тетенька! (или дедуля и бабуля!) Какой может быть секс в вашем возрасте и при вашей комплекции?! Да вы вдвоем весите пару центнеров, а то и три!»

Решили пожилые супруги заняться любовью, но ничего не получается.

Жена:

- Ну ты его поверти, покрути, может, встанет...

Муж уходит в другую комнату, через пять минут возвращается и кидает что-то на кровать:

- НА!!! ДОВЕРТЕЛСЯ... ДОКРУТИЛСЯ....

Анекдот

Пышка и Гаргантюа внимают советам профессионала, как прилежные школьники, старательно выполняют домашние задания и бурно радуются позитивным сдвигам. Одно удовольствие работать с такими пациентами!

Шампунь "Shauma For Man" укрепляет кончики до самых волос!

NN

Но даже если жена – типичная Пышка, а муж сухопар, как Дон Кихот, - у пары возможно полное взаимопонимание. Ну, ослабел слегка благородный идальго в борьбе с ветряными мельницами, но верная подруга жизни с пониманием относится к проблеме.

В канун третьего тысячелетия ЮНЕСКО решил отпраздновать “Всемирный день оргазма”. Оказалось, что три четверти женщин притворялись, что праздновали...

Анекдот

Вы, мой читатель, уже и сами увидели, в чем разница между мотивировкой Павла и тем, как объясняют суть проблемы пациенты, которых я ему противопоставила.

Из одежды на нем был только презерватив, а на ней вибратор.

Д. Е.

Итак, пары, где супруга – Пышка, расценивают сексуальную дисфункцию как *общую*. Никто никого ни в чем не винит, оба готовы учиться (или лечиться), если в том есть необходимость.

Иное дело установка Павла (и многих других мужчин, придерживающихся аналогичных взглядов). Мол, женщина должна быть усладой очей моих, а потому, милочка, соответствуй,

чтобы твое тело меня всегда возбуждало.

“При виде толстых людей у меня портится аппетит”.

Д. Е.

Местоимения «мы», «у нас» заменяются на «она», «у нее». Иными словами: «Это не моя проблема, во всем виновата моя жена».

А другие немолодые пары говорят: «У нас стал реже секс», «Мы хотели бы заниматься сексом почаще».

Двое мужчин идут по улице. Навстречу - красивая женщина. Один говорит:

- Вот бы моей жене такие ноги...

Через пять минут еще одна красотка. Мужик:

- Вот бы моей жене такие груди...

И так всю дорогу. Вдруг навстречу идет жена “мечтателя”. Он устремляется к ней:

- Дорогая, всю дорогу только и тебе и думал!

Анекдот

Еще раз повторю:

секс – это комплексное взаимодействие мужчины и женщины: эмоциональное, духовное, телесное, ментальное.

Если один из компонентов выпадает, это неизбежно сказывается на интимных отношениях. Недаром они называются именно «отношениями».

Человек, который относится к этому великому таинству как к банальному половому акту, по сути, обкрадывает самого себя. И своего партнера, разумеется.

В купе поезда девушка пытается стащить с верхней полки чемодан.

- Молодой человек, вы не можете мне спустить?

- А вы мне?

Анекдот

Павлу, как выяснилось, не требуются какие-то изыски в сексе. Ему нужна всего лишь физиологическая разрядка. Самый примитивный сценарий, который обозначается вульгарным «сунул, вынул и пошел».

Идет парень по улице. Навстречу ему девушка.

- Эй, - окликает он ее. - Давай слазим в подвал?

- Зачем?

- А я тебя там трахну!

- Какая низость!

- Тогда давай на крыше?

Анекдот

Об эротических ласках и прелюдии Павел не имеет ни малейшего понятия. Точнее, понятие-то имеет, но сам никогда не практиковал. Мотивировка до смешного банальна: «У меня нет на это времени». А когда я попыталась разъяснить, для чего нужна эротическая прелюдия, он меня перебил: «Это все глупости!». В этот момент я от души посочувствовала его жене. Мало радости быть замужем за человеком, который называет «глупостями» ласки в постели.

- Я задыхалась от нежности, как Земфира, а он навалился всей тушей, и я чуть совсем не задохнулась.

Д.Е.

В тот момент я подумала, что супруга Павла, возможно, неспроста так располнела – тут, скорее всего, имеет место так называемый негативизм.

Я называю лейтмотив подобного поведения «Назло маме отморожу себе уши». Это общий принцип, а проявляется он разнообразно. И присущ, между прочим, не только детям и подросткам (негативизм, то есть, стремление делать наоборот, в том числе «назло», – частое явление в нежном возрасте).

В последующем, когда на прием пришла Ангелина, супруга Павла, оказалось, что мое предположение верно.

Формы женщины могут многое рассказать о ее содержании.

Д.Е.

«Мой муж настоящий сухарь, - жаловалась Ангелина. – Слова доброго никогда не скажет, не похвалит, хотя в первые годы нашего брака я очень старалась заслужить его похвалу. Квартиру надраивала, и до сих пор стараюсь, чтобы все блестело. Готовить я люблю, у нас всегда первое, второе и десерт, все говорят, что я отлично стряпаю. Пашины костюмы и брюки наглажены, рубашки хрустят свежестью, ботинки начищены. Дочка наша опрятная, чистенькая, с детства одеваю ее как куколку. А мужу – будто все так и должно быть. Но уж если я чего-то не успела сделать – непременно носом ткнет. И с таким недовольным видом свои замечания высказывает, что у меня от обиды слезы на глазах. Думаю – за что же он так меня мордует-то? Разве я заслужила такое отношение?»

Брак - это замена ухаживаний многих мужчин на критику одного.

Д.Е.

Кротости и долготерпению Ангелины можно только удивляться. Удивительно и то, что она столько лет терпела (иначе и не скажешь) примитивные половые акты, считая это своим долгом.

Супружеский долг не долг. Но никому не хочется отдавать долги.

Д.Е.

Однако в душе бедной женщины подспудно росло чувство протеста. Получалось, что она всего лишь средство для физиологической разрядки супруга. Отказать Ангелина не осмеливалась, – как и многие замужние женщины, она боялась, что, не получив желаемого, муж станет искать утех на стороне.

Чужие жены всегда безотказны.

Д.Е.

Многое в поведении человека происходит неосознанно. Вот и Ангелина нашла способ (сама того не сознавая!) избежать обременительного для нее выполнения супружеского долга.

“Мои формы увяли от ежедневного общения с мужем”.

Д.Е.

Подобные случаи – не редкость. В основе поведения жены лежит стремление избежать тягостного для нее бремени сексуальных обязанностей и вместе с тем, это опосредованное проявление обиды и недовольства существующим положением вещей. Какой же нормальной женщине придется по вкусу, когда супруг бесцеремонно укладывает ее в удобную для него позу, - как правило, позицию номер один, не требующую от мужчины особых усилий, - и столь же бесцеремонно овладевает ею!

Осмотрев пациентку, врач спрашивает:

- Почему у вас живот такой черный?

- Мой муж - шахтер...

Анекдот

Но даже если это происходит не в хамской манере, все равно мало радости от примитивного полового акта. Вот почему жены частенько отказывают мужьям-неумехам. А те не успокаиваются и назойливо пытаются добиться своего. Не удивительно, что замужние женщины называют подобное поведение супруга «пристает». Или «домогается». Произносится это обычно с раздражением и сопровождается презрительно-пренебрежительной гримасой.

Пришел муж домой пьяный вдрыбадан и пристает к жене.

Жена:

- Не хочу, ты пьяный.

- Нет, давай сейчас, а то завтра протрезвею.

Анекдот

Женщина неуклонно набирает вес, зная, что мужу это категорически не нравится. Тем самым она проявляет негативизм: «Ах, я тебе такая не нравлюсь? Тогда я сделаю так, чтобы тебе это еще больше не нравилось!».

Муж - жене:

- Почему ты ничего не ешь?

- А ты хочешь, чтобы я разъелась и стала похожа на корову?!

Муж, в сторону:

- Тощая корова ничуть не лучше.

Анекдот

Подобное случается в семьях, где, по сути, между супругами нет никаких взаимоотношений: ни любви, ни доверительности, ни взаимопонимания, ни уважения. Ни общих интересов, наконец! То, что они живут в одной квартире, едят за одним столом, спят в одной постели, где периодически совершают определенные телодвижения – это же не отношения, верно? Это сосуществование. Таких супругов даже дети не сближают, хотя каждый из них не лишен родительских чувств.

Итак, вначале расстраиваются межличностные взаимоотношения (психологические, эмоциональные), а затем и сексуальные отношения.

Еще одна мотивация, присущая лишь изощренному женскому уму, – своеобразная женская месть. Подоплека поведения замужней женщины, испытывающей недовольство своей семейной жизнью в целом и мужем в частности: «Ты достоин только такой, как я!»

- Так и надо этому Иванову! – сказала мадам Иванова, глядя на себя в зеркало.

NN

В обоих случаях лейтмотив поведения: чем хуже, тем лучше.

Есть такой вариант поведения: когда вся жизнь сикось-накось, человек идет вразнос. Такое вот протестное поведение. Мол, вы меня не понимаете, не принимаете, не цените, так вот извольте терпеть меня со всеми моими тараканами!

На эту тему есть известное присловье: «Назло теще выколю себе глаз – пусть у моей тещи будет зять одноглазый!»

Действовать «назло» - это, пожалуй, довольно типично для наших соотечественников и особенно соотечественниц. Иностранные граждане все же в большей степени руководствуются рассудком, а не эмоциями. Я имею в виду не только этот частный случай, который обсуждается в данной главе.

Большинство очень полных женщин, с которыми я общалась, имели определенные личностные проблемы. А раз так, то это неизменно сказывается на взаимоотношениях с супругом.

Мальчик открывает дверь холодильника и видит картинку из журнала “Плейбой”, приклеенную внутри, и спрашивает:

- **Мама, а зачем в холодильнике эта картинка?**
- **Это, сынок, для того, чтобы я не переедала. Когда я открываю холодильник, я вижу эту женщину и говорю себе, что не должна объедаться, если иметь такую же фигуру, как у нее...**
- **И как, помогает?**
- **И да, и нет: я сбросила два килограмма, зато твой папа набрал восемь.**

Анекдот

Но самая большая ошибка женщин с личностными проблемами, - то, что они выходят замуж за неподходящих мужчин, с которыми не могут построить здоровых, партнерских отношений. Ну, а сексуальная дисгармония – неизбежное следствие.

Вот женщина и находит утешение в единственном доступном ей удовольствии – еде. Быть может, ей тоже хотелось бы иметь модельную фигуру, но она думает: «А зачем я буду мучить себя диетами? Ради кого?..»

Увесистый зад придает устойчивость.

Д.Е.

ОРГАЗМ ЗА ОБЕДЕННЫМ СТОЛОМ

Аппетит хорош тем, что он тебе не изменит.

Д.Е.

В продолжение темы, затронутой в предыдущей главе, хочу прояснить еще один аспект.

«Все болезни от нервов», - фраза из популярного анекдота, а я часто повторяю: «Вся наша жизнь – психология», что по своей сути перекликается с крылатой фразой.

Сексуальность – неотъемлемая часть человеческой психики и, разумеется, все, что связано с сексом, напрямую связано с психологией взаимоотношений.

Деформация фигуры супруги – наиболее частая причина, которую мужья называют, объясняя, почему жена перестала быть сексуально привлекательной.

- Сара, ты совсем забросила следить за собой! На тебя уже педики обращают внимание!

NN

Некоторые психологи придерживаются мнения, что очень полные женщины не любят себя. Не могу сказать, что согласна с этим мнением на все сто (знаю многих пышек, которые о-очень хорошо относятся к себе, любимой), но во многих случаях так оно и есть.

“У меня сложная фигура”.

Д.Е.

Когда женщина переходит из категории «пухленькая», «пикантная», «полная» в категорию

«толстуха», а тем более, «безобразная толстуха», - это своеобразное саморазрушение. Нечто сродни алкоголизму, наркоманиям. При последних возникает зависимость от алкоголя, наркотиков, а в нашем случае – от еды. Для алкоголика нет ничего слаще стопарика (а лучше трех) водки, а обжоре еда заменяет все, становится единственным источником положительных эмоций. Если ей грустно, - она утешает себя привычным способом, а когда случается радостное событие, – его тоже непременно нужно отметить, желудочно повеселившись!

Муж ей изменяет, зато аппетит неизменен.

Д.Е.

Из-за своих неэстетичных форм толстуха становится сексуально непривлекательной, но это ее не останавливает.

Необъятная женщина – та, которую невозможно заключить в объятия.

Д.Е.

Многочисленные жировые складки и валики на теле чересчур полной дамы отвращают мужчин. Есть немало любителей пышных форм, но они предпочитают женщин в стиле рубенсовских натурщиц, но не дряблый мешок жира. К тому же, излишняя полнота мешает заниматься сексом.

«Девятый вал» – живот толстухи.

Д.Е.

В качестве иллюстрации саморазрушения личности и превращение в агрегат по переработке пищи приведу отрывок из своего романа «Женщина не прощает». Все героини «списаны» с реальных людей, а безобразную толстуху Виолетту (прототип, разумеется, именуется иначе) я лицезрела во время новорусской свадьбы. Там было более двухсот человек гостей, лично я с прототипом своей героини не общалась, пребывая в роли сторонней наблюдательницы.

Как говорил мой друг журналист Сергей Кредов: «С вами, писателями, опасно общаться – все, что видите, вы скорее тащите в свои книги». Так и есть. На том мероприятии я отчаянно скучала и от нечего делать наблюдала за гостями.

Любому сведущему человеку было понятно, что толстуха давно забыла, что такое секс. А ее муженек отчаянно кадрился к юным студенткам, подружкам невесты. И-таки не зря! Мужичок оказался не промах – обзавелся сразу двумя подружками, которые суммарно весили меньше, чем его супруга.

Муж с женой пошли посмотреть показ мод. По подиуму ходят красотки, демонстрируют купальники.

Жена:

- Ну чё ты вылупился? Неужели никогда живьем женских задов и сисек не видал?

- Как раз этот вопрос я себе сейчас и задаю...

Анекдот

В реальности диалоги были другими (все же я пишу детективы), но психологический типаж я обрисовала рельефно: прототип моей героини вела себя столь же беспардонно и была столь же некритична к себе, не сознавая собственного безобразия. Назвать ее женщиной язык не поворачивался. В ней не было ни грамма женственности, да и вообще - ни единого привлекательного женского качества! А уж о сексапильности и говорить нечего. Это была не женщина, а нечто бесполое, неповоротливое, медлительное, с «грацией» бегемота, – недаром ребята прозвали ее «бегемотихой». На моих глазах она умяла столько, сколько мне и за неделю не съесть. Слова, которые прожорливая мадам произносила, были другими, но стереотип ее поведения описан достоверно:

- У вас свой дом? - обратилась к Ирине сидящая напротив матрона, которая только что поливала грязью новобрачную.

У Ирины не было ни малейшего желания общаться с беспардонной мадам, но, с другой

стороны, не имелось оснований и для того, чтобы резко отшить неприятную особу, а потому она сдержанно ответила:

- Нет, я живу в городской квартире.

- Знаете, как хорошо иметь собственный дом! - воодушевилась толстуха. - Не понимаю, как можно жить в муравейнике... - Брезгливо поджав губы, она горделиво оглядела присутствующих - слышит ли ее кто-нибудь? Удостоверившись, что зрители есть, назойливая гостья продолжала: - И у мужа, и у меня есть машина, так что мы не в стороне от культурных мероприятий, можем посещать театры, концерты, выставки.

- Особенно выставки ювелирных украшений и демонстрацию достижений высокой моды, - вернул шпильку юный сосед Ирины.

Та сохраняла невозмутимый вид, мысленно отметив, что подколка парня - точно по адресу. В общем-то, он мог бы и промолчать, но ведь Виолетта сама подставилась. Попридержала бы язычок, и никто не обращал бы на нее внимания. А ей захотелось похвастаться, вот и стала объектом насмешек. Мадам достигла уже шестьдесятпоследнего размера одежды, три ее подбородка лежали в вырезе сильно декольтированного платья, явно от дорогого кутюрье и сшитого на заказ, - тут злоязычный юнец попал в цель, упомянув о достижениях высокой моды, рассчитанных на худосочных девиц баскетбольного роста, но уж никак не на дам необхватных размеров. Ирина недоумевала, зачем гостья обнажила свои увядшие, рыхлые тела? Можно ж было выбрать другой фасон вечернего туалета.

Лучшая диета – купить дорогой костюм на два размера меньше.

Д.Е.

В отношении выставки драгоценностей шпилька юного оппонента тоже попала в цель. Пухлые пальцы гостьи были щедро унизаны кольцами, и каждый бриллиант - не менее полукарата, а центральный - почти булыжник. В ее ушах болтались серьги, в них суммарно

набежит карата четыре. Из-под жирных подбородков сбегала витая цепочка из трех сортов золота, отягощенная подвеской, в которой сверкало еще каратов пять-шесть, а в пухлое запястье врезался увесистый браслет, в котором каратов просто не сосчитать. На фоне палевого платья и сильно поредевших волос, окрашенных в тон туалету (“И зачем выбрала такой цвет? - изумлялась Ирина. - Он же ее еще больше толстит и старит”), сверкающее в свете многосвечевых люстр бриллиантовое великолепие смотрелось дико. Видно, вопреки ее утверждению, супруг не баловал благоверную совместным посещением “культурных мероприятий”, вот она и решила использовать представившуюся возможность по максимуму - на людей поглазеть, себя показать, а потом с удовлетворением отметить: “Вошла я - равных не было!” Получилось же наоборот - на фоне демократично одетых студентов молодящаяся матрона с обнаженными жирными плечами, увешанная бриллиантами, как новогодняя елка сверкающими игрушками, выглядела нелепо и смешно.

- В нашей городской квартире мы вообще не бываем, - откровенничала Виолетта, проигнорировав реплику парня. - Живешь, как в картонной коробке, слышно соседей и снизу, и сверху, и справа, и слева.

- Бедняжка, - фальшиво посочувствовал молодой человек.

Дама кинула на него пренебрежительный взгляд и продолжала:

- А в своем доме сама себе хозяйка, ходи хоть голая.

- И что самое характерное - никто в бинокль не следит, - ехидно прокомментировал неугомонный сосед и прибавил со смешком: - А то рискует стать импотентом.

Супруги переехали в новый дом.

- Надо срочно купить шторы, - говорит жена. - Когда я стану раздеваться на ночь, соседи могут меня увидеть.

- Не стоит тратиться, - отвечает ей муж. - Когда соседи тебя увидят, они сами купят

шторы.

Анекдот

- Вы хам! - взвилась матрона, фигура которой эстетических чувств и в самом деле не вызывала.

- Ага, - невозмутимо согласился нахал и невинным тоном оповестил: - Зато не импотент.

Поняв намек, супруг дамы неодобрительно покосился на него, но промолчал.

Послали одного мужика на месяц в командировку. Только было он намылился домой, звонит шеф и велит остаться еще на месяц.

После этого разговора мужик идет в бордель, дает бандерше бабки и говорит:

- Дайте мне страшную, толстую тетку с сиськами до колена.

- Ой, мужчи-ина! - кокетливо машет ручкой мадам. - Да за ваши деньги мы вам подберем молодую, красивую, стройную, чтоб грудь торчком!

- Нет, вы не поняли - дело в том, что я по жене соскучился.

Анекдот

Виолетта, большая любительница поесть в любое время суток, не заметила сексуально-застольных игр благоверного и его подружек. В данный момент она стояла задом к супругу, нависая верхней половиной своей туши над столом, и пыталась дотянуться до блюда с копченым угрем. Тем самым прожорливая дама продемонстрировала, что в погоне за одним упускаешь из внимания другое, а также известную истину: как мужа ни паси, он все равно на других женщин заглядывается. И не только заглядывается.

Переложив добрую половину блюда на свою тарелку, толстуха потянулась за другим приглянувшимся ей деликатесом. На ее тарелке еды было уже "с горкой", но она этим не удовольствовалась и высматривала, чем бы еще себя порадовать. Сидящий рядом с ней Саша с невинным видом протянул чистую тарелку:

- Возьмите, пригодится. На одной у вас все не поместится.

Матрона сердито зыркнула на него, но не унялась.

Жена встает на весы. Муж, ухмыляясь, глядит на стрелку весов:

- Ты знаешь, какой у тебя должен быть рост, чтобы соответствовать твоему весу?

- Ну и какой?

- Пять с половиной метров.

Анекдот

- Неужели кабаниха все это съест? - шепотом спросил свою герлфренд Кирилл.

- Не только умнет, но еще раза три за добавкой полезет, - со смехом ответила Нина.

- Судя по свиноматочной комплекции, аналогичными деликатесами все ее холодильники забиты под завязку.

- Халяву любят все.

- Святое дело - оттянуться в гостях, - прибавил Петрушка. Повернувшись к сидящей рядом с ним Ирине, он спросил: - Что тебе положить?

Услышав это, Виолетта подняла брови. Мимического выражения недоумения ей показалось мало, и она громко, с осуждающе-негодующими интонациями, спросила:

- Вы уже перешли на “ты”?

- Как и положено после брудершафта, - растянув губы в дурацкой ухмылке, ответил Петрушка.

- Вот уж не ожидала... С виду - приличная женщина, - ханжески поджала губы матрона.

- Не волнуйтесь, мадам, вам никто не предложит выпить на брудершафт, - с серьезным видом заверил парень, сделав ударение на местоимении.

- А я и не собиралась! - заявила та.

- Лично мне вы этим сделали подарок. Видеть вас одно удовольствие, а не видеть - другое, - язвительно произнес оппонент.

- Гаденыш! - выкрикнула Виолетта.

- Некоторые женщины напоминают Грецию - все в древних развалинах, - многозначительно произнес Петрушка. - Или свалку по утилизации отходов. Или и то и другое.

- А ты голодный оборвыш!

- Разве это пожизненный недостаток? - невинно улыбнулся парень. - Между прочим, я уже сытый, а развалины - это навсегда. Свалка тоже, как правило, явление неизменное.

Присутствующие за столом прислушивались к их перепалке и посмеивались. Симпатии гостей несомненно были на стороне Петрушки. Ироничные реплики парня выводили толстуху из себя, но найти достойный ответ не удавалось, и она гневно пыхтела, став еще более отвратительной и смешной, напоминая комедийных актеров, утрированно изображающих гнев. Однако отрицательные эмоции ничуть не повлияли на ее аппетит. Прожорливая Виолетта смела с тарелки все и еще несколько раз вставала за добавкой. Наконец Саша, которому надоело нюхать ее подмышку, не вытерпел:

- Скажите, что вы хотите, и я подам вам блюдо.

- Я сама возьму! - заявила обжора, видимо, опасаясь, что парень ее обделит.

Хорошая диета непременно должна включать в себя хорошую еду в достаточном количестве.

Д.Е.

Жека положил по куску заливной осетрины своим дамам и собрался взять пару кусков себе, но Виолетта, ревниво наблюдавшая, как пустеет блюдо, - а вдруг ей не достанется! - взвизгнула:

- Что за наглость, молодой человек! Оделили своих, а я рыбу даже не попробовала!

Женя замер с наколотым на вилку куском заливного, не зная, то ли расхохотаться, то ли отдать ей свою порцию.

- Какой же нужно быть идиоткой, чтобы столь беззастенчиво демонстрировать

просто-таки патологическое обжорство, - шепотом сказала подруге Нора, глядя на Виолетту с омерзением.

- Даже жаба считает себя красавицей, - хмыкнула Регина.

- Обычно толстяки добродушные, а эта озлобленная.

Думать о диете во время еды - все равно что поглядывать на часы во время любовных утех.

Д.Е.

- Я люблю женщин и считаю их совершенством, - признался Женя. - Но сейчас думаю, что и природа допускает брак.

- Каждая ее грудь килограммов по пять, не меньше. И как тебе такое сокровище, господин любитель пышных форм? - поинтересовалась Нора.

- Я поклонник женской груди, - согласился собеседник. — Кто-то умный сказал, что женщина без бюста - как постель без подушки. Крутые формы радуют и эстетически, и эротически, но вымя этой коровы у меня положительных эмоций не вызывает. Даже на отъявленного грудиста эти жировые мешки не производят впечатления, потому что неэстетичны. Забавную сценку рассказал народный артист Евгений Весник. Одна из жительниц Ялты, пышка с огромной грудью, - Жека упер кулаки грудь, выставив вперед локти, показывая, каких размеров был бюст, - весьма оригинально мыла эту часть тела. Раздевалась, оставшись в панталонах до колена и ничуть не стесняясь присутствующих, входила в воду, наклонялась, - при этом соски почти доставали до ступней, - и намыливала каждую грудь хозяйственным мылом. - Рассказчик нагнулся в Г-образную позу и сделал рукой несколько энергичных движений от пола к своим плечам. - А потом делала вот так. - Женя потер воображаемые груди одну о другую, будто стирал белье. Подруги приснули, а он прибавил: - Эта дама положила глаз на одного мужичка, но тот побоялся, что не сумеет обнять партнершу столь необъятных размеров, а она ему: "Ты много теряешь! Я

ласковая!” Когда и это не произвело на него впечатление, бабонька говорит: “Если тебя кто обидит, ты мне скажи, я его сиськой зашибу!”

Муж - жене:

- Что ты вертишься перед зеркалом?

- Да вот, хочу талию разглядеть.

- Так ты сначала сиськи подними.

Анекдот

Виолетта наострила ушки и прислушивалась, хотя Жека рассказывал лишь своим спутникам, намеренно понизив голос, и не преминула встрять, громогласно заявив:

- Лучшие быть женщиной с формами, чем такими тощими, чем эти... - Она пренебрежительно кивнула на Нору с Региной.

Алла, весьма поднаторевшая в ироничных пикировках еще со студенческих времен, не могла оставить хамскую реплику без внимания.

- Вы, милочка, как верблюды перед многонедельным походом по пустыне, решили наесть жировые горбы, только они у вас спереди, а не на спине, - с приятной улыбкой произнесла она неприятные слова. - Вам пора попоститься лет этак пять, а еще лучше - до самой смерти.

Есть один раз в день вредно - если это длится с утра и до вечера.

Д.Е.

Здесь героиня подана гротескно, как и положено отрицательному персонажу, вдобавок, подозреваемой в убийстве, но будь у меня возможность собрать анамнез и провести хотя бы несколько сеансов психоанализа, я бы выяснила, как она дошла до жизни такой. Но и так можно предположить, что прототип Виолетты продана замуж за богатого, а потом – унылая жизнь в шикарном загородном доме. И одна радость - посплетничать с такими же бездельницами, женами новых русских, и вкусно и много поесть.

Из всех инстинктов сохранился лишь аппетит.

Д.Е.

Детей у них нет, мадам ни дня не работала. Муж ковал деньги, развлекался с юными дивами и не горел желанием отдавать супружеский долг. А благоверная все больше скучнела, озлоблялась и толстела. В конце концов, обжору так разнесло, что назвать ее женщиной язык не поворачивался. Свое женское начало она утратила.

- Что ты любишь во мне больше: лицо или тело? - кокетливо спрашивает жена.

- Душу.

- Почему?

- А ее не видно.

Анекдот

Позволять себе так заплывать жиром в наше время, когда существует множество средств для поддержания себя в форме, - это и в самом деле саморазрушение.

Если ты не в состоянии выдержать месячную диету, начни со второго месяца, где позволено есть все.

Д.Е.

«Заедать» неприятности свойственно многим женщинам. В таких случаях нередко возникает порочный круг. Вместо того, чтобы решить проблему, женщина радуется вкусеньким, положившись на извечное русское «авось». Одна проблема цепляет за собой вторую, и так может продолжаться до бесконечности.

В конце концов женщина махнет на себя рукой: «А, хуже уже не будет!»

Будет.

Нерешенные проблемы вызывают чувство неудовлетворенности, а это еще более угнетающе действует на настроение.

Есть жизнерадостные толстушки, но есть и те, кто годами пребывает в состоянии

подавленности, а то и клинической депрессии.

Недаром наиболее эффективное лечение чрезмерной полноты – в клинике неврозов. Ни один диетолог не поможет женщине, если у нее депрессия. Последняя обладает еще одним неприятным свойством – замедляется обмен веществ, а потому даже ограничение пищи не дает результата. К тому же, в состоянии депрессии присоединяются (или обостряются имеющиеся) соматические заболевания, а это, в свою очередь, приводит к ограничению активности и, как следствие – увеличению веса.

Когда француз изобретал скрипку он думал о женщине.

Когда итальянец изобретал арфу он тоже думал о женщине.

Интересно о чем думал русский, когда изобретал балалайку?..

Анекдот

Итак, вы еще раз убедились, что все «болезни от нервов». В том числе, чрезмерная полнота. И, разумеется, это негативно сказывается на сексуальной жизни.

Она как собака на сене – сама не дает и у других не берет.

Д.Е.

ЛЮБОВЬ ПРИХОДИТ И УХОДИТ, А МУЖЬЯ ОСТАЮТСЯ

Милые девушки! Если вы решились выйти замуж, еще раз подумайте, стоит ли ради одной сосиски приобретать всю свинью?

Д.Е.

Вот еще один сценарий развития сексуальной апатии.

Отношения супругов все больше ухудшаются, от прежних чувств остаются лишь воспоминания да семейные фото. Муж находит отдушину в работе, в общении с друзьями, в спорте или каком-то хобби, все выходные проводит где угодно, но только не дома.

И свой норовистый “Москвич”, и свою норовистую жену Сидоров называл

одинаково: “Старая сволочь”.

Д.Е.

Либо телесно он находится в квартире, а душой – в другом месте. Секс с перебоями, от случая к случаю, все чаще находятся «убедительные» оправдания.

К ночи головная боль становится сильной, местами порывистой.

Д.Е.

А что делать жене? Она не может уйти на все выходные в гараж, чтобы полежать под любимой машиной. Не может и завалиться в пивбар или регулярно устраивать посиделки за «рюмкой чая». Уйти с головой в работу? Да разве то, чем занимаются многие наши современницы – это работа?.. Да и не за деньги трудятся – потому что, какие ж это деньги?.. И как же «с головой уходить» в это занятие, именуемое «работой», если оно не дает ни морального, ни финансового удовлетворения?! А дети?

И вот женщина приходит к безрадостному выводу: «Никакого счастья в жизни...»

Капля никотина убивает лошадь; обручальное кольцо убивает любовь.

Д.Е.

Работа, дом. Целый день, как белка в колесе. Семь дней в неделю, тридцать дней в месяц – борьба за хлеб насущный. Каждый новый день похож на предыдущий. Муж ничем не радует. Не поддержит, не ободрит, не приласкает. Дети? Чем они старше, тем больше с ними проблем, тем больше они требуют и тем меньше взаимопонимания.

Получается, что женщина одна против всех.

Разве об этом она мечтала, выходя замуж? Надеялась быть счастливой, иметь хорошую, дружную семью, любящего мужа... А что имеет?

Брак - это сочетание невыносимого одиночества с присутствием невыносимого человека.

Д.Е.

И тогда, сама того не сознавая, женщина озлобляется на весь белый свет. И начинает ненавидеть себя. Не нравится она себе такой.

«Неудачница» - говорит она зеркалу, откуда на нее смотрит усталая женщина с равнодушным взглядом и опущенными углами рта. Или ничего не говорит, но все ее поведение и образ мыслей свидетельствуют о недовольстве собой и собственной жизнью.

Муж ее раздражает. Ведь в определенной мере он виновник всех ее бед. И тогда в памяти всплывает спасительная формулировка: «Если бы я вышла за другого мужчину, моя жизнь сложилась бы иначе».

Любая жена достойна лучшего.

Д.Е.

Понятное дело, такой вывод не прибавляет симпатии к человеку, с которым живешь под одной крышей. И семейные баталии разыгрываются еще ожесточеннее. А чем больше ссор, тем меньше секса.

Вначале Он и Она говорят “Да” священнику у алтаря, а потом постоянно “Нет!” - друг другу.

Д.Е.

Воздержание еще больше озлобляет бедную женщину. Она и так не удовлетворена своей жизнью, так вдобавок усугубляется и сексуальная неудовлетворенность.

«Он меня не любит», - заключает раздосадованная жена.

Брак - это похороны любви

Д.Е.

Даже если супруг вдруг вспомнит о супружеском долге, ей уже ничего не хочется. Она или откажет – вполне возможно, в резкой форме, - или ляжет с видом великомученицы и скажет нечто этакое, от чего у супруга все сразу опадает.

Муж и жена в постели. Жена, нервно:

- Но хоть чайник-то ты поставить можешь?!

Анекдот

К примеру, моя пациентка Екатерина припомнила, как в свое время говорила: «Ну давай уж...», «Ладно, так и быть», «Давай, только побыстрее». Ну кому понравится такое обращение?!

Да и вообще, жены частенько сами отбивают у своих мужей охоту заниматься сексом, когда уступают, торгуясь, или с таким видом, будто делают великое одолжение.

Обязанности делятся на две категории: приятные и супружеские.

Д.Е.

По-моему, только в русском языке согласие женщины заняться любовью обозначается словами «дам», «даст». Что – даст? Прошу прощения у читателей, но напрашивается лишь слово из ненормативной лексики.

- Вчера разбил любимую вазочку жены...

- Да... за такое она тебя по головке не погладит...

- Не только не погладит - вообще больше не даст!

Анекдот

Читатель может сказать: «Что же вы, Диля Дэрдовна, все время говорите о любви, раз книга про секс?» Однако я не вижу никакого противоречия между названием и содержанием книги.

«Без любви это великое дело просто безобразие» - говорил знаменитый Джакомо Казанова.

Вы перестаете привлекать друг друга сексуально, потому что расстраивается ваш семейный дуэт.

Нет никакого смысла «соблазнять» мужа сексуальным бельем, штудировать Кама-Сутру, читать книги по сексологии и разучивать новые позиции полового акта, если у вас с вашей

второй половиной нет взаимопонимания.

Супружеская пара гуляет по парку. Муж глазееет на всех симпатичных девушек - чуть слюна изо рта не капает. Жена, ехидно:

- Нагуливай аппетит, нагуливай. Кушать все равно будешь дома.

Анекдот

«Но как же быть? – спросит читатель. – Ведь вечной любви не бывает. Рано или поздно любовь проходит».

Да, бывает, что влюбленная пара, став супругами, через какое-то время испытывает прямо противоположные чувства – неприязнь, раздражение, недовольство, разочарование.

Любовь - это болезнь, излечиваемая с помощью брака.

Д.Е.

И тем не менее, я убеждена: любовь, в отличие от влюбленности, не проходит бесследно. Просто она имеет множество ипостасей.

Однако многие люди считают любовью то, что на самом деле является страстью. Вот страсть действительно может пройти и даже смениться ненавистью, разочарованием, презрением. Потому что страсть слепа на оба глаза. Можно испытывать страсть даже к человеку недостойному.

«Лет двадцать назад мне случилось выходить замуж за мужчин, которых нынче я бы не пригласила к себе на обед», - говорила моя любимая актриса, символ неувядающей женственности, Элизабет Тейлор.

А если вспомнить, сколько было в моей жизни мужчин, которым сейчас я бы даже руку для поцелуя не подала... Нет, даже вспоминать не хочется.

Любовь зла... Везет же козлам.

Д.Е.

Наверное, самое ужасное разочарование испытывают люди, когда, проснувшись утром,

смотрят на того, кто спит рядом, и думают: «Какого черта он (или она) делает в моей постели?!»

Или не в постели – в сущности, какая разница? Не менее ужасное разочарование можно испытать, глядя на своего визави за завтраком, и осознав, что он (или она) вам совершенно не нравится!

У него проблемы с женщинами: утром их никак не выгонишь.

Д.Е.

С КЕМ СПЛЮ, ТОГО И ЛЮБЛЮ

То, что я «натворила» много «иронизмов» о любви, не означает, что я отношусь с иронией к этому великому чувству.

Но и чересчур серьезно относиться не стоит, верно?

* * *

Любовь зла. Но козлам все же не на что надеяться.

*

Рискованно влюбляться с первого взгляда, ведь ОН еще не видел ее без макияжа, а ОНА не видела его сберкнижки.

*

Грош цена любви, у которой есть цена.

*

Безграничная любовь ограничивает вашу свободу.

*

Любовь и привидения являются лишь тем, кто в них верит.

*

Рецидив первой любви.

*

Любовь приходит с цикличностью гриппа.

*

Стрела Амура с ядом кураре.

*

Чего в любви больше - ссор или любви?

*

Влюбленность - это опьянение надеждой на любовь.

*

Опасно доверять сердцу, ведь оно жаждет твоей крови.

*

Самое непостоянное чувство - любовь. Самое постоянное чувство - желание любить.

*

Любовь - это начала конца вашего "Я".

*

Лучшее лекарство от любви - не влюбляться.

*

Любящий - человек, который делает для любимого больше, чем тот заслуживает.

*

Женщины предпочитают любить, мужчины - заниматься любовью.

*

С милым рай и в шалаше, если шалаш в пентхаузе.

*

Разрыв с любимым нечем облегчить, зато есть чем усугубить.

*

Влюбленный мужчина умным не бывает.

*

Истинная любовь редко бывает взаимной.

*

Иллюзия любви.

*

Способ излечиться от любви: думать о том, что возлюбленный на 80 процентов состоит из воды.

*

И любовь можно купить за деньги, если знать места.

*

Чем дольше вы мечтаете о большой любви, тем меньше шансов ее встретить.

*

Если вы быстро разлюбили, то вы не любили.

*

Любимый мужчина – это тот, кому можно причинить больше страданий безнаказанно.

*

Случайная связь стала прочной.

*

Любовный роман - самообман о власти друг над другом.

*

Любовь - как песочные часы: чем больше в сердце, тем меньше в голове.

*

Лекарство от любви существует, но никто не знает рецепта.

*

Романтическая история любви с трагическим концом: он вернулся к жене.

*

Любовь платит той же монетой, которую сама чеканит.

*

Нормален ли тот, кто сошел с ума от любви?

*

В любви все средства хороши, кроме безналичных!

*

Скучающая женщина потенциально готова влюбиться. Скучающий мужчина уже не способен полюбить.

*

Осмеивая любовь, циник обкрадывает самого себя.

*

Ничто не обходится мужчине так дорого и не ценится женщиной так дешево, как его любовь.

*

Любовь начинается со сладкого обмана, а заканчивается горькой правдой.

*

Ты много теряешь, если никогда не теряешь головы.

*

О бывшей любви, как о покойнике, - либо хорошо, либо ничего.

*

Объятия - замкнутое пространство для влюбленных.

*

Влюбленный терпит муки добровольно.

*

Смерть и любовь всегда приходят неожиданно.

*

Любовь как свинка - взрослые болеют тяжелее.

*

Для того, чтобы мужчина влюбился, нужно всего лишь внимать тому, что он говорит.

*

Излечиться от любви можно разными способами; самый действенный - лучше узнать возлюбленного.

*

Любовь может выдержать долгие годы разлуки, но не выдерживает долгие годы близости.

*

Добровольное признание... в любви.

*

Хорошо быть влюбленным - не нужно тратить на других женщин.

*

Сердце не стареет.

*

“Перебрала уже три десятка мужиков, а любви все нет...”

*

Если вы влюблены, значит, у вас есть воображение.

*

Любовь - это репетиция рая.

*

Разлука усиливает любовь... к тому, кто в данный момент рядом.

*

Влюбленные любят оперировать словами “всегда” и “никогда”, даже имея в прошлом опыт недельной влюбленности.

*

Любовь подобна караоке: поющий и влюбленный в восторге, но на окружающих это особого впечатления не производит.

*

Первая любовь неоперабельна.

*

Любимая женщина позволяет забыть обо всех недостатках ее пола.

*

Нигде не лгут так часто, и нигде ложь так легко не сходит с рук, как в любви и политике.

*

Поцелуй беззвучен, но эхо от него...

*

Мужчина хочет быть у женщины первым, а женщина хочет быть у мужчины последней.

*

Если рай в душе, то с милым рай и в шалаше.

*

Любовь пришла инкогнито.

*

Если вы пытаетесь с помощью любви убить время, то вскоре время убьет любовь.

*

Влюбленным, как и птицам, нужно не только любовное гнездышко, но и небо.

*

Влюбленность - это поэтическое выражение сексуального влечения.

*

Что лучше: потерять невинность в борьбе за любовь или потерять любовь в борьбе за невинность?..

*

Любовь сокращает жизнь человеку, но удлиняет ее человечеству в целом.

*

Хоть любовь и не купишь, за нее можно дорого заплатить.

*

Любовь - как первый снег: никогда не знаешь, когда выпадет и когда растает.

*

Любовь, как и икоту, не утаишь.

*

Чтобы оценить настоящего мужчину, нужно хоть раз в жизни любить никчемного.

*

Любовь - лучшая диета.

*

Новый любовный роман заводят, чтобы забыть предыдущий или... вспомнить.

*

Идеальная любовная связь - по Интернету.

*

Любовь - это состояние, в котором даже умный человек творит глупости.

*

Лекарство от любви с первого взгляда - второй взгляд.

*

Любовный роман начинается с обмана и заканчивается обманом.

*

Берегите сердце... своих любимых.

*

Темнота любви не помеха.

СЕКСУАЛЬНАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ

Сексуальная совместимость - когда у обоих супругов вечером болит голова...

Д.Е.

Если двое людей живут вместе, получая от этого удовлетворение - как минимум, - или испытывая радость – как максимум, - они совместимы.

Программист - жене:

- Дорогая, я решил увековечить твоё имя и присвоил его только что созданному мною вирусу.

Анекдот

Такое единение душ возможно, если личностные типажи мужчины и женщины имеют сходные черты или взаимно дополняют друг друга настолько, что серьёзные конфликты не возникают.

Идёт передача “Моя семья”. Валерий Комиссаров приводит данные социологического опроса “Счастливы ли вы в браке” и называет следующие цифры: 10% женщин признались, что они счастливы, 30% признали жизнь в браке удовлетворительной, 60% отказались ответить на этот провокационный вопрос. Со стороны мужского населения результаты ещё более неутешительны: около 10% мужчин счастливы, 20% вообще отказались отвечать на вопрос, ещё 20% оказались холостяками по убеждению, остальные 50% мужчин признались под большим

секретом, что с удовольствием придушили бы свою половину.

Зачитав эти данные, Валерий Комиссаров спрашивает у зала:

- Кто-нибудь может на это возразить?

Поднимается мужчина и говорит:

- Мы жили душа в душу 25 лет.

- А почему ЖИЛИ?

- По истечении 25 лет она решила развестись со своим мужем и выйти замуж за меня.

Анекдот

И, тем не менее, существуют счастливые пары, в отношении которых со стороны кажется, что они абсолютно несовместимы.

Муж каждый вечер приходил домой пьяным, а жена скандалила с ним, лупила его. Но ни ругань, ни скалка не действовали. И тогда жена решила попробовать другой способ: переделалась чудовищем, надела маску и выключила свет.

Через некоторое время заявился муж в сильно подпитии. Жена появляется перед ним в своем страшном обличье и начинает рычать.

Мужик:

- Да ты меня не испугаешь: я на твоей сестре женат.

Анекдот

В реальной жизни вряд ли возможно найти мужчину и женщину, у которых на любую проблему существуют одинаковые взгляды, которые всегда высказывают одинаковое мнение, у которых одни и те же потребности и увлечения.

Супруги решили научиться играть в гольф, но у них ничего не получается. Тогда инструктор говорит мужу:

- Попробуйте взять клюшку так нежно, как ласкаете грудь жены.

Тот попробовал, и получился неплохо удар.

Инструктор - жене:

- А теперь вы возьмите клюшку так, будто это член вашего мужа.

Жена выполняет.

Инструктор:

- Ладно, на сегодня хватит, и выньте клюшку изо рта.

Анекдот

Сексуальная совместимость не менее важна, чем психологическая. Как и в межличностных отношениях, здесь нужно решать проблемы по мере их возникновения, а не копить их, подвергая опасности свой брак.

Ссора мужа с женой:

- Чтоб ты жил на одну зарплату!

- Чтоб ты с нее алименты получала!

Анекдот

Примечательно, что

психологически совместимые пары умеют найти компромисс и в сексуальной сфере.

Даже в случаях, когда муж и жена схожи по своему психологическому типу или их личностные черты удачно дополняют друг друга, сексуальные склонности супругов могут различаться.

- Любовь - страшная штука...

- Ну, если эта штука страшная, какая уж тут любовь!

Анекдот

Здесь можно провести параллель с отношением к еде: гурман однозначно не придет в восторг от овсянки, а всеядный обжора вряд ли по достоинству оценит изысканное блюдо.

“Мужу не понравилось, что я занималась оральным сексом”.

Д.Е.

Найти мужчину и женщину, психологически совместимых и при этом имеющих одинаковые вкусы в интимной сфере - сомнительно. Следовательно, каков выход? Нужно договариваться.

Муж и жена глухонемые от рождения. Разговаривают только на пальцах. В интимной жизни проблема в том, что супруги предпочитают делать ЭТО в темноте, поэтому общение весьма затруднительно. Однажды, перед тем как лечь в постель, жена на пальцах говорит мужу:

- Знаешь, дорогой, давай так: если ты захочешь секса – потяни меня за грудь один раз, если нет – два раза.

Муж:

- О! Это хорошая идея. А если ты захочешь секса, потяни меня за член один раз, если нет – раз 75-80...

Анекдот

Установлено, что большинство сексуальных проблем решаемы, когда супруги душевно близки. И наоборот. Любой сексопатолог знает, что если между мужем и женой существует напряженность, лечить такую пару сложно.

Два мужика разговаривают о сексе.

- Твоя жена кричит когда вы сексуетесь?

- Кричит.

- И моя кричит. А когда громче всего кричит?

- Ну-у, когда кончает. А твоя?

- А моя - когда член о штору вытираю.

Анекдот

Сексуальная удовлетворенность тесно связана с общей удовлетворенностью браком. Если супруги довольны своими интимными отношениями, то это создает фон, на котором

развиваются их отношения в других сферах. Этот фон влияет на успешность этих отношений, а удовлетворенность сексом, в свою очередь, зависит от этих отношений.

Воздержание напрягает, секс расслабляет.

Д.Е.

По данным одного сексопатологического исследования, в стабильном браке удовлетворены 79% мужчин и 73% женщин, а в нестабильном браке не удовлетворены своей интимной жизнью 61% мужей и 66% жен.

Отсюда вывод: чем стабильнее брак, тем лучше сексуальные отношения. И наоборот.

Лучше выйти замуж за мужчину, с которым можно быть счастливой, чем за того, без которого нельзя быть счастливой.

Д.Е.

Среди пар, удовлетворенных браком, сексуально совместимыми оказались практически все. Сексуальная гармония коррелирует с духовной и психологической совместимостью супругов, а в целом положительно влияет на благополучие и устойчивость брака.

Чем ближе пара друг к другу в кровати, тем ближе они друг к другу в остальное время.

Д. Е.

ТЕСТ

ЛЮБИТЕ ЛИ ВЫ СЕКС?

1. Как вы реагируете на порнографические карикатуры?

а - люблю юмор.

б - не всегда понимаю, что в них смешного

в - если внезапно нагрянут зануды-родственники или приятели, - показываю им.

2. Что вы думаете при виде банана?

а - они полезны, в них много витаминов

б - люблю бананы

в - очень напоминает кое-что

3. Какое необычное место для секса вы бы выбрали?

а - кухонный стол

б - лифт в здании, где находится фирма моего знакомого (знакомой)

в - летом - в парке, зимой - на чердаке дома

4. Что вы сделаете, если вам подарят эротическую статуэтку?

а - чувствую неловкость и спрячу ее

б - это же подарок, так что поставлю среди других

в - буду хвастаться перед друзьями

5. Знаете ли вы, что делать с вибраторами и другими секс-игрушками?

а - конечно, знаю

б - догадываюсь

в - не имею понятия

6. Что вы думаете о сексе по телефону?

а - хочется попробовать

б - а что в нем особенного?

в - проще позвонить подружке (другу)

7. Что вы думаете о тантрическом сексе и древнекитайских и древнеиндийских руководствах по искусству любви?

а - любой новый опыт полезен

б - позы вычурные и неудобные

в - бред какой-то, все это устарело

8. Мечтаете ли вы о сексе с кинозвездой?

а - конечно

б - с обычными людьми проще

в - мне без разницы

9. Какие презервативы вы предпочитаете?

а - самые обычные, лишь бы не рвались

б - разноцветные - это забавно

в - с усиками, утолщениями и прочими прибабасами - они лучше возбуждают.

10. Как вы думаете, что нравится женщинам в мужчинах?

а - спортивная фигура, мускулатура

б - выразительные глаза

в - чувственный рот

11. Нужно ли мужчине красивое нижнее белье?

а - это только для людей с изощренной фантазией

б - это тоже элемент эротики

в - какая разница? Главное - чтоб человек был хороший.

12. Что вы думаете о сексе по Интернету?

а - это интересно

б - это просто отлично, что сейчас есть такая возможность

в - ничего в этом хорошего нет, почти проституция.

Суммируйте полученные баллы:

	а	б	в
1	10	5	0
2	5	0	10
3	5	10	0
4	0	5	10

5	10	5	0
6	10	5	0
7	10	0	5
8	5	0	10
9	0	5	10
10	0	5	10
11	0	10	5
12	5	10	0

РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА

Если вы набрали до 25 баллов

Вы консервативны и лишены фантазии. Секс для вас на последнем месте в иерархии ценностей.

Если вы набрали от 30 до 60 баллов

Ваш главный принцип - получить удовольствие. Сексом вы интересуетесь только тогда, когда вам хочется, поэтому вы умеете получить от него максимум удовольствия.

Если вы набрали более 60 баллов

Для вас секс - главное. Но вы просто развлекаетесь и пробуете все подряд, не умея толком решить, что же для вас лучше. Секс для вас - способ самоутвердиться.

СЕКСУАЛЬНАЯ ЖИЗНЬ ОСТАВЛЯЕТ ЖЕЛАТЬ...

Сексуальная жизнь оставляет желать... лучшего партнера

Д.Е.

Итак, говоря простым языком, психологическая совместимость мужчины и женщины означает, что им психологически комфортно в обществе друг друга, а сексуальная

совместимость — что им хорошо в постели.

Найти пару, совместимую по всем параметрам, вряд ли возможно.

Хоть идеал и недостижим, идеалисты не теряют надежды.

Д.Е.

Может ли ужиться пара, если их устраивает общество друг друга, но не устраивают интимные отношения?

Разумеется, может.

Например, один из супругов страдает каким-либо заболеванием, затрудняющим половую жизнь. Второй супруг поначалу испытывает недостаток секса. Или же бытовые заботы (уход за больным) и тревога за близкого человека соответствующим образом влияют на либидо, и сексуальное желание угасает.

Воздержание - самоистязание духа и тела.

Д.Е.

Чаще всего в таком положении оказываются женщины. Любящая жена самоотверженно ухаживает за больным мужем, и ей даже в голову не придет посетовать — мол, мне секса не хватает. Хотя, вполне возможно, и в самом деле не хватает.

Жена изменила мужу и объясняет подруге, почему это произошло:

- Зашел худой, голодный, плохо одетый молодой человек. Я пожалела его: вымыла, накормила, напоила, придела. А он и спрашивает, нет ли у нас еще чего-нибудь, чем бы муж давно не пользовался...

Анекдот

Не редкость ситуация, когда супруг болеет годами, а жена по этой причине на голодном сексуальном пайке.

Воздержание - самоистязание духа и тела.

Д.Е.

Ситуация с точностью до наоборот: жена больна, а муж становится сексуальным абстинентом, - бывает реже, но все же бывает.

Разговаривают два мужика:

- **У тебя сколько детей?**
- **Двое.**
- **Они близнецы?**
- **Нет, один на 10 лет старше другого.**
- **Не может быть! Не могу поверить! Разве с твоей женой можно переспать дважды?**

• **Анекдот**

- **В других случаях правомочна старинная пословица: «Свято место пусто не бывает»: нехватку секса мужчина восполняет на стороне.**

Возлюбил жену ближнего своего...

Д.Е.

Ситуация, когда муж и жена здоровы, но по какой-либо причине интимная жизнь не устраивает одного или обоих супругов, тоже не трагична – при условии, что психологически они совместимы.

Жена программиста жалуется подруге:

- **Мой муж совершенно не выполняет супружеских обязанностей...**
- **А чего он так?**
- **А он как трусы снимет, смотрит вниз и говорит: “Опять завис”. И сразу спать.**
- **Мой тоже, как увлекся компьютерными играми, стал часто говорить: “Висит”. Но я его быстро привела в порядок. Значит так. Возьми скалку и спрячь под подушку. Как только он скажет: “Завис”, ты его хлопбьшь что есть мочи по балде. Потом жди, пока**

очухается. А как в себя придет, у него член будет как камень.

На следующий день они снова встретились:

- Ну как, помогло?

- Ох, и не спрашивай!

- А чего так?

- Ну, я все сделала, как ты советовала. Долбанула его скалкой, он упал. Потом вижу, глазки забежали - в себя приходить начал. А как перезагрузился, на хард-драйве вирус нашел...

Анекдот

В этом случае у супругов есть возможность обсудить свои интимные отношения и, если они не в силах справиться с проблемой самостоятельно, обратиться к специалисту.

“У моего мужа что-то случилось с потенцией: он хочет меня по пять раз на день”.

Д.Е.

При другом варианте один из супругов (чаще жена) молча смирится с существующим положением вещей (кстати, напрасно), ставя на первое место взаимоотношения.

Пациентка говорит семейному психотерапевту:

- Доктор, мы с мужем никогда не ссоримся.

- Странно... Значит, вы не созданы друг для друга.

Анекдот

Иными словами, если между супругами теплые эмоциональные отношения, то они могут либо устранить сексуальную дисгармонию, либо примириться с нею. При этом межличностные отношения супругов не страдают.

Одна подруга жалуется другой, что у них с мужем в сексе полный провал. Подруга советует:

- А ты попробуй к приходу мужа надеть коротенький халатик, но трусики не одевай.

Когда муж придет, открой ему дверь, а сама повернись к нему спиной и нагнись, типа что-то делаешь. Он увидит, заинтересуется, и все будет нормально.

Жена подмылась, причесалась, надела короткий шелковый халатик, трусики сняла и ждет. Звонок в дверь, она смотрит в глазок – муж. Отперла замок, нагнулась, слышит – сзади дверь открылась, и бабах! - кто-то упал. Поворачивается - муж в обмороке. Она его за ногу, затащила в квартиру.

Наконец муж пришел в себя и говорит:

- Дорогая, ты не поверишь, захожу в квартиру, а передо мной гномик стоит. Щеки - во-о-о! Борода во-о-о! Из рта слюни текут, да еще и в твоих тапочках!

Анекдот

И совсем другое дело, если муж и жена сексуально совместимы, а психологически нет. Подобные отношения приемлемы для любовников, но не для супругов.

Нет ничего хуже, чем связать жизнь с неустраивающим вас человеком из-за устранивающего вас удовольствия.

Расскажу случай из своей практики, когда мужчина с аномалией личности самоутверждается, унижая жену, а та не в силах от него уйти из-за сексуальной привязанности.

Беседуют две подруги:

- Ну, как там у вас дела с Вадиком?

- О! Великолепно!! Он разбудил во мне женщину!!!

- Еще бы! С его-то будильником!

Анекдот

Татьяна влюбилась в Геннадия безоглядно, тем более, что с первого же раза испытала оргазм и до сих пор вспоминает процесс «лишения девственности» с восторгом.

Невинность как спичка: предмет одноразового пользования.

Д.Е.

С детства Таня неуверенная в себе, робкая, застенчивая. В юности она мечтала стать художницей. В школе-студии ее рисунки хвалили, но поступать в Суриковский Татьяна не решилась и остановила свой выбор на текстильном институте. По специальности она художник по тканям. Нынешняя работа ее категорически не устраивает – не об этом она когда-то мечтала, - но и уйти страшно, хотя оклад у нее чисто символический.

Любой неудачник знает: успех - это всего лишь удача.

Д.Е.

Геннадий старше всего на четыре года, но его сексуальный опыт несоизмерим с Таниным. В возрасте двадцати двух лет наша барышня еще была чиста и невинна, грезилась о романтической любви, а реальных парней побаивалась и старалась держаться от них подальше.

- Я создала в своем воображении образ идеального мужчины, но вокруг одни образины.

Д.Е.

Так уж получилось, что будущему мужу она отдалась уже в первую встречу. В этот день выпускники текстильного института получили дипломы и, как водится, хорошенько sprysнули это дело. Татьяну, непривычную к спиртному, развезло уже после бокала шампанского, а дальше ей стало «море по колено». Сокурсники не оставили ее своими заботами, поймали «частника», велели доставить девушку домой, и оплатили услуги.

Водителем оказался Геннадий. Пьяненькая Таня что-то трогательно лепетала, а молодой человек не преминул воспользоваться ее состоянием. Он привез пассажирку к себе домой - со всеми вытекающими последствиями.

Девушка надралась до потери невинности.

Д.Е.

В Таниной памяти случившееся сохранилось как «ночь любви», хотя не исключено, что алкогольные пары романтизировали происходящее.

Маленький женский недостаток устранил большое мужское достоинство.

Д.Е.

Утром протрезвевшая Танюша, боясь гнева родителей, не пошла домой, осталась у Геннадия, и пир плоти продолжался.

Мужчина просит в цветочном магазине:

- **Дайте мне букет цветов! Быстрее, пожалуйста!**
- **Каких цветов?**
- **Какая разница, быстрее, пожалуйста, я опаздываю!**
- **Ну что вы? Очень большая разница! Если вы встречаетесь с девушкой, то это**

должны быть белые розы, если с женщиной, то это должны быть фиалки.

- **Конечно, розы, дайте белые розы! Впрочем, вплетите пару фиалок...**

Анекдот

Геннадий сам позвонил ее родителям, сказал, что с их дочкой все в порядке, но в детали вдаваться не стал.

Отец говорит дочери:

- Почему ты не хочешь познакомить меня со своим женихом?

- Я приглашала, папа...

- Ну и...?

- Он говорит, что уже видел тебя, и все равно меня любит.

Анекдот

Через неделю парень привез блудную дочь в отчий дом и попросил ее руки, чем сразу покорила немного старомодных родителей Татьяны. Получив их согласие, Геннадий опять

увез Таню, предусмотрительно захватив ее паспорт – в тот же день они подали заявление в Загс.

Одна подруга другой:

- **А Володя вчера сделал мне предложение.**
- **И что он сказал?**
- **“Пора кончать с нашей дружбой”.**

Анекдот

В общем, все начиналось как в сказке, - таково мнение Татьяны.

Сказки, как известно, заканчиваются свадьбой главных персонажей. Танина «сказка» закончилась вскоре после свадьбы.

Муж с высокой температурой лежит в постели, рядом сидит жена.

Муж - супруге:

- Ты моя красавица, моя умница, ты мое сокровище, моя любимая. Ты - самая прекрасная женщина на свете!

- Бредит... - вздыхает жена.

Анекдот

Оказалось, что у мужа тяжелый характер. Но Таня мирилась с этим, потому что Гена открыл для нее мир доселе неизведанных радостей.

Робкая, стеснительная Татьяна стала жадной до наслаждений. Она с детства мечтательница, а после того, как вкусила плотских утех, ее фантазия получила мощную подпитку. Для каждой ночи Таня придумывала свой сценарий, а потом они с супругом претворяли его в жизнь.

Настоящая женщина стремится к власти в спальне, а не в обществе.

Д.Е.

Все бы хорошо, не будь Геннадий классическим семейным тираном. Самый неблагоприятный вариант: высокие, но нереализованные амбиции.

Единственный сын в семье, захваленный обожающими его родителями, гиперопека мамочки, - в итоге вырос парень, считающий, что мир вертится вокруг него. Но мир существовал сам по себе, не желая прогибаться под амбициозного Геннадия. Он попробовал себя на разном поприще, но нигде не состоялся, проучился в институте полтора курса и бросил: систематически трудиться парень не желал.

Ему всегда не хватало денег в последние 30 дней до зарплаты.

Д.Е.

Любящие родители разменяли свою большую квартиру, чтобы у любимого сыночка была своя – надо же мальчику иметь личную жизнь! Деньжат они тоже ему подбрасывали по мере возможности, правда, после дефолта их возможности резко ограничились.

Геннадий зарабатывал на жизнь частным извозом, но и тут не сильно перетруждался – «набомбил» на «чарку и шкварку», и ладно.

“Мне в этой жизни многое дорого... Многое не по карману”.

Д.Е.

Выпить он не прочь, хотя пока еще не стал алкоголиком. В пьяном виде Геннадий весьма неприятный тип: хвастлив, болтлив, бесцеремонен, может походя обидеть и даже оскорбить.

Но и в трезвом состоянии он далеко не ангел. Ему свойственна так называемая вербальная агрессия (качество, типичное для данной разновидности семейных тиранов).

Ищешь гавани в бурю, а находишь бурю в гавани.

Д.Е.

Агрессия является одним из способов выражения негативных эмоций. В данном случае подразумевается не физическая, а словесная (вербальная) агрессия.

С позиций психиатрии, агрессия - это способ психологической защиты от

неблагоприятной (или психотравмирующей) ситуации. Может быть и способом психологической разрядки или самоутверждения. Агрессия является одним из проявлений состояния неудовлетворенности, например, супружескими взаимоотношениями. Или когда не сбываются надежды, ожидания, когда реальность расходится с представлениями человека о благополучном браке.

Если люди и меняются, то только в худшую сторону.

Д.Е.

Как правило, сам человек не осознает ни своей неудовлетворенности, ни того, что проявляет агрессию. Скрытая неудовлетворенность выражается в косвенной агрессии - мелочных придирках к своей половине или всем членам семьи.

- **Какая разница между мужем и собакой?**
- **Собака на чужих лает, а к своим ласкается, а муж – наоборот.**

Анекдот

В данном случае причина со следствием переставляются местами. В основе неудовлетворенности лежит неосознаваемая неуверенность в себе. А сам человек, проявляющий агрессию, пытается объяснить свое недовольство тем, что его половина “не так” себя ведет, и перекладывает вину на нее, хотя супруга отнюдь не является носителем бездны недостатков, каковым пытается представить ее тот, кто проявляет словесную агрессию.

Мужик 1 января с утра просыпается с бодуна, широко открывает глаза и сразу бежит в одних трусах на кухню. Там жена убирает со стола и моет посуду после новогодней ночи. Он ей с размаху по морде – хлоп! Жена сквозь слезы:

- **Вася! За что?**
- **Тот, уходя в комнату:**

- **С прошлого века не пил, морду тебе не бил... Должен же быть предел такой подкаблучной жизни?!**

Анекдот

При вербальной агрессии человек демонстрирует отрицательные эмоции, облакая их в нелицеприятные слова, оскорбления, грубость.

Мелочные придирки и провокация семейных ссор - это тоже выражение агрессии, явившейся следствием неудовлетворенности и неуверенности в себе.

- Имею я право быть несчастливым?

Д.Е.

Свои сексуальные отношения с мужем Таня отчуждает от остальной своей жизни.

Говорит она об этом так: «Во мне живут сразу две женщины: дневная и ночная. Днем я задавлена тем, что Гена меня постоянно тюкает, а ночью раскрепощаюсь и становлюсь то куртизанкой, то царицей Клеопатрой, то кем мне заблагорассудится. Я могу позволить себе все, и Гена меня поощряет. Я наслаждаюсь сексом, у меня оргазм за оргазмом, и так почти каждую ночь. А утром я опять вижу прищуренный взгляд своего мужа и слышу его язвительные реплики. И снова превращаюсь в затурканную, закомплексованную неудачницу».

- **Моя жизнь с мужем стала невыносимой.**
- **Ну так разведись.**
- **Ни в коем случае. Мучаться двадцать лет, чтобы преподнести ему такой подарок?**

Анекдот

СЕКСУАЛЬНЫ ЛИ ВЫ?

Секс - это спектакль, который исполняется для самого себя.

Д.Е.

Мысли о собственной сексуальности время от времени посещают каждого человека, умеющего читать и слушать: к этому побуждает обилие телепрограмм, статей в прессе и книг о сексе; хочешь не хочешь, а задумаешься о своих сексуальных возможностях.

Когда к нему приходила в гости дама, он говорил: “Снимите колготки. У меня такой игривый щенок - все рвет!” Потом выяснялось, что щенок рвет юбки, блузки, бюстгальтеры. А потом оказывалось, что щенка вообще нет. Но было уже поздно...

Хорошо иметь такого щенка!

Анекдот

Тут возможно, в основном, два варианта:

- а) чувство удовлетворенности своей сексуальной жизнью
- б) некоторый дискомфорт в этой области.

Почему женщины любят плохих танцоров?..

Д.Е.

Чувство удовлетворенности собственной интимной жизнью может быть полным или частичным.

Людам, полностью удовлетворенным этой наиважнейшей сферой человеческой активности, можно лишь позавидовать.

Поручика Ржевского спрашивают:

- Скажите, поручик, как вы сближаетесь с женщинами?**
- Я их имею-с, а это очень сближает.**

Анекдот

Если при этом люди, которым собственная половая жизнь доставляет удовольствие, покупают книги о сексе, исходя из принципа: «Нет предела совершенству» или «Хорошего

много не бывает», - то такие энтузиасты достойны аплодисментов. Равно как и те, кто частично удовлетворены этой стороной своих взаимоотношений с противоположным полом, но испытывают желание усовершенствоваться, постигая науку страсти нежной.

Даже математика может быть эротичной. Например, квадратный двучлен звучит очень заманчиво...

Д.Е.

Недовольных своей интимной жизнью можно условно подразделить на две подгруппы.

Первая – пассивная. И таких людей большинство. Они отнюдь не прочь, чтобы секс другим, но ничего для этого не предпринимают.

Беседуют две соседки.

- Мой муж живет только одним днем, - жалуется одна.

- Мой тоже, - вторит ей другая. - Ночью ни на что не годится.

Анекдот

Как это ни удивительно, извечное русское «авось» распространяется даже на эту важную сферу. Жены мирятся с однообразием интимной жизни, не дающей сексуального удовлетворения, и надеются, что в один прекрасный момент супруг что-то предпримет (например, насмотревшись порнушки или под влиянием крутых эротических сцен в каком-нибудь кинофильме).

Для мужчины брак - плата за секс.

Для женщины секс - плата за брак.

Д.Е.

А некоторые уже почти не надеются. Говорят: «Ну и ладно! Обойдусь и без этого!» Хотя при более детальных расспросах выясняется, что женщина была бы рада возможности изменить интимную жизнь.

Ночью жена толкает мужа в бок.

- **Что, футбол? – мычит он.**

Она опять толкает его.

- **Что, хоккей?**

Тогда она выходит на балкон и в отчаянии кричит:

- **В этом городе есть еще хоть один мужчина?**

Голос с верхнего этажа:

- **А что, выпить найдется?**

Анекдот

Вторая подгруппа недовольных своей сексуальной жизнью проявляет определенную активность, чтобы изменить сложившийся стереотип: одни хотят, чтобы секс был качественно иным, других он не удовлетворяет количественно, третьи (идеалисты!) желают и того, и другого. Для этого предпринимаются некие действия.

Если муж не удовлетворяет жену, ей остается заниматься с ним лишь церебральным сексом.

Д.Е.

Самый распространенный (и, кстати, самый неэффективный) способ борьбы за свои сексуальные права – высказывание претензий своей половине.

Жена мужа пилит:

- Вот соседка говорит, что у нее муж 35 раз может, а ты один раз и то еле-еле.

Мужик озадаченный звонит соседу, типа как это? Сосед отвечает:

- Да пусть твоя мою дуру не слушает, она туда-обратно считает.

Анекдот

Когда жена говорит мужу (или муж – жене): «Мне не нравится, как мы занимаемся сексом» (неважно, какие именно слова произносятся, главное, что подразумевается

недовольство существующим положением вещей), подобная «инициатива» заведомо обречена на провал. Сто к одному, что второй участник обидится, и ничего путного не получится. Скорее, отношения станут еще хуже – теперь ко всем прочим проблемам прибавилась еще и реакция обиды. И подспудный страх: «Опять я делаю не так, опять ему (или ей) не нравится то, что я делаю». В конце концов это может привести к сексуальным дисфункциям или даже полному отказу от секса.

ТЕСТ

ОЦЕНИТЕ СВОЮ СЕКСУАЛЬНУЮ ЖИЗНЬ

Ответьте на следующие вопросы “да” или “нет”

1. Чувствуете ли вы сильное влечение к своему партнеру (партнерше)?
2. Говорил(а) ли он(а), что его (ее) тоже влечет к вам?
3. Часто ли вы проявляете инициативу в сексе?
4. Стараетесь ли вы разнообразить ваши интимные отношения, играете ли в эротические игры?
5. Легко ли вы обсуждаете в постели свои интимные проблемы, если они возникают?
6. Стараетесь ли вы выяснить, что больше всего нравится вашему партнеру (партнерше)?
7. Можете ли вы сказать, что именно вам больше всего нравится во время интимной близости?
8. Возбуждает ли вас и вашего партнера (партнершу) предложение попробовать что-то новое?
9. Можете ли вы в постели обсуждать проблемы, не имеющие отношения к сексу?
10. Достаточно ли доверительны ваши отношения, чтобы быть откровенными в разговорах об интимной жизни?

РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА

Если на все вопросы вы ответили “да”

С вашей сексуальной жизнью все в порядке. У вас впереди много счастливых дней и ночей.

Если на какой-то вопрос вы ответили “нет”

Именно здесь и скрыта проблема, которая вас беспокоит

Если вы ответили “нет” на более, чем пять вопросов

У вас проблемы в сексуальной жизни. Нужно постараться изменить стереотип сексуальных отношений, иначе вам и вашему партнеру скоро совсем наскучит заниматься сексом.

РЕАНИМАЦИЯ УГАСАЮЩЕЙ СЕКСУАЛЬНОЙ ЖИЗНИ

Женщина жалуется подруге:

- У нас с мужем вообще никакого секса.

Подруга советует:

- А ты попробуй к приходу мужа надеть коротенький халатик, трусики не одевай, дверь открой мужу, а сама повернись к нему спиной и нагнись, типа что-то делаешь. Он увидит, заинтересуется и все будет нормально.

Жена подмылась, причесалась, надела короткий шелковый халатик, трусики сняла и ждет. Звонок в дверь, смотрит в глазок - муж, открыла замок, нагнулась, слышит - сзади дверь открылась, и бабах! - кто-то упал. Поворачивается - муж в обмороке. Она его за ногу, в квартиру, по роже его, он в себя приходит и говорит:

- Дорогая, ты не поверишь, захожу в квартиру, перед мой гномик стоит. Щеки - во-о-о! Борода во-о-о! Слюни изо рта текут, да еще и твоих тапочках.

Анекдот

Масштабных статистических исследований по понятным причинам не проводилось,

однако специалисты, работающие в этой деликатной области считают, что 90% причиной всех неприятностей между представителями противоположного пола является секс или недостаток его.

Постель - кладбище иллюзий...

Д.Е.

И вот что удивительно:

многие мужья жалуются на холодность своих жен, а между тем не сделали ни единой попытки растопить лед!

Среди моих пациенток многие никогда не испытывали оргазма со своими мужьями, но нашли свое интимное счастье с другими мужчинами.

Лучше чаще и... лучше.

Д. Е.

Я не устаю повторять:

Нет фригидных женщин, есть эротически неразбуженные.

Разумеется, в адрес упомянутых мною женщин неприменимо слово «холодная». Просто-напросто мужья не сумели пробудить чувственность своих жен и, как водится, свалили с больной головы на здоровую, сделав «вывод»: «Моя благоверная не любит секса» или, того хуже: «Она фригидна». Мужу и в голову не пришло, что он сам виноват в сексуальной дисгармонии, потому что не смог обнаружить потенциальную страстность своей супруги.

Собрался клуб остряков. На повестке дня - самое интересное место в России. Члены клуба называют разные примечательные места, рассказывают, какие там с ними приключились веселые истории. А одному чудику ничего в голову не пришло, и он назвал самым интересным местом это... у своей жены. Всеобщее оживление, дискуссия, в итоге он вышел победителем.

Решили по этому случаю устроить банкет, а на него пригласили виновницу

торжества. Вернувшись домой, чудик долго думал, что сказать жене, а когда она спросила, какое место он назвал, ответил:

- Парк Победы.

На банкете слово для первого тоста дали виновнице торжества. Она сказала:

- Я удивлена, что мой муж назвал именно это место. Он был там два раза до нашей свадьбы, один раз после свадьбы. Там бывает вся Москва, кроме него.

Анекдот

Если вы относите себя к категории людей, угнетенных состоянием дел в сфере сексуальных отношений, то самый первый шаг в налаживании половой жизни состоит в выяснении причины существующего положения вещей.

Между мужчиной и женщиной есть одно важное различие. Нет, это не то, что вы подумали. Это способность по-разному мыслить.

Д. Е.

Возможно, в прошлом вы испытывали трудности в налаживании и сохранении отношений с человеком противоположного пола или вам до сих пор мешает застенчивость и неверие в способность улучшить взаимоотношения со своей половиной.

Самоуверенный мужчина - тот, кто не считается с мнением жены.

Д.Е.

Имейте в виду:

Если вы научитесь налаживать контакты с людьми, вам будет проще вступать и в сексуальные отношения.

То есть, мы опять возвращаемся к главной теме данной книги: секс начинается в голове.

Кончать надо с умом!

Д. Е.

Если вы серьезно относитесь к своему браку, заинтересованы его сохранить и при этом не

очень уверены в своих сексуальных возможностях, то самый эффективный путь решения проблемы – обсуждение с вашей половиной беспокоящих вас вопросов.

Если вы хотите улучшить свою сексуальную жизнь, но не умеет говорить о сексе, то ни хрена у вас не получится.

Д.Е.

Проблема может быть в том, что кто-то из вас или вы оба не готовы к обсуждению вопросов интимного характера.

Супружеская постель, возня под одеялом, величайшее из таинств природы имеет место быть.

- Милый скажи мне прямо сейчас, что есть во мне самое лучшее?

- Погоди, сейчас выну...

Анекдот

Что ж, это не самая большая проблема. Как говорится, было бы желание (подразумевается желание научиться говорить на темы секса).

Нередко для того, чтобы изменить микроклимат в собственной спальне, супругам вполне достаточно знаний, почерпнутых из литературы и претворенных в жизнь.

- Почему подавляющее большинство мужчин так озабочены вопросом секса?

- Потому что большинство женщин все-таки симпатичны.

- Почему для подавляющего большинства женщин секс не является главным желанием?

- Да потому же, что подавляющее большинство мужчин страшны, как черти!

- Представители противоположного пола! Будьте терпимы к слабостям друг друга!

Женщина! Посмотри в зеркало, представьте себя на месте мужчины. Ну, неужели вы бы остались равнодушны? Мужчина! Посмотрите в зеркало, представьте себя на месте женщины! Возбуждает? Вот все вопросы и отпали!

Анекдот

Я получаю много писем от читателей, которые говорят, что мои книги помогли им по-другому взглянуть на взаимоотношения со своей второй половиной и улучшить эмоциональный климат в семье, а вместе с ним и изменить стереотип сексуальной жизни. «Вместе с мужем читаем ваши книги», «Я прочла мужу отрывки из вашей книги, мы оба хохотали, а потом захотели попробовать чего-то новенького», «Муж подарил мне вашу книгу, и я поняла: что-то в нашей жизни надо менять», - вот отрывки из некоторых писем.

Но бывает так, что супруги (или один из них) прочли множество книг по сексологии и горят желанием улучшить свою сексуальную жизнь, но ничего у них не получается.

Поглощая знания, не подавись!

Д.Е.

Если самостоятельные попытки наладить интимную жизнь оказались безуспешными, если накопилось много проблем, то радикальное решение возможно только при обращении к специалисту.

Библия советует возлюбить ближнего своего. А сексологи учат - как именно.

Д.Е.

Если негативные ощущения по поводу своей сексуальности существуют уже несколько лет, то, безусловно, пора проконсультироваться с сексологом.

У супругов полный разлад в плане секса.

Жена проконсультировалась с сексологом, приходит домой - и сразу к мужу...

Разделась и говорит:

- Любимый! Поцелуй меня там, где я делаю пи-пи...

Муж куда-то убежал. Прибегает через пару минут и спрашивает:

- А крышку поднять или нет?

Анекдот

Ко мне нередко обращаются люди в отчаянии и чаще – это женщины. «Чего только ни делала, чтобы у нас был хороший секс!», «Я и ваши книги подсовывала, и зачитывала фрагменты, и анекдоты в тему рассказывала – ничего не помогает!» - это слова моих пациенток.

Бывает, что их мужья приходят весьма скептически настроенными. Кое-кого влечет любопытство – интересно же живьем посмотреть на даму, которая часто мелькает на телеэкране и консультирует многих знаменитостей! Есть даже такие, кто приходит только для того, чтобы потом похвастаться в своем кругу.

На приеме у сексопатолога.

- Доктор, у меня две проблемы.

- Ну, давайте по порядку.

- Первая - я по пять раз в день имею жену, пять-шесть раз любовницу и все равно никак не могу успокоиться.

- М-да... Серьезная проблема... А вторая?

- Знаете, доктор, я очень большой обманщик...

Анекдот

Я всегда говорю своим пациенткам: «Убедите мужа прийти хотя бы на короткую беседу, и я вам гарантирую – потом ему самому захочется посещать консультации».

Убеждают не слова, а интонации.

Д.Е.

К любому человеку, даже закоренелому эгоисту, можно найти подход. Нужно просто знать, как это сделать.

Живите полноценной жизнью между “вчера” и “завтра”!

Д.Е.

СЕКСТЕРАПИЯ В ВАШЕЙ СПАЛЬНЕ

На приеме у сексопатолога мужчина жалуется на сексуальную апатию. Врач говорит, что в этом деле нужно разнообразие и советует ему отправиться домой и сразу же поставить жену в экзотическую позу. Через неделю раздается звонок того мужчины.

- Ну как, вам понравилось? - спрашивает сексопатолог.

- Мне - нет. Зато компания, с которой моя жена играла в бридж, неплохо повеселилась.

Анекдот

Сексуальная дисгармония супружеской пары - вполне решаемая проблема. Иногда нужна всего лишь беседа с профессионалом, который вам все объяснит. В более серьезных случаях нужен курс секстерапии. Что это значит? Вам расскажут, что нужно делать, чтобы секс доставлял вам радость. Чтобы это была “Песнь Песней”, а не “исполнение супружеского долга”.

Если хотите сделать мужчину счастливым в постели, включите телевизор.

Д. Е.

Зарубежные сексологи при секстерапии иногда используют помощников. Если женщина никогда не испытывала оргазма, то врач-секстерапевт с помощью своего помощника поможет пациентке найти ее эрогенные зоны, покажет, как их стимулировать, а потом она уже сама может сказать своему сексуальному партнеру, что ей требуется, чтобы испытать наслаждение. А ведь многие женщины и сами не знают, как их нужно ласкать, чтобы испытать этот высший экстаз.

То же самое в отношении мужчин с сексуальными проблемами. Помощница под руководством врача-секстерапевта сделает все, что нужно, чтобы у этого пациента была эрекция, и чтобы впредь у него не было проблем.

Пришла женщина к врачу и жалуется:

- Доктор, мой муж может только один раз в год. Пожалуйста, пересадите ему новый член.

- Нет проблем! - заявляет врач. - Приводите мужа.

Пересадил доктор ему новый член. Через некоторое время прибегает та же женщина.

- Доктор, дела стали еще хуже - этим членом муж меня вообще не может!

- Приводите мужа, разберемся.

Пришел муж. Врач его спрашивает:

- В дело, голубчик? Член плохо работает?

- Да что вы, доктор! Работает отлично! Утром имею несколько раз секретаршу, днем - сотрудниц, вечером жену друга, соседку, подруг жены...

- Гм... А нельзя ли и для жены хоть что-нибудь оставить?

- Не могу, доктор, у меня барьер.

- Какой-такой барьер?

- Психологический! Ну не могу же я СВОЮ жену ЧУЖИМ членом иметь!

Анекдот

Отечественные сексологи так не работают. В монографии одного из корифеев отечественной сексопатологии я прочла, что это “разврат”, почти сродни с проституцией. Нет, это не разврат и не проституция. Это секстерапия. И это приносит конкретный результат.

У импотента нет проблем с сексом: нет секса, нет и проблемы.

Д.Е.

Один мой коллега, известный секстерапевт, как-то жаловался мне: “Диля, ну как можно проводить секстерапию на медицинской кушетке! Мне пришлось бодаться с руководством, чтобы хотя бы меняли простыни на этой чертовой кушетке! Пациентам нужно расслабиться, а им холодно, неудобно, жестко, и я долгое время добивался, чтобы дали одеяло”.

Вы только представьте себе, мой читатель! Врач-секстерапевт проводит сеанс секстерапии, а попросту говоря, объясняет семейной паре, что и как они должны делать. И весь “интим” происходит на покрытой коричневым дермантином узкой медицинской кушетке, где ни повернуться, ни удобно лечь невозможно!

“До этого на этой кушетке лежали многие другие”, - думают некоторые пациенты во время сеанса секстерапии. Они не могут расслабиться, потому что все происходящее напоминает им медицинские манипуляции. Да и вся обстановка кабинета не располагает к уюту. Мало того, врачу еще приходится просить, чтобы медсестра принесла хотя бы чистые простыни... Можно в таких условиях проводить секстерапию, как вы думаете?

Женщина жалуется врачу:

- Доктор, мы с мужем не получаем удовлетворения от секса...

- А вы используйте другую позу. Собак на улице видели? Вот попробуйте как они.

Через неделю она приходит снова:

- Спасибо доктор!

- Значит, мой совет помог?

- Еще как! Только мы поначалу прохожих стеснялись...

Анекдот

Поэтому отечественные секстерапевты дают пациентам информацию, все объясняют и дают им “домашнее задание”. Бывает, что пациенты снова приходят на прием и говорят: “Доктор, а у нас ничего не получается...” И так неоднократно, месяцами.

Если орган любви у женщины - это сердце, то зачем она покупает вибратор?!..

Д.Е.

Мне понятно, почему некоторые пары не могут выполнить “домашнее задание”. Все эти “умные слова” про эрогенные зоны и способы их стимуляции вызывают у некоторых людей неприятие. Даже если врач-секстерапевт говорит: “Сделайте дома то-то и то-то”, - пациенты,

порой, приходят на прием обескураженные. Ну не могут они делать все, как сказал врач! Ведь секс - это такой интимный процесс. А тут какие-то медицинские термины, врач с серьезным выражением лица...

- Доктор, мой жених сказал, что женится на мне только в том случае, если я девственница, а я уже не девочка. Помогите!

Сексопатолог написал справку: “ Дана Ивановой М.И. в том, что она потеряла девственность в результате несчастного случая - упала и напоролась на сук”.

- Но я беременна, доктор. Что будет?

- Если будет мальчик, то будет сукин сын. А если девочка - сучья дочь.

Анекдот

Кстати, я давно заметила, что секстерапевты-мужчины на редкость несексапильны. Женщин-секстерапевтов среди наших соотечественниц немного, но даже тем, кто выступает в телепередачах, похоже, не хватает того, что делает женщину женщиной. И мне порой хочется произнести слова, которым нас учили еще в мединституте: “Врач, излечись сам!” Любой врач, по моему мнению, должен обладать обаянием, он должен внушать доверие пациенту, он должен быть ему симпатичен. А уж тем более - врач-секстерапевт.

После осмотра молодая и красивая пациентка надевает трусики. Врач задумчиво смотрит на то место, где начинаются ее ноги, и говорит:

- Именно в таком месте - здоровом, тенистом и в меру холмистом, - я хотел бы проводить свои выходные и отпуска.

Анекдот

Все же секс - это не просто трение органа об орган, чтобы в итоге достичь оргазма. Это... Трудно передать словами. Только тот, кто любит секс, поймет меня без всяких слов.

Днем мужчин тянет к женщинам инстинкт, а ночью - сила тяжести.

Д. Е.

Я тоже когда-то работала секстерапевтом так, как это принято в отечественной сексологии.

Теперь надо мной нет начальников, которые будут меня порицать или указывать, что мне можно делать, а чего нельзя. За все отвечаю я, и только я. Если пациенты мне доверились, я беру всю ответственность на себя. И всегда знаю, что все получится. Я вообще оптимистка по жизни.

Иногда гораздо проще показать, чем рассказать словами.

Сексопатолог лечит бесплодие. Методом тыка.

NN

Когда мой коллега, известный сексолог Слава Маслов, узнал, что иногда я провожу секстерапию “вживую”, - он лишился дара речи. “Ну нет слов... - сказал он, помолчав. - Так никто из наших сексологов не работает”. “Мне важен результат, - ответила я. - Обычно я достигаю результата за один-два сеанса. А давать “домашние задания”, после которых пациенты будут приходить ко мне удрученными, что ничего у них не получается, - это не мой стиль работы”.

Женщина пришла к сексопатологу, а он, не давая ей рот открыть:

- Раздевайтесь и ложитесь на кушетку.

Та разделась и легла. Он быстренько все проделал, встал, застегнул ширинку, сел за стол и с самым серьезным видом говорит:

- Так, с моей проблемой разобрались, теперь с вашей. На что жалуетесь?

Анекдот

Расскажу об одном случае, когда я проводила секстерапию “вживую”. История этой пары в чем-то типична. Они хотят сохранить свой брак, но в сексе у них разлад. Так бывает у многих пар. И порой нужно всего лишь вмешательство профессионала, и все наладится.

Секс - это счастье, которое может обойтись и без счастья.

Д.Е.

Молодая пара, назовем их Виктором и Ольгой. Оба прочли кучу книг о технике секса, пытались что-то делать по этим руководствам, но ничего у них не получилось. У Виктора все в порядке с потенцией. Лишь только прикоснется к жене, он уже “готов”, у него сильная эрекция.

Идет экзамен в медицинском институте. Профессор спрашивает у студентки:

- **Что у человека поднимается за тринадцать секунд?**

Студентка краснеет и молчит. Ее выгоняют.

Задают тот же вопрос студенту.

- **Давление.**
- **Правильно. А той передайте: то, что она подумала, поднимается за пять секунд.**

Анекдот

Теоретически Виктор знает, что женщину нужно долго ласкать, чтобы ее “завести”. Он пытался делать все так, как написано в книгах. Но когда у него возникает желание, Виктор уже не в силах сдерживаться.

“Я так ее хочу, - говорил он мне, - что у меня уже нет сил терпеть. Стоит Оле ко мне прикоснуться, и у меня сразу же отказывают тормоза”.

У него к ней трогательное отношение: едва увидит, начинает трогать за грудь и прочие места.

Д.Е.

Ольга - женщина чувственная. Есть женщины, которые могут (или вынуждены) обходиться без секса. Оля не может. Мужа она любит и другого мужчины не хочет. Она хочет, чтобы ей было хорошо именно с Виктором.

Щедрая природа позволила нам потребность превратить в удовольствие.

Д.Е.

Они перепробовали многие позиции полового акта, надеясь, что нужно всего лишь найти оптимальную позу, в которой Оля испытает оргазм. Не получилось.

Виктор искренне хотел, чтобы жене было с ним хорошо в постели. Но он был слишком нетерпелив.

Пришел, увидел, овладел.

Д.Е.

Стоит ему вдохнуть ее запах, или увидеть Олину коленку в вырезе халата, или прикоснуться к ее груди, и у него тут же появляется желание, и он уже не в силах сдерживаться. Виктор обрушивался на нее, как лавина, а потом чувствовал себя виноватым.

А разочарованная Оля шла в ванную и удовлетворяла себя сама.

Когда упругий продолговатый предмет стал ритмично протискиваться внутри ее тела, она подумала, что некоторые мужики не такие уж и трепачи. Через некоторое время где-то внизу живота появился и стал медленно расти теплый пульсирующий ком. Внезапно тысячи маленьких иголок вонзились в пальцы на ее ногах, и горячая волна захлестнула все ее тело. Неожиданно для себя она закричала.

Когда все кончилось, она щелкнула выключателем и пошла в ванную.

«А ведь он не соврал, - подумала она. - Вибратор действительно оказался хорош».

Анекдот

“Я читала в ваших книгах про оргазм, - говорила моя пациентка. - Для других женщин - это полет, высшее наслаждение, нечто необыкновенное. Но, видно, я на это не способна. Может быть, я фригидна? У меня оргазм только при мастурбации. Да, мне это приятно, но в этом нет ничего необыкновенного. Все мои подруги тоже мастурбируют, и замужние, и незамужние. Я научилась мастурбировать в 13 лет, и с тех пор только сама доставляю себе удовольствие. Мечтаю испытать наслаждение с любимым мужчиной, но у нас с Витей ничего

не получается. Я показывала ему, как гладить мне клитор, но он все делает не так. Мне приятны его прикосновения, но я не могу с ним кончить. Наверное, мне нужен другой мужчина. Может, мне завести любовника?” “Оля, вы любите своего мужа?” - спросила я. “Люблю”, - ответила она. “И вы можете себе представить, что к вам будет прикасаться другой мужчина? Ведь секс - это любовь, не так ли?” “Да, - согласилась Ольга. - Но что же мне делать? Всю оставшуюся жизнь мастурбировать?”

Банальный секс – это секс с помощью банана.

Д.Е.

Опыт мастурбации есть почти у всех женщин. Все они знают, как к себе прикасаться, чтобы получить сексуальную разрядку.

Одни используют струю душа, направляя ее на клитор именно с той степенью давления, которая нужна. Другие ложатся в определенной позе, сдвинув или раздвинув ноги, и легкими движениями пальца играют со своим клитором, доводя себя до оргазма. Некоторые одновременно вводят во влагалище пальцы другой руки (или фаллоимитатор) и синхронно стимулируют клитор и влагалище. Кому-то нужно специально настроиться, представить, что все эти движения с нею совершает мужчина. Кому-то нужно предварительно посмотреть эротическую сцену в фильме или хотя бы откровенные фото в журнале.

Преимущество мастурбации по сравнению с сексом в том, что оргазм всегда наступает вместе с партнером.

Д.Е.

Для некоторых женщин эротическим стимулом является сама по себе постель - согревшись под одеялом, они трогают себя, вызывая сексуальное возбуждение. Так делают не только одинокие женщины, у которых нет сексуального партнера.

Даже замужние женщины, когда рядом спит муж, оставивший ее неудовлетворенной, мастурбируют в постели. У женщин, в отличие от мужчин, движения при мастурбации не

столь интенсивны, и крепко спящий муж не проснется.

Врач – пациентке:

- **Вам следует спать на правом боку.**
- **Но это же невозможно, доктор, мой муж во сне называет какие-то женские имена, а я на левое ухо не слышу.**

Анекдот

Другие, боясь разбудить супруга, идут в ванную или в туалет и получают сексуальную разрядку, которую не захотел (или не смог) дать супруг.

Молодая жена жалуется матери:

- **Муж стал хуже ко мне относиться.**
- **Заботься о нем. Делай все, что он хочет. Что ему больше всего нравится?**
- **Блондинки.**

Анекдот

Есть женщины, которые способны мастурбировать где угодно, когда у них есть желание. К примеру, на заднем сиденье такси (водитель даже ничего и не заметит), в своем служебном кабинете или в любом другом месте. Для этого не нужно много времени.

Одна из моих пациенток, сидя за своим рабочим столом, если в данный момент в комнате никого не было, запускала руку в разрез своей юбки, чуть сдвигала трусики и раскачиваясь в своем кресле, уже через пару минут получала искомую разрядку.

Две девицы и парень в кафе. Парень и одна из девиц берут пирожные, а другая на диете:

- **А я возьму только кофе – я села на морковку.**

Подруга ей (ехидно):

- **До еды или после еды?**

Та (обиженно):

- **Вместо еды.**

Парень:

- **Во время еды!**

Анекдот

Мастурбация обычно сопровождается эротическими фантазиями. Моя пациентка Таня шла в туалет своего офиса, запиралась в кабинке и стимулировала клитор, малые половые губы и анальную область, представляя, что сейчас она с мужчиной, и он трогает ее везде, где ей хочется и именно так, как ей хочется.

Скажи о своих сексуальных фантазиях, и я скажу тебе, кто ты.

Д.Е.

Ничего в этом особенного нет. Мужчины тоже мастурбируют. Им хочется быстро получить сексуальную разрядку, и они ее получают с помощью собственной руки. Каждый мужчина знает, как это сделать.

Туристическая фирма “САМ” предлагает путешествия ...

- О, экзотические страны, знойные женщины!...

- Нет, мы же сказали - туристическая фирма “САМ”.

Анекдот

Как и женщины, мужчины при этом фантазируют на эротические темы. Например, он представляет, что его ласкает известная актриса, секс-символ, красотка с обложки эротического журнала или просто симпатичная коллега с работы.

- Я очень люблю смотреть передачу “Про ЭТО”. Бывает, что передача уже закончилась, а ЭТО еще продолжается.

NN

Но почему-то мужчинам претит, когда они узнают, что женщины тоже получают

сексуальную разрядку с помощью своих рук.

Мне не раз приходилось слышать возмущенные слова мужей, вдруг узнавших “страшную новость”, что супруга сама доставляет себе удовольствие.

Объявление в разделе “Знакомства”:

“Стройная симпатичная блондинка 25 лет, рост 170, вес 48 кг, талия 55 см, бюст 5 номер, образованная, обеспеченная, с чувством юмора. Партнера не ищу, телефона не дам. Купила вибратор”.

NN

А что ей еще остается, если муж не дает ей сексуального удовлетворения?! Искать любовника? Все ж мастурбация безопаснее. По крайней мере, не заразишься венерическим заболеванием и не забеременеешь.

- За неимением фаллоимитатора я использовала телефонную трубку...

Д.Е.

Конечно, и мужчинам, и женщинам хотелось бы, чтобы удовольствие им доставил любимый человек. А если любимого человека нет? Или есть муж (жена), но их желания не совпадают?.. Когда хочет муж, - нет настроения у жены. А когда хочет жена, оказывается, что муж устал, хочет спать или ему просто не до нее.

Мужик звонит в "секс по телефону":

- Алло, это секс по телефону.

- Нет, вы не туда попали.

- О-о-о я не туда попал!!!

Анекдот

Потому и получается, что гораздо проще и быстрее получить сексуальную разрядку с помощью мастурбации, чем долго уговаривать свою половину “исполнить супружеский долг”.

На медленный секс уже нет времени.

Д.Е.

Мастурбация вполне приемлемый способ получить половую разрядку. Мастурбируют даже супруги, вполне благополучные в своей интимной жизни. Например, одному из них хочется чаще, чем другому, и чтобы “не напрягать” свою половину, второй супруг удовлетворяет себя сам. А в другой раз, когда желания обоих совпадают, у них все замечательно.

Он:

- Я хочу...

Она:

- И я хочу...

Он:

- Давай вместе хотеть!

Анекдот

Оба супруга обычно скрывают друг от друга, что время от времени (или регулярно) удовлетворяют себя с помощью мастурбации.

Журналист берет интервью у актрисы эротического театра:

- Нравится вам ваша профессия?

- В общем, да, но хотелось бы, чтобы зрители нас больше благодарили.

- Так вы хотите, чтобы они аплодировали в самые сильные моменты?

Анекдот

Так знайте, мой читатель, что **вовсе ни к чему стыдиться, что вы мастурбируете.**

Еще раз повторю, что это делают почти все (за исключением людей, которые давно “побороли жало плоти”).

В зрительном зале театра - полная темнота. На сцене - тоже темнота. Только в самом

центре - пятно от луча прожектора. И вот в это пятно заходит мужик, достает свое хозяйство и начинает мастурбировать. Зрители, в полном недоумении, затаив дыхание, наблюдают за происходящим. Мужик входит во вкус, постанывает и от удовольствия закатывает глаза. Зрители молчат. Наконец какая-то женщина не выдерживает:

- И долго вы еще будете над нами издеваться?

Мужик вздрагивает:

- А?! Кто здесь?

Анекдот

Вы можете мастурбировать с той частотой, которая вас устраивает (лишь бы это не было чрезмерно) и сочетать мастурбацию с половой жизнью. Но все же желательно, чтобы не было перевеса в сторону мастурбации в ущерб нормальным интимным отношениям.

Один из сотрудников заметил, что сослуживица как-то необычно выглядит: большие удивленные глаза и особо крутые кудри.

- Маш, ты классно выглядишь!

- Да нет, просто вибратор закоротило.

Анекдот

К примеру, супруга больна или у нее в данный момент что-то не в порядке с гинекологией. Но когда она поправится, не забывайте, что слияние ваших тел - это не просто физиологический акт и сексуальное удовлетворение. Это выражение вашей любви и подтверждение, что ваша половина для вас сексуально привлекательна. А это ощущение нужно каждому человеку. И вашей половине, и вам тоже.

Пенис веский аргумент, когда исчерпаны остальные.

Д.Е.

Секс - это высшее выражение любви. Но при одном условии - что оба партнера сексуальные альтруисты, а не сексуальные эгоисты.

Муж с женой лежат в постели.

Муж:

- Ты чего не спишь?

Жена:

- Ты меня так раскочегарил - теперь не спится.

- Так закочегарься обратно.

- А как можно “закочегариться”?

Муж, озверев:

- Как-как, закрой поддувало и спи!

Быль

Есть люди, которые стесняются своего тела. Во время сеанса секстерапии для меня не составляет труда за несколько минут объяснить, что своего тела не стоит стыдиться, даже если пациенты считают, что их тело имеет изъяны.

“Ты гораздо красивее, чем выглядишь!”

Д.Е.

Нет некрасивого тела, уверяю вас!

Пусть уже нет талии, пусть есть живот, пусть грудь женщины уже не такая, какой была в 18 лет. Все это неважно. Эти комплексы от того, что вы себя не любите.

Полюбите себя! Примите себя в том виде, который сейчас есть! Разденьтесь и посмотрите на себя в зеркало, погладьте себя, и вы поймете, насколько вы красивы.

Женщины больше озабочены своей внешностью, чем интеллектом, потому, что зрение у мужчин развито лучше, чем мышление.

Д.Е.

Любое тело эротично. Эта нежная кожа, чувствительная к прикосновениям, этот неповторимый запах, присущий каждому человеку... Не говоря уже о том, насколько красивы

и совершенны половые органы, созданные для любви.

Объявление: “Подарю любовь, тепло и нежность все еще теплому мужчине”.

Д.Е.

Но вернемся к нашим героям, Ольге и Виктору. Оля не хотела другого мужчину. Она всего лишь хотела испытывать тот экстаз, на который имеет право любая женщина.

Они женаты пять лет, и ни разу она не была оргазмичной с мужем, хотя они перепробовали многое.

Встретились две приятельницы. Одна интересуется у второй:

- **Как ты съездила в Рим?**
- **Все было прекрасно, особенно комната в отеле.**
- **А как тебе сам город?**
- **Согласись, смешно было бы, заплатив такую огромную сумму за комнату в отеле,**

куда-то из нее выходить.

Анекдот

Этой паре очень нужна была моя помощь. Оба были в отчаянии. Виктор хотел, чтобы жене было с ним хорошо, но не знал, как это сделать. А Оля была на грани - отдаться другому мужчине?.. Или мириться с существующим положением вещей, каждый раз ощущая раздражение, что в постели муж все делает не так, как хочется ей?..

Объявление: “Внимание, одинокие женщины! Интеллигентный, образованный молодой человек в два высших образования займется досугом вашего ребенка. Если ребенка у вас нет, займусь вашим досугом”.

Д.Е.

Секстерапию нужно проводить в комфортной обстановке, а не на медицинской кушетке, поэтому обычно я выезжаю на дом к пациентам, чтобы провести сеанс секстерапии.

- Доктор, у меня пропало чувство собственного достоинства...

- Ну, раздевайтесь, показывайте...

Анекдот

Разумеется, сеанс длится не полчаса-час, а гораздо дольше. Виктор приехал за мной в 8 вечера, а вернулась я домой в 10 часов утра следующего дня, отработав секстерапевтом 14 часов. Устала так, что даже была не в силах разговаривать, и рухнула в постель.

Но зато я достигла, чего хотела! А для меня главное - результат.

- Доктор, меня муж не удовлетворяет.

- Вот вам лекарство. Подсыпьте ему незаметно в кофе.

Через день:

- Ой, доктор, спасибо! Помогло! Я ему в кофе высыпала, он выпил и тут же завалил меня на стол и задрал мне юбку. А потом еще два раза. Дайте мне еще этого лекарства. Но только в это кафе мы больше не пойдем.

Анекдот

ТРЕТИЙ НЕ ЛИШНИЙ

Пациент:

- Что-то у меня последнее время с женой ничего не получается.

Сексопатолог:

- Вы еще совсем молодой. Мы вас вылечим и еще вместе походим по девицам.

- Да по девицам я хоть сейчас, доктор! Вы сделайте так, чтобы у меня с женой получалось!

Анекдот

Как-то раз я рассказала о том, что провожу секстерапию «вживую», журналисткам из «Комсомольской правды». Я много раз давала интервью и комментарии по различным темам,

связанным с сексом и психологией взаимоотношений, сотрудникам этой газеты. Возможно, вы читали эти материалы в разделе «Мужчина и женщина».

К журналисткам из «Комсомолки» я отношусь с большой симпатией – они профессионалы своего дела и при этом обладают чувством юмора и тактом.

А написать о секстерапии поручили провинциальной начинающей журналистке (дело было летом, многие сотрудники в отпуску). В итоге был опубликован материал под названием «В жару, под ветром или в грозы разнообразьте эти позы!» с подзаголовком «Врач-сексолог Диля Еникеева берется оказать срочную сексуальную помощь на дому». Автор, обладательница неумной фантазии, не придумала ничего лучше, чем написать, будто бы я взяла ее с собой на сеанс секстерапии!

Пришел мужик к сексопатологу:

- Доктор, у меня жена холодная, как ледышка, совсем не хочет.
- Есть у меня таблетки, экспериментальная партия. Бросьте ей в кофе одну, но только одну таблетку.

Прибежал счастливый мужик домой, дождался, когда пришло время пить кофе и хотел бросить жене одну таблетку, но нечаянно выронил две. Выловил одну и (не пропадать же добру!) проглотил сам.

Через пять минут глаза жены округлились и, неровно дыша, она проговорила:

- Хочу мужика!!!

Вдруг глаза мужика округлились и он промолвил:

- Я тоже!!!

Анекдот

Статья оказала шокирующее действие на многих читателей, особенно тех, кто знаком с моими книгами. Мои пациенты писали возмущенные письма на форум «Комсомолки», уговаривали меня потребовать у газеты сатисфакцию – ведь явный вымысел. Потом мне

звонила редактор раздела, спрашивала: «Диля, вы на нас не обиделись?»

Будь я обидчивой – не смогла бы работать психотерапевтом. При моей работе нужно иметь нервы как канаты.

В следующем интервью под названием «Секс с любимой словно песня, с нелюбимой – тяжкий труд» я попросила опубликовать текст, который вы прочтете ниже, и который проясняет существо дела. Однако этот фрагмент вымарали, а потому я включила его в книгу.

Секс – это интимное действие, в котором участвуют двое. Секстерапевт – это врач. Он никогда не участвует в процессе и никогда не возьмет с собой на секстерапию постороннего человека. Это не балаган, не зрелище, не подглядывание – это лечение сексуальных расстройств.

Парень говорит своей подруге:

- Я должен кое в чем тебе признаться: мы с тобой встречаемся уже год, и все это время я тайно ходил к психоаналитику.

- Тогда я тоже тебе признаюсь, что все это время я ходила к терапевту, к юристу и к сантехнику.

Анекдот

Сеанс происходит так же, как и в кабинете врача, – разница лишь в условиях. Медицинская кушетка – это не сексодром, там и одному-то тесно, а вдвоем и подавно. Перед интимной близостью обязательно нужно принять душ, но...

В общем, атмосфера медицинского учреждения не способствует эротическому настрою, а у себя дома супруги могут раскрепоститься – в знакомой обстановке, на родной кровати, рядом ванная...

“Моя эрогенная зона - в ванной...”

Д.Е.

Обывательское мнение, будто бы сексопатолог становится «третьим», – глупость! Врач

подсказывает, объясняет, помогает супругам расслабиться, внушая спокойствие и уверенность. Разъяснив все, секстерапевт оставляет мужа с женой одних. Дальнейший интимный процесс происходит без его участия.

Лежат парень с девушкой в постели...

Она (томно):

- Трахни меня!

Он (напряженно):

- Уже трахаю...

Анекдот

Если у партнера еще есть «порох в пороховницах» (а так обычно и бывает – многие мужчины во время секстерапии на дому ощущают себя сексгигантами), то снова инструктаж и снова пара занимается любовью наедине. И так может быть несколько раз.

Гимн полового гиганта: “Эх, раз, еще раз, еще много-много раз!..”

Д.Е.

Своим пациентам я говорю: «Я всего лишь ваш врач, человек без пола». Ведь, когда пациенты приходят к гинекологу, андрологу, урологу, то им, по сути, нет дела, мужчина это или женщина, важно лишь вызывает ли врач доверие и насколько он профессионален.

К врачу приходит молодая красивая девушка и говорит:

- **Доктор, вы знаете, у меня что-то с памятью случилось. Все, что со мной происходит, я через десять минут забываю.**

Доктор (оживленно):

- **Да, как интересно. Это, моя дорогая, очень, очень серьезно. А ну-ка, раздевайтесь, ложитесь на кушеточку...**

Анекдот

Разумеется, секстерапия на дому – это не «скорая секс-помощь». Те, кто понял этот слоган

буквально, напрочь лишены чувства юмора. Лично я никогда «по первому требованию» не выезжаю, к помощи облигатных партнеров не прибегаю.

Приходит женщина к сексопатологу.

- Доктор, мне совсем не хочется секса. Наверное, из-за моей работы...

- А что у вас за работа?

- Секс по телефону.

- То-то я думаю - почему ваш голос мне так знаком!

Анекдот

МОНОТОННОСТЬ В СЕКСЕ УБИЙСТВЕННА

Молодая пациентка говорит своему врачу:

- Скажите, доктор, а поцелуи опасны для здоровья?**
- Как вам сказать... Наука свидетельствует, что да, а впрочем, давайте проведем**

эксперимент.

Анекдот

Ну, а теперь расскажу подробно, как я 14 часов проводила секстерапию на дому.

И Оля, и Виктор - сексуально раскованы. Не стесняются своего тела и готовы к любым экспериментам.

Как и для всех других пациентов, я для них - врач, и они воспринимали меня как врача, который всего лишь дает им необходимую информацию и хочет помочь наладить их интимную жизнь.

Оля - женщина с очень чутким телом. Даже не нужно было искать ее эрогенные зоны. У нее красивая грудь, а соски очень отзывчивы. Раньше Виктор мял и сжимал ее грудь, как делают многие мужчины, а Оле нужны были иные прикосновения - нежные, последовательные, но вместе с тем, чтобы Виктор был обладателем, обозначив своими

движениями: “Ты - моя женщина! И это все - мое!”.

- И тут она разделась по пояс...

- Сверху или снизу?

- С обеих сторон.

Анекдот

Можно ли совместить, казалось бы, несовместимое: нежность прикосновений к женской груди с жестом обладателя: “Это все мое!”? Оказалось, что можно. Виктор быстро этому научился. Потом я научила его играть с ее сосками.

- Приложу эротику к вашему телу...

Д.Е.

Соски груди - очень сильная эрогенная зона. Некоторые женщины способны испытать оргазм уже при стимуляции сосков.

Приходит молодая женщина к сексопатологу.

- Доктор, у меня маленькая грудь. Помогите.

- Средство есть. Каждый день ровно в 6 часов вы должны массировать свою грудь, напевая: “Белые розы, белые розы...”.

Счастливая женщина уходит.

Едет она как-то в автобусе. Время 6 часов. Прикрывшись плащом, женщина начинает массировать грудь и напевать: “Белые розы, белые розы...”.

Вдруг мужчина, сидящий напротив:

- А что, уже 6 часов?

Расстегивает штаны, извлекает член и начинает его массировать: “Желтые тюльпаны...”

Анекдот

Женскую грудь не нужно “тискать”, мять, сжимать, ее нужно ласкать. И нужно знать, как

это делать. И этому нужно учиться, если вы хотите, чтобы ваша партнерша стонала от наслаждения уже до полового акта.

Целовал, целовал Иван Царевич спящую царевну, а она не просыпается. Так спящую и поимел.

Д.Е.

Можно чуть покусывать соски, посасывать их с разной интенсивностью (но только не причинять боли!), лизать соски круговыми движениями, теревить их языком или пальцем, чуть потягивать их губами вверх, пока вы не увидите эрекции сосков (сосок при этом уменьшается в размерах, становится плотным и “стоит” торчком), гладить грудь то легкими, то более интенсивными движениями, сдвигать ее обеими руками, как бы собирая из подмышек, чуть-чуть сжать (но не до боли!), обвести круговыми движениями, чередуя со стимуляцией сосков.

Ум хорошо, но бюст лучше.

Д.Е.

Можно попробовать и более рискованные ласки: сдвинуть руками грудь женщины к центру и в эту ложбинку ввести половой член и сделать несколько движений, напоминающих фрикции. Можно головкой пениса ласкать соски, а потом прикоснуться пенисом к губам партнерши и снова продолжить ласки груди.

Самые легкие из подвижных игр - любовные игры.

Д.Е.

В общем, вариаций множество. Все дело - в вашей фантазии и в вашем желании доставить удовольствие женщине.

Лаская партнершу во время эротической прелюдии, постарайтесь думать о чем-нибудь приятном...

NN

Поверьте, кайф получит не только ваша партнерша, но и вы сами. Потому что вы - обладатель. Это красивое тело - в вашей власти. И в вашей власти сделать так, чтобы вашей женщине было с вами хорошо. А уж как вам будет хорошо, когда вы от нее услышите, какой вы нежный, как ей приятно все, что вы с нею делаете!..

- **Как ты себя чувствуешь после свидания с парнем, у которого нет чувства юмора?**

- **Замечательно! Я давно поняла, что смех – не самое большое удовольствие!**

Анекдот

Все, что вы сами придумаете в постели, - замечательно. Только не успокаивайтесь на достигнутом. Вашей партнерше приятны ваши ласки, но это не означает, что уже пора приступить к половому акту. Все это - лишь прелюдия.

Что больше радует глаз - мужское лицо или женская задница? Вот именно.

Д.Е.

Если вы хотите, чтобы женщина пережила подлинный экстаз, - наберитесь терпения. Забудьте о своей эрекции и желании побыстрее получить половую разрядку.

Главное в сексе - это ласки! Не забывайте этого, уважаемые мужчины. И если вы научитесь ласкать женщину, - то можете считать себя любовником “со знаком качества”.

В постели вы можете делать все, что доставляет удовольствие вам обоим, в том числе, есть, пить кофе, курить и читать.

Д.Е.

Когда Виктор стал ласкать грудь жены так, как хотела Оля, она “завелась”.

“Мне так хорошо... - простонала она. - Впервые Витя так нежен...”

Виктор давно уже был “готов”, но кому нужен примитивный половой акт?! Оле уже осточертел коитус в норма-позе. Просто раздвинуть ноги, чтобы муж вошел в нее и получил половую разрядку? Так у них было все пять лет их семейной жизни. Вариант “сунул, вынул и

уснул” Олю, как и любую женщину, не устраивал.

Перед свадьбой молодой человек пришел на обследование к сексопатологу.

- Признаюсь, - говорит ему врач, - я хорошо знаю вашу будущую супругу. Я не имею права разглашать врачебную тайну, но дело в том... как бы это лучше сказать... В сексуальном плане она не из тех, кто удовлетворится обещаниями...

Жених, важно выпятив грудь, говорит:

- Спасибо, доктор, за предупреждение. Предупрежденный мужчина стоит двоих!

- Увы, мой друг, боюсь, что этого будет недостаточно...

Анекдот

Я не позволила Виктору прикасаться к жене, хотя его эрегированный пенис туманил ему мозги.

Потом я научила его сдерживаться очень долго, используя определенные приемы. Это совсем несложно. Прочтите другие мои книги (список приведен в конце этой книги), и вы поймете, что мужчина вполне способен владеть своей эрекцией и сохранять эрекцию столько, сколько нужно.

Долго не кончать - достоинство мужчины в постели, но не на трибуне.

Д.Е.

“Посмотрите на свою жену, - сказала я Виктору. - Это же Венера Милосская. Какая у нее красивая грудь, какая удивительно нежная кожа...” (Оля рассказывала мне, как комплексовала, что она толстая, у нее складки на животе, короткие ноги и широкий зад. Своим единственным достоинством она считала грудь 4-го размера).

- Девушка, какая у вас грудь!

- Ты ее еще в деле не видел!

Д.Е.

И Виктор увидел жену другими глазами. “Когда вы мне это сказали, я понял, какая Оля

красивая, - сказал он мне потом. - До этого я просто ее хотел. А когда хотел - уже ни о чем другом не думал”.

Останется ли место для чувства, если очень тесно прижаться друг к другу?

Д.Е.

“Гладьте ее, ласкайте руками, языком, нежными движениями прикасайтесь к ней любым легким предметом - шарфиком, ее трусиками, поясом от халата, перышком (потом я подарила им страусиное перо, и они хранят его как свой талисман).

Именно это Оле и было нужно (как и любой другой женщине) - чтобы муж нежно ласкал ее, любил ее тело и восхищался им, а не просто вводил свой пенис в ее влагалище и две минуты совершал фрикции.

Загорают на крыше сарая парень с девушкой.

- Вань, можешь потрогать мои лопатки... и то, что ниже...

- Грабли, что ли?

Анекдот

Закрыв глаза, она лежала с выражением блаженства на лице. Ей были так приятны прикосновения мужа...

“Всегда так ее ласкайте, - шепнула я Виктору. - Потом придумайте сами новые ласки”.

Оля открыла глаза и посмотрела на нас с улыбкой: “Мне так хорошо...” - прошептала она.

Оргазм приходит, когда его уже совсем не ждешь.

Д.Е.

“Поехали дальше, ребята, - сказала я. - Мы еще только начали. Вам еще многому нужно научиться”. “Хотим учиться!” - ответили они почти в унисон.

“Оля, покажи Вите, как ты мастурбируешь”, - предложила я своей пациентке. Раньше она говорила мужу, что ей хочется, чтобы он гладил ее клитор, но Виктор был слишком тороплив и груб. Оле было больно, и она убирала его руку.

- Доктор, вы порекомендовали мне самоудовлетворяться вибратором, пока муж в командировке, а я себе уже два зуба выбила.

- ??? !!!

Анекдот

Возможно, Виктор догадывался, что жена мастурбирует. Как и многим мужчинам, ему очень хотелось это видеть. Он смотрел немало порнофильмов, но то - постановочные сцены, профессиональные порноактеры, а тут - его любимая жена.

Я попросила его отойти и просто смотреть, как Оля мастурбирует. У каждой женщины своя техника мастурбации.

Разницы между мастурбацией и нормальной половой жизнью никакой, только в первом случае не с кем поговорить.

Д.Е.

Отрешившись от нашего присутствия, Ольга закрыла глаза и стала ласкать себя привычным ей способом: несколько раз обвела круговыми движениями пальца малые половые губы, погладила клитор легкими касательными движениями, опять стала ласкать малые половые губы, уже всеми пальцами обеих рук, а указательным пальцем правой руки при этом гладила клитор, потом оставила палец на клиторе, а другая ее рука спустилась ниже, нежными движениями стимулируя вход во влагалище. Затем Оля ввела кончик пальца в вагину, делая ритмичные движения и в такт двигая тазом, а пальцем другой руки продолжала гладить клитор.

Когда Оля застонала и дернулась с типичным вздохом женщины, испытавшей оргазм, Виктор еле сдерживался. Он хотел, очень хотел, чтобы жена испытывала с ним те же ощущения.

Своя жена ближе к телу.

Д.Е.

Дав ей отдохнуть, я предложила им позу полового акта, в которой Оля может сама стимулировать клитор. Проблема была лишь в том, сумеет ли Виктор сдержаться, пока жена достигнет оргазма.

“Дерзайте, ребята, попробуйте сами”, - сказала я и оставила их одних в спальне.

Муж и жена, выпив бутылку шампанского, разохотились...

Она:

- А я хочу мальчика!

Он:

- А я - девочку!

- Ну, звони!

Анекдот

Минут через двадцать я услышала Олин вскрик: “А-а-ах!”, и тут же аналогичный вскрик Виктора и поняла, что у них все получилось.

Через пять минут они вышли, кутаясь в халаты, счастливые. “Это было здорово!” - сказал Виктор, а Оля улыбалась, благодарно прижимаясь к мужу.

Встречаются две подруги.

- Привет, как дела?

- Да вот болею без конца.

- Да-а, без конца и я не могу.

Анекдот

Но я хотела дать этой паре максимум информации. Уже по тому, как Оля мастурбировала, я поняла, что, помимо груди и клитора, у нее есть еще одна эrogenная зона.

Женщина пришла к сексопатологу, а он, не давая ей рот открыть:

- Раздевайтесь и ложитесь на кушетку.

Та разделась и легла. Он ее быстренько трахнул, встал, застегнул ширинку, сел за

стол и с самым серьезным видом говорит:

- Так, с моей проблемой разобрались, теперь с вашей. На что жалуетесь?

Анекдот

Раньше сексологи признавали существование так называемой точки Джи (или зоны S), которая находится в передней стенке влагалища.

Современными исследованиям установлено, что как таковой этой точки не существует. Все дело в особенностях анатомического строения женских половых органов. То, что ранее называлось точкой Джи (зоной S), не что иное как ножки клитора.

Если клитор расположен сравнительно близко ко входу во влагалище, если прикосновения в области передней трети вагины опосредованно (через мягкие ткани) стимулируют клитор, то в этих случаях и говорят о дополнительной эрогенной зоне, хотя по сути это не совсем так.

Одна дамочка весьма и весьма легкого поведения собралась замуж, но переживает, что организм у нее сильно потаскан. Решает посоветоваться с сексологом.

- Доктор, я боюсь, что после первой брачной ночи муж бросит меня, потому что я совсем уже не девственница, даже совсем уже не очень...

- Вот что я могу вам посоветовать: в первую брачную ночь притворитесь неопытной, кричите как бы от боли, создайте впечатление, будто бы это у вас впервые.

И вот первая брачная ночь... Все идет по запланированному сценарию: проститутка дико кричит... Муж тоже... Все заканчивается...

Муж:

- Дорогая, а почему ты кричала?

- Ну, все-таки в первый раз это достаточно болезненно. А ты почему кричал?

- Понимаешь, мне было страшно, когда яйца проваливались.

Анекдот

Читателям, знакомым с литературой по сексологии, хорошо известна точка Джи (зона S),

поэтому, дабы не вносить сумятицу в их голову, я буду пользоваться привычным термином. В сущности, какая разница, как назвать – точка Джи, ножки клитора или каким-то другим термином?! Главное, что возбудимость этого участка влагалища позволяет женщине испытать множественный оргазм, в том числе, во время полового акта, без дополнительной стимуляции клитора.

Она обозначила границы дозволенного, а он оказался злостным нарушителем границы.

Д.Е.

В норме (если женщина не гренадерского роста и у нее все пропорционально), длина влагалища примерно 8 сантиметров. Любой мужчина, введя пальцы во влагалище, может почувствовать кончиками пальцев упругую шейку матки. Невозбужденное влагалище гораздо короче пениса. В возбужденном состоянии оно способно на многое - может удлиниться или плотно охватить член партнера. Но это зависит от мужчины - сумеет ли он возбудить женщину.

Один исследователь услышал, что в Африке обитает племя, у женщин которого влагалища - 8 см в ширину и 30 в длину. Его это очень заинтересовало, и он отправился на поиски этого племени. После долгих поисков он его все-таки нашел, его очень тепло встретили, и вождь пригласил его в свое жилище. И вот исследователь спрашивает:

- Скажи, о великий вождь, правда ли, что влагалища у ваших женщин - 8 см в ширину и 30 в длину?

- Да, это действительно так.

- Скажи, великий вождь, а как же вы с ними тогда сексом занимаетесь?

Вождь посмотрел на него как на идиота и отвечает:

- Они растягиваются, глупый человек. Они растягиваются.

Анекдот

Точка Джи находится примерно на расстоянии 2-3 сантиметров от входа во влагалище. Но мало кто знает об этой эрогенной зоне.

Обычно мужчины, совершая фрикции, стараются вдвинуть половой член как можно глубже. Шейка матки - тоже эрогенная зона, но не у всех женщин. Одним женщинам приятно, когда головка полового члена партнера касается шейки матки, другим это причиняет боль.

- Дорогая, он уже внутри?

- Нет...

- Занятно, но снаружи его тоже нет!

Анекдот

Мне говорили многие мои пациентки, что во время полового акта им очень больно, когда член партнера с силой ударяет о шейку матки. Но они молча терпят боль. Так что “длинный член”, которым так гордятся некоторые мужчины, - для многих женщин отнюдь не благо, а источник боли.

Членовредитель.

Д.Е.

Стимулировать точку Джи можно двумя способами. При первом способе нужно ввести во влагалище один или два пальца (неглубоко, всего лишь на 2-3 сантиметра) и подушечками пальцев делать ритмичные движения (эти движения напоминают жест “иди сюда”), слегка прижимая пальцы к внутренней стороне лобка женщины.

Жена говорит мужу:

- Дорогой, засунь мне туда руку, а!

Мужик засунул.

- А теперь вторую, а!

Мужик и вторую.

- А теперь там похлопай!

Мужик попробовал - не получается.

Говорит:

- Не могу!

Жена:

- Вот как у меня там все плотненько!

Анекдот

Как только я показала Виктору, как стимулировать точку Джи, Оля тут же закрыла глаза и часто-часто задышала. Виктор стоял на коленях перед раздвинутыми ногами жены и был готов следовать всем моим указаниям. Я быстро вывела свои пальцы и жестом показала, что Виктор должен делать то же, что до этого делала я.

Первое время он был неловок. По тому, как менялся ритм дыхания Оли, и по многим другим признакам я видела, что муж стимулирует ее не так, как ей нужно.

Лежат в госпитале поручик Ржевский и молодой корнет. У Ржевского обе руки по локоть перевязаны. Корнет спрашивает:

- Что у вас за ранение, поручик?

Ржевский:

- Понимаете, голубчик, скакал я со срочным донесением, остановился лошадей поменять да и задремал возле раскаленной печки. И приснилось мне, что рядом со мной страстная девица, вот я ее, печку эту, одной рукой обнял, а вторую по привычке - в поддувало!

Анекдот

Моя пациентка лежала, закрыв глаза, подаваясь тазом навстречу движениям пальцев супруга, а Виктор взглядом спрашивал меня, все ли он делает, как надо. При этом у него была такая эрекция, что, наверное, можно было повесить на его пенис гирию.

Пессимист - это человек, который говорит сексопатологу:

- Доктор, я могу только три раза за ночь...

Анекдот

И вот когда наконец Оля застонала, как обычно стонут женщины в преддверии оргазма, и я жестом дала понять Виктору, что теперь он может войти в нее.

Я вышла из их спальни, зная, что они испытают экстаз одновременно. Так и получилось.

И опять они вышли из спальни счастливые и улыбающиеся. Я была за них рада. Это высшая награда для любого секстерапевта - когда мужчине и женщине комфортно друг с другом.

Только два органа не имеют морщин - это сердце и эрегированный пенис.

Д.Е.

Точку Джи можно стимулировать и другим способом. Эта поза трудна для женщины. При этом она лежит на спине, а ее таз и ноги - под прямым углом к ее телу. Это вариант так называемой “офицерской” позы, когда ступни женщины лежат на плечах мужчины, как офицерские погоны. Но для стимуляции точки Джи нужно, чтобы женщина подняла таз, и ее ноги были вертикально, а не на плечах партнера. Мужчина стоит на коленях между ее ног, вводит половой член, поначалу стараясь стимулировать своим пенисом переднюю стенку ее влагалища. А потом уже неважно. Поза такова, что все напряжение будет направлено именно на переднюю стенку влагалища, и при этом будет стимулироваться точка Джи.

В такой позе, хоть она и нелегка, многие женщины кончают и не раз, и не два, и не три. У меня были пациентки, которые познав эту позу, кончали аж двадцать раз!

- С ним я всю ночь не сомкнула ног...

Д.Е.

Для этого нужно несколько условий. Первое - чтобы была возбудима точка Джи, второе - чтобы у партнера сохранялась эрекция, пока женщина переживает многократный оргазм, и

третье - чтобы у самой женщины хватило сил находиться в такой позе.

Слово из трех букв, которым жена может вывести из себя мужа: “Еще!”

Д.Е.

Давайте проанализируем все эти условия.

Точка Джи есть не у каждой женщины. В идеале – найти ее вместе со своим партнером. Пусть он введет во влагалище указательный и средний палец примерно на фалангу и ритмично стимулирует переднюю стенку влагалища подушечками пальцев, слегка прижимая пальцы к внутренней поверхности вашего лобка.

Если у вашего партнера нет навыка, получится не сразу. Не стесняйтесь сказать ему, какой именно ритм и какая степень давления вам нужны. Пробуйте по-разному. Даже если не получится и раз, и два, и три, - не отчаивайтесь. Пробуйте еще, чтобы ваш партнер наконец нашел именно тот ритм, который вам нужен.

Грузин встречает друга. Тот грустный-грустный.

- Вах, Вано! Что случилось?

- Такое горе, Отар. Был у сексопатолога. У жены бешенство матки.

- А что это такое?

- Что между ног у женщины, знаешь?

- Знаю, конечно.

- Так вот “он” с ума сошел!

Анекдот

Если прикосновения пальцев мужчины вам приятны уже с самого начала, - значит, точка Джи у вас возбудима. Пусть ваш партнер дерзает еще и еще, пока не доведет вас до оргазма. Если вам удастся пережить оргазм, попросите его продолжить ласки.

У женщины сексуальное возбуждение спадает медленно, и на этом фоне, если мужчина будет ее нежно ласкать, ее возбуждение опять пойдет по нарастающей. И вы сможете

пережить еще один оргазм. И опять не останавливайтесь на этом. Пусть он ласкает вас еще и еще. Вполне возможно, у вас будет еще не один оргазм.

Вчера наши космонавты тепло проводили отважную американскую исследовательницу. В процессе пребывания на станции с ней было проведено семь научных и три ненаучных эксперимента.

NN

Когда я учу супружеские пары такой стимуляции, жена то взлетает на вершину наслаждения, то спускается на землю, а потом еще и еще. И так муж позволяет ей “летать в космосе” почти час.

Оргазм нужен для того, чтобы постельный террорист понял, когда нужно кончать.

Д.Е.

После этого любая женщина готова кинуться на шею партнеру, осыпая его поцелуями. Ей все равно, какой он - пусть он толстый, лысый, неказистый. Но он - сексуальный альтруист, который хочет, чтобы она испытала непередаваемые ощущения. И он - мужчина, который позволил ей пережить наслаждение. За это она простит ему все. Даже если в обычной жизни он человек с весьма непростым характером.

Homo sexualis!

Д.Е.

Итак, первое условие - чтобы у вас была возбудима точка Джи. Кстати, совсем необязательно, чтобы была возбудима именно эта эрогенная зона. У женщины много эрогенных зон, просто их нужно найти.

Второе условие - партнер, который способен сохранять эрекцию, пока партнерша переживает множественный оргазм. Тут уж, как говорится, кому как повезет.

Все зависит от того - ваш партнер сексуальный альтруист или сексуальный эгоист. Если он сексуальный альтруист, то нет проблем. Такой мужчина получит наслаждение уже от того,

что партнерша стонет и мечется в его объятиях, и именно он доставил ей этот высший экстаз.

А если он сексуальный эгоист, то ему нужно лечиться.

Молодая итальянка очень хотела быстренько разбогатеть, но ввиду отсутствия большого ума, она решила пустить в ход свои более весомые женские достоинства - решила выйти замуж за богатенького 80-летнего мафиози, в надежде на то, что старичок не переживет первой брачной ночи и скончается от первого же оргазма.

И вот, после венчания, молодая лежит в брачной постели и с воинственным нетерпением ждет, пока ее пожилой супруг наконец-то выйдет из ванной комнаты.

Когда старичок, после основательной подготовки, наконец-то появляется у широкий двуспальной кровати, новобрачная очень удивляется, замечая, что с эрекцией у него все в порядке: пожилой мафиози даже успел надеть на свое немалое мужское хозяйство презерватив!

Еще большее удивление у блондинки вызывает то, что старичок воткнул себе в уши затычки и защебил себе ноздри прищепкой.

Она вскакивает с брачного ложа, подходит к своему супругу, вытаскивает у него из одного уха затычку, и говорит:

- Амоге, что все это значит? Я еще понимаю, зачем тебе нужен презерватив. В твоём возрасте уже опасно иметь детей. Но зачем ты заткнул уши и надел на нос прищепку?!

На это старичок-мафиози отвечает:

- Gioia, я уже много повидал на моем веку и ко многому уже привык. Но есть две вещи, которые я не переношу: это девичий крик... и запах паленой резины.

Анекдот

И третье условие — способность женщины довольно долгое время находиться в тяжелой позе. А для этого нужно, чтобы дама была в хорошей форме (полной женщине эта позиция не подходит).

Как говорили многие мои пациентки, “Я готова стоять хоть на ушах”. А уж когда есть шанс испытать не один оргазм, а много оргазмов подряд, когда ты долго-долго купаешься в океане наслаждения, - то поза вообще не имеет для женщины значения.

Женщины любят секс, хотя получают оргазм из-под палки...

NN

Но и вы не должны быть сексуальной эгоисткой. Если ваш партнер так долго старался доставить вам удовольствие, то проявите понимание. Он долго терпел, чтобы вам было хорошо, хотя мог бы провести банальный половой акт.

“Что отдашь, - то и получишь”, - учу я своих пациентов. Вы получили, что хотели, - так отдайте сторицей.

В Библии сказано, что люди должны любить друг друга, но почему-то не сказано, в какой позе.

Д.Е.

И вот мы продолжили с Виктором и Ольгой секстерапию. Я поставила Олю в позу, когда муж мог бы своим пенисом стимулировать точку Джи, показала Виктору, какой нужен ритм фрикций, и оставила их одних, чтобы они попробовали сами. Если бы что-то пошло не так, - я бы снова вошла и помогла им.

Уже через пару минут я слышала, что все идет, как надо.

“А-а-а! Еще, милый, еще! Да, да, так, еще, еще, пожалуйста!” - кричала в экстазе Оля.

- Я была праведницей целых полчаса, а потом опять согрешила...

Д.Е.

Так продолжалось довольно долго. По-моему, я выкурила полпачки сигарет, пока они наконец вышли, слегка шатаясь.

“Ну как, ребята?”- спросила я. “Кайф!” - сказал Виктор. “Диля Дэрдовна, это полный отпад!”, - сказала Оля. “Но это еще не все. Давайте поиграем в сексуальные игры, если у вас

еще есть силы”, - предложила я. “С удовольствием” - вскричали они оба.

Сексуальные олимпийские игры.

Д.Е.

Я усадила Виктора на стул, а Олю - к нему на колени спиной к его лицу и предложила им самим искать, как им лучше. Виктор уже знал, как ласкать грудь жены. Как только он сжал ее нежно, но жестом обладателя, Оля, чуть застонав, закрыла глаза, откинула голову ему на плечо, раздвинула ноги, а потом сжала ими его эрегированный пенис.

В одну и ту же женщину не войдешь дважды.

Д. Е.

Дальше все происходило без меня. Я успела выкурить всего пару сигарет и услышала их почти одновременный вскрик: “А-а-ах!”.

И опять они вышли ко мне, счастливые. “Ну что, может, на сегодня хватит? - спросила я. “Нет! Хотим еще!” - сказали они почти в унисон.

- Мне, пожалуйста, два билета на последний ряд.

- А-а! Места для поцелуев!

- А если я доплачу?

Анекдот

Я уложила Олю на край кровати, широко раздвинув ее ноги. Несколько часов назад Виктор уже видел, как жена при нем мастурбирует, но тогда он сфокусировался, как и что ему нужно делать, чтобы доставить ей удовольствие.

Когда-то Оля пыталась показать мужу, как нужно стимулировать ей клитор, но тогда они лежали в постели, их тела были параллельны друг другу. У Виктора ничего не получалось. Он “заводился” от этих прикосновений, а дальше все шло по одному и тому же сценарию - Виктор вводил эрегированный член в невозбужденное, сухое влагалище жены (Оле при этом было и больно, и неприятно), быстро совершал половой акт, а потом засыпал. Типичный

сценарий для многих супружеских пар.

Муж с женой лежат в постели.

Жена:

- Тебе хорошо?

Муж, уверенно:

- Мне - хорошо!

Жена, задумчиво, с сожалением:

- Хорошо тебе...

Анекдот

Многие мужчины хотят видеть все прелести желанной женщины. Они вышли из чрева женщины, своей матери, и для них есть нечто завораживающее в этом необыкновенном органе, который дает им наслаждение и при этом может дать жизнь новому человеку.

Да, мужчины вводят свой эрегированный пенис во влагалище женщины и совершают половой акт. А потом происходит зачатие, женщина носит будущего ребенка и через положенное время через это влагалище на свет появляется ребенок.

Мужчины не могут этого понять - как же так? Там было так узко, что порой свой пенис трудно ввести, и вдруг из этого места появляется ребенок, гораздо толще его пениса!

В первую брачную ночь лежит колобок и думает:

- Вот бабка, сволочь, не долепила!

Анекдот

Мужчинам очень хочется увидеть, что же это за органы у женщины, которые и дают им наслаждение, и способны дать жизнь новому человечку.

Колдуны колдуют волшебной палочкой, а колдуньи - волшебной дырочкой.

Д.Е.

“Оля, раздвинь руками половые губы, пусть муж увидит, какая ты красивая”, - попросила я

свою пациентку.

Как и многие мужчины, Виктор хотел видеть все. Нежно трогал бутон ее клитора, чуть касался малых половых губ, провел пальцем вниз, коснулся входа во влагалище. Оля лежала и тихо млела от того, как нежно муж к ней прикасается. Он убрал ее руки, сам чуть раздвинул одной рукой ее половые губы, а пальцем другой руки стал легкими движениями ласкать малые половые губы и клитор.

А потом все произошло в одно мгновение. Виктор сдернул жену на пол, перевернул, и Оля оказалась в коленно-локтевой позе. А Виктор всегда готов, как юный пионер.

Вышел в свет новый номер журнала "Плейбой". Теперь с пробниками...

NN

В этот раз обоюдного экстаза не получилось. С типичным вскриком Виктор дернулся, несколько раз глубоко вздохнул, потом припал губами к спине жены, стал гладить ее грудь и взглянул на меня виновато.

Секс по мобильному телефону:

- Ты высокая блондинка, болш. груд. медл. разд. сним. лиф. ласк. тело я хоч. теб. быстр..... быстр.... быстр... кончаю... всё!!! Отлично! В 10 секунд уложились!

Анекдот

Да, он не сдержался. “Завелся” от того, что увидел. Я жестом показала ему, что сейчас Олю лучше не трогать. Она выгнулась, сделала несколько движений, слегка касаясь сосками ковра, и потянулась рукой к клитору. Ей хотелось получить удовлетворение привычным способом.

“Нет, Оля, - сказала я. - Убери руку. Твой муж хочет, чтобы тебе с ним было хорошо, и вам будет хорошо”. Она перевернулась на спину, взгляд блуждающий, пальцем продолжает гладить клитор.

- Моя жена может заниматься любовью часами... только она их никогда на место

не кладёт.

NN

“Можно, я поработаю языком? - спросил меня Виктор. - Мне так этого хочется”.

Куннилингус (то есть, ласки языком половых органов партнерши) - это искусство. Когда партнер просто прикасается языком к клитору, это приятно любой женщине, если она не фригидна. Это так приятно, что любая женщина выдыхает типичное “А-а-ах!”, подаваясь тазом навстречу, чтобы соприкосновение языка партнера и ее клитора было полным.

Он занимался оральным сексом: врал приятелям про свои сексуальные подвиги.

Д.Е.

Если партнер умелый, то он своим языком может творить чудеса. Он может заставить женщину трепетать в ожидании наслаждения, может управлять ее сексуальным возбуждением, то томя ее в ожидании, когда она уже сама умоляет: “Ну пожалуйста, мой любимый...”, - то дав ей пережить оргазм и видеть, как женщина бьется в конвульсиях. А потом он снова ласкает ее языком, и вот она опять совершает синхронные движения тазом и просит его: “Еще, милый, еще, только не останавливайся!”

- Давай займемся оральным сексом!

- А как это?

- Я буду занимать тебя сексом, а ты ори!

Анекдот

Умелый партнер с помощью куннилингуса может дать женщине множественный оргазм. Я знаю женщин, у которых есть такие партнеры. Их не волнует его внешность, социальный статус, его эрекция... Дело в другом - ей с ним хорошо. И это самое главное.

- **Вряд ли я первая женщина, которую ты ТАК поцеловал, дорогой. Слишком умело ты это делаешь.**

- **Возможно. Но ты-то откуда это знаешь?**

Анекдот

Я видела, что Виктор все делает не так - слишком энергично, не подготовив предварительными нежными ласками других эрогенных зон жены, ритмично давит языком на ее клитор. Оля дернулась пару раз, и я поняла, что ей больно.

Женщина-врач - пациенту:

- Высуньте язык и скажите: “А-а-а...!”

Тот высовывает язык - аж пятнадцать сантиметров!

Врачиха, заметно оживившись:

- А-а-а!

Анекдот

Я подала ей руку: “Вставай, Оленька, пойдем в душ”. Она шла в ванную, как сомнамбула. “Так все было хорошо, - сказала она мне, уже лежа в ванне. - И вдруг опять Витя вел себя как самец, как скот. Так нежно меня гладил, а потом поставил “раком” и просто трахнул”. “Это не проблема, Оленька, - сказала я ей. - Поверь, у вас все будет по-другому”.

Когда Оля “отмокла” в ванной и успокоилась, я спросила ее: “Ты его хочешь?” “Вообще-то хочу, - ответила она. - Но после того, что было сейчас на полу... Даже и не знаю. Витя вел себя как животное, охваченное похотью. Так было все пять лет, пока мы женаты. Он хотел, а мне приходилось ему подчиняться”.

Только-только он на нее взобрался, как она сдуру спрашивает:

- Ты меня любишь?

А он, не задумываясь:

- Да провалиться мне на этом месте!

Вот такой неожиданный конец.

Анекдот

“Раздвинь ножки, Оля. Сейчас все будет по-другому, - предложила я.- Пусть Витя

посмотрит, как надо это делать”.

Я пригласила Виктора войти в ванную. Он, слегка поникший, вошел.

Откинув голову на бортик ванны, Оля раздвинула ноги и закрыла глаза, доверившись мне. Я же ей обещала, что теперь все будет по-другому. А я для нее - непререкаемый авторитет. Я направила струю душа на ее тело, сначала слабую, ласкающую ее кожу, потом стала круговыми движениями обводить струей душа ее грудь, периодически проводя струей по ее бедрам и промежности. Затем, чуть прижав рукой лейку душа, чтобы струя была более сильной, стимулировала ее соски. Увидев, как Оля подается всем телом навстречу, чуть усилила напор воды и стала водить струей душа по ее промежности вверх-вниз, затем круговыми движениями по малым губам, по клитору. Когда Оля застонала, я передала шланг ее мужу, жестом показав: “Делай, как я”, - и вышла из ванной.

Молодожены поехали на природу. Поставили палатку. Ну, как стемнело, они - в палатку и заниматься любовью. На самом интересном месте раздается треск разрезаемой палатки. Молодожены страшно пугаются. В палатку заглядывает грузин:

- Изалэнта есть?

- Нет...

Грузин уходит. Молодожены до утра зашивают палатку, залезают в нее и по новой.

На самом интересном месте опять та же ситуация. Грузин:

- Дэржи изалэнту.

Анекдот

Не успев даже выкурить сигареты, я услышала Олин вскрик “А-а-ах!”. Оба вышли из ванной мокрые и счастливые.

“Ну что, ребята, может на сегодня хватит?” - спросила я. “Нет, Диля Дэрдовна, хотим еще”, - ответили они.

Это уже была глубокая ночь, и я устала, как собака. Я потеряла гораздо больше сил, чем

они. Но я хотела им показать, что они могут еще больше.

“Оля, ты умеешь делать минет?” - спросила я свою пациентку. “А что - для этого нужно что-то уметь?” - удивилась она. “Нужно”, - ответила я.

Как мелодично звучит: Мане, Моне, менуэт, минет...

Д.Е.

Ласкать ртом пенис мужчины недостаточно. Ему приятны прикосновения ваших губ и языка, но если вы будете это делать неумело, вы можете причинить ему боль.

Пенис очень нежный орган. Чуть не так его тронь, и вашему мужчине будет больно.

Заходит Джордж Буш в овальный кабинет, а абсолютно голая и сильно поддатая Моника Левински уже стоит на коленях и с широко открытым ртом.

Буш, недоуменно:

- Моника, что ты здесь делаешь?

Моника обиженно:

- Джордж, ты что, не БУ-У-УШЬ?!!

Анекдот

Оральный секс - это искусство. Вам придется этому учиться, если вы хотите доставить удовольствие своему мужчине.

- Она спала, как невинный ангел... Лишь беловатые потеки вокруг рта напоминали о недавнем...

Д.Е.

Пенис не нужно “сосать”, как думают многие женщины. Его нужно любить и ласкать. **Нет мужчин, которым бы не нравился минет.**

Два грузина разгадывают кроссворд.

- Женский половой орган из пяти букв.

- По вертикали или по горизонтали?

- По горизонтали.

- Тогда ротик.

Анекдот

О технике орального секса вы можете узнать из других моих книг. Я написала много книг о том, как женщине и мужчине ласкать друг друга. Если хотите - прочтите, и вы поймете, что ничего особенно сложного в этом нет.

Едет девушка по мосту. У нее ломается машина.

Она начинает тормозить проезжающие мимо автомобили.

Один останавливается, и из него вылезло двое мужиков.

Тот, который был самый умный, начинает везде лазить и все проверять. А другой, расторопный малый, посмотрел и говорит:

- **Да у вас же бензин кончился!**

Умный:

- **Мы можем вам одолжить 5 литров.**

Расторопный:

- **Только вы сами должны подсосать.**

Девушка:

- **Ну уж нет, за 5 литров я сосать не буду!**

Анекдот

“Дай мне банан, и я покажу тебе основные приемы” - попросила я свою пациентку. Оля дала мне банан, и я ей все показала. “А теперь осваивай все на практике”, - предложила я ей.

Лежат на столе банан и вибратор.

Банан:

- Ты что дрожишь? В первый раз, что ли?

Анекдот

У Виктора была эрекция уже от того, что любимая жена прикасается к нему губами. А у Оли не получалось. Она чмокала, пыталась то сосать, то лизать его пенис, делала ртом движения наподобие фрикционных. Потом устала.

“Я не могу, у меня ничего не получается”, - сказала она в отчаянии. “Все получится, - сказала я ей. - У тебя просто нет опыта, но он придет, было бы желание”.

- Дорогая, тебе купить "Чупа-чупс", чтоб ты пососала, или пососешь, а потом купить?

NN

Виктор был уже “заведен” даже неумелыми ласками жены.

“Открой рот, расслабь лицевые мышцы и больше ничего не делай, - попросила я Олю. - Ты любишь своего мужа. И люби его член. Пусть твой муж делает, что ему хочется”.

Поликлиника. Кабинет терапевта. Возле кушетки стоит врач со спущенными штанами, а сидящая на кушетке молодая пациентка делает ему минет.

Завершив дело и сглотив, девушка тревожно спрашивает:

- **Ну что, доктор?**

Врач, задумчиво:

- **Да, милочка, вы правы, у вас гланды.**

Анекдот

Виктор ввел свой эрегированный пенис в рот жены и стал совершать энергичные фрикции, как это делают многие мужчины во время фелляции.

Оле было нелегко. Она чуть не захлебнулась, когда муж эякулировал ей в рот.

В постели рядом с мужчиной лежала женщина со следами эрекции на лице.

Д.Е.

“Проглоти его сперму, - тихо прошептала я. - Оближи его член и скажи, что все было

здорово”.

Виктор не слышал моих слов, потому что в тот момент был в полной прострации.

Оля встала на колени, взяла его поникший пенис и стала нежно лизать головку. Виктор уже пришел в себя и нежно гладил жену по голове.

Хирург с медсестрой предаются любовным утехам в операционной, думая, что их никто не видит. Вдруг он замечает пациентку, привезенную на операцию. Он быстро встает, приводит себя в порядок и пытается придумать объяснения:

- **Видите ли, это не то, что вы думаете, это одна из пациенток, которую нужно оперировать по поводу грыжи, очень волнуется, и мне нужно ее успокоить.**
- **Конечно, доктор, я так и поняла.**
- **Отлично! Кстати, а что у вас?**
- **У меня тоже грыжа. Только один ваш коллега дал мне успокоительное в виде капель.**

Анекдот

“Все в порядке, ребята?” - спросила я. “Еще бы!” - вскричал Виктор, а Оля промолчала. Ей пришлось потрудиться, и ей было нелегко.

Когда мужчина эякулирует партнерше в рот, и она ощущает его сперму во рту, это и в самом деле нелегко. Но все же лучше проглотить его сперму, чем выплюнуть у него на глазах. Мужчины очень трепетно относятся к своему семени. Если вы выплюнете - это оскорбительно для вашего партнера. А если вы не хотите его обидеть, - проглотите его сперму. Поначалу это трудно, а потом привыкнете. Некоторым женщинам даже нравится вкус спермы.

В банк хранения мужской спермы вбегает грабитель в маске, с пистолетом и орет, чтобы все ложились на пол, иначе он всех сейчас перестреляет. Женщина у сейфа

пытается объяснить, что это ошибка, банк не с деньгами, а с ... Но грабитель непреклонен:

- Открывай сейф, да поживей!

Она открывает. Перед грабителем открывается содержимое сейфа - стоящие в ряд пробирки, наполненные спермой.

Размахивая пистолетом, грабитель требует:

- Пей!

Испуганная женщина начинает одну за одной опорожнять пробирки со спермой.

После чего грабитель успокаивается, садится, снимает маску ... и оказывается мужем этой женщины. Горестно вздохнув, он спрашивает:

- Ну что, разве это так уж трудно?..

Анекдот

“Давайте на сегодня закончим, - предложила я. - Вы уже многое узнали, а дальше экспериментируйте сами”. “Диля Дэрдовна, не уезжайте! - попросил меня Виктор. - Когда вы с нами, у нас все получается. Я боюсь, что без вас у нас опять будет так, как было раньше”.

И я выпрямила спину и сказала себе, что нужно работать. Я семейный психотерапевт. Оле и Виктору была нужна моя помощь, и я не могла их оставить, хотя очень устала.

“Оля, ты научишься делать минет, помня все, что я тебе сказала. Но минет - это как пирожное в общем рационе. Вкусно, но не на каждый день. Можно просто помочь мужу расслабиться с помощью собственных рук, даже если данный момент у тебя нет настроения на “интим”.

- Я все время спускала тебе сквозь пальцы!

Д.Е.

Я попросила Виктора показать жене, как он мастурбирует. Он закрыл глаза и стал стимулировать свой пенис рукой.

Мы с Олей сидели рядом с ним, и в определенный момент я убрала его руку и попросила Олю делать то же, что до этого делал муж. Оля очень старалась.

Эрекция ручной работы.

Д.Е.

Конечно, у Виктора все получилось бы гораздо быстрее. Каждый мужчина знает, как надо мастурбировать.

Я видела, что Оля стимулирует его не в том ритме, который ему нужен, и тогда убирала ее руку и показывала, как именно стимулировать член мужа. Потом она старательно повторяла эти движения. И вот наконец струйка спермы протекла ей на пальцы, и его пенис опал.

“Поцелуй его член, погладь все вокруг, поласкай его” - шепнула я ей. Она так и сделала.

Приходит мужчина к сексопатологу:

- Доктор, что со мной? У меня член не болит, а красный.

- Да он же у вас в губной помаде!

- Ох уж эти женщины. Как дети, право, - что в руки не дашь, все в рот тянут.

Анекдот

Виктор очень быстро восстанавливается. Прошло всего несколько минут, и он уже был готов доставить удовольствие жене.

Частолюбивый мужчина.

NN

“Ложись на край кровати, раздвинь ноги и поставь ступни на край кровати”, - предложила я Оле.

Виктор встал на колени меж ног жены. Поначалу он просто смотрел, слегка касался пальцами, потом лизнул языком. Когда его язык коснулся ее клитора, Оля выгнулась и застонала.

Я сидела рядом, боясь, чтобы не получилось, как в прошлый раз, готовая вмешаться, если

что-то пойдет не так.

Двое занимаются любовью.

Она:

- Милый, ты меня любишь?

Он:

- А что я сейчас делаю?!

Анекдот

Я уже говорила вам, что куннилингус - это искусство. Недостаточно просто касаться языком клитора женщины. Эти прикосновения ей приятны, но от этого она не испытает высший экстаз.

Каждой женщине нужна определенная стимуляция. Одной нужны легкие прикосновения языком, другой - слегка подсасывающие движения ртом партнера, третьей - ритмичное давление языком на клитор, четвертой нужно постоянно менять разные варианты стимуляции, потому что эрогенная зона становится уже невозбудимой, и мужчина должен стимулировать другую эрогенную зону. Кому-то нравится, когда партнер одновременно с ласками клитора, вводит пальцы во влагалище и стимулирует его, а других женщин это отвлекает от основных ощущений.

Он утверждал, что любит заниматься куннилингусом, хотя за язык его никто не тянул.

Д.Е.

Некоторые женщины широко разводят ноги, когда партнер ласкает клитор, другие, наоборот, сводят ноги, чтобы мужчина достал клитор языком через ее половые губы. При этом он касается внутренних стенок больших половых губ, малых губ, а потом достает до клитора, и женщина получает стимуляцию сразу нескольких эрогенных зон.

Делайте так, как хочет ваша партнерша, она лучше знает, как ее нужно ласкать. Если она

сама еще этого не знает, - экспериментируйте, пробуйте так и этак, лишь бы ей было хорошо.

Если женщина поломалась, чтобы завлечь мужчину, а потом легла с ним - кто тут победил, а кто капитулировал?

Д.Е.

Не стоит фокусироваться только лишь на клиторе. Малые половые губы и вход во влагалище тоже возбудимы. Быть может, вашей партнерше не понравится, если вы просто будете ласкать ее клитор. Можно облизать круговыми движениями ее малые половые губы, потерев их языком, а потом ласкать клитор. Можно ввести язык во влагалище и стимулировать его стенки, а потом перейти к ласкам на клиторе.

Область ануса тоже возбудима, но не у всех женщин. Попробуйте нежно потрогать пальцем или полизать анальную область вашей партнерши. Введите кончик пальца в ее анус. Если женщина дернется, значит, ей больно или неприятно. Или это не ее эрогенная зона. Или такие ласки ей просто непривычны. и она стесняется.

Супруг кричит жене в спальню:

- Дорогая, начинай без меня! Я скоро приду!

Анекдот

Спросите ее, приятно ли ей, когда вы касаетесь анальной области. Может быть, вы что-то делаете не так. Если женщине приятно, пусть она вам скажет, как именно ее ласкать. Она может и сама не знать этого - так бывает в большинстве случаев. Тогда переверните ее, положив на живот или поставив в коленно-локтевую позу, раздвиньте ее ягодицы и полижите межягодичную складку, медленно спускаясь языком к ее анусу, а потом достаньте языком до ее клитора.

- Между нами все кончено! - заявила одна ягодица другой.

Д.Е.

Некоторые женщины от таких ласк в полном экстазе, прогибаются, выставив таз, и широко

разводят бедра, чтобы партнер мог достать языком до всех ее эрогенных зон. Вы можете при этом ввести пальцы в ее влагалище и нежно стимулировать его. Можете ввести кончик языка в ее анус (если партнерша не против), и при этом пальцами стимулировать ее влагалище.

Девушка хихикает:

- Ну и обнаглел ты вчера, милый, в парке! Обычно такой тихий, скромный, а тут на тебе!

- А что я сделал-то?

- Такое вытворял, такое! Прямо на скамейке!

- Ты что, с ума сошла?

- Как это с ума сошла?! А кто меня раком ставил? А кто мне член в рот совал?!

Парень совсем обалдевает:

- Да когда это было такое?!

- Да сразу как стемнело! Отошел отлить на минуту, пришел да как набросился!

Парень задумчиво:

- Вообще-то я отходил на полчаса...

Анекдот

Ласки “сзади” приятны любой женщине. Только нужно все делать тактично и нежно, не оскорбляя ее стыдливости, если ваша партнерша стесняется. Не стоит говорить: “Я хочу полизать тебя сзади”, - если ваша партнерша к этому не готова.

Обращайтесь со своей партнершей нежно и бережно, спрашивайте, что ей хочется. Если она чего-то в данный момент не хочет, - не настаивайте. Наберитесь терпения. Потом, когда вы приучите ее к разным ласкам, она уже сама будет готова к экспериментам.

- Сыграем? - предлагает парень девушке, вертя в руках колоду карт.

- А то!

- Ты в очко умеешь?

- Умею.

- А в покер?

- А это куда?

Анекдот

Женщины более консервативны в постели, чем мужчины. Мужчинам хочется “чего-то новенького”, необычного.

Он и она в постели.

Он:

- Скажи, если бы я сделал вот так, ты бы стала сопротивляться?

- Еще бы! Я бы сопротивлялась изо всех сил! Но сейчас я очень ослабела...

Анекдот

Не сравнивайте свою жену с фотографиями красоток из эротических журналов, которые с призывным взглядом раздвигают перед вами ноги или сжимают руками свою силиконовую грудь. Вам эти красотки недоступны. Их секс-услуги стоят дорого. И даже если вы состоятельный человек, уверяю вас, пригласив “девушку по вызову”, ничего особенного за свои деньги вы не получите. Вы будете всего лишь одним из многих, кто заплатил этой девице немалые деньги, и она сыграет для вас положенный спектакль. Будут “ахи” и вздохи, она вам скажет, как ей с вами хорошо, она позволит вам многое (если вы за это заплатите).

Разница между проституткой и фотомodelью в том, что проститутка не водит автомобиль марки “Феррари”.

Д.Е.

Я лечила немало подобных девиц. Все они фригидны, у многих - олигофрения в степени дебилности, другие больны вялотекущей шизофренией. Проститутка - это не профессия, это - диагноз. Ни одна нормальная женщина не позволит за деньги совать многим мужчинам

член в свое влагалище и делать многое другое - тоже за деньги. Все эти сказки, что она стала проституткой, - всего лишь легенда, которую она рассказывает всем своим партнерам.

“А вот хрен редьки слаще”, - подумала проститутка, кушая банан.

NN

Напомню вам фильм “Розовый телефон”. Классные актеры - Лино Вентура и Мирей Дарк. Она - дорогая “девушка по вызову”, ее подкладывают ему деловые партнеры, чтобы он был сговорчивее на деловых переговорах, а он принимает ее игру за чистую монету и влюбляется в нее. Узнав, что она продает себя за деньги, он спрашивает, как же так случилось. “Когда я была подростком, я украла булочку...” - рассказывает она ему трогательную историю. У Лино Вентуры слезы на глазах, он всему верит. А потом с потрясающим цинизмом она смеется ему в лицо: “Я из состоятельной семьи. Мне просто это нравится”. За дословность не ручаюсь, но смысл примерно таков.

Такова психология проституток. Не верьте всем этим сказкам, что они продают себя от безысходности. Они идут на панель потому, что им этого хочется, или потому что больше они ничего не умеют и не хотят.

Встречаются две проститутки и одна другой говорит:

- Вчера такого клиента встретила! Цепь в палец, кошелек не поднять.

- А там как?

- Да тоже в палец и не поднять.

Анекдот

У меня были пациентки, проститутки разного возраста. Были малолетки, от 10 до 15 лет. Этих стоит лишь пожалеть, и я их искренне жалела - они убегали из своей неблагополучной семьи, где пьющий отец или отчим надругался над ней. Попадали в руки сутенера, и уже не могли вырваться из этого круга. Другие шли на это сознательно, будучи уже в осмысленном возрасте.

Решил как-то один мужик снять проститутку. Пошел, снял первую попавшуюся. Приходят к ней, она раздевается – сняла с ноги протез, отстегнула накладную грудь, вынула челюсть...

Мужик видит такой кошмар и поворачивается, чтобы уйти.

Проститутка ему:

- **Ты куда?**

Мужик:

- **Да так... Я сейчас... Просто член в других брюках забыл...**

Анекдот

О проститутках я напишу отдельную книгу. Здесь я хочу вам сказать лишь об одном - нормальная женщина не позволит мужчине совершить с нею половой акт за деньги. Она может позволить ему многое, но лишь потому, что этот мужчина ей не безразличен.

Так что, уважаемые мужчины, забудьте о красотках с рекламных проспектов, которые раздвигают перед вами ноги, демонстрируя все свои прелести, и посмотрите на ту женщину, которая сейчас с вами. Вам ведь не нужна “продажная любовь”? Или вы надеетесь купить любовь за деньги?

Если вы хотите купить любовь за деньги, купите себе собаку.

Д.Е.

Проблема в том, что, многие женщины стесняются. Их порой трудно уговорить на “новенькое”. Но все зависит от вас. Будьте терпеливы, тактичны, и у вас все получится.

Ищите оптимальный вариант, экспериментируйте, и вы будете достойно вознаграждены, когда от ваших прикосновений женщина выгнется дугой и застонет от наслаждения. А потом обнимет вас, прижмется и посмотрит на вас благодарным взглядом.

Психиатры шутят, что оргазм - одна из форм нарушенного сознания. Это наш профессиональный сленг. Но тот экстаз, который женщина испытывает во время оргазма, не

передать словами. Наполеон как-то сказал, что готов отдать все, чтобы испытать такие же ощущения, как женщина. За дословность не ручаюсь, но смысл именно таков.

Летит Бэтмен ночью, вдруг видит на крыше голую женщину и думает: “Вот мой шанс! Отымею ее и улечу!” Раз, и спикировал прямо на нее.

Офигела женщина, офигел Бэтмен, но больше всего офигел ЧЕЛОВЕК-НЕВИДИМКА.

Анекдот

Ощущения мужчины во время полового акта, когда он кончает, и ощущения женщины, когда она испытывает оргазм, очень различаются.

У мужчин так называемый пикообразный оргазм - быстро нарастает и быстро спадает. В принципе мужчине все равно, с какой партнершей получить сексуальное удовлетворение. С любимой женщиной - это экстаз. Но мужчина может получить половую разрядку даже с женщиной, которая в эмоциональном смысле для него безразлична.

Встречаются Сникерс с Марсом.

- Марс, ты Баунти пробовал?

- Нет.

- А зря, райское наслаждение!

- Ну и что, зато с Виспой можно делать все, что тебе нравится!

Анекдот

У женщин все не так. Ни одна нормальная женщина не позволит прикоснуться к себе мужчине, который ей безразличен.

Для женщин секс - не просто секс, это любовь. И даже с любимым мужчиной ей не так-то просто достичь высшего пика. Ее сексуальное возбуждение нарастает медленно. Может идти как бы по синусоиде, но если партнер что-то сделает не так, ее возбуждение спадает. Если он будет нежен и терпелив, то ей опять очень приятно. И вот она уже ждет высшего пика, вся

натянута, как струна.

Если партнер умелый, он может томить ее долго, то снижая степень ее возбуждения, то опять лаская и доводя почти до вершины, но все же не дает ей пережить экстаз, снова и снова позволяя взлетать на вершину, но не достичь пика, и женщина постоянно пребывает в состоянии наслаждения, полностью во власти партнера.

Делу время - похоти час.

Д.Е.

Я знаю мужчин, которые могут так управлять ощущениями женщины очень долго. Он сам ловит от этого кайф. Банальный половой акт ему неинтересен. А когда наконец он доводит партнершу до высшего пика, ему самому это доставляет наслаждение: видеть, как женщина бьется в конвульсиях, как она катается по постели, называя его нежными словами, как низ ее живота ритмично сокращается... И ее блуждающий взгляд после пережитого оргазма, сначала не сфокусированный, а потом она переводит взгляд на партнера и улыбается ему благодарной улыбкой женщины, пережившей наслаждение.

“За этот необыкновенный взгляд я готов на все, - говорил мне один мужчина. - Лишь бы она смотрела на меня вот так - сначала с поволокой во взгляде, а потом осмысленно. Мне даже не надо, чтобы она произносила какие-то слова. Лишь бы видеть этот ее взгляд... Я не могу передать словами, что это за взгляд. Но я готов вывернуться наизнанку, лишь бы она так на меня смотрела”.

Сексуальная гармония - это когда ваши возможности совпадают с вашими желаниями.

Д.Е.

Виктор очень старался. Вначале Оле были приятны прикосновения его языка, но муж все делал неумело. То он слишком сильно давил языком, совершая движения вперед-назад, как при фрикциях, то слишком энергично двигал языком по Олиному клитору, то начинал сильно

сосать ее уже возбужденный клитор, причиняя ей боль.

Она:

- О, как мне хорошо... Я задыхаюсь... еще немного и...

Он:

- Подожди минуточку! Кажется, на кухне чайник закипел!

Анекдот

Я сидела рядом и видела, что так Оле не достичь оргазма. Одной рукой я чуть приподняла подбородок Виктора, чтобы он прекратил свои прикосновения, а кончик пальца другой руки ввела в ее влагалище и стала стимулировать точку Джи. Оля сразу же задышала часто-часто. Но мне было нужно, чтобы до оргазма ее довел именно Виктор. Взяв его руку, я чуть ввела его палец в ее влагалище и жестом показала, чтобы он делал, как я.

“Ласкайте ее, но нежнее”, - прошептала я.

Оля моих слов не слышала. Виктор уже по другому, очень нежно лизал ее клитор и одновременно стимулировал точку Джи.

Как говорила мне потом Оля, такого оргазма она не переживала никогда в жизни. Это был тот самый “полет в космос”, о котором она столько лет мечтала.

Все самое интересное происходит ниже пояса.

Д.Е.

И вот наконец Виктор увидел этот особый взгляд женщины, пережившей наслаждение.

Поначалу Оля долго не могла прийти в себя, и я, сидя рядом с ней, жестом попросила Виктора не касаться ее, хотя он уже опять “завелся”.

Потом взгляд Оли стал осмысленным, она обвела взглядом все вокруг, увидела своего мужа. “Мой дорогой, мне было так хорошо, - тихо прошептала она. - Хочешь меня трахнуть? Трахни, как ты хочешь”.

Виктор хотел. Он взглядом спросил меня, можно ли, и я взглядом ответила, что все

можно, и вышла из их спальни.

Не знаю, в какой позе все у них было, да это и неважно.

Древний дедуля пришел к врачу. После обследования врач говорит:

- Спиртное вам категорически противопоказано. Курить строжайше запрещено. Из пищи исключить все жареное, острое, жирное.

- А сексом можно заниматься?

- Да какой же может быть секс в вашем возрасте?

- Так вы мне все удовольствия запретили, надо ж как-то время убить.

Анекдот

Спустя некоторое время Оля и Виктор вышли счастливые из своей спальни.

Было уже то ли 6, то ли 7 часов утра, и я устала, как сто собак сразу. Мне хотелось домой, лечь в постель и отдохнуть. Есть такие понятия как “энергетический вампир” и “энергетический донор”. Я - энергетический донор. От общения со мной многие подпитываются моей энергетикой. А я порой, после общения с некоторыми людьми, явными вампирами, потом сижу какое-то время в полной прострации и даже не в силах разговаривать. Мне нужно какое-то время, чтобы восстановить свою биоэнергетику. Потом я выпрямляю спину и говорю себе, что жизнь продолжается.

“Ребята, дальше держайте сами”, - сказала я своим пациентам. “Нет, Дилия Дэрдовна, не оставляйте нас! А вдруг без вас у нас ничего не получится?” - вскричал Виктор.

Что ж, я врач, семейный психотерапевт, моя задача - помогать семейной паре решать ее проблемы. И я опять выпрямила спину и приказала себе работать.

- Доктор, а что такое “трахаться с презервативом”?

- Это надевать его и снимать. Только очень быстро.

Анекдот

Мы прошли в их спальню. “Оля, встань на краю кровати “раком” и широко разведи руками

ягодицы, - предложила я. Оля так и сделала. У Виктора от того, что он увидел, уже была эрекция. “Нет, ласкать ее только языком и руками”, - сказала я. Виктор сделал все, как надо. Нежно лизал ее межягодичную складку, одновременно лаская руками грудь жены.

Оля выгнулась и легла грудью на кровать, раздвинув ноги и полностью раскрывшись перед мужем. Время от времени он поглядывал на меня, взглядом спрашивая, все ли он делает, как надо, и я жестом показывала, что именно он должен делать. Виктор червеобразными движениями языка водил туда-сюда по ее межягодичной складке, полизал ее анус, ввел в него кончик языка, а легкими движениями пальца ласкал ее клитор.

Почему женщины не умеют кататься на лыжах?

Как только женщина начинает хоть чуть сносно кататься, она в предчувствии удовольствия раздвигает ноги – и падает!

Анекдот

И вдруг Оля закричала: “Войди в меня сзади!” Виктор взглядом спросил меня, можно ли.

Все можно, если этого хочется обоим. Но не забывайте, что при этом нужен крем. Я подала Виктору крем, и он быстро намазал свой пенис. Оля даже не заметила его манипуляций.

Он и она в постели.

Он:

- Ты такая горячая, хоть яйца жарь!!!

Анекдот

Анальный секс нравится не всем женщинам. Это очень больно, особенно в первый момент, когда эрегированный пенис входит в узкое анальное отверстие. Но если женщина возбуждена, если ей самой этого хочется...

Есть женщины, которые говорят, что в этом есть особый кайф.

«Он овладел мной непривычным способом».

Д.Е.

Я не сторонница анального секса. У женщины есть другой орган, способный дать ей наслаждение. Это более физиологично и менее травматично. Анус не предназначен для полового акта. Стенки его хрупкие, и пенис при анальном сексе может повредить их. Потом у нее может быть кровотечение, могут быть трещины, инфекция, ей будет больно.

Но если самой женщине хочется “острых ощущений”, то почему бы не попробовать?!..

Женщины столь же безнравственны, как и мужчины, но у мужчин больше возможностей быть безнравственными.

Д.Е.

Виктору хотелось попробовать все. В моем присутствии жена позволяла ему все, и он хотел испытать максимум ощущений.

“Осторожнее, - прошептала я, когда он попытался ввести свой пенис в анус жены. - Не причините ей боли. Сначала языком, пальцем и только потом пенисом”.

Он так и сделал. Еще полизал ее анус, ввел туда язык и постимулировал, потом ввел кончик пальца, затем два пальца, постепенно расширяя анальное отверстие, и вот наконец смог ввести свой пенис.

Он и она в постели. Перепробовали все позы, которые знали. И тут он говорит:

- Дорогая, а давай я залезу на люстру, прыгну и попаду тебе членом прямо в зад?

- Давая, только я попугаю глаза завяжу, чтобы он этого не видел, а то мужу расскажет.

Попугай:

- Вы мне лучше язык отрежьте, но я хочу это посмотреть!

Анекдот

В первый момент Оля дернулась - ей было больно, а потом, когда я взяла руку Виктора, направив, чтобы он продолжал ласкать ее клитор, Оля выгнулась и стала синхронно двигать

тазом в такт движениям мужа. “А-а-а! Боже, какое наслаждение!” - кричала она в экстазе. Виктор рычал, совершая энергичные фрикции. Он кончил раньше, но я жестом попросила его продолжать ласкать пальцем клитор жены.

И вот наконец Оля упала на кровать в полном изнеможении.

“Оленька, тебе было больно? - спросила я, когда она пришла в себя. “Нет, мне было очень хорошо... Пусть Витя делает со мной все, что угодно, лишь бы мне было с ним так хорошо, как было сейчас”. Виктор гладил тело жены и счастливо улыбался.

“Все, ребята, на сегодня секс-сеанс закончен”, - сказала я. “Нет, пожалуйста не уезжайте!” - просили они.

Женщины просят перенести 8 марта на 11 - зачем им две дырки, лучше - две палки.

Анекдот

Мои силы уже были на пределе, потому что я вдвое старше их, и потому что для них это удовольствие, а для меня - работа.

Врач-секстерапевт может полноценно работать три, от силы четыре часа. Поверьте, секстерапия требует очень много сил. Выдыхаешься так, что еле бы доехать до дома. А я уже отработала со своими пациентами более десяти часов. Это я вам описывала литературным слогом, как все легко у них получалось. На самом деле, я так за них переживала и столько вложила своей души, чтобы у них все получилось...

Парень снял номер в мотеле для встречи с подружкой. И вот они в постели, но она говорит:

- **Знаешь, не сейчас. Я очень устала, плохо себя чувствую, мне надо выспаться.**

Решили отложить до утра. Но девушка не может заснуть, потому что из соседнего номера слышится страшный храп.

Наконец парню это надоело, он стучит в стенку:

- **Эй, послушайте. Сделайте одолжение, покурите минут десять, а то невозможно**

уснуть.

Из-за стенки:

- **А, пожалуйста, пожалуйста.**

Храп прекратился, любовники уснули, утром проснулись и началось – объятия, ласки, стоны, ахи, все сильнее, сильнее...

Вдруг из-за стены стук.

- **Эй, послушайте, услуга за услугу, покурите минут десять. Мне же надо как-то брюки натянуть.**

Анекдот

Я сидела и молча курила, решая, что мне делать - уехать, и пусть дальше они пробуют сами, или остаться с ними, чтобы показать им, что они еще могут.

Им хотелось еще, у них еще были силы. Я не могу оставить своих пациентов в неопределенности. На следующий день я должна была уехать со своей семьей на дачу на две недели. Кто знает, как у них все пойдет, когда Оля и Витя надолго останутся одни?.. И я опять приказала себе выпрямить спину и работать.

Во время посещения России президент компании “Микрософт” Билл Гейтс прошел курс лечения у известного российского сексопатолога. Эффект от лечения был таков, что он решил переименовать свою компанию в “Гиперхард”.

NN

“Витя, искупай Олю в ванне”, - попросила я.

Виктор поднял жену на руки и понес в ванную. “Мы готовы!” - бодро объявили они через несколько минут, появившись из ванной.

“Давайте попробуем позу стоя, - предложила я. - Витя, встань сзади, ласкай пальцем ее клитор, а когда Оля будет готова тебя принять, войди в нее”.

Поза “стоя” трудна для обоих партнеров. Трудно в такой позе ввести пенис во влагалище

женщины, он все время выскальзывает, а партнерша не получает необходимой стимуляции. И даже в позе стоя лицом к лицу это трудно.

Это только в порнофильмах партнер делает это будто бы легко. Просто залезть рукой в трусики женщины может любой. Хоть в лифте, хоть в подъезде, хоть на кухне, хоть в любом другом месте. Но при этом очень трудно совершить с нею полноценный половой акт.

Мужчина, если он эту женщину очень хочет, способен испытать оргазм в позе “стоя”. Даже если пенис все время выскальзывает из ее влагалища, он получает стимуляцию уже от трения о ее бедра.

- Я вчера испытал такой мощный оргазм, что даже некурящие соседи закурили!

NN

Партнерше, если ей хочется ощущать в себе пенис партнера, сложнее. Она может наклониться, встав в Г-образную позу, и тогда все будет гораздо проще - партнер держит ее за талию или бедра, соприкосновение половых органов достаточное, партнер может совершать фрикции. Но это уже не поза “стоя”. А “стоя” - поза больше для экзотики, потому что многие видели это в эротических сценах фильмов, и им тоже хочется так попробовать.

Парень подходит к незнакомой девушке:

- Надеюсь, вас интересует в мужчине мужское начало?

- Скорее наоборот.

Анекдот

Женщина может получить удовлетворение в такой позе, если партнер будет при этом правильно стимулировать ей клитор. Или если он найдет такую позицию, когда его пенис скользит меж ее половых губ, стимулируя тем самым клитор и малые половые губы.

В общем, хоть и трудно, но можно, если очень хочется.

Оле и Виктору хотелось поэкспериментировать. Он начал стимулировать пальцем клитор жены, а потом попытался ввести пенис в ее влагалище. Не получилось.

Посмотрев на его безуспешные усилия, я развернула Олю лицом к мужу и прислонила к стене. Пусть попробуют и такую позу. Тоже очень трудная. Виктор высокого роста, а Оля примерно 162-164 сантиметра. И опять он не попадал, куда ему хотелось. Приседал, поднимал руками ее за ягодицы, как бы пытаясь “одеть” на свой пенис.

Жизнь - это движение. Особенно половая жизнь.

Д.Е.

Есть мужчины, способные руками поднимать и опускать тело женщины вверх-вниз в позе “стоя”. При этом она сгибает ноги и охватывает ими поясницу партнера, а дальше он все делает сам. Но это уж кому как повезет.

Виктор вовсе не был атлетом. Высокий мужчина, но в последние годы он ничего тяжелее авторучки и мобильного не поднимал.

Гораздо проще усадить партнершу на что-то, чтобы ваши половые органы были на одном уровне, и развести ее ноги. В этой позе все получится.

Девушка подходит к шашлычнику и спрашивает:

- Готовый шашлык есть?

- Пока нэт, - отвечает шашлычник, неторопливо переворачивая шампуры.

Но девушке не терпится, она приплясывает на месте, а потом говорит:

- Я очень тороплюсь. Черт с ним, давай недожаренный.

Шашлычник осуждающе качает головой и говорит:

- Нада падаждат. Если бы я тибя не дожарил, ты бил бы доволен?

Быль

Напомню фильм «Без пощады, где играли мои любимые актеры - Ричард Гир и Ким Бэссинджер. Героиня - любовница гангстера, а герой Гира, как всегда, благородный рыцарь и спасает ее. Они долго бегут, спасаясь от ее любовника и его головорезов, их руки прикованы друг к другу наручниками. И вот - кульминация. Пережитые вместе сильные эмоции - это

эротический стимул. В каком-то доме он задрал ее юбку усадил, по-моему на какую-то тумбочку, и они классно сыграли эротическую сцену.

Вопрос армянскому радио.

- **Чем отличается женщина от бутылки?**
- **Бутылку сначала наливают, а потом закрывают. А женщину сначала закрывают, а потом...**

Анекдот

Посмотрев на мучения своих пациентов, я сдвинула посуду со стола, усадила на него Олю, чтобы ее ягодицы оказались на самом краю стола, направила руку Виктора на клитор жены и вышла. Я слышала, как грохалась, падая со стола посуда, но это было не важно. Важно, что через какое-то время я услышала типичное “А-а-ах!” - это был Олин голос, а потом аналогичный вскрик Виктора. Посуды они перебили немало, но разве в этом дело?!

Две задушевные подруги. Одна говорит другой:

- **У моего парня только одна навязчивая мысль – как бы меня трахнуть. Только об этом и думает. Замучил меня совсем.**
- **Нет, а мой очень корректен. Очень. Ничего лишнего себе не позволяет.**
(Подумала) Да я и такого еле нашла.

Анекдот

РЕКОМЕНДАЦИИ СЕКСТЕРАПЕВТА

*** * ***

В постели не торгуйся!

При головной боли вместо таблетки панадола лучше пригласите в спальню мужа.

*

Если вы не верите в любовь с первого взгляда, пригласите девушку на второе свидание.

*

Величайшая глупость - отказывать себе в величайшем удовольствии.

*

Презерватив поможет вам избежать ошибок ваших родителей.

*

Несерьезный подход к телу обеспечит вам проблемы в паху.

*

Занимайтесь с подругой сексом до свадьбы. Потому что после свадьбы вас может застукать муж.

*

Приобретите искусственную электронную вагину и впервые получите кайф от сбоя процессора.

*

Гораздо проще и безопаснее наладить отношения в собственной спальне, чем искать сомнительных удовольствий на стороне.

*

К сексу нужно относиться с юмором: не встал, вместе посмеялись и баиньки.

*

Лучшее успокаивающее средство - крепкие мужские объятия.

*

Если вы забыли, поимели ли вы лежащую рядом женщину, поимейте ее, чтобы, чтобы не мучиться сомнениями.

*

Во всем надо соблюдать меру, но только не в постели.

*

Если вам надоели критические дни, - не пользуйтесь презервативами.

*

- Уважаемый, не держите акции в трусах - все равно они не поднимутся.

*

Лучше быть толстой и неспортивной, но утром нежиться в мужских объятиях, чем быть худой, подтянутой бегуньей-одиночкой.

*

Поэзия любви - лучшее лекарство от прозы жизни.

*

Два основных принципа лечения неврастении: эмоциональный покой и легкие подвижные игры, в частности, любовные.

*

Лучшее лекарство от любви - не влюбляться.

*

Поглаживая спаниеля, не сравнивайте его уши с грудью его хозяйки.

*

Уступай так, чтобы мужчина не успел отступить.

“МУЖ ДАВНО МНОЙ НЕ ПОЛЬЗОВАЛСЯ...”

Жена изменила мужу и объясняет подруге, почему это произошло:

- **Зашел худой, голодный, плохо одетый молодой человек. Я пожалела его: вымыла, накормила, напоила, придела. А он и спрашивает, нет ли у нас еще чего-**

нибудь, чем бы муж давно не пользовался...

Анекдот

Расскажу еще об одном случае, когда я работала со своими пациентами “вживую”. Назовем их Аней и Игорем. Ей 38 лет, ему - 43 года.

У них двое детей, и оба хотели бы сохранить семью. Игорь обеспеченный человек, владелец фирмы. Аня работает менеджером в другой коммерческой фирме. Их семья ни в чем не нуждается. Но Аня, как и любая женщина, хочет любви и сексуального удовлетворения.

А у Игоря молодая любовница, его секретарша, которая, если ему хочется, входит в его кабинет и делает ему минет.

Невиданный падеж нравов.

Д.Е.

О том, что у мужа есть любовница, Аня догадывалась. Терзала мужа расспросами, терзала себя. Дети плакали, видя разлад родителей. Порой Аня вела себя неадекватно. “Уходи, - требовала она. - Но к детям я тебя и близко не подпущу”. А Игорь любит своих детей.

Аня пришла ко мне заплаканная, с отеками веками.

“Доктор, помогите, - просила она. - Не знаю, что мне делать. Для мужа я пустое место. Он с этой шлюхой, а меня просто не замечает”.

- Какая самая лучшая поза с женой?

- Поза миссионера. Жена лежит в кровати, расслаблено, на спине, а ты на Таити – типа, миссионер.

Анекдот

Для меня не бывает “трудных” случаев. Если уж я берусь помочь супружеской паре, то мне важен результат. И не было в моей практике случаев, когда бы я не помогла паре справиться со своими проблемами.

В этом случае все было сложнее, чем у Оли и Виктора. Те просто не знали, как ласкать друг друга и хотели всему научиться. А Игорь не хотел жену. Она устраивала его в качестве матери его детей, но не в качестве сексуальной партнерши.

Но я оптимистка по жизни и знаю, что даже из безвыходной ситуации есть выход.

Оставшись с Игорем наедине, я спросила его, какого секса он хочет. А его вполне устраивал минет с секретаршей. Та молода, свежа, привлекательна.

Беседуют две подруги:

- Ты обладаешь даром прельщать мужчин?

- Даром? Никогда!

Анекдот

Масть у всех этих циничных девиц разная (блондинки, брюнетки, шатенки), но сущность одна - они хищницы. Девушка может с придыханием говорить, как ей с ним здорово в постели, как она кайфует от него и его пениса, он “такой толстый, такой длинный, такой обалденный...”. На самом деле в шефе ее интересуют только его деньги. И она знает, что ее секс-услуги будут оплачены, в той или иной форме. Кому-то выдают вознаграждение сразу, кому-то назначают зарплату, явно не соответствующую ее должности, кому-то покупают дорогие подарки, одежду, драгоценности или оплачивают квартиру, которую она снимает. У всех этих девиц в целом примерно одинаковый экстерьер - смазливая внешность, красивая грудь, длинные ноги. И при этом - психология пираньи.

Перепуганный пациент на приеме у сексопатолога.

- Доктор, у меня, кажется, гангрена члена. Позавчера был красный, вчера синий. а сегодня уже почернел.

Врач его осматривает.

- Передайте вашей секретарше, чтобы она пользовалась туалетной бумагой, а не копировальной.

Анекдот

У Игоря была именно такая секретарша - длинноногая блондинка с грудью 3-го размера. Она носила очень короткие юбки без нижнего белья. В нужный момент наклонялась, чтобы шеф увидел, что под юбкой у нее ничего нет, а потом Игорь просил ее запереть дверь кабинета.

Его секретарше 21 год. А Аня, его жена, родив двух детей, конечно, уже не так молода и не так свежа, как секретарша мужа. А ему вполне достаточно секс-услуг, оказываемых секретаршей.

Хозяин фирмы орет на секретаршу:

- Что ты о себе возомнила? Если я тебя пару раз трахнул, так тебе уже можно и не работать?

- Можно!

- Какой идиот тебе это сказал?

Секретарша - с улыбочкой:

- Гинеколог и адвокат.

Анекдот

Игорю нравится, как девица делает ему минет, как встает перед ним на колени, чтобы взять в рот его член (он в это время сидит в своем рабочем кресле), и что она потом говорит, как выгибается кошкой на диване в его кабинете, задрав коротенькую юбку, под которой ничего нет, и раздвинув ноги.

Разговор из службы "Секс по телефону". Она:

- О... М... Я нежно заглатываю твою головочку...

Он:

- У меня размер шапки 58, смотри, не задохнись!

Анекдот

“Но ведь неважно, какая женщина делает минет”, - сказала я, и Игорь согласился со мной. Даже если минет делает проститутка, мужчина при этом получает сексуальное удовлетворение.

“Так пусть минет сделает ваша жена”, - предложила я. “Аня никогда на это не согласится”, - покачал головой Игорь. “Согласится”, - уверила его я.

- Мама говорила мне, что для того, чтобы удержать мужчину, нужно быть служанкой в гостиной, кухаркой на кухне и развратницей в постели. Так вот, первых двух я наняла, и теперь беру на себя только постель.

NN

Потом я поговорила с Аней. “Я не умею, но попробую, если ему это надо”, - согласилась она. Я показала ей основные приемы.

“В какой позе вы хотите - сидя, лежа?” - спросила я Игоря. Тот пожал плечами. Ему было все равно. Ничего особенного он не ждал, ему, в общем-то, не очень-то и хотелось.

Я отвела их в его домашний кабинет, чтобы максимально воспроизвести то, к чему Игорь привык, усадила его в кресло, поставила Аню перед ним на колени и она приняла в рот его вялый пенис.

- Я так устала на работе - даже язык еле ворочается...

- Давай, давай интенсивнее ворочай - а то я так и до утра не кончу!

Анекдот

Прошло минут двадцать. Ничего, ну просто никакого эффекта! Аня очень старалась, но пенис Игоря был мягким.

Я видела, что он напряжен и не может расслабиться. Может, думает о чем-то другом, может, манипуляции жены ему неприятны или безразличны.

Самая нечувствительная часть пениса – мужчина.

NN

Мои руки обладают очень сильной энергетикой. Встав позади его кресла, я стала водить руками над его головой, и его психическое напряжение постепенно спало. Потом я прикоснулась руками к его плечам, чуть помассировала их, и Игорь расслабился. Откинувшись на спинку кресла, полностью мне доверившись. Он уже не хотел Аниного минета, он просто хотел, чтобы мои руки прикасались к нему.

Я могу делать с мужчиной что угодно, могу прикасаться так, что он будет выгибаться в экстазе. Но у меня была другая цель. Мне нужно было научить Аню хотя бы азам. Лишь бы разрушить их привычную рутину, когда ей хочется секса с мужем, а Игорь ее не хочет. Потому что у него есть молоденькая шлюшка, и он, как и многие мужчины, верит, что та с ним ради его каких-то необыкновенных качеств, хотя ей нужны всего лишь его деньги.

- Познакомлюсь с женщиной, но не с первой попавшейся, а и по-французски чтоб, и на фортепьянах, и на диване, да и везде, где ни скажу!

Анекдот

Взяв Анины руки, я показала, как стимулировать его соски (у мужчин соски тоже очень возбудимы), показав, как одновременно ласкать другой рукой его мошонку и пенис. Поначалу она была неловкой, и я ей помогала.

И вот наконец пенис Игоря стал твердым, и я жестом показала Ане, что нужно опять взять его в рот.

Для умелой партнерши довести партнера до оргазма с помощью своего рта - дело нескольких минут.

Девушка сидит на берегу моря с парнем. Вечереет...

- Смотри как волшебным отражается Луна в морских волнах, - говорит парень, - сколько нежности чувствуется в дуновении ветерка...

Девушка вздыхает:

- Ну ладно, так и быть – сделаю тебе минет...

Анекдот

Аня смотрела на меня, а я ей жестами показывала, какие движения она должна делать. Конечно, секретарша Игоря, платная профессионалка (а все эти девицы получают зарплату не за то, что чирикают по телефону и нажимают клавиши компьютера), сделала бы все быстрее и более умело.

Ведущая ночной эротической программы:

- Ну вот наша передача и подошла к концу...

Анекдот

Мужчине, в принципе, все равно, кто делает ему минет, - хоть Ким Бэссинджер, хоть секретарша, хоть проститутка. Но есть особый кайф для мужчины, когда его член во рту любимой женщины.

К своему пенису мужчины относятся очень трепетно. И тем не менее, они могут его сунуть куда попало, например, в любую женщину, которую захотелось, или в рот проститутки.

Но когда мужчина видит свой половой член во рту любимой женщины...

Мужчине нравится смотреть, как его пенис скользит сквозь округленные губы женщины. Ее губы плотно сжимают головку члена, лаская его движениями языка, а потом мужчина уже так “заводится”, что обо всем забывает.

Эротический фильм "Беспокойное хозяйство".

NN

Умелая партнерша может не впускать пенис партнера глубоко в свой рот, лаская лишь головку языком и губами. Но мужчине порой очень хочется глубоко вдвинуть половой член ей в рот и совершать энергичные фрикции. Рот женщины в данном случае - как бы аналог влагалища. Но во рту все нежнее. И гораздо больше возможностей доставить удовольствие партнеру.

Девушка путешествует, стоит на дороге, голосует, а на плече у нее сидит попугай.

Останавливается “жигуль”, водитель спрашивает:

- Дашь?
- Дам.
- В рот возьмешь?
- Нет.
- Тогда иди пешком.

Уезжает.

Притормаживает иномарка – история повторяется.

В третий раз останавливается грузовик с цыплятами в кузове. Девушка соглашается взять в рот, а попугай кидает в кузов к цыплятам.

Едут они, и вдруг водила в зеркало видит, что у него из кузова цыпленок по одному вылетают. Мужик в непонятках. Вылезает из кабины и наблюдает в кузове картину – попугай берет очередного цыпленка:

- В рот возьмешь? Тогда иди пешком!

Анекдот

В идеале - когда партнерша владеет техникой орального секса. К этому можно относиться по-разному. Для одних женщин - это тяжелый труд. Для профессионалок - это всего лишь работа. А для женщины, которая любит своего мужчину, ласкать ртом его пенис - это кайф.

- Женщина любит ушами? Ну, не знаю. Моя любит ртом.

NN

Повторю еще не раз для своих читательниц: любите пенис вашего любимого мужчины, ласкайте его. Он такой красивый...

Идет лекция в медицинском институте.

Профессор:

- **В мужской сперме содержится глюкоза...**

Студентка:

- **Профессор, вы имеете в виду ту же глюкозу, что и в сахаре?**

Профессор:

- **Совершенно верно!**

Студентка:

- **Тогда почему она на вкус не сладкая?**

Все заржали, девица покраснела, а преподаватель невозмутимо поясняет:

- **Потому, дорогуша, что вкусовые рецепторы, отвечающие за сладкий вкус, находятся на кончике языка, а не в глотке!**

Анекдот

Многим женщинам не нравится вид половых органов мужчины. Напрасно. Ведь это тот орган, который может дать вам наслаждение. Да, головка эрегированного пениса красновато-синюшного цвета, но это физиологично, это просто прилив крови. И к вашим половым органам, когда вы возбуждены, тоже приливает кровь, и они меняют свой цвет, становясь набухшими и красными. Нежно-розовые половые органы, которые вы видите в порнофильмах, - это результат косметических манипуляций. Во время реального полового акта все не так.

Внимательно рассмотрите пенис своего партнера, нежно погладьте его руками, потрогайте пальцем уздечку, а потом лизните головку и нежно-нежно проведите по уздечке языком туда-сюда. Обведите головку пениса круговыми движениями языка. Введите кончик языка в отверстие мочеиспускательного канала. Оно очень узкое, но ваш язык, если вы будете нежной, может многое.

Конец – телу венец.

NN

Некоторым мужчинам нравятся как бы “ввинчивающие” движения кончика языка партнерши. Играйте с уздечкой пениса, легкими движениями языка лаская его. Сделайте подсасывающие движения ртом, но только не причините партнеру боли. Пенис - очень нежный орган. Быть может, вашему партнеру понравятся чуть сосущие движения вашего рта. Одновременно играйте языком, совершая разные движения - то стимулируя уздечку, то обводя головку пениса языком, то как бы “ввинчивая” кончик языка в отверстие мочеиспускательного канала, то совершая “червеобразные” движения.

На лекции один студент спрашивает другого:

- Сколько времени осталось до конца?

Тот смотрит на часы и отвечает:

- До конца рукой подать.

Анекдот

Не оставляйте без внимания и другие его эрогенные зоны. Ствол пениса маловозбудим, и ваши движения рукой вперед-назад мало что дадут. Лучше сосредоточьтесь на головке пениса - это самая сильная эрогенная зона мужчины.

Он и она в подъезде:

- **Дорогой, выкрути лампочку, я в рот возьму!**
- **Да ты что! Потом же не вытащишь!**

Анекдот

Возбудимы и внутренняя область бедер, и мошонка, и область ануса. Разведите его ноги, трогайте своего партнера везде.

Если ваш партнер будет постанывать, часто дышать, подаваться навстречу тазом, ощущая нежные прикосновения ваших рук и языка, значит, ему это приятно. Но только не

останавливайтесь. Нет ничего хуже варианта “подразнила и бросила”. Ваша задача - дать ему высшее наслаждение, а не просто оргазм (оргазм мужчины может получить от многих видов стимуляции, даже с партнершей, которую он завтра забудет).

Минет по-грузински - то же, что и по-французски, но с аджикой.

Д.Е.

Не стесняйтесь спросить, как ему больше нравится, и ласкайте его так, как ему нравится, если хотите, чтобы этот мужчина был ваш.

Мозг - мой второй любимый орган.

Вуди Аллен.

Аня ласкала пенис мужа, периодически взглядывая на меня. Я жестом показала, что нужно ласкать ртом и его мошонку. Она брала в рот то одно его яичко, то другое, слегка посасывая, как я ей жестами показывала.

Сидим мы с подругой на кухне, треплемся про свое, про девичье. Тут заходит ее муж с газетой в руках - сканворд отгадывал.

- Девочки, подскажите, что такое: “выше колена, ниже пупа” , слово из трех букв и есть буква “х”?

Мы давай ржать, потом подруга говорит благоверному:

- А ты что, сам не знаешь?

А супруг серьезно:

- Так ведь “х” там на конце!

Оказалось - “пах”

Байка

Виктор полулежал в кресле, откинув голову на подголовник и закрыв глаза.

Я показала своей пациентке палец, сделав им движения вперед-назад. В первый момент Аня не поняла, что ей нужно делать, потом сообразила - ввела палец в анус мужа и стала

стимулировать его простату. Ей уже самой нравилось, что она с ним делала. Игорь подавался тазом навстречу ее движениям, стонал, а Аня, держа во рту его пенис, энергично двигала пальцем в его анусе. И вот наконец типичный вздох-вкрик мужчины...

Пьяная девушка делает минет пьяному парню...

Он кончает ей на лицо.

Она (хватаясь за глаза):

- **Ой, тушь, тушь!!!**

Парень:

- Та-та-тара-та!!! (громко напевает туш).

Анекдот

Потом Игорь открыл глаза, глубоко вздохнул, выдохнул и посмотрел на меня. Мне не надо слов. Я все вижу во взгляде своих пациентов.

Усталые альпинисты на привале.

- Сейчас бы женщину...

- Большую, толстую, теплую...

- Ага, чтоб лежала и не до...бывалась!

Анекдот

“Диля Дэрдовна, я вас накормлю”, - засуеутилась Аня.

А Игорь посмотрел на меня таким взглядом... Ему эта суета жены на кухне уже осточертела. Мужчины не против вкусно поесть, но им претит, когда женщина ведет себя, будто мужчина - кадавр, желудочно неудовлетворенный.

“Моя жена - как Венера Милосская. Такая же безрукая”.

NN

Мне этот взгляд Игоря был понятен. В его взгляде я увидела: “Моя жена квочка. Это все, что она может. Ей лишь бы накормить”. “Анечка, спасибо, я не голодна”, - сказала я своей

пациентке.

Я видела, что Игорь сейчас уже ничего не хочет. Да, только что он получил сексуальное удовлетворение, но его молодая секретарша позволяла ему расслабиться гораздо быстрее, чем это удалось жене.

Он сидел в своем кресле, вялый и равнодушный, а Аня смотрела на меня с отчаянием. Она так старалась, а муж даже не смотрит на нее...

Муж – жене:

- Ты напоминаешь мне море...

- Правда? Я такая же таинственная, страстная и романтическая?

- Нет, просто меня от тебя тошнит.

Анекдот

“Поэкспериментируем, Игорь?” - предложила я. “Я устал и хочу спать”, - ответил он. “Хорошо, - согласилась я. - Сейчас я сделаю вам массаж. Быть может, вы уснете. Или - как пойдет”.

Супруги прошли в спальню. Я уложила Игоря на живот и стала легкими движениями прикасаться к его спине. Аня сидела рядом, и я брала ее руки и жестом показывала, что она должна делать то же, что и я. Игорь даже не замечал подмены наших рук. Потом я взяла ее руки и показала, как ласкать его ягодицы и межягодичную складку. Поласкав его, Аня развела руками его ягодицы, и я жестом показала, что уже пора дотронуться до него языком. Когда Аня стала лизать его анус, Игорь застонал. Я опять показала ей характерные движения пальцем. Она все поняла. Ввела палец в анус мужа и стала стимулировать его простату. Я жестом показала ей, что при этом нужно ласкать его пенис и мошонку. Игорь, чтобы дать больший доступ жене для ласк, сам принял коленно-локтевую позу. Одна рука Ани была в анусе мужа, а другой она ласкала его пенис. И вот наконец Игорь бурно эякулировал и упал на кровать животом. Спустя пару минут он перевернулся на спину и притянул к себе жену.

“Спасибо, Анюта...” - тихо сказал он.

Никуда не деться от основного инстинкта.

Д.Е.

Игорь устал после напряженного рабочего дня и в этот день не был настроен на “сексуальные эксперименты”. Он лежал с закрытыми глазами, обняв жену, и уже был готов уснуть. Аня тоже разомлела от того, что муж ее обнимает. Оставь я сейчас их одних, они бы уснули, а дальше все пошло бы как раньше. Когда Аня на меня посмотрела, я покачала головой. Нет, всего, что было, недостаточно. Нужно было дать Игорю хорошую встряску, чтобы он понял, как умеет ласкать любящая женщина.

Я поманила Аню жестом: “Иди за мной” и вышла. Она тут же вышла следом. Я все ей объяснила, что нужно делать. Надо сказать, Аня все сделала “по высшему классу. Она ласкала мужа вдохновенно - ведь она его любит. А платные девки лишь изображают любовь.

В данном случае мне нужно было показать, что его жена в качестве сексуальной партнерши ничем не хуже молоденькой секретарши Игоря.

В тот вечер о сексуальном удовлетворении Ани речь не шла. Нужно было “расшевелить” Игоря и показать, что жена - сексуальна интересна, гораздо интереснее его любовницы.

Расскажу, что сделала с мужем Аня, в следующей главе. Быть может, и вам захочется так же попробовать.

А у Ани с Игорем все в порядке. Теперь муж сам просит ее ласкать его так, как ей хочется, и кайфует. Аня оказалась очень изобретательной.

А свою секретутку Игорь уволил, хотя Аня его об этом не просила. Ей с Игорем тоже хорошо. Она оргазмична во многих позах, и они с моей помощью все их освоили.

Занятия по физиологии в мединституте. Молодой преподаватель решил проверить студентов на чувство юмора и, сделав морду кирпичом, вопрошает:

- Иванова, расскажите-ка механизм эрекции пениса.

А студентка без заминки отвечает:

- Да какой там механизм... Взяла его в руки - вот вам и эрекция.

Быль

ТЕСТ

ХОРОШ ЛИ ВАШ МУЖ КАК СЕКСУАЛЬНЫЙ ПАРТНЕР?

В момент, когда вы оба в хорошем настроении, задайте мужу эти вопросы и попросите его ответить “да” или “нет”:

1. Нравится ли тебе, когда женщина сама дает понять, что хочет секса?
2. Считаешь ли ты, что многие женщины знают о сексе больше мужчин?
3. Должна ли именно женщина заботиться о противозачаточных средствах?
4. Убежден ли ты, что женщина довольна лишь тогда, когда достигает оргазма?
5. Всегда ли ты сам начинаешь предварительные ласки?
6. Попробовал бы ты новую сексуальную технику без согласия партнерши?
7. Хотел бы ты заниматься сексом одновременно с несколькими женщинами?
8. Подозреваешь ли ты меня в том, что иногда я имитирую оргазм?
9. Возбуждает ли тебя вид женщины в одних чулках с подвязками?
10. Считаешь ли ты, что если женщина на самом деле любит, то должна быть готова удовлетворить все прихоти мужчины?
11. Бывают ли у тебя эротические сны?
12. Любишь ли ты порнографические фильмы и журналы?
13. Мог бы ты сказать мне, чтобы в постели я была поактивнее?
14. Хотел бы ты быть моим первым и единственным сексуальным партнером?
15. Нравится ли тебе нестандартный секс?

РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА

Подсчитайте все ответы "да"

Если ваш муж набрал 8 и более ответов "да"

Он любит быть хозяином положения, сам решает, когда и как заниматься сексом, а от вас требует лишь повиновения. Но это не означает, что он плохой любовник. Вид женщины, испытывающей наслаждение, тешит его мужское самолюбие. Можете быть уверены, что он приложит максимум стараний, чтобы дать вам пережить оргазм. Но многое зависит и от вас самой. Никогда не говорите ему, что он делает что-то не так. Позвольте ему оральные и анальные ласки. Тактично дайте понять, что вам больше всего нравится в сексе.

Если ваш муж набрал 6 или 7 ответов "да"

Он предполагает, что вы считаете его сексуальным, но ему не хватает уверенности, поэтому он предпочитает не экспериментировать. Чтобы решиться на новую сексуальную технику, ласки, ему нужны зрительные раздражители или подсказка: эротические или порнографические фотографии, сексуальное белье. Он откликнется на любое ваше желание, поэтому смелее проявляйте инициативу сами. Вы сможете заниматься с ним тем видом секса, который вас больше всего устраивает.

Если ваш муж набрал 5 или менее ответов "да"

Ему недостает уверенности в себе. Если вам хочется пережить с ним наслаждение, придется взять инициативу в свои руки. Скажите или покажите, чего вы ждете от любовных игр. Но при этом будьте тактичной и деликатной. Не критикуйте и не торопите его.

СЛАДКАЯ МУКА

Лежат в постели муж и жена. Муж:

- **Возьми в рот.**

Жена:

- **Да ты что, нет!**
- **Ну что тебе стоит, возьми, а?**
- **Ну ладно, сходи на кухню, медом помажь, тогда возьму.**

Сходил, помазал.

- **Ну, бери, - просит муж.**
- **Сходи, сахарком посыпь, тогда возьму.**

Сходил и на этот раз.

- **А теперь орешками посыпь, - снова говорит жена.**

Пошел муж на кухню. Час нет, два нет.

Жена беспокоиться стала, пошла на кухню смотреть.

- **Ну дай возьму-то, - говорит она мужу.**
- **Да иди ты, тут такой вкусный козинак получился!**

Анекдот

Есть “высший пилотаж” в сексе - когда партнерша начинает посасывать большой палец ноги партнера, потом остальные пальцы ступни и, не отрывая губ и языка, медленно-медленно, очень медленно поднимается языком по его голени, потом по бедру, раздвигает его ноги и вылизывает каждую складочку, нежно лижет его анус (пенис к тому времени уже эрегирован), чуть касается члена, то ловя его губами, то отпуская, как бы играя с ним, а потом, “подразнив”, опять медленно-медленно спускается языком вниз по другому бедру, затем по голени к ступне, посасывает большой палец второй ноги, потом все остальные пальцы, а потом опять ползет своим языком по его ноге вверх. И так она может томить мужчину очень долго.

- Сколько яиц может удержать женщина в одной руке?

- Оба.

Анекдот

Не каждый это выдержит. Кто-то резким движением потянет партнершу на себя и войдет в нее, кто-то введет свой эрегированный пенис ей в рот.

“Девка хоть куда!”

NN

Если вы освоите эту технику, то не позволяйте “заведенному” мужчине совершить примитивный половой акт, не берите его пенис в рот.

Реклама: “Аромат духов “Моника” напомнит вам кое о чем...”

Д.Е.

Заранее договоритесь, что инициатива - в ваших руках. Пусть мужчина на это время вам покорится. Можете даже привязать его к кровати, как вы видели это во многих эротических сценах (к примеру, фильм “Основной инстинкт”. Шарон Стоун бесподобно сыграла эту эротическую сцену, привязав руки любовника к кровати белым шарфом). Заранее договоритесь, что все делаете вы.

Две секретарши обсуждают нового охранника, двухметрового амбала.

- Красавец! А мозги-то, у него, небось, между ног!

Вторая, мечтательно:

- Да-а, я бы не отказалась прочистить ему мозги...

Анекдот

Вовсе не нужно приковывать его наручниками - это уже элемент садомазохизма. Зафиксируйте его щиколотки и руки чисто символически - шарфом, полотенцем, любой подвернувшейся под руку тканью и договоритесь, что он не должен шевелиться, даже если ему будет уже “невтерпеж”.

Пусть ваш мужчина будет перед вами распластан и полностью в вашей власти. Мучайте

его этой сладкой мукой долго-долго.

- Глаза боятся, а губы делают, мой любимый...

NN

И вот когда вы своим языком, медленно лаская его от большого пальца ноги до пениса, мошонки, ануса, а потом обратно, доведете его до состояния, когда он будет уже готов разорвать эти символические путы, - тогда и соединитесь. Можете в позе “маленькой Веры”, то есть, сидя “верхом” на партнера лицом к нему. Можете сесть на его член, сидя спиной к лицу партнера. Можете перевернуться и встать в ту позу, которая вам нравится. Лишь бы вам обоим было хорошо.

Жил-был мужик. И было у него две страсти: анальный секс и Бриджит Бардо. Вот уехал он один раз в командировку, а жена решила преподнести ему подарок и пошла в салон татуировку на заднице сделать. На одной половинке БРИДЖИТ, а на другой БАРДО.

Мастер и говорит:

- **Мелковато получится. Давайте лучше я вам вензелями выколю.**

Она и согласилась. Приехал муж, поел, попил и с женой в кровать лег.

Жена:

- **Смотри, милый, у меня для тебя сюрприз...**

Мужик:

- **А кто такой Боб?**

Анекдот

А что делать дальше - вы узнаете из следующей главы.

Бывалая девка за словом в трусы не полезет.

NN

“ЗА ЭТОТ ЭКСТАЗ Я ГОТОВА НА ВСЕ!”

- **Твой муж любит тебя по-прежнему?**
- **К счастью, нет. За это время он кое-чему научился.**

Анекдот

Если вы “помучили” партнера “сладкой мукой”, то, когда он отдохнет после пережитого наслаждения, попросите его повторить все, что делали с ним вы. Пусть он тоже чисто символически привяжет вас к кровати, раздвинет ваши ноги и тоже начнет лизать с большого пальца вашей ножки, а дальше все выше и выше.

Кайф получите обалденный! Гарантировано.

Романтичная девушка мечтала о возвышенном, но юноша убедил ее, что самое приятное - снизу...

Д.Е.

Моя пациентка Инна рассказывала: “У меня уже начинало все сокращаться внизу живота, когда Миша лизал мне пальцы ног. Он делал это так нежно... А потом он лизал мои бедра, и я вся трепетала, когда его язык полз к моему клитору. А Миша чуть коснется клитора, подразнит и отпустит. И снова языком ползет вниз по моему бедру... Мне ужасно приятно, когда он опять берет в рот пальцы моих ног и посасывает их. А потом его язык снова медленно-медленно ползет вверх по моему бедру. И вот он уже коснулся моего клитора, а я уже вся дрожу. Несколько движений его языком, и я вою в экстазе. Потом мне хочется, чтобы он вошел в меня, и он входит, и я опять кончаю и кончаю.

Секс - это закрытый фанклуб с двумя фанами.

Д.Е.

Моя пациентка замужем за “крутым” бизнесменом, которому на нее, в общем-то наплевать. Миша - ее телохранитель. Любовник умеет то, чего не умеет (и не хочет уметь)

супруг.

- Сколько раз в неделю нужно иметь жену?

- Как только поженились, имей и имей, иначе ее поимеет другой.

NN

Инна пришла ко мне посоветоваться. С Мишей ей хорошо, а с мужем - никак.

“Никто меня не поймет, если я разведусь с Борисом и стану жить с Мишей”, - вздыхала моя пациентка. “А почему вы решили развестись с мужем? - спросила я. - Он на этом настаивает?” “Нет, Боря ни о чем не подозревает. Но я хочу быть с Мишей. За этот экстаз, который он мне дает, я готова на все”. “Вы и так с Мишей целый день. Он же ваш телохранитель”. “А мне бы хотелось быть я ним всегда, спать ночью на его плече, просыпаться утром и видеть его лицо. А мы все время прячемся, боимся, как бы мой муж про нас не узнал”.

Если муж козел, то рога у него точно есть.

Д.Е.

Инне 46 лет. А ее любовнику - 25 лет. Миша как раз на пике мужской сексуальности. Я его ни разу не видела, но надеюсь, что он не альфонс, который решил присосаться к небедной даме, которая годится ему в матери. Со слов Инны, у Миша обычная зарплата телохранителя (до него у нее было немало телохранителей, но с другими никаких отношений у нее не было), никакого иного вознаграждения он не получает.

Так что, вполне возможно, Инна устраивает его как темпераментная партнерша, готовая на любые эксперименты.

Прерванный половой акт – это акт, прерванный появлением мужа.

Д.Е.

Сексуальность женщины в перименопаузальном возрасте и в периоде климакса возрастает. Все ж в русских пословицах заложен большой смысл. “Сорок пять - баба ягодка

опять”, - это как раз про Инну. Видимо, Мишу привлекает как раз ее сексуальность.

На золотой свадьбе муж разоткровенничался с гостями:

- Эх, скольким же мужьям я наставил рога!

Жена, про себя:

- А я всего одному...

Анекдот

“Так в чем же проблема, Инна?” - спросила я свою пациентку. “Я боюсь Мишу потерять. А вдруг муж узнает? Он уволит его. И как мы будем встречаться?” “Это же элементарно. Снимите квартиру и встречайтесь там”. “Муж может за мной проследить”. “Но ваш Миша - профессиональный телохранитель. Неужели он не сможет определить, что за вами слежка?” “Я боюсь, - зарыдала Инна. - Если Борис прикажет, Мишу просто уберут”.

Подозрительны те супруги, у которых рыльце в пушку.

Д.Е.

Честно говоря, я не понимаю, зачем нужны телохранители женам. Бизнесменов взрывают и отстреливают регулярно, но их жен, слава Богу, не убивают. Быть, может, так положено по статусу? У самого бизнесмена несколько телохранителей, пусть и у жены будет телохранитель. Или они боятся, что жену похитят и потом потребуют за нее большой выкуп?

Разговорились два русских бизнесмена:

- **Ты что-то частенько ходишь с подбитым глазом...**
- **Да это все моя дорогая жена...**
- **Как это?**
- **Понимаешь, возвращаюсь я домой, естественно, поздно. Жена открывает мне дверь и дает мне в глаз. Потом спокойно отправляется в спальню...**
- **Но у тебя же есть охрана?**

- **С охраной хуже. Я запускаю внутрь охранника, жена его впускает, мне дает в глаз и захлопывает дверь...**

Анекдот

У “новых русских” своя психология, это новая человеческая особь, о которой я когда-нибудь напишу книгу. Обычно я отказываюсь лечить типичных “новых русских”, но их жен и детей мне порой жалко. У жен - неврозы, депрессия, сексуальные проблемы, а у детей - поведенческие нарушения, аномалия личности и многое другое. И тогда я соглашаюсь на консультацию, потому что не могу отказать, когда человеку плохо. Так было и в случае с Инной. Она рыдала по телефону, умоляя меня о встрече. И я согласилась.

У них с Борисом двое взрослых детей. Дочери Насте 25 лет, она живет в Англии, замужем, у нее 3-летняя дочь. Сыну Роме 21 год, он живет в США, учится в престижном колледже.

По сути, Инна осталась одна. Мужу до нее нет дела, дети далеко, внуку она видела всего два раза в жизни. Супруг гораздо чаще бывает за границей и чаще, чем Инна, видит своих детей.

Мужчины приносят женщинам счастье, а мужа - несчастье.

Д.Е.

Муж Насти - англичанин, а Инна знает лишь минимум английских слов. У нее не сложились отношения с зятем, и с тех пор дочь ее к себе больше не приглашает. Настя не горит желанием вернуться в Россию. И даже просто приехать к матери хотя бы на неделю. Иногда звонит, спрашивает, как дела. И все.

А Инна не имеет возможности часто навещать своих детей. Все деньги у мужа. Своих денег у нее нет. И это типично для жен “новых русских”. Борис выдает ей энную сумму и оплачивает все расходы по ведению хозяйства, на поддержание соответствующего его статусу образа жизни. У Инны есть личная массажистка, которая приходит на дом, все ее потребности (парикмахерская, косметичка, бассейн, одежда и прочее) тоже оплачиваются

Борисом. По специальности она химик-технолог, но не работает уже 10 лет. И не может себе представить, как будет жить, если вдруг лишится своей безбедной жизни.

В богатом английском доме жена находит на столе записку:

“Дорогая, я знаю, что это может прозвучать немного странно из уст мужчины шестидесяти лет, но в тот момент, когда ты это читаешь, я наслаждаюсь жизнью с моей восемнадцатилетней секретаршей”.

Придя вечером домой, муж находит на столе следующее послание:

“Милый, я не сомневаюсь, что это может прозвучать шокирующе из уст женщины шестидесяти лет, но в тот момент, когда ты читаешь это письмо, я наслаждаюсь жизнью с моим восемнадцатилетним парикмахером. Будучи финансистом, тебе нетрудно будет сообразить, насколько чаще 18 входит в 60, чем 60 в 18!”

Анекдот

“Я никому не нужна, кроме Миши”, - рыдала Инна.

Успокоив свою пациентку, я предложила ей другой вариант. “Скажите мужу, что у вас проблемы с желудком и врач рекомендовал вам попить минеральную воду на хорошем курорте. Борис отпустит вас одну?” “Нет, у меня уже три года телохранители”. “Значит, вас будет сопровождать Миша?” “Наверное... Я не знаю...” - Инна все еще всхлипывала, утирая глаза носовым платком. “Если хотите, можете сослаться на меня. Ведь вы же разыскали меня, прочтя одну из моих книг?” “Да, - согласилась Инна. - Я читала многие ваши книги и часто говорила о вас Борису”. “Тогда скажите ему, что я взялась за ваше лечение и рекомендовала вам немедленно ехать на курорт, сказав, что у вас невроз. Слово всем знакомое, но никому не понятное. Если у Бориса возникнут сомнения, пусть мне позвонит”. “Нет, он не станет звонить...” - сказала Инна. А потом, немного помолчав, посмотрела на меня: “Диля Дэрдовна, а вы не боитесь?...” “Я ничего на этом свете не боюсь, - ответила я ей. - Делайте как я сказала”.

- Мой муж плохо со мной обращается.

- А мой вообще никак не обращается.

Д.Е.

Через неделю пришла сияющая Инна - на руках у нее были два авиабилета и два загранпаспорта.

То ли Борис - “святая простота” и не видит, что его жена влюблена в телохранителя, то ли ему просто удобнее на все закрывать глаза. Скорее, второе.

Зяма (радостно):

- **Абрам, а твоя жена гуляет.**
- **Абрам (буднично):**
- **Знаю, и твоя – тоже.**
- **Зяма (разочарованно):**
- **Да, но все-таки...**

Анекдот

У всех мужчин, которые крутятся в сфере большого бизнеса или политики, снижено (или полностью отсутствует) сексуальное влечение. Я лечила многих влиятельных людей. Эту категорию я знаю очень хорошо. О тех, кто были или являются моими пациентами, - я не скажу ни слова. А обо всех остальных имею право, как профессионал, высказать свое мнение. И постоянно его высказываю - в прессе, на радио, на телевидении, в своих книгах. Так что я недаром сказала Инне, что ничего не боюсь. Я и правда ничего не боюсь. Таких, как я, не “заказывают” киллерам.

Инна вернулась через три месяца. Счастливая, загорелая, помолодевшая, похудевшая.

“Диля Дэрдовна, вы устроили мне праздник! - заявила она, вручая мне огромный букет лилий (по моим книгам все уже знают, что лилии - мои любимые цветы). - Как все было

здорово! Но я не буду отнимать у вас время. Забегу, если позволите”.

Что хуже: когда изменяет жена или когда изменяет удача?

Д.Е.

Моя пациентка пришла через месяц и сказала, что они с Мишей сняли квартиру. И даже если муж обо всем узнает, ее это уже не страшит.

“Надоело мне жить в этой огромной квартире, где я не хозяйка, - заявила Инна. - В нашей однокомнатной, которую мы с Мишей сняли (а оплачивает аренду Миша, что большой плюс в его пользу), мне гораздо комфортнее. Там я со своим любимым. Миша меня любит. И больше мне ничего не надо. Проживем, даже если муж его уволит и разведется со мной”.

Муж возвращается с работы, консьерж подает ему анонимное письмо. Поднимаясь на лифте, он читает и бледнеет. В письме говорится о том, что жена ему изменяет.

Муж заходит в квартиру, с силой распахивает дверь, направляется к жене и изрекает:

- **Я знаю все!**
- **Вот и прекрасно, - отвечает она, - тогда скажи, какова длина Дуная. А то наш**

сын никак не может сделать домашнее задание.

Анекдот

В ПОСТЕЛИ НЕКОГО СТЕСНЯТЬСЯ

Что у мужчины на уме, то у женщины везде.

Д.Е.

Моя милая читательница, учитесь быть раскованной. В постели некого стесняться.

Если уж вы позволяли вашему мужчине вводить свой пенис в святая святых - в ваше влагалище, - так чего ж стесняться-то?!

Все мужчины кайфуют, когда женщина позволяет им делать с собой все. Так пусть ваш

партнер получит кайф. Кайф именно с вами. Вы же не хотите его потерять? Так отбросьте все дурацкие представления, что “можно”, а что “нельзя”.

В постели можно все, лишь бы обоим это доставляло удовольствие.

Не каждая женщина может себе позволить полностью раскрыть самые интимные части своего тела перед мужчиной.

У многих пар “интим” происходит или в темноте, или при свете ночника, или под простыней или одеялом. И все наощупь. Да, мужчине приятно ощущать руками тело женщины. Он возбуждается уже от ее запаха, от прикосновений к ее телу. Провел рукой по ее груди, ввел руку меж ее ног, и уже “завелся”.

У женщин к мужчинам в отношении секса две претензии: “Недостаточно!” и “Он ко мне все время пристает!”

Д.Е.

Все мы знаем, что “женщины любят ушами, а мужчина - глазами”. Мужчину может возбудить женская грудь, мелькнувшая в вырезе блузки. Или ее ножка в разрезе юбки. Или ее попа, когда женщина нагнулась, чтобы что-то поднять с пола.

Бюст, попа, ножки - для мужчин эротический стимул, а не интеллектуальный.

Д.Е.

Когда женщина зажата, стесняется, просит выключить свет, прячется под одеяло, - у мужчины, быть может, получится, если он ее очень хочет.

Если вы хотите, чтобы этот мужчина от вас балдел, забудьте слова: “мне стыдно”, “я так не могу”. Не прячьтесь под одеяло. Покоритесь ему. И поверьте мне, врачу с большим стажем, у вас с вашим партнером не будет проблем в постели.

Только первый наряд Евы никогда не выходит из моды.

Збигнев Холодюк

Позвольте вашему мужчине делать с вами все, что ему хочется. Пусть он реализует свои

эротические фантазии, вертит вас в постели, ставит в непривычную для вас позу, раздвигает ваш ноги, трогает вас там, где ему хочется вас потрогать.

Красивые женские ножки наиболее хороши в том месте, где они начинаются.

Д.Е.

Милые женщины, перестаньте комплексовать и стесняться!

Поверьте, все у вас красиво - и ваш клитор, этот бутон розы, который пока прячется за складками, если его не возбудить, но расцветет, как роза, если его правильно ласкать, и ваши малые половые губы нежно-розового цвета, как лепестки, обрамляющие бутон клитора, и вход во влагалище... Еще раз повторю - нет ничего прекрасней женских половых органов. Если вы еще мне не поверили, - поставьте перед собой большое зеркало, разденьтесь, лягте в удобной для вас позы, раздвиньте ноги, посмотрите на свои гениталии, и вы поймете, что они очень красивы.

Нет более сильного релизера для мужчины, чем вид половых органов женщины. Вы уже поверили мне, что женские гениталии очень красивы? Так пусть ими полюбуется ваш любимый мужчина.

“Покажи мне все, я хочу посмотреть!” - умолял свою жену один мой пациент, а его жена зажималась, сдвигая ноги, а потом пришла ко мне: “Он извращенец!” Нет, он не извращенец, а нормальный мужчина.

Забудьте про свои комплексы и раздвиньте ноги при свете, если ваш муж просит вас об этом. Пусть он все увидит, может быть, коснется, а потом...

Когда рак на горе свистнет, тогда и русалка ноги раздвинет.

Д.Е.

Спросите, чего он хочет, и сделайте то, что он хочет. Забудьте навсегда слова “мне это неловко”, “стыдно”, “безнравственно”.

Все нравственно в постели, когда двое хотят друг друга.

Тем более, что в итоге вы оба получите кайф. И еще какой!

Многие мужчины хотят “грязного секса”.

Секс грязен лишь с тем, кто не моется.

Д.Е.

Не осуждайте их за это. Вспомните всем известную поговорку: женщина должны быть шлюхой в спальне и королевой в гостиной.

Так расслабьтесь и ведите себя в своей спальне, как шлюха. Вы же королева, а не шлюха!

“Сначала он грязно ругался, а потом тот же язык засунул мне в рот ”.

Д.Е.

Но иногда можно позволить себе сыграть какую-то роль. В данном случае вы играете роль “шлюхи”. И не исключено, что получите от этого удовольствие.

Он - ей:

- Давай поиграем в игру: сосиска в булочку!

Анекдот

Делайте все, что хочет ваш супруг. Встаньте в ту позу, которую хочет он. Пусть он вертит вас в постели, как хочет, и заставляет делать то, что он хочет. Подчинитесь. Вы же женщина. Вы свое потом получите сторицей.

Жена читает нотацию мужу:

- **Ну что ты лежишь, как бревно?**
- **А ты видела, что гимнастки на нем вытворяют?**

Анекдот

Если ваш муж сам не проявляет инициативы, лягте на спину и раздвиньте ноги, как это делают красотки из порножурналов. Можете согнуть ноги в коленях и спросить мужа: “Хочешь все посмотреть и потрогать?” (а всем мужчинам хочется посмотреть и потрогать этот необыкновенный орган женщины, который доставляет им наслаждение). Или сами

разведите руками свои половые органы и покажите их ему, позвольте ему трогать вас так, как хочется ему, и делать с вами то, что ему хочется.

- Я маньяк! Вечерами я выбираю себе жертву, потом ее преследую, загоняю в темный подъезд и смотрю, смотрю, смотрю!

- Да ты точно маньяк!!!

- Да, я маньяк! Маньяк-смотрун!

Анекдот

Все “сексуально грамотные” мужчины знают про женский клитор, но имеют весьма смутное представление, где он и как он выглядит. Покажите ему свой клитор, свои малые половые губы, вход во влагалище. В невозбужденном состоянии вход во влагалище очень узок и его не так просто разглядеть, и мужчине непонятно - куда же влезает его пенис? Пусть ваш муж увидит, в какое узенькое отверстие он вводит свой довольно толстый эрегированный член.

Обнажилась до в чем мать родила.

Д.Е.

Если хотите пойти дальше, то возьмите палец мужа, оближите его (это тоже сексуально, к тому же вам не будет больно, если под рукой нет крема) и его пальцем поведите по своему клитору.

Невозбужденный клитор спрятан под складками слизистой оболочки и почти не виден. Для порножурналов специально отбирают девиц, у которых очень крупный клитор, выступающий над половыми губами, а перед съемкой они мастурбируют, чтобы клитор стал еще больше. Мужчины, которые смотрят на этих порномоделей из журналов, полагают, что так же должно быть у всех женщин. Нет, не так.

Раздетая и обнаженная женщина - это не одно и то же.

Д.Е.

Под пальцем мужа ваш клитор станет плотным, и ваш супруг сразу почувствует это. Возбужденный клитор выступает над половыми губами. Размеры его у разных женщин разные. Обычно он с просяное зернышко (но и этого вполне достаточно, чтобы испытать оргазм, если его нежно ласкать), бывает и побольше.

Если ваш муж будет долго трогать вас, вам станет больно. Так что если уж решились быть сексуально раскованной, - обзаведитесь кремом. Железы преддверия влагалища выделяют специальную смазку, но ее порой недостаточно даже для полового акта. А уж для того, чтобы мужчина долго водил пальцем по половым органам женщины, этой смазки и подавно недостаточно. Смажьте палец мужа кремом, и пусть он гладит вас, где хочет.

Мужчины сразу забывают про женскую грудь, сняв с женщины трусы.

Д.Е.

В данном случае задача - чтобы он получил удовольствие от прикосновения к вам. А он будет получать от этого удовольствие - это я вам гарантирую. Пусть ваш муж касается вашего клитора, трогает малые половые губы, вводит палец во влагалище или трогает область ануса. Расслабьтесь и получайте удовольствие. Он вас ласкает. Он - обладатель.

“Он пытался достать языком аж до моих гланд. Нет, это не поцелуй, а разврат!”

Д.Е.

Другой вариант. Встаньте перед ним в коленно-локтевую позу, а потом медленно и сексуально протянитесь по кровати так, чтобы лечь на кровать грудью и освободить свои руки, потом погладьте себя по ягодицам, выгнитесь, расставьте пошире ноги, чтобы максимально раскрыться перед мужем и раздвиньте руками ягодицы. Пусть ему будет видно все - и ваш анус, и завитки волос, и вход во влагалище, и ваши половые губы. Чем больше он увидит, тем больше “заведется”.

«Сделала себе татуировку в интимном месте – пусть все смотрят и завидуют!»

NN

И поверьте мне, врачу с немалым стажем, вашего мужа совершенно не будут волновать ни ваша полнота, ни несовершенство груди, ни прочие изъяны вашей фигуры. Раскройтесь перед ним, покажите ему все, и вы сразу увидите, какой будет эффект.

- У меня на женщин аллергия – член распухает...

NN

Некоторым мужчинам хочется, чтобы лобок женщины был выбрит, и они в своих эротических фантазиях мечтают, чтобы женщина позволила выбрить ее лобок.

Ваш партнер, если ему этого хочется, все сделает нежно и аккуратно, гораздо нежнее, чем это делает медсестра перед абортom или родами (а все наши женщины имеют такой печальный опыт - когда лежат на кушетке или гинекологическом кресле, и сердитая медсестра тупой бритвой бреет ее половые органы). Ваш мужчина, если вы ему это позволите, нежно намажет вас пеной для бритья и аккуратно выбреет каждую складочку, не порезав и не причинив вам боли.

Есть мужчины, которые балдеют от вида гладко выбритых половых органов женщины. Наверное, вы видели в порножурналах, что у некоторых моделей выбритый лобок.

Не будем углубляться в психоанализ, хотя этому есть объяснение. Но если ваш партнер хочет, чтобы у вас был выбрит лобок, - подчинитесь ему.

Конечно, потом вам будет немного неприятно - отрастающие волосы колются. Но если вашему партнеру нравится ваш гладкий лобок, - пусть он бреет его постоянно.

Объявление: “Ищу сексуально раскованную женщину без комплексов. Я обожаю шейвинг и готов превратить тебя в нимфетку, моя радость! Буду нежен и ласков, а между делом всучу тебе классный бритвенный станок с тройными лезвиями. Бреет - как гладит. Обещаю: получишь колоссальное удовольствие по оптовой цене”.

Д.Е.

Это вариант эротической игры. Это целый ритуал, который многие мужчины совершают с

вдохновением. Да пусть он выстрижет на вашем лобке хоть собственные инициалы! Как говорится, чем бы дитя не тешилось...

- Любимый, я приготовила тебе подарок на день рождения!

- Побрила что ли?

Анекдот

А другим мужчинам, наоборот, очень нравится густая растительность на лобке женщины. Они играют с завитками ее волос, погружают в них свои пальцы, теребят, накручивают завиток на палец. Некоторым нравится делать “прическу” на лобке женщины.

Медленный, чувственный танец. Она (прижимаясь к партнеру, страстно):

- Я немного волнуюсь. Мне кажется, что мое декольте слишком глубоко. А вы как думаете?

Он (заглядывая в декольте, осторожно):

- Э-э-э, по правде сказать... да нет. А у вас что, волосы на груди?

Она (в кокетливом ужасе):

- Да что вы такое говорите? Конечно, нет!

- Да, тогда, пожалуй, немножко глубоковато.

Анекдот

Иногда мужчине хочется подмыть женщину после полового акта или до него. Покоритесь. Он нежно немылит ваш лобок и будет очень бережно прикасаться ко всему, что ему так дорого. Поднимайте ногу по его просьбе, наклоняйтесь, позволяйте намыленными руками прикасаться к вашим интимным местам. Поймите, он делает все это не от того, что считает вас “грязной”, ему просто это нравится - трогать вас, намыливать, смывать мыльную пену струей душа.

На лобке женщины татуировка: “Минздрав предупреждает...”

Д.Е.

Обычно дело этим не ограничивается. Мужчина так “заводится” от прикосновений к половым органам женщины, что потом...

И опять покоритесь. В ванне неудобно. Но если очень хочется, то можно.

Секс без тормозов помогает расположить к себе партнера.

Д.Е.

Я знаю пару, которая регулярно сшибала все флаконы, стоящие на бортике ванной, сломала не одно сиденье в ванне. Они даже сломали бак для белья, совершая на нем половой акт, но зато какой они испытывали кайф! У них есть все условия, чтобы заниматься сексом “благопристойно”, в спальне, но им это неинтересно. А вот когда муж вел свою супругу ванную, чтобы принять вместе душ, и она позволяла ее “помыть”, тогда и разгорались страсти.

Мужчина, когда женщина позволяет ему делать со своими половыми органами все, испытывает кайф. Если вы позволите ему проделывать с вами разные манипуляции, вполне возможно, что вы тоже будете испытывать от этого кайф.

- Что вы надеваете на ночь? - Любимого мужчину.

Брижит Бардо

Некоторым мужчинам нравится намазать грудь или половые органы женщины медом, вареньем, мороженым, а потом все это слизывать. Пусть мажет вас и пусть слизывает. Кайф от этого получите оба.

Предложите своему мужчине делать с вами все, что он хочет. Пусть он реализует свои эротические фантазии.

- Вернись, я все прощу-у-у-упаю!

NN

Помните знаменитый фильм “Девять с половиной недель”? Как партнер кормил свою любовницу, и это было так эротично. А как он ласкал ее кубиками льда? Этот тающий

кусочек льда в ее пупке...

Ким Бэссинджер и Микки Рурк потрясающе сексапильны. Но они актеры, которые всего лишь классно сыграли эротические сцены.

А вы ничем не хуже, потому что вы не играете роль, а делаете все “вживую”. Если вы друг друга любите, то тоже можете устроить себе “праздник тела”.

ОНА не захочет, - ОН не вскочит.

Д.Е.

Самое главное - уясните, что сексуальная гармония - один из кирпичиков, на котором строится брак. А если гармонии нет, тогда это большая трещина, которая разрушает фундамент брака. Так что не пренебрегайте этой стороной ваших отношений.

Один приятель жалуется другому:

- Знаешь, мне так не повезло... На днях задержался у любовницы, машину аж за квартал от дома оставил, чтобы жену не разбудить, заранее ключи от квартиры достал, чтобы на площадке ими не греметь. Тихонечко дверь открыл, на цыпочках прокрался в спальню, уже почти лег, да эта чертова кровать скрипнула и жена проснулась. Вот уж дала она мне просрать...

- Ну и дурак, - усмехается второй. - Не так надо было. Вот я, если дома не ночевал или задержался допоздна, - с ревом подъезжаю к самому подъезду, мотор не глушу, ключами гремлю, а потом пинком дверь открываю и ногой же закрываю. Долго плещусь в ванной, потом захожу в спальню и говорю:

- Ну что, займемся любовью?

- А она?..

- А она молчит, спящей прикидывается.

Анекдот

ПОСТЕЛЬ ЦВЕТА ЛЮБВИ

Как себе постелешь, так и выспишься.

Д.Е.

Давно известно, что цвет на подсознательном уровне влияет на наше настроение и даже на желания, в том числе интимного характера.

На ваши сексуальные взаимоотношения оказывает воздействие и цвет обоев в вашей спальне, и цвет постельного белья, на котором вы занимаетесь любовью.

Обои цвета кальсон.

Д.Е.

Обои “под ситчик”, в мелкий цветочек и прочую мелкую продресь навевают скуку и действуют как хорошая доза снотворного: в такой спальне супруги начинают отчаянно зевать, голова сама клонится к подушке и хочется спать, а не предаваться плотским утехам. В лучшем случае супруги нехотя исполняют положенные телодвижения, а потом сразу же отойдут ко сну.

- Мама, а что делает аист после того, как приносит ребенка?

- Поворачивается на бок и спит.

Анекдот

То же самое в отношении постельного белья с мелким рисунком или унылой расцветки. А ведь раньше в продаже было преимущественно такое белье. Быть может, именно поэтому мужья немедленно засыпали сразу после полового акта. А многие засыпали еще до него...

Модный нынче стиль “евроремонт”, когда на стены вместо обоев наносится специальная краска, на мой взгляд, для спальни совершенно неприемлем. Асексуально.

Цвет несбывшейся мечты.

Д.Е.

Любая комната (даже спальня) с евроремонтными стенами напоминает офис. Быть может,

это по вкусу любителям служебных романов... Или мужу приятно представить на супружеском ложе вместо жены - свою секретаршу, а если таковой нет, то симпатичную коллегу.

Опровержение в газете: “Опубликованную в нашей газете рекламу “Ебель для офисов” следует читать как “Мебель для офисов”, а не как “Секретарши общего пользования”.

Анекдот

Белый цвет - холодный, а потому нежелателен ни для стен, ни для постельного белья, если в спальне вы не только спите.

Для офиса, больницы и прочих учреждений холодно-официальный белый цвет приемлем, но для ложа любви категорически не годится.

Хотя, как известно, стремление сосредоточиться на работе у многих людей вызывает неукротимую зевоту и сонливость, а потому те, кто отделывает стены спальни в белом евроремонтном стиле, возможно, подсознательно стремятся создать наиболее благоприятные условия для сна.

Хотите преодолеть бессонницу? Оборудуйте спальню точно так же, как свой служебный кабинет.

Д.Е.

На отечественных фабриках, выпускающих постельное белье, надо полагать, раньше работали именно те люди, которые придерживались мнения: “У нас секса нет”. А потому белье было либо ситцевое в дурацкий цветочек, либо белое. Да и сейчас белье отечественного производства не радует глаз - ни с точки зрения дизайнера, ни с точки зрения сексолога.

Если вы желаете жить полноценной сексуальной жизнью, белье белой или унылой расцветки противопоказано.

Постельное белье агрессивной расцветки (в крупный горох, в яркую полоску) на подсознательном уровне вызывает у сексуальных партнеров раздражительность и тревожность.

Жена раздражает меня своим стремлением к порядку. Только я встану ночью в туалет, прихожу - а постель уже убрана!..

Анекдот

Так что, уважаемые мужчины, если не желаете притупить свой основной инстинкт или, того хуже, потерпеть фиаско из-за повышения уровня тревожности, посоветуйте своей подруге жизни отказаться от постельного белья с агрессивным рисунком. И, разумеется, не оклеивать стены спальни обоями с резкими или геометрическими фигурами.

“Я не смог, а она послала меня на половой орган мужского организма”.

Д.Е.

Одна моя пациентка, назовем ее Зиной, рассказала случай, который четко подтверждает сказанное. Ее муж Анатолий, в пору, когда еще числился в бойфрендах, иногда приходил к ней домой днем. Зинины родители были на работе, брат в школе, и в распоряжении влюбленной парочки была четырехкомнатная квартира.

После окончания школы Зина собственноручно сделала в своей комнате ремонт: покрыла стены специальным грунтом, а потом, пользуясь длинной линейкой, нарисовала треугольники разного размера и формы. Основной фон стен был бледно-желтым, а рисунок - темно-фиолетовым. В том же стиле она подобрала мебель и плед на кушетку.

Самой Зине ее комната казалась очень стильной, и она очень гордилась своими дизайнерскими достижениями. Да вот беда: каждый раз, когда они с Толей пытались заняться там сексом, у парня каждый раз была осечка.

Стоит ему остаться наедине с женщиной, и он виновато разводит руками...

Д.Е.

Поначалу девушка думала, что ее возлюбленный чувствует себя скованно, боясь неожиданного вторжения ее родителей. Решив избавить его от напряжения, она пригласила столяра и обзавелась дверной задвижкой. Но это не помогло.

Что самое удивительное - в других местах у Толи никогда не было проблем с эрекцией. Парочка занималась любовью и в комнате студенческого общежития, когда Толины соседи отсутствовали, и на вечеринках в квартире своих друзей, в любой свободной комнате, на кухне, в туалете. Бывало, и в подъезде, и даже на скамейке в сквере. Так что парня никак нельзя было назвать стеснительным.

Утро в студенческом общежитии. Два студента, которые с толком провели эту ночь, стоят, еще не проснувшись, у писсуара, отливают. Оба с крепкого бодуна, глаза у обоих не разлипаются, поля не видят. Вдруг один издает истошный крик:

- А-а-а!!!

Второй смотрит - а член у орущего парня размером дыню сорта “торпеда”. А его обладатель - от ужаса в полном отпаде.

Оказалось - он спросонья да плюс с похмелья забыл снять презерватив и тот раздулся от мочи.

Быль

Однажды, когда в Зининой комнате меняли оконные рамы, влюбленные устроились в спальне ее родителей. Зина была уверена, что у Толи опять будут проблемы, и дело ограничится поцелуями (ее это ничуть не смущало - влюбленной восемнадцатилетней девушке секс не очень-то и нужен, ей вполне достаточно объятий и поцелуев), но не тут-то было! В уютной спальне Толя показал, на что способен молодой человек в период юношеской гиперсексуальности.

Счастливые трусов не надевают.

Д.Е.

Слегка ошарашенная его сексуальным напором Зина спросила: “Ты чего будто с цепи сорвался?” И тогда парня осенило: “Эти твои фиолетовые треугольники я видел даже при закрытых глазах, и мне было не по себе”.

Дабы убедиться, что проблема и в самом деле в агрессивной расцветке стен, парочка немедленно отправилась “освятить” комнату Зининого брата. Несмотря на то, что недавно выполнил и даже перевыполнил секс-программу, Толя и тут не сплеховал.

Парень звонит на радио:

- Я хотел бы, чтобы вы поставили для моей девушки хорошую песню.

- А она сейчас нас слушает?

- Да, она сейчас со мной, я ее глажу...

- А как ее зовут?

- Голова члена.

- Как вам не стыдно, молодой человек?!

- Вы неправильно меня поняли. Ее зовут Лена Головач.

Анекдот

Через пару дней они занимались любовью на полу гостиной и тоже вполне успешно, и Зина окончательно утвердилась в мнении, что все дело в расцветке стен.

Для самой девушки особой разницы не было: оргазма с Толей она ни разу не испытывала, - но ради любимого Зиня решила перекрасить стены. Они проделали это вдвоем, выбрав приятный салатовый тон, и в тот же день Толя с успехом опробовал ложе, на котором раньше терпел неудачу за неудачей.

В сексе безвыходных положений не бывает.

Д.Е.

Общепризнанно, что зеленый цвет успокаивает. Поэтому если вы или ваш благоверный (или оба) ведете напряженный образ жизни, если ваша работа связана с высокой

интеллектуальной нагрузкой, а тем более, если у вас есть симптомы неврастения, то выберите для стен спальни приятный салатовый или светло-зеленый колор и приобретите хотя бы пару комплектов белья успокаивающего зеленого цвета.

Пациент в отчаянии:

- Доктор, помогите! У меня перед глазами все время черные круги.

Психиатр успокаивающим тоном:

- А какой цвет вы предпочитаете?

Анекдот

В общем, выбор постельного белья и цвета стен вашей спальни - дело важное. Если у вас есть какие-либо сексуальные проблемы, не исключено, что причина ваших неудач кроется именно в неудачном колоре постельного белья и обоев.

Важно не только, с кем вы спите, но и на чем.

Допустим, в этот вечер вы настроены на яростный секс (а не ленивое выполнения супружеских обязанностей). Тогда заранее обзаведитесь комплектом постельного белья алого цвета.

Алый цвет возбуждает не только быков. Мужчин тоже. Недаром многим представителям сильного пола нравится женское белье красного цвета (не на себе, разумеется).

Женщина на супружеском ложе алого цвета почувствует себя настоящей тигрицей или куртизанкой до мозга костей, а не зачуханной домохозяйкой.

После того, как битва на сексуальном поле состоялась, алое белье можно убрать до следующего любовного поединка.

Любовные схватки.

Д.Е.

Лучше всего поменять постельное белье на комплект нейтрального цвета сразу же (разумеется, если ваш партнер знаком с постельным этикетом и не имеет обыкновения

засыпать уже через полминуты после интима).

Приходит один мужик домой и предлагает жене заняться сексом по-кубински. Ну, вечером отымел мужик свою благоверную, отвернулся и спать. Жена у него спрашивает, а как же секс по-кубински? Муж к ней поворачивается и говорит:

- **А теперь можно сказать: ча-ча-ча!**

Анекдот

Разумеется, если ваш милый томно раскинулся на постели и нежится, весь во власти недавно пережитого наслаждения, не стоит выдергивать из-под него простыню или рывкаться: “Вставай! Мне нужно поменять белье!” Вы сможете осуществить замену, когда он отправится в душ, в туалет или на кухню, чтобы подкрепиться.

Он и она. Интим.

Он:

- А сейчас чего ты хочешь?

- Того же, что и ты...

- Отлично! Тогда сделай мне два с ветчиной!

Анекдот

Ну, если вашего благоверного разморило, не тормозите его.

Собаки и мужчины больше всего любят спать.

Магдалена Самозванец

Если завтра вы не планируете снова устроить ночь любви, меняйте белье утром. Но если вы надеетесь на повторение, оставьте алое белье.

Постельное белье алого цвета может быть своеобразным сигналом вашей готовности к любовному поединку.

Но если у вас наличествуют симптомы неврастения, если вы стали раздражительны, хлюпаете носом по любому пустяку и готовы согласиться с пессимистическим заявлением:

“Нет счастья в жизни!”, если ближе к ночи вы похожи на использованный пакетик чая, а ваша половина пребывает в воинственно-сексуальном настроении, тогда используйте постельное белье мягких зеленоватых или голубоватых тонов: это успокаивает, расслабляет нервную систему и действует как хорошее снотворное.

Что делает в постели хороший танцор? Спит.

Д.Е.

Расслабитесь вы сами, расслабится и ваша вторая половина. Авось, проблема отдачи супружеского долга на сей раз вас минует (однако это лишь временная поправка себе, а вообще-то проблему с неврастением нужно решать кардинально).

Раньше мы видели в западных кинофильмах, а теперь и россияне пользуются шелковым бельем черного цвета.

Не спорю, эротические сцены в фильмах, где фигурировало черное постельное белье, смотрелись классно: обнаженные тела резко контрастировали с ложем, это выглядело стильно.

Многим мужчинам нравится черный цвет. В частности, черное женское белье, чулки пользуются у сильного пола большой благосклонностью.

Мнения женщин тут разноречивы: одним категорически не нравится черное постельное белье, а у других оно ассоциируется с красивыми эротическими сценами из кинофильмов.

Ради разнообразия вы можете приобрести один комплект постельного белья черного цвета и потом оценить результат.

На девятый и сороковой день после секса можно застелить кровать бельем черного цвета.

Д.Е.

На сексуальную жизнь пары влияет множество мелочей. На многие мы даже не фиксируем свое внимание, они воспринимаются на подсознательном уровне.

Важно избегать всего, что вгоняет нас в хандру, и стараться подмечать все, что положительно влияет на настроение и тонус, в том числе, сексуальный. И самим создавать себе сексуальный настрой.

Познакомился молодой человек с девушкой. Он:

- Пойдем ко мне домой.

Она:

- А что делать будем?

Он, немного смущенно:

- Ну, музыку послушаем, телевизор посмотрим...

- А что, без этого у тебя не встанет?

Анекдот

ЯЗЫКОЗНАНИЕ

«Владею тремя языками, включая свой собственный».

Д.Е.

Язык – один из наиболее важных эротических «инструментов» для обоих партнеров.

Один мужик разжевал таблетку “Виагры”, и язык встал ему поперек горла.

Д.Е.

К примеру, вот такая эротическая игра. Муж медленно и сладострастно облизывает каждый сантиметр тела жены.

Он и она в постели.

- Я буду целовать тебя только в самые невинные места... - говорит он.

- Да ты что сдурел? Это почему же только в уши?

Анекдот

Будьте уверены, вы еще и наполовину не достигнете финиша, а ваша партнерша уже будет

сладостно стонать и часто дышать, вся мокрая и готовая вас принять немедленно и вместе с тем – продлить эту ласку до бесконечности, а соитие доставит вам обоим огромное удовольствие.

Он и она в постели.

Если женщина говорит: “О нет, только не это!”, - то именно ЭТО она и имеет в виду.

Д.Е.

Разумеется, не стоит использовать ласки языком при каждой интимной близости. Гурман никогда не станет вкушать любимое блюдо ежедневно. Все приедается, даже очень вкусное.

Изысканные ласки предназначены для того, чтобы разнообразить ваше сексуальное меню.

Даже если вы продемонстрируете языковые ласки лишь единожды, ваша половина это на всю жизнь запомнит! И будет жить надеждой на повторение.

Лежа в постели, у мужчины и женщины больше шансов найти общий язык...

Д.Е.

Запомните, дорогие мужчины:

в наше время, когда кардинально меняются представления о сексуальном поведении, языку придается архиважное значение.

Будучи сексопатологом, я знаю, как много сейчас мужчин с сексуальными дисфункциями: расстройством эрекции, преждевременной эякуляцией.

Сколько б он ни мучался - без виагры не получится.

Д. Е.

Ничего удивительного. Напряженный образ жизни, стрессы не способствуют повышению потенции.

Приехала мамаша в гости к дочери. И тут же лезет в душу:

- Что с тобой? Ты плохо выглядишь, чем-то удручена...

- Да нет, мама, все нормально.
- Материнское сердце не обманешь! Мне все ясно - это из-за твоего мужа!
- Да нет, мама...
- Из-за него, из-за него, я же вижу! Ты ложишься вечером усталая, у тебя болит голова, а этот сексуально озабоченный лезет к тебе, ему же от тебя нужно только одно...
- Мам, ну не в этом дело...
- Не в этом? Все ясно! Он требует, чтобы ты занималась с ним извращенным сексом!
- Почему извращенным?
- Все они такие! Недаром мужчины придумали поговорку, что жена должна быть шлюхой в постели! Вот и твой наверняка желает, чтобы ты вела себя в спальне как шлюха!
- Ты не права, мама.
- Значит, он изводит тебя по ночам, ему подавай еще и еще - три раза, пять раз...
- Да ничего подобного, мама!
- Нет? Странно... Кстати, где он, этот импотент?

Анекдот

Соответственно, растет число мужчин с функциональными сексуальными нарушениями. Нередко мужчины избирают самый, на их взгляд, простой путь: вместо того, чтобы решать проблему, придумывают всевозможные отговорки, лишь бы избежать секса. Подобно страусу, сующему голову в песок и полагающему, что спрятался.

Африка. Пустыня. Бегут две страусихи, за ними два страуса.

Страусы:

- **Во девчонки! Догоним, насиловать будем!**

Страусихи:

- **Мальчишки бегут за нами. Догонят, насиловать будут!**

Страусы:

- **Во девчонки! Догоним, насиловать будем!**

Страусихи:

- **Мальчишки бегут за нами! Догонят, насиловать будут! Давай спрячемся?!**

Страусихи останавливаются и засовывают головы в песок.

Страусы:

- **Ой, а где девчонки?!**

Анекдот

Для мужчин с сексуальными дисфункциями язык становится важным эротическим «инструментом». Ваша супруга даже не догадается о перебоях с эрекцией, если вы освоите эротическую игру под названием «Оближу тебя всю».

Ночь, постель, двое, голос:

- Кто импотент? Я импотент? Да я тебе сейчас такой куннилингус сделаю!!!

Анекдот

Можете предложить на выбор два варианта: со связыванием и без. При первом варианте ощущения будут острее. Да и вообще, когда человек фиксирован, его чувственность обостряется. Он ждет чего-то неожиданного, необычного, все шесть органов его чувств готовы воспринимать любой раздражитель.

Классно быть любовницей Змей Горыныча: одна голова в губы целует, вторая в грудь, третья...

Д.Е.

Ну, а если еще и завязать глаза, тогда тактильная чувствительность (то есть, прикосновения) становится еще острее. Соответственно, повышается возбудимость, человек «заводится» быстрее и сильнее, чем обычно.

Секс - это закрытый фанклуб с двумя фанами.

Д.Е.

Перед тем, как начать «языковую обработку» тела партнерши, мужчина должен точно знать, что она не боится щекотки. Если он коснется ее подошвы, подмышек или иной «щекотливой» зоны, а она дама громко взвизгнет, - получится не эротическая игра, а нечто, напоминающее возню малолеток.

- Вань, расскажи мне что-нибудь теплое, шоб в носе закрутило и в грудях защекотало...

- Куфайка... махорка... в койку!

Анекдот

Техника ласки языком различна. Можно касаться кожи легкими щекочущими движениями, можно делать длинные, облизывающие движения всей площадью высунутого языка, можно использовать только кончик языка.

Острый язык с годами не стирается.

Д.Е.

Можете начать ласкать жену со спины, а потом перейти к сношению в одной из поз «мужчина сзади». Или осуществить куннилингус из позиции сзади.

Встречаются два клитора:

- Говорят, что ты фригидный...

- Кто говорит?!

- Злые языки...

Анекдот

Другой вариант. После «языковой обработки» спины супруги переверните ее проделайте то же с передней поверхностью тела партнерши. А далее вы можете перейти к оральному сексу или половому сношению.

Что у мужчины на уме, то у женщины везде.

Д.Е.

Ласки языком тела мужа может осуществлять и жена.

Высший класс – добиться хорошей эрекции пениса, не прикасаясь к нему во время языковых ласк.

«Английского я не знаю, зато языком владею в совершенстве».

Д.Е.

У женщины есть возможность ласкать тело мужчины и половыми губами.

В общем, для людей с фантазией возможности не ограничены.

Женщина бальзаковского возраста заходит в магазин свадебных нарядов и заказывает себе белое платье.

- Неужели это ваше первое замужество? - удивляется продавец.

- Да что вы, уже четвертое!

- Но тогда вам нельзя венчаться в белом...

- Еще как можно! Я - девственница!

- ?!

- Понимаете, мой первый муж был психоаналитиком. Все что ему было нужно - это говорить об ЭТОМ. Второй был гинекологом. Все что ему было нужно - это разглядывать ЭТО. А третий... Третий был филателистом. Боже, вот по нему я действительно скучаю...

Анекдот

ЕЩЕ ОДИН «ЭРОТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТ» МУЖЧИНЫ

У любого последователя Билла Клинтона есть чем заткнуть рот своей Монике.

Д.Е.

Быть может, кому-то покажется неожиданным наличие еще одного «эротического инструмента» мужчины (кроме пениса, языка и пальцев рук). Однако это так. Большой палец ноги в умелых руках (точнее, ногах) может дать превосходный результат.

Есть эротическая картинка, на которой изображен мужчина, одновременно ублажающий аж шестерых женщин! Он использует пенис, язык, руки и большие пальцы обеих ног.

А уж ублажить одну-единственную женщину, имея столько «эротических инструментов», по силам каждому мужчине.

Муж с женой занимаются сексом. Жена:

- О-о-о! Дорогой, ты меня любишь?

Он молчит.

- О-о-о! Дорогой, ну ты же меня любишь?

Молчание.

- О-о-о! Дорогой! Ну скажи же, что ты меня любишь!

Муж, раздраженно:

- Ну что у тебя за привычка всегда меня дергать, когда я занят?!

Анекдот

При определенной сноровке можно довести женщину до оргазма, лаская подушечкой большого пальца ее клитор и вульву (ноготь, разумеется, должен быть аккуратно острижен).

- Слушай! Ты мне своими намеками уже все трусы порвал!

NN

Этот способ можно использовать изолированно, для разнообразия. Или в виде эротической игры, предваряющей половое сношение.

Ласкать женщину подушечкой большого пальца можно и при коитусе между грудей женщины. Тут во-первых, нужна определенная тренировка, а во-вторых, соответствующая поза.

При этом женщина получает стимуляцию сразу нескольких эрогенных зон: груди, клитора, вульвы.

Муж - жене:

- Сегодня вечером по телевизору футбол.

- Значит, я опять не завлеку тебя на ложе любви?

- Почему же? В перерыве и завлечешь.

Анекдот

Еще одно место для полового сношения с параллельной стимуляцией клитора с помощью большого пальца, - подмышка.

Для этого пенис партнера должен находиться под мышкой правой руки партнерши. Чтобы трение воздействовало не на головку, а на ствол полового члена (тогда коитус продлится дольше, и женщина тоже успеет достичь оргазма), пенис должен быть немного ниже подмышечной впадины. Левую руку партнерша кладет вокруг шеи мужчины, а правую заводит себе за спину. Эту руку партнер держит своей правой рукой, оставив «щель», достаточно широкую, чтобы в нее входил пенис, и при этом достаточно узкую, чтобы половой член получал хорошую стимуляцию. А большой палец ноги становится дополнительным «эротическим инструментом».

Этот трюк требует определенных навыков, но нет ничего невозможного, если есть желание.

Мужчина - ассистент при женском оргазме.

Д.Е.

А вот высший пилотаж – довести женщину до оргазма большим пальцем ноги, будучи у всех на виду.

Возможно, вы видели такие эротические сцены в кинофильмах – это довольно популярная игра для любителей острых ощущений и секса в неожиданных местах.

Делается это так. Сидя напротив своей дамы в гостях или в ресторане (на столе должна быть скатерть), мужчина незаметно для окружающих снимает ботинок и носок, дотягивается ногой до женщины и медленно ведет пальцем по ее голени, затем по бедру, постепенно задирая ее платье (если она в вечернем туалете) или просовывая ногу ей под подол и достигая промежности.

Если дама консервативно носит колготки – ей же хуже! – останется без «сладкого».

Хотя нежное щекотание поверх колгот и трусиков тоже приятно. А кое-кто может даже испытать оргазм, если партнер будет умело надавливать подушечкой большого пальца в нужном месте. Или же женщина так заведется, что взглядом (или знаками) покажет своему спутнику, что хочет продолжения, и они немедленно покинут стол и уединятся.

“Малый дамский набор” - презерватив, запасные трусики и зубная щетка.

“Большой дамский набор” - дополнительно к “малому” еще и вибратор - на случай, если не повезет с партнером.

Д.Е.

Если же дама настроена на секс-сюрпризы, она предусмотрительно не наденет трусики и, само собой, предпочтет колготкам пояс и чулки.

Секс под столом с помощью большого пальца ноги партнера, у всех на виду, может дать женщине непередаваемые ощущения, а сексуально заводные особы способны испытать несколько оргазмов подряд или пребывать в состоянии непрерывного оргазма.

Лучше поздно, чем не туда!

Д.Е.

Тут самое пикантное то, что окружающим не видны признаки контакта между партнерами, их руки находятся на столе, мало того, мужчина и женщина могут держать в руках приборы и делать вид, будто увлечены едой, а не друг другом.

- Мы с вами только что познакомились, и вы уже хотите стать обладателем моего

сердца?

- О, дорогая, поверьте, я не целую так высоко!

Анекдот

Те, кто частенько практикует такую эротическую игру, считают высшим классом сохранять невозмутимое выражение лица. Особенно трудно это женщине, тем паче, если она испытывает оргазм за оргазмом. Да и мужчина заводится – и от прикосновений к любимой, и от созерцания ее томного вида.

При этом партнеры вдвойне кайфуют, сознавая, что, во-первых, их объединяет интимная тайна, а во-вторых, что их в любой момент могут застукать.

Пикантность ситуации обостряет ощущения обоих. Кстати, мужчина тоже имеет возможность пережить оргазм: видя, как партнерша, полужакрыв глаза, сдерживает стон наслаждения, он сильно возбуждается и порой для эякуляции достаточно всего нескольких движений собственной рукой по эрегированному пенису.

А вот эротическая игра, любимая многими приверженцами секса вне спальни.

Ситуация застолья. Женщина скидывает туфельки (желательно, чтобы ее ноги были босыми; обратите внимание – все суперзвезды на светских раутах в вечерних босоножках на босу ногу!), дотягивается обеими ногами до сидящего напротив партнера и начинает нежно гладить его по внутренней поверхности бедер, потом в области паха, периодически сжимая пенис обеими ступнями и ощущая, как он твердеет.

Если у мужчины крепкий, то женщина будет раскрепощенной.

Д.Е.

Обычно острота ситуации – когда пара сидит за накрытым столом, и партнерша проделывает это у всех на виду, хотя на самом деле никто не видит, - так сильно возбуждает мужчину, что у него моментально возникает «железная» эрекция. Нужен только «спусковой крючок».

Для счастья нужна любовь не только страстная, но и сладострастная.

Д.Е.

Высший пилотаж умения партнерши – довести своего мужчину до оргазма. Это можно проделать и когда он в брюках. Но есть искусницы, способные пальчиками ног расстегнуть молнию на мужских брюках. И тогда ласки освобожденного пениса легко приведут к закономерной кульминации.

Для того, чтобы женщина совершала минимальные движения и чтобы окружающие ничего не заметили, можно сделать так. Тыльная сторона левой стопы женщина соприкасается с нижней поверхностью полового члена партнера; эта нога неподвижна, лежит на сомкнутых бедрах мужчины. А большой палец правой ноги партнерши совершает круговые движения по головке пениса. Или подушечкой большого пальца женщина делает быстрые, ритмичные движения по уздечке полового члена.

«Погладь меня по головке», - попросил он, а она погладила его по голове.

Д.Е.

Далеко не каждый мужчина способен сохранять невозмутимый вид во время этой эротической игры. Обычно он непроизвольно делает движения, подобные фрикциям. В этом случае партнерше нужно крепко зажать его пенис своими ступнями, чтобы возбуждение партнера снизилось, а потом продолжить ласки пениса.

Эту эротическую игру можно проделывать в двух вариантах.

При первом варианте вы заранее договариваетесь, что партнерша будет изображать «сексуальную хулиганку», и ей позволено все, а партнер должен сидеть с непроницаемым выражением лица, что бы она с ним ни творила.

Решили телевизионщики поднять рейтинг программы “За стеклом”. Теперь там вместо стекла будет использоваться лупа, и название программы будет соответственным.

Анекдот

При втором варианте инициатором игры является женщина, а для ее мужчины это сюрприз. Станет ли сюрприз приятным, или партнер перепугается, - зависит от ее умения и в немалой степени - артистизма.

Главная задача женщины – преподнести сюрприз так, чтобы партнер охотно вступил в игру.

Разумеется, не стоит сразу лезть ему в пах ногой, когда бедняга занят едой и ни о чем таком не подозревает. Голодный мужчина вообще мало на что способен. Пищевой инстинкт все же превалирует над половым: без секса человек может жить, а без еды - нет.

Поэтому дайте возможность вашему спутнику насладиться яствами, чуточку выпить (для снятия «тормозов» и повышения сексуальной возбудимости), а потом начинайте свою игру.

Без предварительной тренировки вряд ли получится должный эффект. Поэтому вначале потренируйтесь дома управлять большими пальцами ног так, чтобы движения были легкими и вместе с тем давали нужную стимуляцию.

Понятное дело, мозолистые ступни для такого тонкого дела не годятся. Разумеется, ваши ножки должны быть с педикюром. Как говаривала моя знакомая педикюрша, большая мастерица своего дела, любуясь результатом своих трудов: «Вот теперь эти чудные ножки можно закидывать любимому на плечи, да и вообще - делать ими что угодно!»

Вот вы и будете проделывать «что угодно» своими напедикюренными пальчиками.

Кстати, я специально опрашивала мужчин на тему маникюра-педикюра. Так вот, большинство склоняется к мнению, что женские ручки обязательно должны быть ухоженными, но вот длинные ногти с кроваво-красным маникюром (и уж подавно – черным, зеленым или серо-буро-малиновым в крапочку) не вызывают у них энтузиазма. У кого-то сразу возникают ассоциации с вампиром, с кровью (у некоторых даже с Фредди Крюгером!), а другие боятся, что партнерша с длинными «когтями» в пароксизме страсти может

располосовать ему спину. А на цвет лака для педикюра таких ограничений нет – даже когда было модно разрисовывать ногти цветочками-фитюльками, это казалось мужчинам очень милым.

Вначале коснитесь пальцами своей правой ноги левой лодыжки партнера (условием игры является то, что вы сидите за столом напротив друг друга, а на столе длинная скатерть), медленно поднимаясь так, чтобы пролезть под брючину над носком и гладить его голень. Потом так же медленно протяните левую ножку и сделайте то же самое с правой ногой своего визави. Затем начинайте действовать обеими ногами одновременно, внимательно следя за реакцией мужчины.

Тут для вас будет некоторая трудность – держать обе ноги на весу, но при этом не двигать торсом. Но при определенной сноровке все получится. К тому же, это прекрасная тренировка для вашего брюшного пресса и мышц ног.

В любом деле, в том числе, и в сексе, есть свои профи и профаны. Первые получают за свой труд вознаграждение, а для вторых - это обязанность или хобби.

Д.Е.

Убедившись, что ваш партнер вовсе не прочь сыграть в эту игру, продолжайте двигаться выше. Тут действовать обеими ногами и при этом сохранять неподвижным свое тело, будет сложновато. Поэтому лучше действовать то одной ногой, то другой. И уже на финальном этапе обе ваши ноги добираются до паха мужчины.

Если вы еще не стали асом в этой эротической игре и не научились расстегивать молнию на брюках, можете потренироваться – например, взяв «подопытной» свою подругу: пусть она наденет брюки, а вы учитесь расстегивать молнию с помощью пальцев ног. При желании можно всему научиться! Недаром есть анекдот про одну даму облегченного поведения, специалистку по оральному сексу, которая ртом кубик Рубика собрала!

Вызывает к себе султан евнуха и приказывает: “ Приведи мне мою первую жену”.

Тот привел. Чуть позже – вторую, третью, четвертую...двадцатую...двадцать четвертую. Послали его за двадцать пятой, а он, бедняга, упарился, весь в мыле, еле дышит. И говорит султану:

- О, мой господин! Объясни, как же так, я только вожу к тебе твоих жен и то вымотался, а ты – как огурчик?

А султан ему и отвечает:

- Утомляет не любимая работа, а бесцельное шатание по коридору.

Анекдот

ТЕСТ

МОНАШКА НА ЛЮДЯХ, КОРОЛЕВА В ГОСТИНОЙ ИЛИ ШЛЮХА В ПОСТЕЛИ?

Говорят, идеальная жена должна быть монашкой на людях, королевой в собственной гостиной и шлюхой в постели. Но возможно ли совместить такие качества в одной женщине?

В реальной же жизни это три разных типажа. Попробуйте определить, какой из них вам ближе, ответив на вопросы теста.

1. Что вы сделаете с этой книгой?

- а) Прочту тайком от мужа, а потом попытаюсь потихоньку внедрить теорию в практику
- б) Оберну газетой и буду читать украдкой в транспорте, на работе.
- в) Прочту и предложу мужу прочесть ее или сама зачитаю ему отдельные фрагменты

2. До замужества вы мечтали:

- а) Стать знаменитой – неважно на каком поприще, - и иметь кучу поклонников
- б) Стать хорошей женой хорошему человеку
- в) О Прекрасном Принце на белом «Мерседесе».

3. В досвадебный период вы старались завоевать своего мужчину одним из перечисленных способов:

а) Беседами о высоких материях.

б) Рассказами о своих выдающихся кулинарных достижениях.

в) Рассказами о своих любовных похождениях.

4. В вашем коллективе появился новый сослуживец, молодой и симпатичный. Он явно выделяет вас из остальных коллег. Вы:

а) В его присутствии звоните мужу на работу и воркуете, неустанно повторяя «милый», «дорогой» и всем своим демонстрируя, что вы верная жена.

б) Умело флиртуете, хотя с самого начала решили, что ему ничего не обломится, - вы не любительница служебных романчиков.

в) Вовсю кокетничаете и поощряете его ухаживания.

5. Незнакомый мужчина при виде вас прищелкивает языком и всем своим видом выражает восхищение или говорит вам комплимент. Вы:

а) Окидываете его холодным взглядом и цедите сквозь зубы: «Вот нахал!»

б) Игриво подмигиваете и ждете продолжения.

в) Улыбаетесь и благодарите его.

6. На вечеринке знакомый мужчина отпускает недвусмысленный комплимент и дает понять, что вы очень соблазнительны. Вы:

а) Смеясь, говорите: «Вы меня раздели взглядом, а теперь оденьте, пожалуйста».

б) Шипите: «За кого вы меня принимаете?! Я порядочная женщина!»

в) Принимаете соблазнительные позы и стараетесь, чтобы в вырезе еще больше была видна ваша грудь.

7. Вы застукали своего благоверного за просмотром порнушки. Ваша реакция:

а) Клеймите его: «Как тебе не стыдно! Извращенец!»

б) Усаживаетесь рядом, чтобы посмотреть фильм вместе.

в) Быстренько надеваете сексуальное белье и пытаетесь воспроизвести некоторые позы

или восклицания порноактрисы.

8. Ваш муж вернулся домой после работы. Вы:

а) Кормите его легким ужином и увлекаете в спальню.

б) Жалуетесь, что на работе опять аврал, в кошельке пусто, а в душе полный раздраз.

в) После ужина, когда он занял привычное место у телевизора, садитесь рядом с ним и нежно поглаживаете по спине, плечам, затылку.

9. Муж говорит: «Я люблю тебя». На ваш взгляд, что он на самом деле хотел сказать?

а) Именно то, что сказал.

б) «Нам пора в постель».

в) «Сегодня я приду поздно».

10. Муж не смог пойти с вами в гости. Вы:

а) Остаетесь дома, потому что замужней женщине не пристало ходить на вечеринки одной.

б) Найдете среди гостей одинокого мужчину и постараетесь его очаровать.

в) Будете кокетничать со всеми подряд – авось в ваши сети попадется подходящая рыбешка.

РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА

	а	б	в
1.	1	0	2
2.	2	1	0
3.	0	1	2
4.	0	0	2
5.	0	2	1
6.	1	0	2
7.	0	1	2

8.	2	0	1
9.	1	2	0
10.	0	1	2

Теперь подсчитайте баллы

Если вы набрали до 5 баллов:

Вы монашка не только на людях, но и в собственной спальне. Секс для вас – тяжкая обуза, исполнение супружеского долга. Вы стараетесь найти всевозможные предлоги, чтобы избежать этой «обязанности». С мужем на этой почве нередко возникали конфликты, когда вы ему отказывали. Вашему супругу остается только посочувствовать. Хотя... То, что вы купили эту книгу, факт обнадеживающий. Быть может, вы сделаете правильные выводы.

Если вы набрали от 6 до 12 баллов:

Вашему мужу повезло – из всех типажей вы наиболее близки к идеалу. Вы способны быть разной в разных ситуациях. Умеете очаровывать мужчин, но это не самоцель. При этом вы умудряетесь так ловко флиртовать, что ваш супруг остается в неведении, и его самолюбие избавлено от болезненных уколов. Если ваш благоверный и устраивает вам сцены ревности, то, скорее, профилактически, зная, насколько вы притягательны для противоположного пола. Но и ваш супруг не обделен вашей лаской. Вы получаете удовольствие от секса и знаете, как доставить удовольствие мужчине.

Так что вас по праву можно назвать королевой и в гостиной, и в спальне.

Если вы набрали более 13 баллов:

Если у вашего мужа такой же бешеный сексуальный темперамент, - вы созданы друг для друга.

О такой любовнице мечтает каждый мужчина. Но некоторые могут лишь мечтать...

Если ваш благоверный отнюдь не жеребец, то его удел – носить на голове ветвистый

предмет, столь ненавидимый женатыми мужчинами. Секса в супружеской спальне вам явно не хватает. Рано или поздно вы будете восполнять дефицит на стороне или уже практикуете адюльтер.

Но помните: невозможно быть единственной для многих.

СЕКС-ЧАС ВНЕ ГРАФИКА

Если вы считаете, что у вас нет времени на секс - значит, у вас попросту нет желания.

Д.Е.

Редкие сексуальные контакты - проблема многих супружеских пар, даже тех, у которых в сексуальном плане все в порядке, и они оба получают от секса удовольствие. Ежедневная занятость, рутина домашних обязанностей, постоянные заботы вынуждают многих откладывать секс “на завтра” или на выходные дни. И часто бывает, что это “завтра” не состоится из-за появления каких-то неотложных дел. А потом не состоится и “послезавтра”, и “послепослезавтра”, и вот вы уже спохватываетесь, что две недели или даже больше не ощущали объятий своего супруга или супруги.

Половое воздержание не смертельно. Но и не продуктивно.

Д.Е.

Можно ли помочь самим себе и что-то изменить? Безусловно, можно. Вот несколько достаточно простых советов, которые не так сложно выполнить. Только на первый взгляд они могут показаться вам неприемлемыми, но если вы хорошенько проанализируете и попробуете их на практике, вы сами убедитесь, насколько они справедливы. Они адресованы, в основном, женщинам, так как чаще всего именно они заняты по вечерам больше мужа, и именно их усталость и вечная занятость является причиной столь редких сексуальных контактов. Но некоторые из них будут полезны и мужчинам.

Чем больше секса, тем больше у женщины блеска в глазах, и тем она красивее.

Д.Е.

Даже если вам кажется, что вы очень заняты, и вас совершенно нет времени, вряд ли нет возможности так перестроить свой график, чтобы выкроить время для секса.

Много времени отнимает у женщин выполнение домашних обязанностей. Можно вместе с мужем составить список домашних дел, которые сегодня вы выполните вместе, чтобы полностью освободить весь следующий вечер.

Совет подходит только тем парам, где муж всегда помогает жене по дому. Но если муж много работает ради того, чтобы хорошо обеспечить семью материально, и вы не хотите нагружать его дополнительными обязанностями, то вы сами вполне можете справиться и без его помощи.

Самый простой совет женщинам - не надо столь сверхценно относиться в порядку и чистоте в вашем доме. Любая женщина знает, что домашняя работа никогда не кончается - сделаешь одно дело, а надо переделать еще несколько, и так женщина крутится по дому, как "белка в колесе", пока не рухнет в постель полностью обессиленная.

Встретились две приятельницы:

- Твой муж тебя удовлетворяет?

- Нет, он всю сперму сдает за деньги.

Анекдот

Милые женщины, разве вы сами не знаете, что сколько бы вы ни терли свою плиту, раковины, ванну и унитаз, - через несколько дней они опять требуют ваших усилий. И пыль в доме никогда не кончается. И на ковре постоянно появляются какие-то нитки, бумажки и прочий мусор. И дети каждый

день разбрасывают свои игрушки и книги по всему дому.

От того, что в вашем доме будет идеальная чистота, и все будет сверкать и блестеть, а вы будете постоянно ощущать себя усталой, раздражительной, подавленной, вечно озабоченной и сексуально неудовлетворенной, так как на секс у вас не останется ни времени, ни сил, - счастья у вас не прибавится.

Да, действительно, многим мужчинам хочется жить в чистой и ухоженной квартире. Но при этом им вовсе не хочется, чтобы жена постоянно ходила по дому в рабочем фартуке или халате с грязной тряпкой в руке и постоянно что-то терла и мыла.

Мне приходилось видеть женщин, которые не так много времени уделяют внимания чистоте в своей квартире. Нет, у них нет паутины по углам или гор мусора на полу, этого не допустит ни одна уважающая себя женщина. Но для домашней уборки у них есть определенные дни, когда они успевают переделать все самые необходимые дела. А если в промежутке между уборкой у них будет несколько пятен на кухонной плите или на полу, - они к этому относятся совершенно спокойно. И дети у них тоже есть, и они вовсе не чумазные оборванцы, а вполне ухоженные и симпатичные. Но такие

женщины умеют рационально спланировать свой домашний график, выделив первоочередные дела и отложив второстепенные. Зато свободного времени у них достаточно и они не выглядят как “загнанная лошадь”. Это современные, ухоженные женщины, и все они работают, не имея никаких домработниц или экономок. И с мужем отношения у них прекрасные.

Спросите своего мужа, что бы он предпочел - чтобы вы постоянно что-то чистили и мыли, а потом валились в постель от усталости и постоянно отказывались от близости с ним , или чтобы в доме не так все сверкало и блестело чистотой, но вы были бы веселы, жизнерадостны и с удовольствием занимались с ним сексом так часто, как вам обоим этого хочется?

Ни минуты свободного времени нет даже у некоторых домохозяек. Они не успевают за целый день переделать всю домашнюю работу, с которой справляется любая работающая женщина.

Так что дело не в том, что домашней работы у женщины слишком много, а в том, что она не умеет рационально планировать свой график.

Если же муж не переносит беспорядка, то всегда можно его самого привлечь к уборке, даже если

ему этого не очень хочется. Но чаще всего, когда муж в хорошем расположении духа, и у супругов хорошие отношения, и психологические, и сексуальные, он не отказывается выполнить какие-то хозяйственные поручения.

Однако не стоит перебарщивать, заставляя мужа стирать, мыть посуду или пол, так как большинство мужчин терпеть не может чисто “женскую” работу, и это унижительно для сильного пола. А пропылесосить, выбить ковры или закупить продукты муж не откажется.

Но ни в коем случае не следует шантажировать его вашими сексуальными отношениями и ставить условия: “Ты поможешь мне в уборке, а я пойду навстречу твоим желаниям”, сделав таким образом секс “разменной монетой”. Этим вы лишите ваши отношения всей их эмоциональной и романтической стороны.

Интим по-семейному: жена читает в постели, муж спит.

Д.Е.

Кроме того, на свете не так много мужчин, которые очень аккуратны, любят чистоту и порядок и требуют, чтобы все в доме блестело и лежало только на своих определенных местах. Чаще всего педантизм и чрезмерная аккуратность свойственны людям с эпилептоидными чертами характера, а их не очень много.

Большинство же мужчин разбрасывают где попало свои носки, рубашки, брюки и

другую одежду, оставляют везде свои чашки с недопитым кофе или чаем, не могут найти нужную им вещь и обращаются к жене, и наверняка это знакомо многим женщинам. Жен, которые любят порядок и аккуратность, это раздражает, и они ворчат или сами постоянно подбирают разбросанные вещи.

Если у вас именно такой муж, то значит, он вполне терпимо отнесется к тому, что в доме иногда будет беспорядок. Не всегда, но иногда, когда вы решите устроить себе передышку.

Поэтому не стоит столь сверхценно относиться к домашним хлопотам. Пусть лучше сегодня у вас будет грязно в доме, но вы отошлите детей к бабушке, а если нет такой возможности, после того, как уложите детей спать, ложитесь и сами на час раньше обычного и не отказывайте себе ни в чем.

Муж с женой ссорятся.

- С меня хватит! - кричит муж. - Я уезжаю!

- И куда, если не секрет? - язвительно интересуется жена.

- В Югославию.

- И что ты там забыл?

- Деньги буду зарабатывать. Там мужчин мало осталось, так женщины за ночь по три тыщи дают.

- Интересно, как же ты на шесть тысяч месяц проживешь!

Анекдот

А уборку сделаете завтра или через несколько дней. Никогда причиной развода не служит недостаток чистоты в доме. Чаще всего, даже если муж жалуется, что жена “неряха и лентяйка”, не в этом истинная причина. Неряшливость и лень - это следствие личностных отклонений женщины, которые распространяются на всю ее психику и проявляются и в межличностных отношениях. Помимо беспорядка в доме, у таких

женщин еще множество других недостатков, которые в гораздо большей степени отрицательно влияют на взаимоотношения супругов.

Хорошая домохозяйка больше любит свой дом, чем своего мужа.

Д.Е.

Если же женщина не столь рьяно наводит в квартире чистоту, но почти каждый вечер доставляет мужу наслаждение в постели, - уверяю вас, он никогда не променяет такую “неряху” на “чистюлю”, у которой все в доме будет сверкать, но которая в постели будет “как бревно” или будет постоянно избегать близости из-за того, что она очень устала.

Встречаются два давних друга. Один другому говорит:

- Ты женился?

- Да.

- А жена у тебя красивая?

- Все говорят, как Матерь Божья. Хочешь, фотографию покажу?

Показал.

Друг:

- О, Матерь Божья!

Анекдот

Можно заранее планировать специальные дни, когда вы сможете побыть только вдвоем. Это не исключает неожиданности и радости в сексуальных отношениях, поскольку даже запланированный праздник может принести радость, а регулирование сексуальных отношений подготавливает основу для получения удовольствия.

Утром жена просыпается, смотрит на будильник и громко кричит спящему мужу:

- Дорогой! В чем дело?! Почему ты меня не будишь!

Муж просыпается и, посмотрев на нее внимательно, сонным голосом отвечает:

- Буду... Но только вечером...

Анекдот

У многих супружеских пар, состоящих в длительном браке, нет возможности ежедневных половых сношений, и не только ежедневных, но и несколько раз в неделю.

Сексопатолог:

- Курите?

Пациент:

- Только на радостях.

- Ну, две-три сигареты в год вреда здоровью не причинят...

Анекдот

Если вы считаете, что сексуальных контактов им недостаточно, но у вас нет времени для более частых половых сношений, то можно отдать предпочтение не их количеству, а их качеству.

В таком случае запланируйте хорошую встряску хотя бы раз в неделю. Устройте “сексуальную ночь” с субботы на воскресенье, и даже если не выспитесь, то в выходной можно подольше поваляться в постели. За сравнительно короткий промежуток времени иметь несколько половых сношений, и это вовсе не трудно. После этого вы сможете всю неделю ощущать себя полноценными любовниками и с нетерпением ждать следующего раза.

Для упорядочения своей интимной жизни пересмотрите частоту встреч с родственниками и друзьями. Как часто приятели, друзья и родственники отнимают драгоценное время и силы! Это не значит, что нужно полностью отказаться от общения с ними и запереться в четырех стенах. Отнюдь нет, общение необходимо каждому человеку. Но частота встреч может быть различной.

Вспомните, о чем вы обычно разговариваете при встрече со своими приятелями и

родственниками - наверняка немалое время занимают пустопорожние разговоры, обсуждение общих знакомых или каких-то событий. А действительно ли вы нуждаетесь в подобных разговорах в таком количестве? Что полезного или эмоционального оставляют после себя разговоры на “коммунально-бытовые” темы?

Многие пары часто собирают дома гостей или сами ходят в гости. Им кажется, что они интересно проводят время, общаясь со своими друзьями. Проанализируйте эти встречи, так ли это? Действительно ли вам интересно каждую неделю или даже чаще сидеть с приятелями за бокалом вина и говорить “ни о чем”? Что полезного для себя вы почерпнули из этих встреч? А может быть, наоборот, вы обделили себя и своего супруга, так как в это же самое время могли заняться иным, что доставило бы вам гораздо большее удовольствие и удовлетворение?

Я не призываю вас немедленно отказаться от всех встреч с друзьями, лишь подчеркиваю, что если вы считаете, что у вас совершенно нет времени, то такие встречи могут быть реже без какого-либо ущерба для вас. Этот совет адресован и мужчинам, и женщинам.

Внезапного “нашествия” родственников или регулярных встреч бабушки с внуками (вашими детьми) - тоже не избежать, но можно их рационально планировать. Пусть не бабушка приходит к вам, а вы сами отвезите детей к ней на выходные или в будни вечером, чтобы остаться наедине с супругом (супругой).

Если вы решили побыть вдвоем, отключите телефон, чтобы вас никто не беспокоил. Представьте себе, что вы оба с нетерпением ждали этого вечера, радовались предстоящим возбуждающим ласкам, и вдруг в самый неподходящий момент зазвонит телефон, вам придется выслушивать кого-то и отвечать на вопросы. Даже если вы быстро закончите разговор, интимная атмосфера вашего вечера сразу нарушится, влечение и сексуальное возбуждение угаснут, и вам уже вряд ли удастся все снова восстановить.

Приходит опять муж домой поздно.

Жена:

- Каждый день одно и то же! Ну хоть бы раз в месяц меня любил!

Муж:

- Ты что - сбрендила?! Раз в месяц! У тебя что - бешенство матки?!

Анекдот

На свете не так уж много дел, которые не могут подождать до завтра. Уверяю вас, телефонные разговоры отнимают массу времени, а толку от них не так уж много. Это тоже относится и к мужчинам, и к женщинам.

Одна мудрая женщина говорила так: “Когда люди тебе звонят, то они хотят от тебя чего-то, отнимают этим твоё время и силы. Когда я отключила телефон, то времени у меня стало гораздо больше. Раньше по вечерам у меня не смолкал телефон, и совершенно не было времени для отдыха и работы. А теперь я вообще не подхожу к телефону, а прослушав на автоответчике все сообщения, звоню сама, если это по делу. Если же это пустопорожние разговоры моих приятельниц, которым не терпится похвастаться новой покупкой или рассказать какую-то сплетню, - не звоню и не трачу на это своё время”.

Могу посоветовать это многим деловым женщинам и мужчинам, у которых нет времени отдыхать даже дома, так как постоянно трезвонит телефон и надо решать какие-то проблемы. Вы сами убедитесь, что никакой срочности в этих делах нет, они вполне могут подождать до завтра, когда вы утром придёте на работу.

Оставьте все свои служебные проблемы на работе, берите пример с американцев - они люди рациональные и экономят свои силы. Они считают, что работа - в рабочее время, а домашний отдых - это святое, и звонят по служебным делам только в случае крайней необходимости.

Если же вы ждёте важного звонка, пользуйтесь автоответчиком, сейчас приобрести его

- не проблема, и вы сэкономите массу драгоценного времени и душевных сил, избавив себя от непродуктивного общения и многих пустяковых дел.

Если же в этот день у вас осталось много нерешенных служебных проблем, лучше не планировать на этот вечер интимных отношений, так как мысли о том, что еще не сделано, не дадут вам возможности расслабиться душевно и физически. Перегрузки на работе - большая помеха для эротики.

Лорд Раскелл сидит в кресле с газетой за утренним кофе. Леди Раскелл спускается из спальни и говорит:

- Плохие новости, дорогой. То, что мы принимали за беременность, оказалось не беременностью.

- Как, дорогая, у нас не будет наследника?

- К сожалению, нет.

- Боже мой! Опять эти нелепые, суетливые телодвижения!..

Анекдот

Постарайтесь так спланировать свои служебные дела, чтобы в этот день вас ничто не беспокоило. И это вполне возможно. Умение рационально планировать свои профессиональные дела и отрешаться от них в домашней обстановки - поможет вам сохранить душевный комфорт и избавит вас от стрессов, неврозов и вечной усталости.

Ваши родственники и приятели наверняка часто звонят вам просто “от нечего делать”, чтобы “поболтать”. Поберегите свои силы и время и не тратьте их на то, чтобы выслушивать эту болтовню. Ничем особо примечательным это вас не обогатит. Если вы соскучитесь, то сможете позвонить сами.

Может быть, ставить телефон на автоответчик каждый день вы не сможете, но давайте себе передышку от телефонных разговоров хотя бы несколько раз в неделю. Если вы хорошо отдохнете вечером, это настроит вас на лирический лад, можно будет

лечь пораньше и сил в постели у вас окажется гораздо больше. А если вы весь вечер не отходили от телефона, решая мелкие проблемы, то о каком романтическом настроении может идти речь!

Вы сами должны создавать себе возможность сексуальной жизни, так как такой выход может быть единственным способом поддержания сексуальных отношений. Вы можете сознательно резервировать время для этого, создавая подходящую ситуацию, например, отправив детей на пару часов к соседям, имеющим детей того же возраста.

Сексуальное притяжение сильнее земного.

Д.Е.

Рациональное планирование ничуть не лишает любовь и эротику их романтической стороны. Все зависит от вас, как вы обставите свои вечера наедине.

Если вы с утра деловито заявите супругу: “Дорогой, у нас сегодня вечер для секса”, - то это один настрой. А если вы уже с утра будете в приподнятом настроении в ожидании приятного вечера, а во время работы будете несколько раз звонить мужу, говоря, что с нетерпением ждете вечера, придете с работы хотя бы на полчаса раньше, чтобы приготовить легкий ужин на двоих (именно легкий, так как если он будет обильным, вы оба отяжелеее и вам захочется спать и будет не до эротики), а еще лучше - позаботитесь об ужине накануне, по дороге захватите бутылку шампанского или заготовите ее заранее, чтобы у вас было время принять душ или ванну, - то у вас будет прекрасное настроение, которое сразу почувствует и ваш муж.

Жена ластится к мужу, а тот ноль внимания. Вдруг по радио голос диктора:

- Внимание, внимание, началась атомная война! На наш город падает атомная бомба!

Жена:

- У тебя всегда так - то спина болит, то атомная бомба...

Анекдот

Письменный стол должен находился как можно дальше от вашей спальни, чтобы собираясь прилечь, вы не могли невольно задержаться взглядом на своих документах и вспомнить о своих “неотложных” делах, что настроит вас на деловой, а не лирический лад, и даже если у вас были намерения приятно провести вечер, вы опять усядетесь за свои документы.

Работа никогда не кончается, завершается одно дело, а на смену ему приходит другое, а жизнь проходит. На активную сексуальную жизнь обычному человеку отпущено не так уж много - всего 25-30 лет. Это не так много, как кажется на первый взгляд. А когда вам будет уже за пятьдесят, и вы достигнете всего, к чему стремились в молодости, то будет поздно наверстывать упущенное. Многие мужчины в позднем возрасте пытаются это сделать, но редко кому это удается. Лысых, старых мужчин с отвисшим животом не любят сексуально привлекательные женщины.

Врач - пациенту:

- На что жалуетесь?

- Одышка у меня. На одну влезу - вроде еще ничего. На другую - начинаю задыхаться. На третью - уже не могу.

- Ну вы, папаша, герой! Я вдвое вас моложе, но меня и на одну не хватает...

- Вы про что, доктор?

- Про женщин, конечно.

- А я - про ступеньки...

Анекдот

Так что пользуйтесь всеми радостями жизни, пока вы молоды. Этого потом не вернуть никогда, и ни один волшебник ни за какие блага не вернет вам вашей молодости, энергии, здоровья и радостей секса.

Не так уж и много надо времени для секса, как кажется. При нормальном половом

сношении предварительные ласки занимают 20-30 минут, сам коитус - от 2 до 10 минут, если супруги хорошо “разогреты”, или немного больше, и еще минут 10-15, чтобы полежать в объятиях друг друга, вспоминая свои ощущения и лаская супруга. То есть, часа вам хватит с лихвой. Неужели трудно так спланировать свой день, чтобы выделить этот час, который даст вам и вашей половине возможность любить друг друга еще сильнее?!

Помимо планирования ваших вечеров наедине не отказывайтесь и от случаев, когда желание нахлынуло на вас внезапно. Это никоим образом не противоречит романтическим представлениям о любви. Если вы всем своим поведением покажете мужу, что горите от желания близости именно с (с ним, именно он для вас так сексуально привлекателен, что вы не в силах себя контролировать, - то это не только приятно ласкает его самолюбие, но и вызовет ответное желание.

Пришлось ограничить свое сексуальное поле до размеров супружеского ложа.

Д.Е.

Любое явление можно и опошлить, и возвести на алтарь. И именно сексуальные взаимоотношения дают для этого безграничные возможности. Можно любить и сохранить свое чувство надолго.

В конечном счете все зависит от вас. Еще не поздно оживить вашу любовь, если вы чувствуете, что страсть начинает угасать.

Жена сидит голая перед зеркалом и с загадочной улыбкой разглядывает себя.

- Ты чо это? - изумляется муж.

- Да у сексопатолога сегодня была. Он сказал, что с сексуальностью у меня порядок, а грудь - как у 20-летней девушки и сплошь эрогенная зона.

- А что он сказал о твоей 50-летней жопе?

- А мы о тебе не говорили.

БЫСТРО НЕ ТОЛЬКО ДЕТИ ДЕЛАЮТСЯ

“Краткость - сестра таланта”, - говорил он после двухминутного полового акта.

Д.Е.

Супруги “со стажем” частенько жалуются, что из-за постоянной занятости, служебных и бытовых забот-хлопот не остается ни времени, ни сил на секс со всеми романтическими прибамбасами: ужин вдвоем при свечах, шампанское и красивое белье, неторопливые интимные разговоры, длительные любовные игры.

Для создания идеального брака муж и жена не реже двух раз в неделю должны устраивать романтические вечера со свечами, шампанским, приятной музыкой, танцами. Например, муж по понедельникам и четвергам, а жена - по вторникам и пятницам.

Д.Е.

Быть может, один из супругов или оба не прочь, но увы, нет возможности хотя бы раз-другой в неделю устраивать романтический ужин после рабочего дня и домашних хлопот, когда дорога каждая минута отдыха.

Разговаривают две подруги.

- Последнее время муж здорово мне помогает: ухаживает за детьми, готовит еду, ходит по магазинам, убирает квартиру, стирает.

- Везет тебе. Как же ты этого добилась?

- Он прочел в журнале, что если жена не очень устает, то она активнее ведет себя во время секса.

- Ну и как, это помогло?

- Честно говоря, не знаю. К вечеру он еле доползает до кровати.

Анекдот

Секс “по всем правилам” становится все реже и реже, нарастают неудовлетворенность и депрессия.

К ночи женская головная боль становится сильной, местами порывистой.

Д.Е.

Так бывает во многих семьях - интимные отношения постепенно сходят на нет, вначале раз в неделю, потом раз в две-три недели, потом раз в месяц, а то и реже. То у жены дел невпроворот, то у мужа на работе завал, потом он заболел, а через некоторое время супруга или ребенок, а в “сезон гриппа” вся семья, после этого с месяц каждый еле таскает ноги, - до секса ли тут!

“Я бы не против секса с мужем, но у меня и другие дела по дому есть”.

Д.Е.

У супружеской пары, назовем их Дашей и Владимиром, типичные проблемы. Даша привела ко мне мужа с жалобами, что благоверный категорически уклоняется от исполнения супружеского долга.

В жизни каждого мужчины бывают периоды, когда он совершенно равнодушен к женщинам. Это первый, второй и третий период хоккейного матча.

NN

“Я читала в вашей книге, что мужчины частенько избегают секса с женой, когда у них плохо стоит. Обследуйте моего мужа, может, у него тоже какие-то проблемы”, - так мотивировала она цель визита.

“Ты устала? Или, может, у тебя голова болит?” - с надеждой спросил муж, восходя на супружеское ложе.

Д.Е.

Сексуальных дисфункций у Владимира не обнаружено, а причина сексуальной

абстиненции во многом типична для пары “со стажем”.

Приведу фрагмент исповеди моего пациента:

“Как подумаю, что надо сначала принять внеплановый душ, рискуя опять простыть и месяц проваляться с бронхитом, потом полчаса, а то и дольше, “заводить” жену, - так и без того слабенькое желание вконец угасает. Нет уж, проще пойти в туалет и тихо сам с собою... Пять минут, и готово. И никого не надо “заводить”.

Пришел муж уставший с работы. Поел и лег спать. Всю ночь жена ластится к нему, и так, и сяк, а он ворчит:

- Отстань, Маша, у меня колосок еще не созрел... Спать хочу!

На следующую ночь повторяется то же самое.

На третью муж стал приставать к жене:

- Маш, колосок-то созрел...

- Вот еще! Буду я из-за одного колоска весь комбайн заводить!

Анекдот

Другой мой пациент, назовем его Дмитрием, возмущался: “Моя жена начиталась книжек, ваших, между прочим! - и теперь ей непременно подавай прелюдию не меньше, чем на полчаса-час! Зачем вы такие вредные книги пишете! Она кто? Царица Савская? Клеопатра? Царица Тамара? Этим мужчины ублажали, так они ж государыни. А моя кто? Простая медсестра. И я должен, как раб, ее всю вылизывать?!”

- Почему русские любовники лучше французских?

- Потому что еще Тургенев сказал: “Велик и могуч РУССКИЙ ЯЗЫК”!

Анекдот

Лучшая защита - это нападение, не так ли? И мужчины знают эту истину не хуже женщин. А потому в случаях, когда супруг подспудно ощущает, что неправ, он с ходу переходит в атаку, надеясь таким кавалерийским наскоком устрешить свою благоверную.

Он очень любил жену... когда ее не было дома.

Д.Е.

Вдумчивый секс со всеми прибабасами нравится многим женщинам. Но не всем.

“Когда мы были не женаты, мне нравились все эти глупости: романтический ужин при свечах под соответствующую музыку, томные танцы, медленное раздевание и целование во все чувствительные места, - рассказывала моя пациентка Наташа. - А теперь это действие напоминает мне заезженный шлягер: когда-то заводилась уже с первых тактов и начинала пританцовывать даже сидя, а сейчас кривишься - надоело. Ну невозможно же годами исполнять в сексе один и тот же сценарий! Даже самая заводная песенка со временем может прискучить. Так же и в сексе”.

Чем заполнить сексуальные паузы?..

Д.Е.

Действительно, и самое вкусное пирожное приедается, если лакомиться им пусть и не каждый день, но часто. Даже гурман может пресытиться изысканными кулинарными шедеврами и пожелать простой картошечки и селедочки с луком.

Для потрясающего секса, между прочим, совсем не обязательно исполнять весь сексуальный репертуар. И времени на это уйдет совсем немного.

Папа кролик учит сына кролика размножаться.

- Смотри, сынок. Мы животные маленькие, нас все хотят съесть. Поэтому мы должны делать все быстро. Вот четыре крольчихи. Делай так: раздватричетыре. Понял? Повтори.

- Раз, два, три, четыре.

- Да нет! Раздватричетаре. Повтори.

- Раз два три четыре.

- Нет! Смотри! Раздватричетыре. Повтори.

- Раздватричетырепять. Ой, прости папа...

Анекдот

Если вам уже немного приелся интим со всеми прибабасами, попробуйте так называемый “быстрый секс”.

Когда муж и жена внезапно в порыве желания бросаются друг другу в объятия, даже в неподходящей ситуации, - то это оказывает бодрящее действие на обоих.

“Спонтанный” секс как бы сигнализирует, что они все еще желанны друг для друга и способны потерять голову.

Секс - штука плохая, потому что из-за него мнется одежда.

Жаклин Кеннеди-Онасис

Видимо, Жаклин Кеннеди не раз была участницей быстрого секса, а потому говорила о нем со знанием дела. Правда, судя по ее высказыванию, к спонтанному сексу она относилась без воодушевления: как известно, экс-первая леди Америки славилась своими элегантными туалетами, а не любовными похождениями.

Например, желание охватило вас внезапно, когда вы уже одеты, чтобы идти в гости или в театр, а привлекательность жены в вечернем платье и представление ее тела под платьем так разжигает мужа, что он не в силах с собой совладать.

“Быстрый секс” в одежде развивает воображение мужчины: когда его жена в том же вечернем платье идет по фойе театра, он представляет ее обнаженное тело под тем, что его скрывает, и свои недавние ощущения. Это будоражит его кровь, а выразительный взгляд волнует и его жену, и вернувшись вечером, супруги могут осуществить свои желания уже с помощью “медленного секса”.

Однако не стоит слишком уж увлекаться “быстрым сексом”, ведь он приносит преимущественно физическое удовлетворение. Если полностью исключить вдумчивый секс, то можно потерять эмоциональный контакт.

Мужчина делится с сослуживцем:

- Знаешь, мою Лидку заставить хоть пять минут помолчать можно только половым путем!

Анекдот

“СЛАДКАЯ СКАЧКА ВДВОЕМ”

Любовные игры доброй воли.

NN

Один из подходящих вариантов спонтанного секса - в позиции “женщина сидя на коленях партнера лицом к нему”. Пожалуй, половой акт в этой позе по своей продолжительности может быть короче, чем название самой позиции. Но это не страшно. Конечный результат (прошу прощения за нечаянный каламбур) компенсирует краткость соития.

Двое в постели.

Он:

- Я кончил.

Она:

- А я еще нет.

- Ну ладно, я пойду покурю на кухне, а ты кончай.

Анекдот

Для быстрого секса в такой позиции можно раздеться лишь частично и устроиться где угодно: в кресле, на стуле, на диване, на краю кровати, на пуфике в прихожей и даже, пардон, на унитазе.

“Истосковавшись по мужской ласке, она набросилась на меня в полураздеточном виде”.

Д.Е.

Ги де Мопассан называл эту позу “сладкой скачкой вдвоем”. Ее можно осуществлять в двух вариантах.

Вариант первый. Основная двигательная активность принадлежит партнеру: он приподнимает и опускает тело партнерши, держа ее за талию, под мышками (если она не боится щекотки) или поддерживая за ягодицы.

Вариант второй. Фрикционные движения тазом осуществляет женщина, пружиня ногами и придерживаясь руками за плечи мужчины.

В библии сказано, что люди должны любить друг друга, но почему-то не сказано, в какой позе.

Д.Е.

Можно сочетать фрикции с мануальной стимуляцией клитора партнером или самой партнершей.

В этой позе партнерша может двигаться вверх-вниз или вперед-назад (по типу “утюга”) с незначительной амплитудой.

При “сладкой скачке” вверх-вниз физическая нагрузка больше, кто бы из партнеров ни совершал фрикционные движения.

Лариса Долина вышла замуж за парня вдвое моложе себя и решила похудеть. Приходит к диетологу. Врач прописывает ей диету:

- В первый день едите все, как раньше, во второй день тоже, а третий день проскакиваете - ничего не едите. Должны похудеть на полтора килограмма. На четвертый придете, покажетесь.

Через три дня Долина приходит - похудела на 15 килограммов!

Врач, удивленно:

- Как вам это удалось?

- Доктор, я сделала все, как вы говорили: в первый и второй день ела все, как

раньше, а на третий чуть не загнулась.

- От того, что не ели?

- От того, что скакала!

Анекдот

Раскачивания по типу “утюга” позволяет пролонгировать сношение, экономя силы обоих (мужчина, кстати, может вообще не двигаться, предоставив инициативу женщине), а клитор стимулируется при соприкосновении с телом партнера или рукой одного из участников соития.

Если хотя бы одна рука дамы свободна, она может ласкать мошонку, корень пениса, внутреннюю поверхность бедер мужчины.

В этой позиции возможен и замедленный темп, и все же она оптимальна именно для быстрого секса.

- Во-первых, оба партнера получают интенсивную стимуляцию многих эрогенных зон.
- Во-вторых, эта поза обеспечивает глубокое проникновение пениса во влагалище, поэтому она хороша для мужчин с коротким половым членом, а также для пар, где пенис мужа нормальной длины, а у жены длинное влагалище.

“Этому Мойше, по-моему, обрезание не с того конца сделали”.

Д.Е.

Для более глубокого проникновения полового члена в вагину партнерша может немного откинуться корпусом назад, придерживаясь за партнера.

“Смачно поегозили”.

Д.Е.

- В-третьих, данная позиция подходит, если у женщины ослаблены мышцы тазового дна и влагалища, а мужчина жалуется, что он “ничего не чувствует”. В этой позе происходит

соприкосновение головки полового члена (самой сильной эрогенной зоны мужчины) с шейкой матки, что дает сильные эротические ощущения обоим партнерам.

Мужская головка нашла свою шейку.

Д.Е.

- В-четвертых, в этой позе стимулируется передняя стенка влагалища, которая у большинства женщин более возбудима, чем задняя.
- В-пятых, поза “женщина на коленях лицом к лицу партнера” хороша для мужчин со слабой эрекцией: пенис получает сильную стимуляцию, достигая во время фрикций шейки матки.

Все мужчины, потерпевшие первое фиаско, должны иметь право на вторую попытку... с другой женщиной.

Д.Е.

Мой пациент Роман рассказывал (его проблемы связаны отнюдь не с интимной жизни, в этой сфере у него все в порядке):

“Обычно я сажусь в кресло или на диван, усаживаю Ирку к себе на колени - мы оба в одежде - и начинаю двигать ее то к себе, то от себя, держа снизу за ягодицы. У меня тут же эрекция, жена это сразу чувствует, а я продолжаю ее быстро-быстро двигать, стараясь, чтобы Иркина промежность попала как раз на мой член. Через пару минут моя жена уже вся мокрая, а я-то давно готов. Мы даже не раздеваемся. Дома Ирка никогда не носит колготки, у нее такое симпатичное короткое платьице, которое мне очень нравится, - когда она наклоняется, видны трусики и попка, - так что никакой тягомотины с раздеванием, я просто сдвигаю ее трусики и свои домашние штаны. Несколько минут Ирка попрыгает на мне, и вот она уже в экстазе, а я ее сразу догоняю. Кайф! Мне так гораздо больше нравится. Иногда я сижу перед включенным телевизором, и мы с женой успеваем за время рекламной паузы, а потом я в отличном настроении смотрю телек. А Ирка рядом, свернется, как котенок, довольная!

Раньше ей нравилось все это целование-лизание, а теперь она тоже предпочитает быстро получить свое. А целуемся-обнимаемся мы и без секса, так что ласками моя жена не обделена”.

“Сладкая скачка вдвоем” позволяет партнерам обойтись без прелюдии или сократить ее до минимума. Так что это отличная позиция, когда партнеры ограничены во времени.

- **Хорошо-то как, Настенька!**
- **А я не Настенька.**
- **Все равно хорошо...**

Анекдот

Вариант этой позы: женщина, сидя на коленях мужчины лицом к нему, откидывается назад, так, что ее тело горизонтально полу, а мужчина, поддерживая ее руками за талию, как бы надвигает партнершу на себя, а потом отодвигает, тем самым совершая фрикционные движения.

- Что-то стало холодать, - сказал Серый Волк и натянул по самые уши Красную Шапочку.

Анекдот

Эта позиция приемлема для сравнительно молодой партнерши: хотя ее участие кажется пассивным, но это лишь на первый взгляд; на самом же деле требуется немалое усилие, чтобы сохранять такое положение тела.

Лежа на чужих коленях, трудно высоко держать голову.

Д.Е.

Но если партнерша тренированная и не страдает головокружениями, пусть даже она не молодая и довольно полная, то ей не возбраняется попробовать заняться сексом в этой позе.

Одна подруга - другой:

- Ну как же ты ухитрилась залететь?! Где была твоя голова?!

- Не помню... Кажется, под рулем.

Анекдот

Возраст мужчины не имеет значения, если он в состоянии удержать партнершу в таком положении.

Выигрыш этой позиции в том, что мужчина видит грудь, живот, лобок женщины, а все это релизеры, усиливающие сексуальное возбуждение.

В сексе лучше один раз увидеть...

Д.Е.

Соответственно, возбуждение нарастает интенсивно и завершается мощным финалом.

Партнерша, обладая некоторой ловкостью рук и тренировкой, имеет возможность в такой позе сама стимулировать клитор. Обычно женщине хватает 3-5 минут (порой даже меньше), чтобы достичь оргазма, лаская себя мануально.

Таким образом, оба партнера могут быстро достичь финала. И даже одновременно или с небольшой разницей во времени.

Учитывая, что полностью раздеваться не обязательно: женщине достаточно обнажить нижнюю часть тела и задрать вверх блузку (джерсер, платье) вместе с бюстгалтером (или остаться в бюстгалтере, что тоже очень эротично), а мужчине - всего лишь расстегнуть брюки и извлечь пенис, на все-про-все уйдет всего-то 5-10 минут. И можно проигнорировать прелюдию. Удобство это? Конечно, удобство, как говорил герой знаменитой интермедии Аркадия Райкина.

Еще одно преимущество этой позиции: возможность корректировать несовпадение анатомических параметров партнеров.

При сравнительно коротком пенисе нужный эффект достигается максимальным проникновением в вагину.

Родители заметили, что у Вовочки член слишком мал для его возраста, и решили обратиться к врачу. Доктор посоветовал кормить мальчика по утрам французскими гренками.

На следующее утро мама встала раньше обычного, и ко времени завтрака на столе лежала целая куча вкусных, румяных гренок.

Когда Вовочка сел завтракать, мама сказала ему:

- Так, Вовик, возьми себе две верхние, остальные – для папы...

Анекдот

А если половой член длиннее, чем желательно женщине, мужчина имеет возможность не полностью вводить его во время фрикций.

Она и он в постели.

Она:

- Глубже, милый, глубже...

Он:

- Гыть!..

- Еще!..

- Гыть!..

- Еще-е-е...

- Гыть!..

- Хуатыт!

Анекдот

СОВЕТЫ ЖЕНЕ СО СТАЖЕМ

* * *

Не планируй счастья для мужа больше, чем ему нужно!

*

Прежде, чем открыть рот - подумайте, а стоит ли.

*

Если муж подарил что-то без всякой причины – узнай причину.

*

Хочешь, чтобы муж проводил время только с тобой, сделай так, чтобы ему хотелось быть только с тобой.

*

Ложась в постель, не думай о незаконченной стирке.

*

Психоаналитики считают, что страсть часто делать ремонт, переставлять мебель и покупать новую свидетельствует о сексуальной неудовлетворенности женщины.

Дешевле и эффективнее заменить мужа, чем мебель.

*

Сначала добейтесь к себе сочувствия громкими стенаниями, а потом можете страдать молча.

*

Прости, но не забудь.

*

Даже если ты не права, умей отстоять свое мнение.

*

Хотите, чтобы муж давал вам больше денег? Разводитесь.

*

Если вы будете указывать мужу на его недостатки, о его достоинствах ему скажет другая.

*

Пытаясь перевоспитать мужа, не прибегай к насилию!

*

Муж - как собака, больше привязан, когда его не держат на привязи.

*

Если ваш муж под каблуком, не носите туфли на шпильках.

*

Мужу не обязательно обладать достоинствами, вполне достаточно, если он будет мириться с вашими недостатками.

*

Чтобы заставить мужа помыть посуду, заведите разговор, что вам пора обновить гардероб.

*

Не оставляйте без присмотра детей и мужей.

*

Если муж старше вас, то заранее подумайте о том, кто утрет вам слезы на похоронах.

*

Если муж слишком ласков с вами, подозревайте самое худшее.

*

Хотите кардинально изменить мужа - отравите ему жизнь так, чтобы он потерял интерес к жизни.

*

Как удержать мужа? Пристегнуть собачьим ошейником к батарее.

*

Если вы несчастливы в браке, то у вас есть шанс стать счастливой вдовой.

*

Не приставайте к женатому мужчине! Особенно, если он женат на вас.

*

Если вы будете твердить мужу о его недостатках, о его достоинствах ему скажет другая.

СОВЕТЫ МУЖУ СО СТАЖЕМ

* * *

Чтобы не ссориться с женой, достаточно всего лишь слова, и это слово - “да”.

*

Делайте жене побольше комплиментов, и тогда она не будет проводить столько времени перед зеркалом, а вам не придется выторговывать у нее секса.

*

Если у вас есть жена, зачем вам собака?

*

Хотите, чтобы жена вас внимательно слушала? Заговорите с другой женщиной.

*

Умный муж говорит жене лишь часть правды, да и эта часть полуправда.

*

Если сможете победить себя, то сможете победить и жену.

*

Хороший подарок жене на 8 марта: пила с выгравированной на ней надписью: “Пили, но знай меру!”

*

Если получать зарплату раз в месяц, а не еженедельно, она кажется больше.

*

Хочешь сберечь свое душевное равновесие - поменьше рассказывай жене.

*

Победив в споре с женой, немедленно признайте ошибочность своих суждений.

*

Если что-то не получается, попробуйте послушать жену.

*

Совет на ночь: Поспешишь, жену разозлишь.

*

Если вы вернулись за полночь и навеселе, обнимите жену, чтобы она не успела замахнуться.

*

Заставь жену жить в воображаемом мире.

*

Для собственного спокойствия вам лучше не знать, кто в доме главный.

*

Если жена мешает личной жизни, - на фиг такая жена!

*

Красивую жену легче сбегать другому.

*

Если жена жалуется, что вы нигде вместе не бываете, возьмите ее с собой, когда пойдете выносить мусорное ведро.

*

Чтобы жена назвала вас хорошим мужем, нужно умереть.

*

Если жена не права - попроси у нее прощения.

*

Прикинься дураком, но не злоупотребляй.

*

Мужчина всегда может найти общий язык с женщиной, если прикусит свой.

*

В человеке все должно быть прекрасно, особенно его спутница жизни.

КРАТКИЙ СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

Аборт – это цена, которую женщине приходится платить за небезопасный секс. Медицинское определение таково: аборт – это прекращение беременности вследствие потери, или насильственного уничтожения плода до достижения им жизнеспособности. Он бывает спонтанным (в просторечии именуется выкидышем) или искусственным (его делают в медицинских учреждениях). Аборт может быть ранним (менее двух недель) или поздним (более двух недель).

Абстиненция сексуальная (синоним **депривация сексуальная**) - вынужденное или добровольное снижение половой активности. Бывает парциальной, при которой мужчина или женщина прибегают к заменителям полового акта с оргазмом (например, мастурбации), и тотальной, характеризующейся полным отказом от сексуальной деятельности.

Автомобиль – идеальное место для секса в неожиданных местах. Незаменим для любителей острых ощущений, которых возбуждает риск быть застигнутыми. Можно сказать, что автомобиль – это двуспальная кровать с подвесным мотором.

Агрессия - один из механизмов психологической защиты. Это понятие введено К. Хорнеу для обозначения защиты от фрустрации агрессией, направленное не на фрустрационный фактор, а на некий вторичный объект, ошибочно принимаемый за источник фрустрации. Существует и так называемая **агрессия перемещения** - когда агрессия в отношении фрустратора нежелательна и может привести к нежелательным последствиям (например, муж

получил выговор от начальства, а “сорвался” на жене или детях). К агрессии перемещения относятся негативизм, критиканство, отказ в сотрудничестве, если они направлены не на источник фрустрации.

Агрессия сексуальная – это составляющая нормальных сексуальных отношений, если проявляется, не причиняя партнеру ни физического, ни морального вреда. Реализуется она в садо-мазохистских играх. Эти игры позволяют избавить партнера от реальной боли и элементов психологического садизма в повседневной жизни.

Адаптация - приспособление человека к меняющимся условиям окружающей среды.

Адекватная эрекция - эрекция, которая возникает в период полового возбуждения перед половым актом.

Адекватная стимуляция - правильная стимуляция эрогенной зоны, соответствующая потребностям партнера (партнерши) по фокусу применения, интенсивности, ритму и прочим параметрам.

Акцентуация - усиление (заострение) определенных психических свойств. Концепция акцентуированных личностей разработана К. Леонгард. Акцентуированные черты являются заострением некоторых присущих каждому человеку неповторимых индивидуальных свойств. Сами по себе эти черты не являются патологическими, однако при определенных условиях могут претерпевать развитие в положительном или отрицательном направлении. Акцентуированные личности - промежуточное явление между нормой и психопатией.

Алибидемия - отсутствие полового влечения

Альтернативный образ жизни – это новый термин. Он означает сознательный отказ от материнства. Где-то от 3 до 6 % замужних женщин сознательно отказываются от того, чтобы стать матерью. Они смотрят на материнство как на дело выбора, а не как на предназначение женщины. Западное общество более лояльно к этим женщинам, чем наше. За границей вместо термина «бездетная», используют термин «свободная от детей». Лично я считаю, что

не всем дано быть хорошей матерью, и, возможно, женщина подсознательно ощущает это. Поэтому ее нельзя осуждать.

Амбивалентность - наличие одновременно противоречивых суждений или эмоций.

Аноргазмия – это неспособность женщины испытывать оргазм (не путать с фригидностью, или половой холодностью!). Аноргазмия бывает первичная (если женщина никогда в жизни не испытывала оргазм), и вторичная (если раньше она испытывала оргазм, но утратила эту способность, вследствие перенесенной болезни, из-за плохого сексуального партнера – сексуального эгоиста, или после психической травмы, например, изнасилования). И первичная, и вторичная аноргазмия успешно лечатся.

Анальный секс – это сексуальная активность, включающая любую стимуляцию ректальной зоны, а не только сношение через задний проход. По статистическим данным где-то 40-45% замужних женщин практикуют анальный секс. И только одна треть этих женщин считает его приятным. В среднем 10-13% устойчивых пар занимаются анальным сексом регулярно.

Анус - заднепроходное отверстие

Анэякуляторные расстройства - отсутствие эякуляции и оргазма, несмотря на длительный половой акт.

Ареактивность (невозбудимость) - отсутствие реакции эрогенных зон на стимуляцию.

Астения (астеническое состояние) - состояние, характеризующееся слабостью, повышенной утомляемостью, эмоциональной неустойчивостью, чрезмерной чувствительностью к внешним раздражителям, нарушением сна. Бывает при неврастении (другое названия - астенический невроз). Сейчас используют термины “синдром хронической усталости”, “синдром менеджера” - это тоже проявления неврастении. Астения может быть в процессе или после тяжелой болезни (соматической или психической).

Аутоагрессия - агрессивные действия, направленные на самого себя. Например,

демонстративные самоповреждения, свойственные истероидной психопатии, самоповреждения при алкогольном опьянении.

Аутоэротизм (нарциссизм) – сексуальная активность, направленная на самого себя. Аутоэротизм может проявляться в разных вариантах. Например, человек может фотографироваться в обнаженном виде и мастурбировать перед своей фотографией, может раздеваться перед зеркалом и возбуждаться от собственной наготы и т. д. Мастурбация как единственный способ полового удовлетворения с отказом от половой жизни – тоже разновидность аутоэротизма.

Аутофобия - навязчивый страх одиночества.

Аффект - кратковременное, бурно протекающее чувство положительно или отрицательно окрашенное. Бывают аффекты стенические (например, гнев, радость) и астенические (тоска, тревога, страх). Может быть так называемый **застойный аффект**, когда нет возможности нормального отреагирования.

Аффектабилитет - склонность к легкому возникновению бурных аффективных проявлений, нередко неадекватных вызвавшей их причине и длительных. Наблюдается при неврозах, у психопатических личностей, при астенических состояниях.

Аффективный фон - преобладающее настроение, определяющее характер протекания некоторых психических процессов.

Бегство в болезнь - одна из форм реакции личности на неблагоприятную, психотравмирующую ситуацию. Это проявление механизма патологической психологической защиты. Бывает при истерическом, ипохондрическом неврозе.

Бисексуальность - существование полового влечения к лицам обоего пола.

Вагина - влагалище женщины

Вагинальный оргазм - оргазм, который достигается при стимуляции влагалища - половым членом во время коитуса, фаллоимитатором или мануальной стимуляцией.

Вагинизм - судорожное сокращение мышц наружной трети влагалища, препятствующее введению полового члена

Виргогамия - девственный брак. Брак, при котором супруги длительное время (месяцы, годы) не могут начать половую жизнь.

Влечение (или **половое влечение**) - желание интимной близости

Вуайеризм - сексуальное извращение (влечение к подглядыванию). Влечение к созерцанию обнаженных половых органов или полового акта.

Вульва - наружные половые органы женщины

Гениталии - наружные половые органы

Гетеросексуальной влечение - сексуальное влечение к представителю противоположного пола - мужчины к женщине, женщины к мужчине. Нормальный вариант влечения. Разнополые пары называются **гетеросексуальными**.

Гипермаскулинное поведение (другие названия **гиперролевое поведение**, **генитальный тип поведения**) - поведение мужчины с утрированными “мужскими” чертами - грубостью, стремлением к доминированию над женщиной и пренебрежением ее интересами.

Гиперсексуальность - повышенное половое влечение

Гонады - половые железы (у женщин - яичники, у мужчин - семенники)

Групповой секс - разновидность сексуальных девиаций. Половой акт с участием более двух партнеров.

Девиации (отклонения) - сексуальное поведение, не являющееся патологией, но отличающиеся от общепринятых представлений о способах полового удовлетворения.

Диапазон приемлемости - границы, которые устанавливают для себя партнеры в отношении эротических ласк, сексуальной техники и форм полового удовлетворения. **Узкий диапазон приемлемости** - ограничение техники самыми примитивными способами, **широкий диапазон приемлемости** - использование всего арсенала эротических ласк,

сексуальной техники и форм полового удовлетворения.

Иммиссия - (синонимы - **интроитус, интродекция, интродиссия**) - введение полового члена во влагалище.

Инволюционный период - период угасания половых функций, **климакс**.

Ипохондрия - чрезмерная забота о собственном здоровье, необоснованное беспокойство по поводу мнимого тяжелого или неизлечимого заболевания. Может сформироваться ипохондрический невроз.

Ипохондрическая фиксация - чрезмерная сосредоточенность, застревание интересов человека на вопросах своего здоровья, стремление регистрировать малейшие, на его взгляд, отклонения от нормы. Чаще всего ипохондрическая фиксация свойственна людям с тревожно-мнительными чертами характера.

Ипохондрический невроз - Характеризуется тревожными опасениями по поводу своего здоровья при отсутствии объективных для этого оснований.

Истерия - психопатологический симптомокомплекс, включающий различные функциональные психические, неврологические и соматические расстройства; характерна высокая внушаемость больных и склонность к самовнушению, стремление привлечь к себе внимание других людей.

Истерический невроз - невротическое состояние,

Истероид - истероподобное состояние, по своим клиническим проявлениям напоминающее истерию.

Клитор - самая сильная эрогенная зона женщины, находится в верхней части вульвы

Клиторный (или клиторический, клиторальный) оргазм - оргазм, который достигается при стимуляции клитора рукой, пальцем, языком, губами. Такой вариант оргазма свойственен женщинам, у которых главной эрогенной зоной является область клитора.

Коитальный оргазм - возникающий при половом акте

Коитофобия - боязнь половых актов.

Коитус - половой акт (синонимы - **конгрессус, копуляция, совокупление**).

Копулятивный (или **совокупительный**) цикл - весь процесс полового сближения, начиная от влечения и до рефрактерной паузы

Куннилингус - оральные ласки (ртом, языком) наружных половых органов, которые совершает партнер по отношению к партнерше для достижения женщиной наиболее сильного возбуждения или оргазма. Используется также при лесбийском сексуальном контакте.

Либи́до - половое влечение

Любрикация - образование смазки, увлажняющей половые органы женщины в состоянии полового возбуждения

Мазохизм - сексуальное извращение. Сексуальное удовлетворение от причиняемой партнером физической боли или моральных страданий (унижений, оскорблений, подчиненной роли).

Мануальная стимуляция - стимуляция эрогенной зоны рукой или пальцем (например, полового члена мужчины, клитора или влагалища женщины)

Маскулинный тип поведения - поведение, свойственное мужчинам. Бывает у женщин с трансформацией полоролевого поведения. В этих случаях говорят о **маскулинизации** женщин.

Мастурбация (устаревшее название - **онанизм**) - механическое раздражение половых органов с целью достижения оргазма. Считается суррогатной формой половой разрядки.

Неврозы - психогенные (то есть, возникающие после психической травмы или в результате длительной психотравмирующей ситуации), обычно конфликтогенные (то есть, развивающиеся после ссоры, конфликта) нервно-психические расстройства, возникающие в результате нарушения особо значимых жизненных отношений человека. Общеизвестным

считается выделение трех классических форм неврозов в качестве основных: неврастении (астенического невроза), истерического невроза и невроза навязчивых состояний.

Негативизм - отрицательное отношение к воздействиям внешней среды, отгораживание от внешних впечатлений и противодействие идущим извне побуждениям. Может быть детский негативизм, когда ребенок отказывается делать то, о чем его просят взрослые, или делает все наоборот. Но негативизм бывает и у взрослых людей.

Нейрогуморальный - связанный с нервной и гормональной системами.

Нимфомания - болезненное усиление полового влечения у женщин

Орально-генитальные контакты (ласки) - контакт рта, языка с половыми органами партнера. Вариант эротических ласк. Используются для достижения наиболее сильного возбуждения или с целью достижения оргазма.

Оргазм - высшее сладострастное половое ощущение, завершающееся чувством полового удовлетворения.

Оргастическая манжетка - мышцы передней трети влагалища и промежности, принимающие участие в половом акте. Перед оргазмом женщины они сокращаются.

Оргастичность - показатель, характеризующий половое состояние женщины и определяющийся отношением (в процентах) частоты наступления оргазма к общему числу имевших место за определенный период половых актов.

Паранубертатный период - возраст до начала полового созревания.

Педофилия - сексуальное извращение. Сексуальное влечение к детям.

Пенис (или фаллос) - половой член мужчины

Перверзии (синонимы - **перверсии, парафилии**) - сексуальные извращения. Нарушение направленности полового влечения или условий его реализации.

Петтинг - разновидность сексуальных девиаций. Вызывание оргазма взаимными ласками (например, трением половых органов через одежду) без полового акта.

Поллюции - семяизвержение, которое возникает у подростков и мужчин во время сна. Ночные поллюции с эротическими сновидениями бывают и у женщин при перерывах в половой жизни.

Половое возбуждение - этап напряжения и готовности половых органов к коитусу

Половой эксцесс - повторные половые акты в течение суток.

Полороловое поведение - поведение, присущее мужскому или женскому полу.

Полороловые игры - игры детей, в которых дети играют определенную роль в соответствии со своим полом. К ним относятся игры в “семью”, в “мужа и жену”, в “жениха и невесту”. В них девочки обычно избирают женские роли, мальчики - мужские.

Потенция - половая способность.

Прелюдия (синонимы - **увертюра, подготовительный период**) - период перед половым актом, во время которого осуществляются эротические ласки для достижения партнерами наибольшего возбуждения.

Психопатия - уродство характера, от которого страдает либо сам человек, либо окружающие. Это аномалия личности, характеризующаяся дисгармоничностью ее психического склада. Относится к пограничным расстройствам - то есть, как бы стоит на границе между нормой и патологией. В настоящее время вместо термина “психопатия” используется термин “аномалия личности”.

Психосексуальное развитие - формирование сексуальности у человека, неразрывно связанное с его психической деятельностью

Пубертатный период (или возраст) - период полового созревания.

Реактивность (возбудимость) эрогенных зон - способность реагировать половым возбуждением при стимуляции этих зон. Например, у женщин может быть возбудимым (реактивным) влагалище и невозбудимым клитор или наоборот. Могут быть возбудимыми несколько эрогенных зон или только одна.

Релизеры - внешние раздражители, которые усиливают сексуальное возбуждение (например, вид обнаженного женского тела или половых органов женщины является релизером для мужчины)

Ретардация (задержка) - запаздывание развития.

Репродуктивный возраст - детородный возраст.

Рефрактерная пауза - время после оргазма, когда утрачивается способность к сексуальному возбуждению.

Садизм - сексуальное извращение. Половое удовлетворение достигается жестоким обращением с сексуальным партнером, причинением ему физической боли или моральных страданий.

Сексуальная гармония - половая жизнь, доставляющая удовлетворение обоим партнерам.

Сексуальная дисгармония (дисгамия)- половая жизнь, не доставляющая удовлетворения одному из партнеров или обоим. Чаще всего выражается в аноргазмии у женщин, что сказывается на половой жизни партнеров (отказ от близости, чувство недовольство после полового акта, не принесшего женщине удовлетворения и прочее)

Сексуальная ориентация - направленность влечения на представителя противоположного или своего пола. **Гетеросексуальная ориентация** - направленность влечения на представителя противоположного пола, **гомосексуальная** - на представителя своего пола.

Сексуальный альтруизм - стремление доставить партнеру наивысшее наслаждение во время интимной близости.

Сексуальный эгоизм - пренебрежение интересами партнера, стремление достичь лишь собственной половой разрядки. Бывает у мужчин с гипермаскулинным поведением.

Смешанный (вагинально-клиторный или клиторо-вагинальный) оргазм - оргазм,

который достигается одновременной стимуляцией двух эрогенных зон - клитора и влагалища во время полового акта или при использовании фаллоимитатора с одновременными ласками на клиторе женщины с помощью руки, языка, губ партнера или вибратора.

Соматический - телесный.

Спонтанная эрекция - самопроизвольная эрекция, которая возникает в ситуациях вне полового акта, например, при виде эротической фотографии, при воспоминаниях о половой близости, при фантазировании на эротические темы, рядом с привлекательной незнакомкой, и тому подобных ситуациях, когда половое сближение исключено.

Стимуляция (раздражение) эрогенных зон - эротические ласки, которыми достигается наибольшее возбуждение.

Точка Джи (другие названия - **точка G**, **Зона S**) - эрогенная зона в области передней стенки наружной трети влагалища. У некоторых женщин является сильной эрогенной зоной. Оргазм достигается при ритмичном давлении на эту зону с прижиманием ее к внутренней поверхности лобковой кости. При обычном половом акте не раздражается. Для ее стимуляции требуется специальная поза полового акта.

Трансформация (изменение) полоролевого поведения - поведение, присущее противоположному полу.

Фаллоимитатор - искусственный половой член. Используется партнером для стимуляции влагалища в период подготовки женщины к половому акту для усиления ее возбуждения. Или используется самой женщиной для самоудовлетворения.

Фелляция - оральные ласки полового члена мужчины (ртом, языком), которые осуществляет партнерша (или гомосексуальный партнер) по отношению к другому партнеру для достижения сильного возбуждения или оргазма.

Фемининный тип поведения - поведение, свойственное женщинам. Бывает у мужчин с трансформацией полоролевого поведения. В этих случаях говорят о **феминизации** мужчины.

Фригидность (половая холодность) - отсутствие полового влечения у женщины. Обычно сопровождается отсутствием сексуального возбуждения и оргазма.

Фрикции (или фрикционные движения) - поступательные движения полового члена во влагалище женщины во время полового акта

Фрустрация - тягостное состояние, недовольство кем-либо или чем-либо, вызванное чувством неудовлетворенности. Фрустрация может быть после какого-либо неприятного события или после полового акта, когда половое возбуждение не завершилось оргазмом. Чаще всего бывает при сексуальной дисгармонии (дисгамии).

Экстракоитальный - возникший вне полового акта.

Эрегированный (возбужденный) половой член - пенис мужчины в состоянии сильного напряжения (эрекции)

Эрекция - напряжение полового члена в возбужденном состоянии

Эрогенная реактивность (возбудимость) - реакция эрогенных зон на стимуляцию.

Эрогенные зоны - самые чувствительные к ласкам участки тела, стимуляция которых дает наибольшее возбуждение и может привести к оргазму. У мужчин наиболее сильная эрогенная зона - головка полового члена, менее возбудимые эрогенные зоны - корень полового члена, мошонка, область ануса. Могут быть и экстрагенитальные (вне половых органов) эрогенные зоны - ухо, кожа спины или ягодиц, соски, внутренняя поверхность бедер, пальцы ног, подмышечные впадины и другие. У женщин наиболее сильные эрогенные зоны - клитор (у большинства женщин), влагалище, шейка матки. Экстрагенитальные эрогенные зоны - соски и кожа груди, губы, внутренняя поверхность бедер, пальцы ног, спина, ягодицы, ухо, внутренняя поверхность колена и другие.

Эякуляция - семяизвержение у мужчины, обычно сопровождается оргазмом

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Бейкос С. Сексуальные удовольствия для женщин. / Пер. с англ. М.: КРОН-ПРЕСС, 1998.
- Бейкос С. Сексуальные удовольствия для женщин. / Пер. с англ. М.: КРОН-ПРЕСС, 1998.
- Берн Э. Секс в человеческой любви. / Пер. с англ. М.: “Московский кадровый центр”, 1990.
- Берн Э. Люди, которые играют в игры. / Пер. с англ. Минск: Современный литератор, 2001.
- Бехтел С., Стейнс Л. Что нужно женщинам. / Пер. с англ. М.: КРОН-ПРЕСС, 2001.
- Беем М. Азбука любви для молодой женщины. / Пер. с нем. М.: Олимп - АСТ, 2001.
- Бова А., Савина Е. Словарь по сексологии и сексопатологии. Ростов-на-Дону: Феникс, 1996.
- Вестхемер Р. Энциклопедия сексуальности человека. / Пер. с англ. М.: КРОН-ПРЕСС, 1995.
- Воган Д. Воган П. Как пережить измену, сохранить брак и укрепить его. / Пер. с англ. М.: Яуза, ЭКСМО-ПРЕСС, 2002.
- Дей Т. Секс от и до. / Пер. с англ. М.: ФАИР-ПРЕСС, 1999.
- Де Анджелис Б. Как сохранить магию любви. / Пер. с англ. М.: Центрполиграф, 1997.
- Джанда Л. Любовь & секс. 24 обнажающих теста. / Пер. с англ. М.: ФАИР-ПРЕСС, 2001.
- Дубровский В.И., Дубровская А.В. Сексуальный массаж. М.: Мартин, 2002.
- Еникеева Д.Д. Плохой характер или невроз? М.: Бином, 1997.
- Еникеева Д.Д. Сексуальная патология. М.: Бином, 1997.
- Еникеева Д.Д. Секс: гармония и дисгармония. М.: Бином, 1997.
- Еникеева Д.Д. Популярные основы психиатрии. Донецк: Сталкер, 1997.
- Еникеева Д.Д. Сексуальная жизнь в норме и патологии. В 2т. Донецк: Сталкер, 1997.
- Еникеева Д.Д. Сексуальная жизнь женщины (Энциклопедия). М.: АСТ-пресс, 1998.
- Еникеева Д.Д. Сексуальная жизнь мужчины (Энциклопедия). М.: АСТ-пресс, 1998.

- Еникеева Д.Д. Популярная психиатрия (Энциклопедия). М.: АСТ-пресс, 1998.
- Еникеева Д.Д. Практическая психология для мальчиков, или как стать настоящим мужчиной. М.: АСТ-пресс, 1998.
- Еникеева Д.Д. Эротические ласки и гармоничный секс. М.: Рипол-Классик, 1998.
- Еникеева Д.Д. Как воспитать хорошего мужа. М.: Рипол-Классик, 1998.
- Еникеева Д.Д. Муж и любовник, жена и любовница. М.: Рипол-Классик, 1998.
- Еникеева Д.Д. Несчастливый брак. М.: Рипол-Классик, 1998.
- Еникеева Д.Д. Одинокая женщина ищет... М. Центрполиграф, 1999.
- Еникеева Д.Д. Как перевоспитать мужа. М. Центрполиграф, 1999.
- Еникеева Д.Д. Неверный муж, неверная жена. М. Центрполиграф, 1999.
- Еникеева Д.Д. Искусство быть любимой. М. Центрполиграф, 2000.
- Еникеева Д.Д. Счастье на двоих, или психология брака (Энциклопедия). М.: Центрполиграф, 2001.
- Еникеева Д.Д. Энциклопедия сексуальных тайн мужчины и женщины. М. Центрполиграф, 2001.
- Еникеева Д.Д. Секреты семейного счастья. М.: АСТ - Астрель, 2001.
- Еникеева Д.Д. Заставь его влюбиться! М.: АСТ - Астрель, 2002 (издание 2-ое).
- Еникеева Д.Д. Познакомлюсь для разовых встреч. М.: АСТ - Астрель, 2002 (издание 2-ое).
- Еникеева Д.Д. Как избавиться от соперницы. М.: АСТ - Астрель, 2002 (издание 2-ое).
- Еникеева Д.Д. Я выбрала не того мужчину. М.: АСТ - Астрель, 2002 (издание 2-ое).
- Еникеева Д.Д. Как наладить отношения со своей половиной. М.: АСТ - Астрель, 2002 (издание 2-ое).
- Еникеева Д.Д. Эти чертовы жены! Эти чертовы мужья! М.: АСТ - Астрель, 2002 (издание 2-ое).
- Еникеева Д.Д. Одинокая женщина желает познакомиться. М.: АСТ, 2002.

- Еникеева Д.Д. Гармония секса. М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2002.
- Еникеева Д.Д. Секс с изюминкой. М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2002.
- Еникеева Д.Д. Женские сексуальные тайны. М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2003.
- Еникеева Д.Д. Мужские сексуальные тайны. М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2003.
- Еникеева Д.Д. Сексуальность детей и подростков. М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2003.
- Еникеева Д.Д. Геи и лесбиянки. М.: АСТ - Астрель, 2003.
- Еникеева Д.Д. Мужчина крупным планом. М.: АСТ - Астрель, 2003.
- Еникеева Д.Д. Женщина крупным планом. М.: АСТ - Астрель, 2003.
- Еникеева Д.Д. И смех и грех. М.: АСТ - Астрель, 2003.
- Еникеева Д.Д. Любовь: война полов? М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2003.
- Еникеева Д.Д. Энциклопедия любви и секса для всей семьи. М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2003.
- Еникеева Д.Д. Любовь как привидение... М.: АСТ - Астрель, 2003.
- Еникеева Д.Д. Голубая любовь под голубой луной. М.: АСТ - Астрель, 2003.
- Еникеева Д.Д. Лечиться, лечиться и еще раз лечиться! М.: АСТ - Астрель, 2003.
- Еникеева Д.Д. Секс-меню для супругов со стажем. М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2004.
- Залитис Я. Эротизация брачной жизни и секстерапия. Рига, 1992.
- Имелинский К. Сексология и сексопатология. / Пер. с польск. М.: Медицина, 1986.
- Кама Сутра. / Пер. с англ. М. - СПб.: Балуев, 2001.
- Кашенко Е. А. Основы социокультурной сексологии. М.: Юнити, 2002.
- Кейн У. Искусство поцелуя для мужчин и женщин. / Пер. с англ. М.: АСТ, Олимп.
- Кейн У. Магия прикосновений. / Пер. с англ. М.: АСТ, Олимп.
- Келли Г. Основы современной сексологии. / Пер. с англ. СПб: Питер, 2000.
- Кислинг Б. Радости секса. / Пер. с англ. М.: ЭКСМО-ПРЕСС, ТРИЭН, 2000.
- Комфорт А. Радость секса. Книга о премудростях любви. / Пер. с англ. М.: Новости, 1992.
- Корн Л. 101 ночь большого секса. / Пер. с англ. М.: КРОН-ПРЕСС, 1998.

Красавина Е. Как преодолеть кризис и построить свою жизнь заново. М.: Яуза, ЭКСМО-ПРЕСС, 2002.

Лев-Старович З. Секс в культурах мира. / Пер. с польск. М.: Мысль, 1991.

Липпиус А. Игры для взрослых. М.: КСП+, 2001.

Мастерс У., Джонсон В., Колодни Р. Мастерс и Джонсон о любви и сексе. / Пер. с англ. М.: Мир, 1991.

Мастерс У., Джонсон В., Колодни Р. Основы сексологии. / Пер. с англ. М.: Мир, 1998.

Менделл А. Игры, в которые играют мужчины. / Пер. с англ. Спб.: Питер, 1997.

Нарицын Н. О сексе и не только. М.: Махаон, 2001.

Нойберт Р. Новая книга о супружестве: проблемы брака в настоящем и будущем. / Пер. с нем. М.: Медицина, 1983.

Пиз А., Пиз Б. Язык взаимоотношений мужчина - женщина. / Пер. с англ. М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2000.

Рейниш Д.М., Бислей Р. Грамматика любви. / Пер. с англ. М.: Крон-Пресс, 1995.

Стил Л. За что мы любим мужчин. / Пер. с англ. М.: Рипол-Классик, 2002.

Фолкэн Чак. Т. Психология – это просто. / Пер. с англ. М.: Агентство «ФАИР», 1997.

Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности. / Пер. с нем. Минск: Попурри. 2000.

Фрейд З. Толкование сновидений. / Пер. с нем. Минск: Попурри. 2000.

Чжан Чжунлань. Дао любви. Рига, 1989.

Masters W.H., Jonson V.E. Human sexual response. Boston: Little, Brown, 1966.

Masters W.H., Jonson V.E. Human sexual inadequacy. Boston: Little, Brown, 1970.

Masters W.H., Jonson V.E. The pleasure bond. New York: Bantam books, 1976.

Masters W.H., Jonson V.E., Kolodny R.C. Unpublished observations, 1980.

Janus S., Janus C. The Janus Report on Sexual Behavior. John Wiley & Sons, 1993.