

*Книга посвящается
моим товарищам-мазохистам
и К. Г. К., который знал,
что во мне это есть*

ОТЗЫВЫ О КНИГЕ

Коварт бесконечно сострадает людям, которые хотят найти смысл жизни, запертые в своих бранных мешках с костями. «Боль так приятна» — смешная, откровенная и, как ни странно, полезная книга.

Кейтлин Доути,
автор книги «Съест ли мой кот
мои глазные яблоки?»

Книга о боли вышла такой светлой, табуированная тема получила такое яркое и живое освещение, а переживания, которые должны вызывать мурашки, заставляют рассмеяться и поражают глубиной — все это говорит о мастерстве и обаянии Ли Коварт. «Боль так приятна» — победа парадоксов, аргументированная, смешная и бесконечно увлекательная точка зрения на мир, который большинство из нас знает, но мало кто понимает.

Эд Йонг,
лауреат Пулитцеровской премии,
автор книги «Я заключаю
в себе множество»

Ли Коварт

Можно ли понять самих себя, если понять, что такое боль, — а точнее, почему люди ищут боли? До прочтения книги «Боль так приятна» я так не думала, но теперь мой ответ — да. Мне стало интересно, почему такую книгу никто не написал, и ответ таков: потому что только Ли Коварт могла ее написать. Это глубокая, потрясающе написанная книга, в которой раскрывается так много о человеческих желаниях, о принуждениях, ущербе и блаженстве. Если и существует великая американская научно-популярная книга, то перед вами именно она.

Джесс Циммерман,
автор книги
«Женщины и другие чудовища»

Тщательно исследуя распространенные сексуальные практики, Коварт ловко сочетает мемуары с исследованиями и наблюдениями и смело делится суровыми подробностями о собственном теле, которое жаждет ощущений. Книга актуальна для всех, кто стремится понять, в каких он отношениях с телом. Обязательное чтение для тех, кто пытается найти объяснение сложным отношениям с болью.

Стоя,
писательница и порнограф

«Боль так приятна» — игра, в которой Коварт сплетает изучение боли ради удовольствия и свои личные, маниакальные телесные переживания. Последние сцены описаны очень живо: кровь, кишки, экскре-

Боль так приятна

менты, распухшее или замерзшее тело; временами кажется, что читатель не осмелится дочитать книгу Коварт до конца. Но дочитать ее нужно, ведь лучшего исследования того, чем привлекателен мазохизм, не найти.

Илон Грин,
автор книги «Последний звонок:
правда о любви, похоти и убийстве
в странном Нью-Йорке»

Введение

— У нас будут гости. Лучше пойдем в сарай, — говорит он.

Всего несколько часов назад я плакала на парковке у магазина тканей, стремительно скатываясь в знакомое уныние сезонной депрессии; но сейчас я бодрa и взволнована. Я следую за ним босиком сквозь высокую мокрую траву по исхоженной тропинке двора. Он включил обогреватели во флигеле, подготавливаясь к моему приходу: трогательный жест, но и возбуждающий. Он знает, как я ненавижу холод, и раз уж мы оказались здесь, потому что я попросила сделать со мной нечто ужасное, тот зловещий факт, что я нахожусь в тепле, не остается незамеченным.

Я не знаю, что меня ждет, кроме боли. Я завожу ногу за ногу. Он весел; я что-то щебечу. У нас было приятное свидание, в котором участвовала его мама и едва приготовленный немецкий фаст-фуд, а затем кофейные коктейли в освещенном красным светом баре навьнос у реки. Моя кожа немного согрелась после того, как я покурила на кухне. Он расстегивает молнию у меня на платье. Я переступаю через черную

ткань, и он осторожно снимает с меня очки и лифчик. Трусики размером с почтовую марку остаются на мне. Все дело в мелочах.

У меня завязаны глаза, я лежу в старом гинекологическом кресле, ноги закованы в холодные и грозные кованые стремена. Я привязана к креслу за шею и под грудь. От тугих веревок накатывает паника и мне не хватает воздуха, поэтому я делаю дыхательные упражнения, пока он натягивает промышленные резинки мне на руки и на ноги. Я дышу неглубоко, учащенно; в предвкушении немного кружится голова. Сейчас у меня много адреналина — от ужаса. Талантливый хозин моих ощущений культивирует это чувство.

Он начинает щелкать резинками. Верхняя часть правого бедра. Внутренняя сторона левого бедра, прямо у трусиков. С наружной стороны ног, по бокам рук. По швам моего тела. Сначала меня охватывает волна новых ощущений, но вскоре я отдаюсь реальности боли. Хныканье переходит в крик, и он связывает мне руки застежками на молнии. Я слишком много двигаюсь.

Теперь он начинает действовать. Резинки бьют больно; я вижу оранжевое и белое на внутренней поверхности век. В одном месте на руке мне очень больно, и всякий раз, когда он щелкает по нему резинкой, я издаю жалкий звук, будто это совсем не я хотела услышать, как ломается мой голос между терпимой эротической болью и настоящей физической агонией. Завтра на этой руке будет синяк.

Мой мозг находится целиком во власти момента: как будто воздушный шарик заполняет все простран-

ство в черепе, а в шарике — одна-единственная мысль. Когда вы в последний раз думали и чувствовали что-то одно? Одну-единственную мысль.

Только.

Одну.

Единственную.

Мысль.

Я рыдаю в повязку на глазах, а он рукой доводит меня до оргазма, я продолжаю плакать, а он уже снова щелкает резинками, у меня кружится голова, потому что я выгибаю свою тощую шею. Включается вибратор *Hitachi*, и он заставляет меня кончать снова и снова так, что это превращается в агонию. Я извиваюсь, но не могу сдвинуться с места. Это слишком, слишком, слишком сильно.

Как только он снова переходит к резинкам, я уже хочу вернуться обратно к предыдущему ощущению. Все это длится какое-то неопределенное время, то одно, то другое: принудительные оргазмы сменяются жгучей болью. Вероятно, на полу образовалась лужа, а мои бедра покрыты широкими, обжигающими рубцами. Когда он прижимается всем телом к моим раскрытым ногам, это приносит облегчение; так я могу вытерпеть больше боли. Его тело — заземляющий провод.

Я вся мокрая от пота и длительного терпения; есть только я и он, и одна мысль: боль. Продолжая щелкать широкими резинками по моей розовой коже, он доводит мощность *Hitachi* до максимума; теперь это грубый инструмент. Он засовывает пальцы мне в вагину, жестко трахает рукой. Я корчусь на столе. Все болит, тело сколь-

зит и распухло; он склоняется надо мной, прикинувшись к моему уху, нарушает тишину жестоким смехом:

«Тебе достаточно ощущений, дорогуша?»

Я кончаю, его рука еще во мне. Кажется, я сейчас умру. Все вокруг стихает. Тело звенит, как колокол; стрекот сверчков возвращает меня в помещение.

Он разрезает молнии и освобождает меня из кресла, снимает резинки с легким игривым щелчком. Снимает повязку с моих глаз. Он стоит надо мной. Я смотрю в его большие, прозрачные глаза и ловлю его взгляд на секунду, а потом он целует меня. Он гладит мои волосы. Мы улыбаемся, я прижимаюсь мокрым лицом к его соленой бороде.

Вот так я делала себе плохо, чтобы потом стало лучше.

Как вы представляете себе мазохиста?

Это шестидесятилетний венчурный капиталист, весь в смазке, в латексном костюме горничной, с маленькой задницей, которая трепещет, пока его госпожа размахивает хлыстом? Или милая и робкая Анастейша Стил из «Пятидесяти оттенков серого», которая участвует в принудительном насилии, мало похожем на здоровый БДСМ по обоюдному согласию? А может, это я в сарае?

Может быть, вы представляете марафонца, который пробегает безбожный километраж в знойный летний день, потом останавливается, чтобы проблевать в кустах гортензии перед детской площадкой с любопытными малышами, и упорно движется к далекой финишной черте? Или любителя острого перца, который сквернословит перед тарелкой карри, с красным лицом и каплями пота на лбу? Когда я говорю «мазохист», вы видите

человека, с головы до ног покрытого татуировками, его лицо все в металлических шипах и серебряных кольцах? Или тех, кто прыгает в ледяную воду в разгар зимы и шлепает друзей по заду, чтобы вступить в специальный клуб? (Да-да, я имею в виду вас, любители дедовщины.) А как же те, кто кусает ногти до крови? Как насчет сайд-шоу? А балерины? Боксеры? Клоуны на родео? Вы сами?

Видите закономерность? Все эти люди сознательно выбирают боль. Почему они это делают, учитывая, скольким можно пожертвовать для комфорта и избегания боли? Как вы думаете, что они получают, стремясь к боли?

Здесь, во вступлении, — и во всей книге, которую я предлагаю вашему вниманию, — я хочу сказать, что мазохизм может быть связан с сексом, но это не всегда так. В действительности страдание ради удовольствия часто совсем не связано с нашими гениталиями. И хотя современное слово, обозначающее «страдание ради удовольствия», обязано «стояку» одного австрияка родом из XIX века (см. главу 5), в реальности это понятие гораздо шире. Возможно, секс является тем проходным наркотиком, который заставляет нас говорить о мазохизме, но мазохизм гораздо больше, чем секс.

Сегодня, используя слово «мазохист», я описываю нечто универсальное, безвременное, общечеловеческое: сознательный выбор почувствовать себя плохо, чтобы потом стало лучше. Испытать боль. Люди давно применяют эту тактику, соглашаясь на страдания, чтобы потом насладиться биохимической реакцией облегчения, которая следует за болевыми стимулами. В этом нет ничего странного. И это не редкость.

Понятие *мазохизма*, человеческой привычки чувствовать себя плохо, чтобы стало лучше, не является ультимативным: в действительности это скорее спектр или даже несколько спектров. Если ультрамарафонцы — мазохисты, что можно сказать о простых марафонцах? В конце концов, они тоже могут обделаться на бегу и постоянно стирают ногти на ногах. Если участники клубов моржевания — мазохисты, то как назвать тех, кто плавает в холодных бассейнах коммерческих саун? Разве обливаться ледяной водой, принимая душ, — это мазохизм? Если танцы на пуантах — мазохизм, то как насчет занятий танцами на шесте, которые оставляют синяки под нежными коленными чашечками? А ролевые игры с мягким оружием, которое делает больно, но не причиняет вреда?

Не будет преувеличением сказать, что все эти занятия и причины для них могут иметь нечто общее. В конце концов, все мы управляем схожими версиями одного и того же брэнного мешка с костями. Человеческий опыт не существует вне тела; эмоции, как и дыхание, имеют физическую основу. Они приходят изнутри, так же как мысли, пердеж и разнообразные запахи. И когда вы, я или кто-то другой играем с болью, мы в некотором смысле используем миллионы лет эволюции для своего рода биохакинга. Мы делаем себя лучше, сначала чувствуя себя дерьмово. Это весело; вполне возможно, что вам понравится.

С моей точки зрения, мазохизм — человеческое поведение, которое лишь изредка имеет отношение к сексу. Я не стану отрицать, что сексуальный мазохизм — одна из

моих любимых его граней. Но! Как мы узнаем, мазохизм есть *повсюду*. Например, давайте начнем с одного из самых радикальных примеров мазохизма: ультрамарафонцы. Думаю, никто не будет спорить с тем, что пробежать триста километров без остановок даже на сон — настоящий мазохизм. Предполагается, что человек, который участвует в таком грандиозном мероприятии, как многодневный марафон в пустыне, должен что-то получить за свои страдания. И это, разумеется, не всегда деньги. Хотя в некоторых ультрамарафонах введены денежные призы, они еще не стали обычным явлением в этом виде спорта (хотя это может измениться). Например, в *Big Backyard Ultra* — гонке до последнего участника, которую многие считают самой садистской в мире, — вообще нет призов, только жетоны за участие. Люди совершают огромный подвиг ради самого опыта. Доводя тело до предела, рискуя ослепнуть от пыли и тщетно пытаясь поесть, на базовом уровне ультрамарафонцы стремятся к боли. Полагаю, они что-то получают взамен (вы сможете убедиться в этом в главе 8). Иначе зачем бежать? Должна быть какая-то награда. Это кажется парадоксальным, но в книге я покажу, как это работает. Прочитав ее до конца, вы увидите, что все виды боли ради удовольствия в самом деле очень похожи.

Если говорить обо мне, то мой личный опыт мазохизма зачастую не был сексуальным. Я была балериной, переживала физические перегрузки, страдала булимией, занималась самоповреждением, делала татуировки и работала научной журналисткой. Я использовала мазохистские наклонности для личной и профессиональной выгоды, а также для того, чтобы причинять себе боль,

хотя сейчас я использую мазохизм в основном для развлечения, в частности при написании книг. Все эти принудительные действия объединяет то, что я сознательно использовала тело, особенности физиологии и чувствовала себя плохо, чтобы потом стало лучше. Я выбираю страдание, чтобы получить очень специфическое вознаграждение. Эндорфины — тот еще наркотик.

Когда я говорю о мазохизме и страдании, я имею в виду не все виды страдания. Важнейшим принципом мазохизма является то, что он *всегда* должен быть по обоюдному согласию. Если это не так, то это не мазохизм. И точка. В моей книге я не говорю о страдании вообще. Страдание охватывает гораздо более широкий спектр человеческого опыта. Если нельзя не страдать, то это не мазохизм. И никогда не будет. Человек, который сам выбирает бежать, преодолевая боль, или поднимать огромные тяжести, пока его мышцы не станут лопаться, — мазохист. Человек, которого заставляют делать что-то против его воли, — пленник или раб. Это не значит, что нельзя обрести смысл в страданиях, на которые человек не давал явного согласия (в конце концов, многие люди так поступают); но я утверждаю, что удовольствие от боли без обоюдного согласия — это скорее механизм преодоления, а не настоящий мазохизм, который требует выбора, согласия и автономии.

Тем не менее многие люди применяют принципы мазохизма к страданиям для своего рода биохакнинга — возможно, чтобы сделать переживание более терпимым. В конце концов, боль тесно связана с системой, которая обеспечивает нас прекрасным домашним морфием.

Основная идея мазохизма, о котором я говорю, заключается в том, что мазохист всегда может прекратить страдания, которые решил себе причинить. Ультрамарафонец может остановиться. Участник соревнования по поеданию перца чили может отказаться от следующего перчика, хотя, как мы увидим позже, воздействие перца на желудок уже не остановить. Во время БДСМ-сессии человек может произнести стоп-слово. Возможность контролировать сессию и в любой момент остановиться — отличительная черта мазохизма, и ее невозможно переоценить. Если БДСМ-сессия продолжается после того, как было произнесено стоп-слово, это уже насилие. Если человек продолжает бежать против воли, это пытка. Пусть не остается никаких сомнений в том, что страдания, о которых мы рассказываем в этой книге, причиняются только по обоюдному согласию и под контролем тех, кто их запрашивает или осуществляет.

Теперь, когда этот вопрос совершенно, кристально ясен, я хочу показать вам, что мазохизм — причинение боли своему телу — окружает нас, он есть повсюду: в спортзалах, в ресторанах и на зимних пляжах. Это придает сил и пугает, это полезно и опасно. Преодолевать границы и ощущать вкус жизни; жевать порез на губе до тех пор, пока во рту не появится привкус железа, — все это каким-то образом помогает нам чувствовать себя лучше. Короче говоря, мазохизм есть повсюду. Тогда почему мы не говорим о нем?

Удивительно, что доступная литература о таком захватывающем и разнообразном явлении, как мазо-

хизм, крайне скудна. За время исследования я перечитала множество увлекательных мемуаров и сухих научных томов. Яркие романы издательства *Harlequin* в мягких обложках. Научные работы со скоростными выводами, не отделяющие зерна от плевел, хотя эта тенденция медленно меняется. Добрые и искренние БДСМ-блоги, восхваляющие достоинства сабспейса и техники безопасности; блоги, которые действительно выполняют работу самого Господа Бога, когда речь идет о распространении здорового секса в массы. Но в промежутке практически ничего нет. Многие из написанных трудов не имеют нужного охвата материала: не показан более многогранный спектр страданий ради удовольствия, слишком много жаргона, солипсизма, специфики, чтобы понравиться широкому кругу читателей.

Но мазохизм — куда более широкое явление. Сексуальное, общечеловеческое, порицаемое, боготворимое и порой причудливое. Для балерин, танцующих на сложенных костях, цирковых артистов, проводящих электрический ток через гвозди в носу, едоков, уничтожающих перчики с растущим индексом Сковилла, — мазохизм является частью жизни. Это люди, которые стали каскадерами, потому что синяки помогают им чувствовать себя сильнее. Это люди, которые страдают от хронических болей и решают обрести автономию от своего тела, сознательно предаваясь физическому насилию. Это шоу *Jackass* и религиозная флагелляция. Мазохизм прячется в трудоголиках, любителях пирсинга и разнообразных искателях боли.

Однако страдание в погоне за удовольствием заложено в системе, которая избегает его обсуждения. Душные психиатры, отягощенные специфической близорукостью богатых белых парней, долгое время называли мазохизм патологией; но он гораздо интереснее, чем простые фантазии для мастурбации, которые нас к нему влекут. Мир мазохизма населяют лучшие и страннейшие из людей: по самым разным причинам они совершают такие поступки, как массовый пробег через пустыню или прыжки в ледяной океан, поедание острого соуса, пока не попросят пощады; они умоляют любящих партнеров лупить их до тех пор, пока они не станут кричать стоп-слово, умытаясь слезами.

По своей сути мазохизм — это сознательный выбор боли. По моему опыту, часто причина этому — желание почувствовать себя плохо, чтобы потом стало лучше. Я считаю, что этот феномен — конструирование ситуаций, в которых человек страдает, чтобы получить гарантированное облегчение, — достоин нежного, сердечного исследования с чувством юмора. Я знаю: потому что я заядлая мазохистка, ищущая острых ощущений. Я научный репортер. И у меня есть несколько вопросов.

Первый вопрос, тихий и настойчивый, с которого началось мое путешествие, был очень простым: «Почему я такая?» Почему мне нравится боль, что я от нее получаю? Немного странно получать удовольствие от того, что любимый человек бьет меня кулаком в челюсть, поэтому я решила немного раскрыть этот во-