

В прошлом диджей и девушка-праздник, Муза Кониная провела значительное психологическое исследование и разбирает в своей книге многие стереотипы, представления, как у мужчин, так и у женщин. Книга познавательна и легко написана. Хорошо выдерживается тонкая грань между «остро и интересно» и «обоснованно и научно». Вы думали, что знаете о сексе немало? Прочтите книгу, и вы узнаете значительно больше. Это не помешает вам радоваться и улыбаться, скорее наоборот.

*ЛЕОНИД КРОЛЬ,
кандидат медицинских наук, профессор ВШЭ,
управляющий партнер «Инкантико» (Италия)*

Сексуальность — один из самых чутких индикаторов благополучия человека, она результирует яркие впечатления, полученные при проживании чувствительных периодов на различных этапах взросления, родительские модели и отношения, культурные и исторические традиции, опыт переживания утрат и побед. Траектории сексуальной активности современного человека, подчиняясь известным закономерностям, приобретают новые формы реализации, опредмечиваются в новых объектах и, казалось бы, неуловимы для исследования. В книге «СЕКСУАЛЬНАЯ ЭВОЛЮЦИЯ. ЛЮБОВЬ БЕЗ СЕКСА ИЛИ СЕКС БЕЗ ЛЮБВИ?» всем этим моментам уделяется особое внимание. На фоне кажущейся сложности описываемого феномена автору удается простроить парадоксальные закономерности, дающие возможность внести ясность в понимание механизмов и степеней свободы, которые сопровождают сексуальное поведение современного человека и человека недалекого будущего.

*ДВОРЯНЧИКОВ НИКОЛАЙ ВИКТОРОВИЧ,
кандидат психологических наук, доцент,
декан факультета юридической психологии
Московского городского психолого-педагогического
университета, профессор кафедры клинической
и судебной психологии факультета юридической
психологии МГППУ*

— Батюшка! А секс без любви — это грех?
— Ну что вы к этому сексу так привязались! Без любви — всё грех». Мудрый анекдот.

Книга Музы Кониной как раз и посвящена этому вопросу — вопросу о свободе в любви, доходящей до безумия. Муза исследует мейнстрим и тренды сексуального поведения наших дней с трех точек зрения: науки в целом, истории и психологии.

Самое сложное в разговоре о сексе избежать оценочных суждений и обвинений, что автору прекрасно удается.

В наше время, когда убийство на экране менее запретно, чем половой акт, когда свободу в чувствах порицают, а к свободному насилию толерантны, внимание Музы приковано к любви, и в этом ее следует поддержать.

*ДАНИИЛ НЕСТОРОВИЧ ХЛОМОВ,
психолог, гештальттерапевт, кандидат
психологических наук, директор программ
Московского Гештальт института,
президент Общества практикующих психологов
Гештальт-подход*

#Psychology#KnowHow

МУЗА
КОНИНА

СЕКСУАЛЬНАЯ ЭВОЛЮЦИЯ

Любовь без секса
или секс без любви?



Издательство
АСТ
Москва

УДК 613.88
ББК 57.0
К64

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Кони́на, Муза Александровна.

К64 Сексуальная эволюция. Любовь без секса или секс без любви? / Муза Кони́на. — Москва : Издательство АСТ, 2019. — 304 с. — (#Psychology#KnowHow).

ISBN 978-5-17-115101-0

Перед вами необычная книга об эволюции сексуальности — трансформациях, которые произошли в психологии любви и секса. Как менялось отношение к сексу на протяжении истории? Почему понятия любви и секса все больше отдаляются друг от друга? Какие мифы о мужской и женской сексуальности существуют? Почему мы выбираем определенный типаж партнеров, из-за чего отношения развиваются по похожим схемам? Является ли беспорядочный секс патологией? Может быть, мы очень скоро дойдем до стадии «роботолюбви» или выйдем на сверхновый уровень чувственности?

Книга, в которой Муза Кони́на, клинический психолог, психотерапевт, исследует чувственность во всех ее проявлениях, станет для любознательного читателя проводником в мир секса, приблизит к разгадке тайны сексуальности, поможет разобраться во внутренних механизмах собственной чувственной жизни. Автор не боится сложных тем и острых углов, емко и понятно освещает вопросы сексуальной жизни, которые являются злободневными, но неловкими для многих людей.

Макет подготовлен редакцией



Мы в социальных сетях. Присоединяйтесь!

vk.com/prime_ast

www.instagram.com/prime.ast

www.facebook.com/praim.ast



ISBN 978-5-17-115101-0

© Кони́на М. А., 2019

© Гречко А. А., иллюстрации, 2019

© Сарапульцева Е. Б., фотографии, 2019

© ООО «Издательство АСТ», 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	11
Любовь или «ничего личного»?	17
Возможно, представления о хаосе в любви устарели?	22
Глава 1. История беспорядочного секса	27
Секс в Античности. Загадки Платона	29
Секс в Средние века. Жены и ведьмы	36
Секс в эпоху Возрождения. От Дон Жуана до пикапа	40
Секс в Новое и Новейшее время. Революция Фрейда	45
Глава 2. Секс в эпоху мегапотребления	51
Триумф соблазнения	52
Любовь как бизнес-проект	56
Социальная проституция в тренде	61
Глава 3. Суррогаты любви.	
Новейшие тренды сексуальности	67
Суррогаты любви	71
Одному проще	75

Секс без тела. Эволюционная утопия	80
Технологии и суррогаты.	85
Цифросексуалы и роботозависимость.	90
ИВАН, 34	
Иногда было весело, но счастливым я себя не чувствовал	95
МАРУСЯ, 38	
Пропадает ценность внимания, чувств, постоянства и глубины	99
Глава 4. Психология сексуальности.	
От Зигмунда Фрейда к Питеру Фонаги	103
Зигмунд Фрейд. Все дело в сексе.	108
Секс после Фрейда.	112
Питер Фонаги. Секс все еще важен	115
Безумие любви.	120
Существует ли «нормальная» сексуальность?	125
Глава 5. Детские травмы	
и болезни любви	133
Травмы в схемах	135
А как же любовь?	142
ГУДРУН/ДЖЕРАЛЬД.	143
ГЕРМИОНА/РУПЕРТ	149
УРСУЛА/РУПЕРТ	154

Как ключик к замочку	158
Глава 6. Быстрые сексуальные связи: культура или патология?	165
ТАМЕРЛАН, 36	
Я возбуждаюсь не от женщин.....	166
Нимфомания, донжуанизм и другие имена беспорядочного секса	171
Нарушения привязанности и беспорядочный секс	181
Секс с патологией характера	189
Портрет мужчины, ведущего беспорядочную сексуальную жизнь	198
ГРИГОРИЙ, 34	
Не могу остановиться, новое заводит больше!	203
Глава 7. Биологическое и социальное в сексе.	213
Мифы о мужчинах и женщинах	216
Зависть к пенису	220
Беспорядочность в мужской природе?	228
Конец бинарности. Пол вырождается!	236
ЛЮБАВА, 47	
Хочется новизны ощущений. Я как мужик!	241

Глава 8. Асексуальность и другие крайности секса без границ	247
Асексуалы — новый мейнстрим	249
Инфантилизм или позднее взросление?	254
Порно и модификация любви	257
О чем говорят извращения?	265
BDSM: особые потребности	270
Девииации и мода	275
ЛЕВ, 36	
Нет никакого понятия нормальности!	280
ЭПИЛОГ	285
РЕКОМЕНДАЦИИ	287
ЛИТЕРАТУРА	290
ФИЛЬМОГРАФИЯ	295
ПРИМЕЧАНИЯ	296
ОБ АВТОРЕ	301

В книге описаны любовные отношения и сексуальные связи как вымышленных, так и реальных людей. Мужчины и женщины, с которыми я беседовала о жизни и беспорядочном сексе, согласились рассказать о себе, зная, что материалы будут опубликованы анонимно. Тексты согласованы с рассказчиками, никто из них не был моим клиентом.

ВВЕДЕНИЕ



Отношения бывают живые, а бывают мертвые. Мертвые — это когда он врет, что задержится на работе, чтобы погулять с друзьями, а она приносит в жертву свою работу, чтобы побыть с ним дома. Они оба друг другу скучны. И секса нет, или он случается несколько раз в год. Живые отношения — когда оба рискуют быть свободными и счастливыми, каждый для себя и ради себя. Это отношения, в которых каждый существует отдельно. И выбирать друг друга приходится снова и снова, возможно каждый день. Быть может, и не только друг друга, а кого-то еще...

В живых отношениях меньше стабильности. В любой момент можно потерять друг друга, ведь выбор — это не цепляться за него или за нее и не «умирать» в прошлом любви, которой уже нет. Выбором является сама жизнь. И секс — экстракт этой жизни. Эмоциональный, живой, фееричный.

Мертвые отношения более доступны. Удерживать их можно жертвами, манипуляциями, скандалами, побоями, деньгами — заменять живые чувства множеством самых изощренных способов. Но такие отношения не слишком интересны.

Эта книга не только для тех, кто пытается понять, почему в нашем испорченном мире все сложнее найти подходящего человека, но и для тех, кто хочет оставаться живым, в живых отношениях, с партнером, который делает такой же выбор. Она для тех, кому

хватает смелости оставаться в одиночестве, когда уходят чувства и по-настоящему ни к кому не влечет. Для тех, кому интересно разобраться, как и почему этот выбор делают мужчины и женщины. Книга написана для людей ищущих и пытливых, выбирающих живые отношения даже в наше сложное время суррогатов и механистических краткосрочных связей.

Приближается то время, когда человек не пустит более стрелы тоски своей выше человека и тетива лука его разучится дрожать! Я говорю вам: нужно носить в себе еще хаос, чтобы быть в состоянии родить танцующую звезду.

Фридрих Ницше. Так говорил Заратустра

Мы употребляем слово «сексуальность» в том же широком смысле, в каком немецкий язык употребляет слово «любить».

Зигмунд Фрейд. Введение в психоанализ

Любовь – это направление, которое отрицает все другие направления. Это... свобода вдвоем.

Дэвид Герберт Лоуренс. Женщины в любви

Давно ли вам говорили слова любви так, чтобы они отзывались теплом в сердце и сопровождались сексуальным возбуждением в теле? Давно ли вы занимались любовью, глядя партнеру в глаза и не сомневаясь в том, что любите и любимы?

Мы живем в мире, где беспорядочный секс стал нормой. Нормально познакомиться для секса, а после секса разбежаться, пока бессмысленность и опустошенность не смыли улыбку с лица. Нормально после этого больше никогда не увидеться. Вполне нормально быть в нескольких сексуальных связях сразу или подряд, проживая интимность на поверхности и оплакивая отчаяние и одиночество где-то внутри.

Исключить для себя случайный секс не удастся. Мужчины и женщины все позже взрослеют и до четвертого десятка перебирают партнеров. Или, оказавшись на «рынке любви» после развода, с удивлением обнаруживают, что «правила игры» поменялись. Супруги беспокоятся друг о друге в условиях все возрастающей конкуренции и пытаются устоять перед всевозможными соблазнами. Любовные и сексуальные отношения важны всем, а представления о них постоянно устаревают.

Любви больше нет. Есть зависимость, есть патология. Заблуждения несовершенной психики. Причудливые аффективные реакции. Набор детских травм. Окситоциновая наркомания. Химия гормонов, подающих ощущения в тело и в мозг.

Отношения? Ничего серьезного быть не может! Полегче, без выноса мозга... А зачем нам отношения? Назовем дружбой. Дружеский секс не исключен. Тренд времени: «Давай попроще!» Просто интересно,

тянет. То тянет, то не тянет. Просто секс. С ним-то уж точно все ясно. Не умеешь — есть порно. Порно — секс под контролем.

Секс — это страшно. Привязаться страшно. Испытывать сильные, сложные чувства — страшно.

Наоборот — тоже плохо. Тоскливо, когда чувства быстро проходят. Чтобы не остывать, приходится держать партнера на расстоянии. Тогда интересно. Легко и весело. Иногда...

Любви больше нет. Есть зависимость, патология. Заблуждения несовершенной психики. Причудливые аффективные реакции. Набор детских травм. Окситоциновая наркомания. Химия гормонов, подающих ощущения в тело и в мозг.

Понятия любовь, секс утратили свои смыслы. Порывы друг к другу — глубину. Я часто слышу от клиентов и знакомых, что чего-то не хватает в такой любви. О чувствах вообще не говорят. На любовь не похоже.

Сексуальные связи множатся и обрываются. А умеем ли мы еще любить, даже в те редкие мгновения, когда оказываемся близки? Каждый по-своему относится к доступности секса, к новым форматам любви. Технологии задают способы быть (или не быть) вместе. Изменения в отношениях между людьми неизбежны.