

ЗИГФРИД
ШНАБЛ



**Мъжът
и жената
интимно**



Медицина и физкультура

Зигфрид Шнабл

Мъжът и жената интимно
Проблеми на нормалния и
смутения полов живот

ВЪВЕДЕНИЕ

В тази книга се разглеждат интимните отношения между мъжа и жената. Оттук произлизат много въпроси: Трябва ли и бива ли да се описва, разглежда и обсъжда това, което се случва в тихото усамотение на двама влюбени? Не би ли било по-красиво и по-богато на преживявания, ако влюбените бъдат оставени да изпитат телесния израз на своето взаимно влечение, необременени със знания? Не се ли регулира сексуалността от само себе си, управлявана от инстинкта? Опитът, който можам да натрупаме по време на дългогодишната практика в брачната консултация¹, показва, че познанията в тази област позволяват по-добре да се намери пътят към една щастлива взаимност, докато незнанието често го прегражда.

Сексуалността в никакъв случай не е най-важното в нашия живот. Изоставим ли я обаче да вилнее без контрол, тя унищожава дълбокото съдържание и смисъла на нашето съществуване. Ако я ограничаваме прекалено или я обременяваме с представи за греховност, тя повяхва и ние се лишаваме от много красота и възвисяващи преживявания. С други думи: сексуалността трябва да намери своето място в цялостния живот. Нейното значение за доброто самочувствие е различно за различните хора и зависи от индивидуалните им нужди. Не е правилно обаче само от тези разлики да се извеждат морални норми.

Читателят не бива да очаква да намери тук решение на всички брачни проблеми. Ние ще поставим на преден план сексуалната им страна, без да подценяваме нейната тясна връзка с други брачни и семейни въпроси. Все пак ние написахме тази книга така, че внимателният читател да намери в нея нови знания и на тази основа да преразгледа критично онези фактори, които при дадени обстоятелства затрудняват общуването му с партньора.

В различните раздели на книгата съзнателно се избягва широко цитиране на мислите и трудовете на други автори в интерес на яснотата на изложението. Въпреки това нашата книга е резултат на основна преработка на научната сексологична литература, без чието познаване е невъзможна успешна дейност в брачната консултация. Тя се опира на опита от консултацията и включва резултатите от собствени проучвания.

1. Авторът използва израза Ehe- und Sexualberatung (брачна и сексуална консултация). Тук и нататък за по-кратко ще се използва терминът „брачна консултация“ (б.ред.).

Ако се опитаме да представим научно и същевременно общодостъпно най-интимните човешки взаимоотношения, съществува опасността да се отразят недостатъчно богатството на преживяванията и емоционалният тон на чувствата. За поезията е много по-лесно, отколкото за строго научния език, да отрази това, което движи влюбените, какво те чувствуват, мислят, какво си казват един на друг с погледи, жестове и нежни думи. В какъв богат на нюанси поетичен език могат влюбените да говорят за сексуалността, без да употребят тази дума! Именно защото се обичат, на тях са им достатъчни намеци, перифрази, сравнения, останалото четат по погледа, ръкостискането, гласа и се разбират. Тъкмо обратно на това, общоразбираемите преводи на професионалните изрази звучат студено, грубо, отблъскващо. Ако обаче не забравяме, че дължим на учени от много поколения възможността да опознаем и да подчиним на волята си действащите в природата, в обществото и в любовната среща на двама души закони – тогава професионалните термини стават единствения инструмент, с чиято помощ можем да предаваме научното знание на всички. Така всеки отделен човек може да узнае необходимото, за да се разбере с партньора си. На основата на дълбоко мислене и научно обосновано поведение става възможно всеки да намери своя индивидуален език в любовната среща, дори без думи.

В брачната консултация, както и в други области на клиничната практика, особено в психотерапията, ежедневно лекарите и психолозите се изправят пред сексуални проблеми, които пациентите им доверяват заедно с другите свои грижи.

Четири примера, представени така, че лицата да не могат да се разпознаят, ще въведат читателя в тематиката на книгата и ще покажат какви затруднения се срещат най-често в интимната сфера на семейното щастие.

Тридесетгодишна жена – омъжена от осем години за връстник, майка на две малки деца, секретарка в индустриално предприятие – е изпратена от своя лекар за психотерапевтична консултация по повод сърцебиене, чувство на страх и неспокойствие, за които основният преглед не е показал органични причини. В разговора пациентката съобщава, че оплакванията ѝ се появяват предимно вечер, след като си легне, но не ежедневно.

След като в процеса на разговора по много вълнуващи я проблеми е настъпила атмосфера на доверие, започваме да говорим за брака и и съвсем непринудено възниква въпросът, дали е удовлетворена в

интимността. Младата жена свежда глава и очите ѝ овлажняват. Тази реакция е по-красноречива от всяка дума и след кратко забавяне тя започва да говори от начало със запъване, а след това – все по-свободно, дълго и подробно за това, което от години я подтиска, но не е намерила смелост да сподели с някого или да се обърне за съвет: „Ние се запознахме, когато бяхме по на осемнадесет години. Преди това не сме имали никакви други познанства, надхвърлящи приятелските отношения. По сексуалните въпроси не бяхме просветени нито от родители, нито от учители. Само от връстници сме чували едно-друго, но в една отблъскваща форма. Срамувахме се да си говорим за тези неща. Две години бяхме една щастлива двойка; във всичко, което сме предприемали, чувствавахме взаимна любов, уважавахме се и се разбирахме. Нашите ласки се ограничаваха в целувки и прегръдки. Повече не си позволявахме. До първото сношение се стигна след две години, когато моите родители веднаж бяха излезли от къщи. Тогава аз изобщо не бях настроена и подготвена за това и изживявах хиляди страхове, че родителите ми внезапно могат да се върнат. Откровено казано, от това преживяване бях малко разочарована. Всичко бе така припряно. Намирах другите нежности по-красиви. По-късно се страхувах при всяко сношение от забременяване. Иначе с мъжа си имам добър брак. Ние взаимно се поощряваме и си помагаме, той участва усърдно в домакинството. Само за ласки не му идва на ум (днес още по-малко от преди). Той не забелязва изобщо, че аз ги очаквам и че съм разочарована, ако за цял ден не ме погали и не ми каже нещо мило. За мен като жена не е прилично да му увисвам на врата. Когато ме потърси, вие разбирате какво искам да кажа, той е нетърпелив и на мене ми липсва любовната ласка. Само много рядко, когато той е много мил към мен или по някакви други причини съм настроена, получавам нещо от сношението. Най-често обаче – нищо. Не съм недоволна от брака си като цяло, но естествено не съм и истински щастлива при такъв изход от близостта ни. Липсва ми последното удовлетворение – преди всичко тогава, когато съм била истински възбудена и съм искала сношението. Ако съм се почувствувала задоволена, спя спокойно и дълбоко, понякога дори в прегръдката му, ако остане при мен. На другия ден съм уравновесена и радостна. Когато обаче не съм получила нищо от това, обикновено съм неуравновесена, нервна и раздразнителни.“ В по-нататъшния разговор пациентката съобщава, че изпада в страхови състояния именно когато сексуалното общуване със съпруга и завършвало неколkokратно без задоволяване.

Тридесет и осем годишен мъж на ръководна работа се явява в брачната консултация и пояснява, че в същност е дошъл заради жена си. Тя отказала сама да потърси консултацията или да говори в негово присъствие. „Състоянието на нашия брак ни подтиска от дълго време – повече мен, отколкото жена ми. Тя е четири години по-млада от мен; оженихме се преди дванадесет години, когато тя беше 21-годишна. Аз мисля, че ние се свързахме по любов и до днес се разбираме почти във всяко отношение. Тя работи половин ден като продавачка и е грижлива домакиня и майка на нашия осемгодишен син. Ние си допадаме духовно, четем заедно хубави книги, ходим на концерти и разговаряме за тях. Само по сексуалните въпроси не се разбираме. Още преди сватбата тя ме отблъскваше, когато се опитвах да се доближа до нея, въпреки че отдавна се познавахме и бяхме твърдо решили да се оженим. Преди годеща това не е редно – така отговаряше тя на моите желания. След сватбата нещата в същност не се промениха много. Тя рядко ми отказва нещо направо, но аз чувствавам, че ме приема, за да не ме разочарова. Тя самата не проявява никакъв интерес към това, доволна е, когато я оставя на мира – по възможност в продължение дори на седмици. Вие ще ме разберете, аз не съм стар, а тя е привлекателна и ми е трудно да се въздържа. Аз се старая с всички сили да спечеля разположението ѝ, но тя остава студена. В първите години вярвах, че това състояние ще се промени след идването на детето. За съжаление тази надежда не се оправда. Ние сме разговаряли на тази тема, въпреки че тя предпочита да я избягва. Тя изобицо не може да си представи какво в същност може да се получава при сношение и счита, че в края на краищата това не е толкова важно. Тя ме обичала другояче и въпреки това с удоволствие ми давала каквото съм желал, какво съм искал повече? Аз обаче не мога повече да седоволявам с това, че я имам само за свое удоволствие, макар тя да не мисли да ми отказва. Не съм съвсем неопитен и зная, че има жени, които се отнасят по-топло към мен. Казвам Ви честно, понякога копнея за такава жена или желая жена ми да стане като тях. Трябва ли да се развеждам заради това или да търся извън дома си удоволствие, когато иначе бракът ни е щастлив?“

За съвет идва 32-годишен представителен мъж, с изискани маниери, но неспокоен и смутен. Той заема ръководна длъжност и смята, че я заслужава, но му липсва увереност в работата с подчинените. Това

не било за учудване, обяснява той примирен. Той вече не бил пълноценен мъж. „Затова идвам при Вас за консултация – продължава той. – Аз не мога повече да изпълнявам пълноценно съпругеските си задължения. Никога не съм бил герой в тази област и понякога съм завиждал, когато приятели и колеги са разказвали, че са имали неколнократна близост с жена си в една нощ. Но все пак досега жена ми не е имала основание да се оплаква. В последно време не бях в състояние да извърша сношение, въпреки че полагах максимални усилия. Изпитвах желание, което обаче преминаваше, когато не успях. Бях доволен, когато сполучвах от време на време. Жена ми започна вече да се съмнява, че съм имал друга връзка и там съм се изразходвал. Но за това наистина не може и да става дума. Аз съм и верен. Освен това не бих поел риска да се бламирам и пред друга жена. Напротив, аз се страхувам, че един ден тя ще ми изневери, ако продължава така – аз нищо не мога да и предложа. Засега тя не се е оплакала: мисля, че е недоволна, но не го показва. Понякога все пак тя изпуска някоя дума, която издава нейното недоволство. Аз вече се страхувам от вечерите, защото надеждата ми за истинско сношение вече много често не се оправдава. Аз съм съвсем раздвоен, недоволен от себе си, а съпругата си не искам да загубя. Проблемът не ме оставя на мира вече и през деня. Не зная на какво се дължи. Дали съм вътрешно болен, тестисите ми ли не функционират вече или е просто преумора от работата? Не може ли да ми се помогне с таблетки или инжекции?“

Когато пациентът бе помолен без стеснение, точно и конкретно да опише какво в същност не може, в какво точно се състоят неговите затруднения и кога се появяват, той продължава: „Членът ми вече не се втвърдява. Понякога, даже често, неразбираемо защо, това става, когато нямам никаква възможност за сношение, а само при представата за близостта със съпругата ми, понякога при целувки или когато я виждам да се съблича. Тогава се надявам, че ще сполуча, но когато опитам да вкарам члена, той отслабва или става по-мек. Вие не знаете колко ме подтиска това.“

С други затруднения, които водят до подобни грижи, ни посети 27-годишен строен мъж, женен от 4 години. При поздравя ръцете му са влажни. Така било с него винаги, когато бил раздразнен и му било неудобно. Дразнел се за всяка дреболия и минавал за малко нервен. Иначе не се чувствувал болен Само половите отношения му създавали грижа. Неговата млада жена го възбуждала много, дори твърде много. „Аз не

мога да я задоволя – се оплаква той, – стигнал съм дотам, че едва сношението е започнало – вие ме разбирате – и се стига до много бързо изтичане на семето, още след първите движения. Просто не мога да се задържа. Ако се опитам да се въздържа, членът ми омеква или спермата изтича въпреки това. Това ми се е случвало дори преди започване на сношението, само след като съм прегърнал голото ѝ тяло. Разбирам нейното разочарование. За кратко време тя не достига до върха. Сега ние рядко се събираме, защото тя нищо не получава. Но става все по-лошо. аз се опитвам да и помогна с ръка с надеждата по този начин да я докарам до края. Но тя не обича това и казва, че не е нормално. Бракът ни е добър, но половите затруднения ни разстройват и двамата. Какво да правя, щом като причината е у мен? Така не може да продължава.“

В психотерапевтичната практика или в брачната консултация се срещаме с такива проблеми на отделни хора, които са довели не само до смущения в половите функции, но стават причина и за развитие на комплекси за малocenност, депресии, нервни оплаквания и могат при дадени обстоятелства да доведат и до органични заболявания. Тогава е необходимо да се търсят техните дълбоки причини. В миналото възможностите на медицината се ограничаваха с това да лекува болни, често в безперспективно състояние, да запази техния живот и да го удължи с няколко години с цената дори на инвалидност. Днес нейната социална функция се състои преди всичко в това да укрепва здравето на хората, да го опазва и възстановява така, че отделният човек да се радва на живота и с радост да изпълнява професионалните си задължения. Съгласно една всеобщо известна дефиниция на Световната здравна организация (СЗО) здраве е не само липсата на болест², но пълно телесно, душевно и социално благополучие на човека.

Никой не може да твърди, че хората, за които разказахме по-горе, са здрави в смисъла на тази дефиниция. Никой не може да каже, че намиращите се в такива сексуални затруднения са телесно здрави. При това увреждането на семейното щастие предизвиква душевни конфликти, които не само могат да продължат цял живот, но с течение на времето да създадат непоносим климат за цялото семейство и да стигнат до социален конфликт далеч преди бракоразводния процес.

2. В оригиналния текст на дефиницията е записано „липсата на болест или недъг“ (б.ред.).

Всяко смущение на половите функции при жените и мъжете поставя въпроса, на какво се дължи и кого засяга. От разказите на пациентите може лесно да се разбере колко дълбоко влияе то върху живота на индивида. Дали се касае за изолирани случаи, които са болезнени само за засегнатите хора и рядко засягат благополучието и щастието на населението? Колко двойки страдат от това? Наистина има много статистически изследвания, които показват широко разпространение на сексуалните смущения в различните групи от населението. Тези изследвания обаче произхождат главно от страни със социалноикономическа структура, която е далечно минало за икономическия, юридическия и обществен живот на ГДР.³

Затова са необходими собствени проучвания, които да отговорят на този въпрос за нашата страна. В една анонимна писмена анкета на 2000 жени и мъже от всички възрастови, селищни и професионални групи можахме да установим, че такива смущения в сексуалното общуване на мъжа и жената в ГДР не са преодоленни в никакъв случай.

Разпределението на анкетираните жени според честотата на половото задоволяване (оргазъм) при физическото общуване с техните партньори е следното:

Оргазъм у жените при
сношение

Никога	9%	44%
Много рядко	16%	
Само понякога	19%	
Често	12%	56%
Най-често	17%	
Винаги или почти винаги	27%	

Числата на всички таблици са взети от: Schnabl, S. „Intimverhalten – Sexualstörungen – Persönlichkeit“ VEB Deutscher Verlag der Wissenschaften, 3. Auwflage, Berlin 1976.

Мъжете се разпределят според отговора на въпроса, дали и колко често е била смутена способността им за коитус (еякулация), както следва:

3. Това се отнася и за НРБ (б.ред.).

Смущения на
потентността у мъжете

Постоянно или често	13%
Понякога	23%
Рядко	31%
Никога	26%
Неотговорили	7%

И двете таблици показват, че половите затруднения не са изолирано явление. Половият живот на почти 10% от анкетираните жени понастоящем не води до сексуално задоволяване. Ако се прибавят жените, които стигат до оргазъм много рядко или само понякога, стават 44%, при които най-често не се достига до задоволяване.

Ако се вземат 13% от мъжете с постоянни или чести смущения в потентността и онези със случайни несполуки, една трета от мъжете имат основание да се оплакват.

Фактът, че от четири жени едва само една получава винаги или почти винаги пълно задоволяване при сношение с мъж, ни кара да поставим на жените няколко допълнителни въпроса. За нас беше важно да изясним дали те стигат до оргазъм още от началото на половия си живот и колко време е минало от първия акт до първия изживян оргазъм:

Време между първото сношение и
първия оргазъм при жени

Първият оргазъм е изживян:	
В годината на първото сношение	19%
В течение на втората година	15%
В течение на третата година	11%
В течение на четвъртата до петата година	14%
В течение на шестата до деветата година	11%
През десетата година или по-късно	9%
Никога досега	11%
Неотговорили	10%

Дали наистина само всяка пета жена е била в състояние да постигне оргазъма още през първата година след започване на интимните контакти? Не е възможно да е нормално повече от 80% от жените да трябва да

чакат години наред или изобщо да бъдат лишени от него. Или може би оргазъмът ме е необходим за пълноценния им полов живот? Отговорът на анкетата е:

Задоволеност на жени от половия живот според честотата на оргазъма

	Получават оргазъм			
	Почти винаги	Най-често (често)	Понякога	Много рядко или никога
Доволни	83%	70%	43%	14%
Умерено доволни	11%	17%	34%	23%
Недоволни	3%	6%	11%	28%
Почти нямат сексуални желания	3%	7%	12%	35%

От този обзор става ясно: Жените, които при сношение редовно достигат до оргазъм, са доволни от своя полов живот много по-често и много повече, отколкото тези, които рядко или никога не достигат до него. От друга страна, доволни са все пак 14% от жените в последната група и дори 43% от тези, които само понякога реагират с оргазъм.

Струва си да се отбележи, че всяка осма анкетирана жена, но едва всеки петдесети мъж съобщават, че нямат сексуални нужди. На причините за това ще се върнем пак. Това се отразява на различната честота на желанията на партньорите за сношение.

Относителна честота на появата на половото желание у жени и мъже

Отговори	Мъжът по-често, жената по-рядко	Еднакво двамата партньори	Мъжът по-рядко, жената по-често
Жени	55%	29%	11%
Мъже	48%	34%	13%

От съвпадащите отговори на двата пола следва, че в половината от двойките мъжът по-често е искащият, само в 1/8 от браковете е обратно и само 1/3 от двойките са напълно съзвучни в своите желания. Това сигнализира за потенциални конфликти, чиито по-дълбоки причини трябва да се разкриват и отстраняват. Тези разлики между половете не са непроменими природни явления.

Вече има достатъчно доказателства за изменчивостта на сексуалното усещане и за влиянието върху него на възпитанието, образованието, условията на живот, на обществените условия в най-широк смисъл на думата.

Желанието да бъдем щастливи и в най-интимния човешки контакт е изпълнимо. Това, че неговото изпълнение все още не е станало действителност за всеки гражданин на нашата страна, е предизвикателство към онези, които са призвани да помагат на другите със своята професионална подготовка и науката. Само тогава може да бъде гарантирано записаното в основния закон на нашето общество право на всеки човек на всестранно и хармонично развитие на личността. Лекарите, психолозите и педагозите са призвани да предотвратяват задръжките и конфликтите в интимната среща и да помагат за преодоляване на появили се затруднения. Това става толкова по-добре, колкото по-ясно засегнатият познава себе си и общественобиологичните предпоставки на своето съществуване, колкото по-ясно той е разбрал взаимната зависимост между жизнения процес и междучовешките отношения. Така става възможно той да овладее съзнателно своето човешко съществуване, от което интимната близост между жената и мъжа е важна съставна част, и да го направи щастливо.

С намерението да помогнем на много хора да решат своите сексуални проблеми и с надеждата, че всеки читател правилно ще разбере нашата загриженост, предадохме тази книга за публикуване в края на 1969 година. Последвалите седем нови издания въпреки значителния им тираж веднага биваха разграбвани. Засвидетелствуваната по такъв начин нужда от информация на по-широки кръгове от населението не учудва, защото почти всеки човек по свой начин е лично заинтересован от тази проблематика.

В над хиляда читателски писма издаването на тази книга без изключение беше приветствувано и усилията ни за подобряване на интимните отношения между хората се оцениха като полезни.

Всички глави на новото издание бяха преработени според съвременното състояние на науката. Отделни маловажни пасажии са заличени за сметка на внесени нови съвети, което разширява консултативния характер на книгата.

I. Основи на половия живот

Глава 1

ПРИРОДНИ И КУЛТУРНИ ПРЕДПОСТАВКИ НА ЧОВЕШКАТА СЕКСУАЛНОСТ

КОРЕНИ НА СЕКСУАЛНОСТТА

Съществена предпоставка за разбиране на човешката сексуалност е схващането на човека като обществено същество. При това не бива да се забравя, че човекът се е издигнал от животинския свят сам, чрез колективен труд. Биологични закономерности от предчовешката му история обаче са останали да действуват у него.

Един основен, присъщ на всички живи същества – растения, животни и хора – принцип е принципът за единството им с околната среда. Условията на околната среда и техните промени формират жизнения процес и дават на базата на вече съществуващото нови градивни елементи за крайно разнообразните форми на съществуване на живата материя. От гледна точка на дадения организъм, който остава жизнеспособен и се размножава, този принцип се проявява като приспособяване към естествената, а по-късно и към социалната среда.

Историята на възникването на сексуалността ни връща назад до ранните форми на живота. Една особеност на всички живи форми на материята е, че те се намират в непрекъсната обмяна на веществата с околната среда. При наличие на достатъчно „хранителни вещества“ въз основа на вътрешни биохимични закономерности те показват склонност към растеж по дадена форма (жизнена матрица). При променени условия те или загиват, или намират възможност за приспособяване чрез диференциране на жизнената матрица. Тази нова, променена форма на живот става от своя страна основа на по-нататъшен растеж, размножение и диференциране. Дълго преди диференцирането на растителните и животинските организми временното престояване в непосредствена близост на едноклетъчни живи системи ги е довело до размяна на аминокиселини и те станали по-приспособими към изменящите се условия на околната среда. Именно тези системи са преживявали.

По този начин феноменът, означен като копулация, бил закрепен у всички преживяващи системи. Можем да кажем, че в аминокиселините жизненият „опит“ на даден животински вид се е манифестирал под формата на наследствена информация.

Възникването в условията на непрекъснато взаимодействие с околната среда на многоклетъчните живи организми довело до разделение на функциите между различните клетки на организма. Зародишните клетки (гамети) натрупали наследствена информация в голямо количество. Когато такива клетки се съединявали, възниквал нов, понякога по-добре приспособен живот. По такъв начин свързването на семенната клетка с яйцеклетката станало главен принцип на размножението и развитието на по-висши системи.

Преди да се развият организми, които се отличават с присъствие само на мъжки или само на женски полови клетки, се появили живи същества, които едновременно съдържали двата клетъчни вида. Разделно-половите форми на организация на живата материя се оказват в историческото развитие на висшите организми (филогенеза) по-способни за приспособяване.

Както цялостните организми, така и отделните им части в резултат на непрекъснато взаимодействие с околния свят са се променяли и само тези от тях са преживявали и са се размножавали, които са се оказвали по-способни, по-жизнеспособни.

В резултат на такива модификации се образували органи, специализирани да образуват полови клетки и да улесняват тяхното сливане. Сливането на семенната клетка с яйцеклетката става основно условие при всички живи системи за продължаване на тяхното съществуване в поколенията.

За висшите животински видове и човека това явление се превръща в основа на сексуалността, тъй като прави сношението необходимо.

Преди да можем да обясним изработилия се в историческото развитие полов нагон, трябва да разгледаме една втора система за приспособяване. Вече споменатата и предизвикана от взаимодействието с околната среда специализация на отделни клетъчни групи в многоклетъчните организми на основата на дразнимостта на живата материя, довела до образуването на нервните клетки. Те се обединили посредством своите клетъчни израстъци в нервната система, която при всички животински видове и при човека анализира дразненията, идващи от околната среда, и управлява дейността на всички групи клетки и техните функционални системи (например двигателния апарат). При продължително действие

на едни и същи дразнителни станало възможно да възникнат автоматично протичащи реакции, които влезли в наследствено предаващия се код на дадения животински вид.

Вътре в самата нервна система се оформила една „централа“, която гарантирала управленческите и регулационни механизми на индивидуалното приспособяване спрямо изменящите се условия на живот.

Съществуващите отделно едно от друго живи същества от един и същи вид, но с различен пол, могат да се събират по двойки само когато нервните елементи на животното се възбудят от дразнения, изхождащи от неговия партньор. Нервната система ги преработва като възбуда, дава импулси до двигателния апарат и половите партньори се събират. Едновременно тя активира половите органи на базата на анализирания дразнения така, че те се подготвят за сношение.

В този ред на мисли става ясно, че от гледна точка на непрекъснатостта на живота през поколенията разделнополовите организми представляват едно жизнено единство, в което заложените в жизнената матрица сексуални автоматични реакции могат да се реализират само в общуването помежду им. Тъй като детерминираното в историческото развитие поведение управлява цялостния жизнен процес на един животински организъм, сношението има значение на важен хармонизиращ елемент в живота на индивида.

Различните форми на ембрионалното развитие при различните живи същества – снесените и оставени на слънчевата топлина яйца, мътенето от един от партньорите или развитието на зародиша в организма на женското животно – са само модификации на приспособяването. Те определят и различното устройство на половите органи в различните животински видове. За разбиране на половия нагон у човека обаче трябва да се знае, че още в животинския свят съществува принципа на разлика между сексуалност и размножение. У животните не съществува инстинкт за размножение, а само нагон към съвокупление с партньора, който се изразява във взаимна готовност за възбуда и се опосредства чрез нервната система. Размножаването се базира на органи и системи, които изработват семенни клетки, респективно яйцеклетки, и които или изтласкват оплоденото яйце, или могат да го задържат в тялото и да го изхранват по време на неговото развитие. Съвокуплението и нагонът към него са предпоставка за размножаването на висшите организми, а органите за съвокупление и за размножение са взаимно свързани. Но нито едно живо същество с изключение на човека не желае да продължава своя род, не може да използва съзнателно съвокуплението за

размножаване или пък да избягва последното. Мътенето в животинския овят също няма отношение към половите рефлексии. То е един възникнал отделно от тях елемент на жизнената матрица, който както всеки друг е резултат на филогенетичните процеси на адаптацията.

Сега ние можем да твърдим, че:

1. В процеса на биологичното развитие както половите органи, така и начинът на ембрионалното развитие са се оформили с оглед на приспособимостта на организма, т.е. „целесъобразно“ от гледна точка на резултата.

2. Женските и мъжките полови органи на определен животински вид са, както и разделнополовите организми, елементи на едно-единствено жизнено единство.

3. Съвокуплението и размножението са различни процеси. Половият нагон като функция на нервната система е филогенетически дълбоко запечатан в жизнената матрица. Той се предизвиква от дразнителни, произхождащи от животното партньор и се опосредствува чрез нервната система.

4. Във всички стадии на развитие на живота след разделянето на половете нервната система участва в акта на съвокуплението: в сближаването на партньорите, в пряката подготовка на половите органи за акта, в усещането за съпреживяване и в последвалото като резултат хармонизиране на жизнения процес.

Вродените полови рефлексии, съзряващи у различните животински видове в различни срокове след раждането, се „събуждат“ в мъжкото животно от дразнения, произлизащи от полово зрялото женско животно и възприемани посредством сетивните органи. Така се формира поведението, което независимо от резултата може да бъде наречено „ухажване“.

Тези „ухажвания“ (разбира се несъзнателни) подготвят полово зрялото женско животно за съвокупление. Когато млади полово зрели животни се съвкупят веднъж, силата на задоволения нагон и по-специално оргазъмът свързва в кората на главния мозък всички едновременно възприети цветни, мирисни, слухови или вкусови дразнения с намиращите се в центъра на съвокуплението „вродени“ полови рефлексии в условни полови рефлексии. При по-стари животни това поведение се предизвиква вече от отделни дразнителни, които през кората на главния мозък предизвикват възбуда в центъра на съвокуплението, намиращ се в междинния мозък. Така се освобождава тренираната вече съвместна дейност на няколко органи и системи.

В съвокуплението тези условни полови рефлексии се закрепват от приятното усещане, наричано „оргазъм“. За висшите живи същества това е един необходим, присъщ, хармонизиращ жизнения процес елемент.

РАВНОПРАВНОТО ПАРТНЬОРСТВО НА МЪЖА И ЖЕНАТА

Ако искаме да хвърлим светлина върху всички жизнени проблеми, към които принадлежи и въпросът за правото на човека на полово задоволяване, трябва да се запознаем с трудната работа на безброй човешки поколения за достигане до понятието за качество на човешкото съществуване. Би трябвало да знаем, че както Карл Маркс някога е казал „За човека най-висшето същество е човекът“, от това следва, че „На човека трябва да се осигурят човешки условия за живот“. Човекът като обществена съществува е продукт на обществото и същевременно творец на всички блага, вкл. и на своите собствени. Природните богатства (напр. въглищата, желязото, петролът) добиват стойност за човека едва след като той ги открие, изкопае и използва.

Оттук следва, че само участието на всеки човек в общественото разделение на труда позволява разгръщането на личността му. В този смисъл става ясна недостойната роля, която по-ранните обществени формации предопределяха на жената. В Средновековието учени и духовници са умували сериозно над проблема, дали жената трябва да бъде причислена към хората или не. Който е проследил общественото положение на жената в историята, не се учудва, че е било възможно да възникнат такива въпроси. „Жената и работникът са били подтискани от стари времена“ – писа Бебел.

Възникването на частната собственост и узряването на патриархата фактически довели до това, че в съответните общества жената функционираше като вещ и полово притежание. Тя станала прислужница на мъжа, подобна на един вид „домашно животно“ (Салер). В някои области на Индия допреди стотина години тя била изгаряна заедно с него, когато мъжът ѝ, – неин собственик – умираше. По-рано Ислямът я осъди на пленничество в харема до края на живота. Можело е и може в някои народности тя да бъде купувана и продавана като вещ. Тя не е създадена само за удоволствие на мъжа, но и до днес трябва да търпи удари от него. Във всеки случай тя е трябвало да го слуша и до ден днешен в много страни чрез законите и брака тя му е подвластна.

От проучванията на Мийд знаем обаче, че „повечето свойства на характера, които обикновено се определят като мъжки или женски, са също така малко свързани с пола, както например облеклото, обноските и накитите, които в определени култури обществото е предписвало на единия или другия пол“. Авторката посочва, че поведението на половете и техните взаимоотношения се определят от ролята, която обществото им е наложило. От примера на известни жени от по-ранните столетия може да се съди, че жената е могла да развива своята личност само до толкова, доколкото са ѝ позволявали да се образова и да действа. Там, където обществото е ограничавало образованието и професионалната дейност на жените, те са били обективно безправни. Предоставена на мъжа и зависима от него духовно, икономически и юридически, жената е оставала настрана от производствения и културния живот. Ние бихме игнорирали фактите, ако искаме да приемем, че тази съдба на жената днес е ликвидирана навсякъде.

Не може да не се признае, че жената като домакиня и майка често работи повече и по-тежко от някой мъж в неговата професия и чрез своя решаващ принос във възпитанието на децата допринася много за културното развитие на обществото. Където обаче на нея е предоставена само тази роля, на разгръщането на нейната личност, на правното и признание и на самочувствието и са поставени граници, които пречат развитието и на брачните отношения.

Мнимата малоценност на жената и пониженото самочувствие са ѝ били изкуствено натрапени и са произлезли от нейното реално място в обществото. Разбира се, имало и има и при тези условия добри и хармонични бракове, в които жената се радва на човешко внимание и пълно признание. Но те се дължат на образаванието ѝ и на възможностите ѝ за избор. От тях са произлезли изискванията към мъжа и към неговото държание, а не от обективните обществени отношения. Simone de Beauvoir казва: „От най-старите времена на патриархата те (мъжете) намериха за полезно да държат жената в състояние на зависимост; техните закони бяха насочени срещу нея.“ И на друго място: „Икономическата привилегия, която притежават мъжете, тяхното социално значение, предимството на омъжената жена (пред неомъжената), ползата от мъжката закрила, всичко това довежда жените дотам, че те горещо желаят да се харесат на мъжете. Общо взето, те се намират още в състояние на подчиненост. От това следва, че жената не се признава и не се цени като личност, а като това, което тя е в очите на мъжа.“

Всички тези констатации достигат връх в познанието, че

развитието на личността на всяка жена зависи от нейното пълно обществено равноправие. Само там, където има еднакви възможности за развитие и използваме на нейните способности, където тя поставя високи изисквания към живота, жената ще използва съответни критерии и при избора на своя партньор.

Професионалната дейност на жената в развитото социалистическо общество не е израз на повишена нужда от работна сила или само средство за достигане по-висок жизнен стандарт в семейството. Тя съдържа за всяка отделна жена значението на една обективно и субективно осмислена обществена дейност, едно разгръщане на нейната личност и заедно с това – развитие на отношението ѝ към мъжа и към децата. С други думи, правото на професионален труд е основна предпоставка за среща на равноправни хора и в любовта.

Затова в социалистическата конституция на ГДР се казва: „Мъжът и жената са равноправни и имат еднакво юридическо положение във всички области на обществения, държавния и личния живот. Поощряването на жената, особено в професионалната квалификация, е обществена и държавна задача.“ „Уважението и защитата на достойнството и свободата на личността са задължения за всички държавни органи, всички обществени сили и всеки отделен гражданин.“ „Свободен от експлоатация, подтискане и икономическа зависимост, всеки гражданин има еднакви права и разностранни възможности да развие своите способности в пълен размер и по свободно решение да разгърне безпрепятствено всичките си сили за благо на обществото и за своя собствена полза в социалистическото общество. Така той осъществява свобода и достойнство на своята личност.“

Признаването на равна нравствена стойност на всеки човек означава да се признае равностойност и право на еднакво уважение на половете. Равностойността обаче не трябва да се смесва с еднаквост. Половете са съвсем различни. Тази разлика изпъква не само в различните физиологични функции при размножението, но засяга дълбоко психичната структура, света на чувствата и преживяванията на мъжа и жената. Точно поради тази нееднаквост нараства онова напрежение, което влече половете един към друг, за да търсят и намират един в друг своето допълнение.

Ние сме съгласни с Битигхьофер и Мисгелд, че въпреки всичко телесно и психическо, което различава мъжа от жената, най-важното човешко качество е общо за тях – те са обществени същества. Техните нужди, интереси и цели са определени по един и същ начин от

обществото и класата, на която принадлежат. Затова разликите между половете не са обективни основания за различна нравствена оценка на мъжа и жената. Само някои отклонения в дееспособността на жената са природно обусловени и не бива да бъдат пренебрегвани поради криво разбрано равноправие. Други, все още проявяващи се разлики, например в научнотехническите способности и постижения на мъжа и жената, не се коренят във вечната „същност на жената“. Те са резултат от идеологическото въздействие на подчиненото положение, което е било определено на жената в обществения живот в продължение на векове и от пониженото самочувствие, което е било погрешно възпитавано у нея от околната среда. Размерът на нравствената стойност на един човек се определя не от неговия пол, а от неговите заслуги като личност при решаване на обществени задачи, при формирането на неговия индивидуален живот.

В обичайните отношения на взаимна любов равноправието на мъжа и жената означава, че те взаимно си помагат да израснат като всестранно развити личности със здрав характер. Преди всичко в брака е необходимо да се регулират всички дела в съвместния живот и развитието на личното в двустранно разбирателство. Мъжът е задължен да бъде внимателен и да е готов да помага, за да може жената да съчетае професионалното развитие и обществената си дейност с майчинството. Възпитанието на децата задължава еднакво двамата родители. Равноправието в отношенията между половете по-нататък означава:

- че вече не е валиден старият, частнособственически принцип „Жената е подвластна на мъжа“;
- че в любовта и брака жената има еднакво право на начин на живот, формиран според нейната индивидуалност;
- че и в половите отношения жената не е само обект на мъжа, а има същото право на задоволяване, както и той;
- че в любовта не бива да има егоизъм, а двамата да вземат и да дават по равно.

Ленин казал в един разговор с Клара Цеткин: „В сексуалния живот се проявява не само даденото от природата, а и култивираното...“

По-нататък ще разгледаме последователно даденото от природата и култивираното.

ПРИРОДНИ РАЗЛИКИ МЕЖДУ МЪЖА И ЖЕНАТА (ПОЛОВИ КЛЕТКИ, ХОРМОНИ, ПОЛОВИ ОРГАНИ, ТЕЛОСЛОЖЕНИЕ)

Диференцирането на човека на мъж и жена, свързано с произхода му от животинския свят, означава още, че във всеки отделен индивид се отразява цялата история на развитието. Съгласно биологичния закон на Хекел всеки човек преминава в своето индивидуално развитие (онтогенеза) не само главните етапи на развитие на живата материя – от едноклетъчно живо същество, през временно съществуване в околоплодната течност като дишаш с хриле организъм, до пълното оформяне като „живеещо на земната твърд, дишашо въздух животно“. В организма си той има всички степени на образуваните се преди него основни форми на съществуване на живата материя, обединени в една цялостна система, в която всички отделни елементи зависят от жизнената дейност на другите.

Какъв пол ще има плодът на зачатие – детето, след раждането си, се решава още в оня миг, в който се съединяват семенната клетка и яйцеклетката.

Както е известно, нашият организъм се състои от много милиарди клетки. Във всяка клетка на човешкото тяло се намират 46 хромозоми; 44 от тях са винаги налице като двойки, т.е. като 22 чифта с почти еднаква форма и големина. При жената хромозомите от двадесет и третата хромозомна двойка също са еднакви – това са т.нар. X-хромозоми. При мъжа обаче тази двойка се състои от нееднакви хромозоми, а именно от една X- и една Y-хромозома.

Зрелите полови клетки – мъжката (семенната клетка, спермий) и женската (яйцеклетката, яйцето) – съдържат по време на своята размножителна зрелост само по една хромозома от всяка двойка или общо 23 хромозоми. Яйцеклетката притежава винаги само една полова X-хромозома. Семенната клетка покрай другите 22, наречени автозоми, съдържа една X- или една Y-хромозома; когато половите клетки се съединят при оплождането, отново се комплектува набор от 46 хромозоми. Ако зрялото яйце бъде оплодено от семенна клетка, която съдържа Y-полова хромозома, оплодената клетка (зигота) ще съдържа 44 + X + Y-хромозоми; от нея ще се развие мъжки зародиш. Ако зрялото яйце се съедини обаче със спермий, който съдържа X-полова хромозома, зиготата ще съдържа 44 + X + X-хромозоми, а развиващият се от нея зародиш ще има

женски пол. Мъжът не може да избере спермия, съдържащ X- или Y-хромозома, който да осъществи зачатие. Затова той няма никакво право да упреква жената, ако тя не му роди дете с искания пол или ако ражда само момичета или само момчета. На науката вече е известно кои жизнени условия са благоприятни или непоносими за двата вида спермии по пътя им към яйцеклетката. Напр. спермиите, които носят Y-хромозома, понасят по-зле кисела среда от носителите на X-хромозома. Бъдещите родители ще могат до известна степен да влияят върху определянето на пола или да увеличат вероятността да имат желаното момиче или момче.

Тестикулите произвеждат точно толкова семенни клетки с X-хромозоми, колкото и с Y-хромозоми. Обстоятелството, че на 100 момичета се раждат 106 момчета, се приписва на по-голямата подвижност на спермиите, които носят Y-хромозома и които поради това достигат яйцето по-бързо от носещите X-хромозома. Това обяснява съществуващия излишък на момчета в страни като нашата с високо развита охрана на бременността, с добра родилна помощ и грижи за кърмачетата. Излишъкът на жени в някои други страни се обяснява с по-малкия относителен дял на кърмачетата от мъжки пол (особено недоносените), които остават живи, ако, разбира се, причината е биологична, а не резултат на войни.

Още от началото на бременността хромозомният избор на зародиша е мъжки или женски, но в първите шест седмици той не притежава специфични полови белези. Едва по-късно в съответствие с хромозомно програмираня пол се оформят първите прояви на половите органи. У всеки човек остават следи от двуполовия зачатък и след като развитието му бъде завършено. Мъжът и жената притежават елементи от историята на развитието на другия пол. При мъжа видимо свидетелство за това са биологически ненужните му зърна на гърдите.

За да се извърши оплождането, трябва да се срещнат две клетки: мъжката семенна клетка и женското яйце. След като узреят в съответния орган (текстикула или яйчника), те биват изхвърлени и остават жизнеспособни за кратко време. Смята се, че семенните клетки живеят от 48 до 56 часа, докато яйцеклетките запазват оплодяемостта си най-много 16 до 24 часа и умират. След изхвърлянето им във влагалището, спермиите се движат напред с помощта на камшикоподобни удари с опашките си със скорост от 2 до 3 мм в минута. През матката те могат да проникнат в тръбата и там да оплодят яйцето, ако срещата се осъществи до два дни след изхвърлянето им.

Въздействието на продукти от обмяната на веществата на едни клетки върху обмяната на веществата или жизнената дейност на други клетки или клетъчни групи също е част от това стъпало на интеграцията в жизнения процес. Известно е, че хормоните играят роля както по време на половото узряване, така и в половия живот на човека.

Хормоните се състоят предимно от белтъчини с различни молекулни структури. Те се произвеждат от жлезите с вътрешна секреция, подават се в кръвта и по този начин стигат до всички органи. Според химическите си свойства те предизвикват промени в активността на чувствителните към тяхното действие органи и стимулират или потискат клетъчните функции. Съществуват дванадесет жлези с вътрешна секреция. Те отделят многобройни хормони, посредством които си влияят и дори могат буквално да се настройват една друга. Това вече показва, че те са подчинени и на централна регулация.

Някои жлези с вътрешна секреция са от голямо значение за половия живот: за формирането на женските и на мъжките полови белези и за половото влечение. Когато се говори за полови хормони, ние мислим преди всичко за половите жлези (гонади): тестисите у мъжа и яйчниците у жената. Те задоволяват по-голямата част от потребността от мъжки (андрогенни) и женски (естрогенни) полови хормони. Извън това яйчниците произвеждат и хормони на бременността (гестагени) във втората половина на всеки месечен цикъл и по време на бременността.

В яйчниците и в други жлези с вътрешна секреция у жената се образуват не само женски, но и мъжки полови хормони, а в тестисите – не само мъжки, но и женски полови хормони. Освен това естрогените и андрогените са близки по химически строеж. От биологична гледна точка никой човек не е изключително жена или мъж – както физически, така и душевно.

Загубата на гонадите не прави от човека безполово същество. Тя води до поява на някои външни белези на другия пол (до „мъжественост“ на жената или до „женственост“ на мъжа), които са друго доказателство за това, че андрогените и естрогените циркулират в кръвта на всеки човек и че те се образуват и извън половите жлези. Това става преди всичко в надбъбречната кора, която при загуба или атрофия на гонадите увеличава производството на хормони и особено на андрогени.

Взаимодействието на хормоните би довело до хаос, ако една от жлезите с вътрешна секреция, хипофизата, не регулираше обмяната им. Като стимулира на определено място и задържа на друго, тя настройва

цялата система към потребностите на организма. Тази жлеза, която тежи само 0,6 г, изпълнява регулиращата си функция с помощта на голям брой активни вещества (хормони), които произвежда и излива в кръвта в по-големи или по-малки количества. По такъв начин тя дава необходимите импулси на други жлези с вътрешна секреция. За половите функции имат значение преди всичко гонадотропните хормони (специфичните хормони, които стимулират секрецията на гонадите у двата пола и ускоряват узряването на семенните клетки и яйцеклетките), и хормонът, който стимулира надбъбречната кора. Когато хипофизата престане да функционира, половите жлези атрофират, ако компенсационният им капацитет бъде надхвърлен. Докато обаче хипофизата функционира добре, тя частично може да замества недостигащите хормони на половите жлези.

Гонадите и хипофизата си взаимодействуват според „закона за обратната връзка“. До определена степен те могат взаимно да балансират смущенията и колебанията в секрецията, като включват още една система, принадлежаща към този функционален кръг. Без нея цикълът, който управлява сексуалността, все още не е затворен. Хормоните са един вид сляпо действащо „гориво“ за половия живот. Неговата регулация се осъществява от нервната система.

Най-напред ще разгледаме женските и мъжките полови органи. След това ще преминем към онези механизми на нервната регулация, с помощта на които се осъществява половата функция. Познаването на някои подробности от строежа (анатомията) и функцията (физиологията) на половите органи е полезно, дори необходимо за успеха на половата връзка.

Различаваме външни и вътрешни полови органи. Чрез външните се осъществява съвокуплението, докато вътрешните играят по-голяма роля при зачатието.

От външните полови органи на жената най-напред прави впечателни окосменият хълм, наричан „срамен“ или „Венерин“ хълм.⁴ Окосмяването се простира до външните ръбове на големите срамни устни – две кожни гънки, които обикновено покриват намиращата се между тях срамна цепка. При много от жените те могат да се разтварят при полова възбуда. Непосредствено вляво и вдясно от входа на влагалището се издигат двете малки срамни устни (нимфи), които образуват

4. Означението „срамни части“ за външните полови органи датира от времето, когато термините са били натрапвани на учените от господстващи морални предписания, и се е задържало до днес.

вретенообразен отвор. Това са две неокосмени, меки кожни гънки, снабдени с многобройни сетивни нервни окончания и кръвоносни съдове. В долната им част са отворите на Бартолиновите жлези, които изпускат по време на полов контакт няколко капки безцветна слюз. Нагоре малките срамни устни се стесняват и се съединяват с клитора.

Клиторът играе изключителна роля при половата възбуда и задоволяването на повечето от жените. За половата им чувствителност няма никакво значение, дали размерите му са по-големи или по-малки. Видима е само главичката на клитора, която при възбуда може да понабъбне. Стволът на клитора а понякога и главичката му имат подвижно кожно калпаче. Ритмичното издърпване на калпачето с лек натиск надолу възбужда клитора най-добре.

Пространството между клитора и долния край на входа на влагалището се нарича влагалищно преддверие. То е заобиколено от пещеристи тела, които се намират под кожата на около 1 см дължина и 1 см ширина и при възбуда се напълват с кръв. В това състояние при много от жените те образуват плътна, еластична възглавница, която обгръща вкарания член и доставя на двамата партньори полово удоволствие.

У девствениците входът на влагалището в долния си край е закрит от девствената ципа (химена). Хименът не затваря изцяло входа, както някои мислят, тъй като менструалната кръв не би могла да изтече. При първото съвокупление или при вкарване на пръст, хименът се скъсва радиално. Разкъсването се съпровожда при някои от момичетата от лека болка.

Над входа на влагалището, под клитора, се намира отворът на пикочопровода. Зад влагалището е анусът, чието дразнене води до сексуално възбуждение у някои жени.

Външните и вътрешните женски полови органи са свързани чрез влагалището, което има двойно предназначение. Като орган на съвокуплението то поема мъжкия член и плътно го обгръща. Като орган на размножението то принадлежи на родилния път и поради това е необикновено разтегливо. То е много еластична тръба, покрита с нежна, напречно надиплена лигавица. Непосредствено след входа влагалището е обхванато от пръстеневидни мускули с голям диапазон на разширяване и свиване; заедно с пещеристите тела те нагаждат външната третина на влагалището към вкарания в него член. Много от жените по време на активния си полов живот се научават да управляват тези и някои други мускули, за да ускорят или улеснят оргазъма.

Матката представлява дебелистенен, кух орган с крушовидна

форма. Кухината ѝ е покрита с мека, богата на жлези лигавица, която в хода на менструалния цикъл се променя така, че оплоденото яйце може да се загнезди в нея. Ако отделяната всеки месец яйцеклетка не бъде оплодена, горните слоеве на маточната лигавица се изхвърлят с кръвотечение (менструция) навън. Ако бъде оплодено, яйцето се загнездва. С растежа на плода се увеличават размерите на матката. При това в нейните стени се образуват усилено нови мускулни клетки.

Шийката на матката се издава във влагалището. Минаващият през нея канал, затворен с пропускаща спермиите слузна запушалка, завършва там с външен отвор. Непосредствено под него влагалището е леко разширено; там се събира семенната течност. Средата в разширението е алкална, което увеличава подвижността и жизнеспособността на спермиите. Когато семенната течност се излее в дъното на влагалището и жената остане след това в легнало положение, вероятността за забременяване се увеличава, ако е налице оплодяема яйцеклетка. На входа на влагалището обаче киселият влагалищен секрет може да умъртви спермиите.

В дъното на матката, отстрани и отгоре, се вливат две тръби (яйцепроводи), които идват от яйчниците. Те се залавят за яйчниците с помощта на ресни, наричани по-рано „дяволски нокти“. Те улавят отделеното от яйчника зряло яйце, което може да бъде оплодено в яйцепровода до 24 часа след това. Ритмични мускулни движения на стените на тръбата и нейният секрет придвижват бавно яйцето към матката.

В яйчниците още по време на раждането са заложили около 100 000 яйцеклетки. Огромна част от тях загиват. Всеки месечен цикъл узрява само една яйцеклетка. От момента на достигането на полова зрелост до климактериума узряват общо около 400–500 яйца. Освен това в яйчниците се образуват най-важните женски полови хормони.

Половите органи на мъжа са съвсем различни от тези на жената, но техните функции до голяма степен си съответствуват, защото половите органи и на двата пола са се образували от едни и същи зачатъци в зародиша.

Мъжквият полов член (пенисът) като орган на съвокуплението се състои от корен, ствол и главичка. Дължината и обемът му се увеличават значително при полова възбуда. Размерите на члена в спокойно състояние не дават представа за големината му при ерекция. Увеличаването на обема се дължи на пещеристи тела. Те се изпълват с кръв под импулсите на нервната система. Вследствие на кръвонапълването под налягане членът се напряга силно и се изправя. Две пещеристи тела се

намират по дължината на ствола. Пикочният канал, който върви по долната страна на пениса и е едновременно път за урината и за семенната течност, е обгърнат от друго набъбващо тяло. Отпред то завършва с главичката. Кожата на главичката е богато снабдена с нервни окончания, чието дразнене води до сексуално удоволствие.

Стволът на пениса е покрит с тънка, подвижна кожа. Тя по-крива изцяло или отчасти и главичката (препуциум). Долната ѝ част е свързана чрез гемче със ствола на члена. Когато пенисът се втвърди, препуциумът стига само до ръба на главичката. Ако препуциумът е много тесен и не може да се издърпа зад главичката, е налице стеснение (фимоза), което може да бъде отстранено оперативно. Ритмичното триене на пениса о стената на влагалището предизвиква нарастващо възбуждение на споменатите нервни окончания, което се „разрешава“ в оргазъма.

По време на утробното развитие тестикулите се намират, както и яйчниците, в коремната кухина. Още преди раждането те слизат в мътната торбичка. Само там, при температура с 4° по-ниска от тази на вътрешните органи, те могат да произвеждат у полово зрелия мъж оплодяващи спермии. Ако тестикулите не са слезли в торбичката при раждането или наскоро след него, те трябва да бъдат поставени там по хирургически път по възможност, докато детето навърши две години. В противен случай пациентът може да остане неплоден. Двама текстикула имат овална форма, отстрани са малко сплеснати и при възрастния мъж са големи колкото слива. Левият тестикул обикновено изглежда малко по-голям от десния и лежи малко по-ниско в торбичката вследствие на различната дължина на отвеждащите кръвоносни съдове. Тревогата на някои мъже, че тази разлика е някаква аномалия, е необоснована.

Тестикулите произвеждат по-голямата част от мъжкия полов хормон (тестостерон) в откритите от Лайдиг през 1850 г. междинни клетки. В техните каналчета (на брой от 400 до 600 с обща дължина от 150 до 300 м) се образуват мъжките полови клетки (спермиите, семенните клетки, по-рано погрешно наричани „сперматозоиди“, т.е. „семенни животинчета“, понеже се движат самостоятелно като едноклетъчните живи организми). Образоването на мъжките полови клетки започва от момента на половото узряване и продължава до дълбока старост, ако, разбира се, не бъде възпрепятствувано от някои заболявания. Тежките психически травми, напр. смъртният ужас, могат да попречат на узряването на спермиите. През 12 до 13 отвеждащи канали спермиите отиват в многократно извития, 3 до 5 м дълъг канал на намиращия се до текстикула придатък (епидидим). Тук узряването им завършва, след това те отиват

в семепровода или се разграждат, когато жизнеспособността им угасне. Зрелите семенни клетки са по-малки от яйцеклетките, чийто диаметър е около 1/10 мм. Състоят се от глава, средна част и опашка.

Двата семепровода влизат в коремната кухина. В близост до пикочния мехур се намират мехурести жлези; те прибавят към минаващите през семепровода спермии алкален белтъчен секрет, който ги предпазва и ги прави по-подвижни. След това спермиите минават през простатната жлеза (орган с кестеновидна форма, който секретира голяма част от семенната течност. Тази течност разрежда семенната маса и повишава още повече подвижността ѝ). Тук семепроводите се вливат в пикочния канал. По-надолу лежат т.нар. Каупърви жлези, големи колкото грахови зърна. Техният секрет, който се излива в пикочопровода преди еякулацията, поддържа семенните клетки свежи и жизнени. При достигане на оргазъма семепроводите увеличават обема си и засмукват спермии от епидидима. Непосредствено след това те рефлекторно се стесняват, налягането в тях се повишава и спермата се изхвърля навън на няколко тласъка. В този момент мъжът изживява висше сексуално удоволствие.

Описанието на женските и мъжките полови органи бе съществено опростено, за да стане лесно разбираемо. Върху тяхната функция оказват влияние някои други органи. За ерекцията е необходимо усилено подаване на кръв. То зависи от участието на кръвообращението и по-специално на онези артерии, които довеждат кръвта до пещеристите тела. Подаването на по-големи количества кръв обаче зависи от посменното разширяване и свиване на артериите, което се осъществява чрез нервни импулси. Това означава, че при полова възбуда нервната система взема участие при ерекцията на penisа.

Без „заповедите“ на нервната система е немислимо правилното протичане и на следващите фази (напр. ритмичните потръпвания на члена при оргазъма, контракциите на мускулите в стените на семепровода, на мехурестите жлези, на простатата и пр.), както и половото удоволствие, което се възприема съзнателно във висшите раздели на централната нервна система.

Зависимостта на половата функция от нервната система ни води до още един аспект на човешкия живот: това са онези регулиращи механизми, които настройват една към друга функциите на различните органи.

Преди две хиляди и петстотин години Платон в произведението си „Пир“ накарал комедийния писател Аристофан да разкаже една басня за възникването на любовта. Хората първоначално били двойни същества

– едновременно мъж и жена – с четири ръце, четири крака и две глави, двойно по-силни и по-умни. Те се опълчили даже срещу боговете. Тогава Зевс от предпазливост разделил всяко същество на две. Оттогава на сам всяко полусъщество – жена или мъж – се стреми да се съедини с другата си половина.

Баснята на старогръцкия философ съдържа рационално зърно: жената и мъжът отколе се привличат. Как науката обяснява това? Кои закономерности пораждат желанието за съединяване с любимия човек и какви механизми го управляват? Един отговор бе вече даден при излагането на корените на половия живот. Друг отговор намерихме във взаимодействието на половите хормони.

Ролята на нервната система като регулатор на жизнените прояви на отделните органи бе вече разгледана. Обяснихме, че важните за запазването на живота реакции спрямо закономерно повтарящите се дразнения от околната среда влизат в жизнената матрица на различните форми на живота. По такъв начин те биват предавани заедно с наследствената информация на всички следващи поколения. За различните автоматично протичащи жизнени процеси, като дишането, кръвообращението, терморегулацията и съня, в междинния мозък се намират специализирани центрове. До тази част на мозъка, наречена още хипоталамус, достига „информация“ по много нервни пътища, водещи от повърхността на тялото или от вътрешните органи до главния мозък и обратно. Хипоталамусът сам образува хормони и задържа или активира работата на хипофизата, чието значение за половите функции вече подчертахме. Тук се намира и т.нар. център на съвокуплението, който управлява половите рефлексии и споменатите нервни реакции в половите органи. Тези реакции се предизвикват непосредствено от импулси, предавани чрез гръбначния мозък. Центърът на ерекцията се намира на равнището на кръстната кост. Оттам по нервен път се предизвиква кръвонапълване на пещеристите тела у мъжа и жената. Центърът на еякулацията се намира в поясната област на гръбначния мозък. Когато възбудата се доближи до кулминационната си точка, нервните клетки на този център изпращат импулси до мускулите на семепровода, респ. на влагалището, и довеждат до изхвърлянето на спермата от мъжа или до потръпването на влагалищните стени. Усещането за по-лова наслада се появява в кората на главния мозък вследствие на обратна информация, минаваща през всички споменати стъпала.

Колкото по-висока е степента на развитието на дадено живо същество, толкова повече половият живот и привличането между половете се

регулира от нервната система, и то не само от центрите в междинния и гръбначния мозък, но и от най-висшата управляваща централа, която при човека е достигнала най-висока степен на развитие – от главния мозък. За човека хормоните не са излишни, но губят решаващото си значение за половия му живот. Те правят нервната му система по-чувствителна, подготвят я да реагира на половите дразнения и подпомагат осъществяването на рефлексите при съвокуплението. Затова човек (предимно младият мъж, който е недостатъчно подготвен за половия живот) реагира много бързо с желание, ерекция и еякулация на еротичните преживявания. При липса на хормони сексуалните дразнения биха го оставили равнодушен.

Доминиращото положение на психиката, съзнанието и възпитанието над хормоналните влияния при човека се вижда между другото и от следното: след климактериума, когато производството на хормони в яйчниците престане, или след оперативно отстраняване на яйчниците повечето от жените запазват половото влечение и са способни да изпитват полова наслада при сношение. Това е независимо от факта, че другите жлези с вътрешна секреция недостатъчно компенсират загубата. Половото влечение (либидо) и потенцията на много мъже се запазват, макар и намалени, дори след загуба на тестисите или на функционалните им възможности, когато те се разбират добре с партньора си и ако дотогава са водили редовен полов живот. Успехът от изкуственото вкарване на хормони при отслабване на половото влечение или при застаряване най-често е далеч под очаквания, особено когато жлезите функционират нормално. Естрогените засилват либидото у жената също само при определени условия. С андрогени това се постига по-успешно. Те обаче могат да доведат при неконтролирана употреба до неприятни странични явления – „мъжественост“ (маскулинизация).

Всекидневният живот дава многобройни доказателства за това, доколко дейността на централната нервна система стои по-високо от тази на жлезите с вътрешна секреция: ние може да желаем страстно някого и да останем съвсем равнодушни към друг; един нежен поглед на любимия човек често запалва желанието мигновено, едно оскъряние може бързо да го потисне. За толкова кратко време нивото на хормоните в кръвта е невъзможно да се промени. Психиката обаче може да влияе върху жлезите с вътрешна секреция и дори да преустанови работата им. За това свидетелства спирането на менструацията и изчезването на либидото при уплаха, скръб и тревоги. Радостните чувства са в състояние да съживят дейността на ендокринните жлези.

Половият живот на човека, породените от него сексуални потребности и начинът, по който той ги удовлетворява, са по-малко биологична проява, отколкото резултат от историята на неговия живот. Тази история оформя характера му и придава на половите отношения личен оттенък. Съществената част от житейската история на човека зависи от обществените условия. Поради това сексуалното му поведение никога не е само биологически обусловено. Формата му се определя винаги от особените социални условия, които въздействуват на живота на партньорите.

Нека още веднаж с оглед на значението му за разбиране на разгледаните по-нататък полови смущения да обобщим казаното дотук: всички жизнени функции, които протичат извън контрола на съзнанието (дишането, кръвообращението, терморегулацията), имат центрове в междинния мозък. Половите функции не правят изключение. Мозъчната кора обаче ги обединява в една по-висша функционална система и ги възбужда или възпира до степен, необходима за нагаждане към обществените условия и установените от обществото житейски норми. Централната нервна система започва да действа винаги когато е нарушено равновесието между организма и околната среда. Тя коригира поведението на човека и така поддържа или възстановява жизненото равновесие. В клетките на кората на главния мозък се фиксират и оформените от правилно или погрешно възпитание обществени влияния. Субективно ние ги осъзнаваме под формата на чувства, морални понятия и т.н. И тъй като главният мозък управлява и функциите на междинния мозък, включително и на центъра на съвокуплението, сексуалното поведение е резултат от въздействието на общественосоциалните фактори, а не на сляпо действащи нагони. В съответствие с дадени изисквания човек е в състояние да задържа, да освобождава или да насочва в определено направление сексуалните си желания, т.е. да ги регулира в зависимост от окръжаващата го среда.

От тази гледна точка става разбираемо, че външният образ на човека, цветът на косата му, тембърът на гласа му, изборът на думите и жестовете му са елементи, които определят чувството за симпатия или антипатия към него, и то в зависимост от изживени в детството или юношеството положителни или отрицателни емоции. Ето защо от външния образ на човека произлизат въздействия, които предизвикват при мъжа по-силни, а при жената по-слабо изразени полови потребности и реакции.

Като последно звено на естествените различия между мъжа и

жената ще разгледаме строежа на тяхното тяло. Преди всичко правят впечатление закръглените, нежни телесни форми на жената в противовес на почти ъгловатата фигура на мъжа. От значение са гърдите на жената. Успоредно с биологичната им функция (кърмене) при повечето от хората те играят роля за взаимната полова стимулация. Гърдите при мъжа са само загатнати. Тазът и седалището на жената са по-широки и те биват причислени към женските прелести. Кожата на жената е по-нежна от кожата на мъжа. Поради това сетивните нервни окончания на кожата ѝ са разположени по-повърхностно. Затова тя обича да усеща и най-фините дразнения на кожата, които се получават при размяната на ласки. От своя страна мъжът изпитва удоволствие, когато гали нежната кожа на жената, покрита само с мъх. Към това се добавя еластичната мекота на подкожната тъкан у жената в противовес на по-грубата кожа и ясно очертаната мускулатура у мъжа. Костният скелет на жената, включително и черепът, е по-нежен. Той се отличава с по-меко очертана брадичка, по-малка челюст и по-малко изпъкнали чело и скули. Затова жената има по-изящно лице. Типът на окосмяването също допринася за общия женствен или мъжествен облик. Жените имат гъста, мека коса. Окосмяването при тях е главно в подмишниците, понякога по подбедриците; окосмяването на Венериния хълм завършва хоризонтално на височината на срамната кост, като образува триъгълник. По-рано брадата се е считала за атрибут на мъжествеността. Напоследък тя отново става все по-популярна. На гърдите и на други места по тялото някои мъже имат окосмяване с различна плътност; то не е козметичен дефект и се харесва на някои жени. Окосмяването на мъжа в срамната област има ромбовидна форма и достига пъпа. Някои смущения в хормоналната обмяна могат да причинят промени в типа на окосмяването.

Благодарение на някои особености на ларинкса гласът на жената е ясен, мелодичен и звучен. Гласът на мъжа е по-нисък и по-твърд. Често пъти индивидуалното в гласа на мъжа се съчетава с характерното за пола в особен тембър, който привлича сексуално някои жени.

Мъжете и жените се отличават по стойката и походката и изобщо – по движенията си. Позата на жената, нейните закръглени, плавни, полюляващи се, подобни на птичи полет движения са много привлекателни за мъжа. Движенията на мъжа са по-тромави, „ъгловати“ и резки. Преоблечените в дрехи на другия пол участници в маскирани балове винаги могат да бъдат разпознати по походката.

Количествени различия между мъжа и жената

	Ръст	Тегло	Мускули	Тлъстини	Кости	Вода
Жена	по-нисък	по-малко	36%	28%	3 кг	50–55%
Мъж	по-висок	по-голямо	42%	18%	4 кг	65–75%

РАЗВИТИЕ НА МОРАЛА И НА КУЛТУРАТА В СЕКСУАЛНОТО ПОВЕДЕНИЕ НА МЪЖА И НА ЖЕНАТА

Всички досега описани реакции на организма и особености на телосложението не са самоцелни. Те имат значение за човешката сексуалност само като физическа основа на нашия емоционален живот. Отреагирането на половия нагон и размножаването са присъщи на животинския свят. В по-малка или по-голяма степен човек съзнателно включва половото влечение в своята цялостна личност, като по този начин и придава присъщ на неговото развитие индивидуален отпечатък.

Развитата в любов полова потребност е придружена от вдъхновение, грижовност, влечение, разнеженост и още много други емоции, които проникват цялото ни същество.

В съвокуплението между двама души винаги намират израз постигнатите или непостигнатите при възпитанието качествени критерии на човешкия, т.е. социалния начин на живот. Във всички обусловени от географската среда и породени от историческото развитие форми на човешкия живот намира отражение онова, което в преходящите поколения благодарение на труда и съжителството е станало част от неговата култура.

Ключ за разбирането на духовните и културните влияния върху сексуалното поведение на мъжа и жената дава степената на развитие на обществената формация. Всеки човек се ражда в определена социална група на обществения строй, расте в нея и се възпитава в духа на господстващото там съотношение на силите и в съответствие със създадените за неговото съхранение закони. Ако не иска да изпадне в противоречие с този ред, той трябва да се подчини и на моралните норми на социалната група. Когато социалната група, в която той живее, не може да се идентифицира със съществуващата форма на управление (недостатъчно се задоволяват потребностите, обусловени от образованието и от

упражняваната професия; идеите прерастват в обществени отношения, които разкриват несправедлива противоречивост в жизнените условия на различните групи и прослойки), тя ще създаде нови, собствени морални норми и ще се стреми да ги реализира поне в своята среда.

Моралните норми не произхождат от един вечно валиден нравствен закон. Те са различни, променят се и служат на интересите на различни обществени групи. По-рано те са служили главно на управляващото малцинство, докато болшинството прозря антагонистичния характер на човешкото битие.

В съзнанието на много хора понятието „морал“ се свързва само със сексуалното поведение. Както обаче видяхме, моралът е съставен от норми за цялостното поведение на човека и неговата социална група. В сексуалната област моралът доскоро поставяше само забрани: „Не смей! – Това е недостойно, разпътно, греховно, неморално!“ Не е чудно, че не една религиозна общност е създавала такива правила, чието съблюдаване противоречи на първичните жизнени потребности на мнозинството. Само по този начин тя е можела да си осигури влияние върху, общо взето, „греховното“ човечество.

Историята показва, че управляващата прослойка никога не се е ограничавала в житейските удоволствия, и най-малко в сексуалните. Поддържана от духовенството, тя е препоръчвала аскетизма, но на бедните. „Моралът или неморалността ... е решително класов морал. Господстващата класа никога не се е опитвала да натрапи своя собствен морал на другите класи, защото това би било отказ от собствените привилегии“ (Левинсон). Лион Фейхтвангер пише: „Никъде другаде бездната между закона и живота не е била по-голяма, отколкото в тази област. Цялото комедийно творчество на епохата черпеше материал от противоречието между естествения нагон и общата практика, от една страна, и законодателството и официалния морал, от друга.“

Всички антагонистични обществени формации допускат в отношенията между половете един „двойствен морал“. На мъжа бе – и все още е – позволено да тълкува свободно сексуалния морал, а от жената се изискваше – и все още се изисква – да го спазва строго. „В почти всички западни култури и до днес съществуват специални сексуални ограничения за жената“ (Гизе, 1968). Някои учени се опитаха да „обосноват“ биологически двойствената нравствена норма. При това, когато е тълкувано особеното положение на жената, не е вземано пред вид общественото ѝ положение. Когато прелестта ѝ съблазняваше, тя бе змията, а мъжът, който търсеше удоволствието – жертвата. Дори Климент

Александрийски, считан за свободомислещ теолог, казал: „Всяка жена трябва да се изчервява при мисълта, че е жена.“ Само преди две столетия били изгаряни „разпътни вещици“, защото били спали с „дявола“; но нито един мъж, лягал с такива „вещици“, не е отишъл на кладата. Дори съвременният език не разполага с понятия от мъжки род, равностойни на понятията „паднала жена“ или „проститутка“.

В сферата на сексуалността моралът винаги е по-консервативен от социалноикономическата структура на обществото, което го е създадо. Той крета зад развитието на тази структура, действа дълго време като надживян морал, за да стане най-подир смешен предрасъдък. Често пъти са необходими големи усилия, за да се разчупят традициите и да бъдат създадени нови морални категории, които да ръководят човека и да са в хармония с променените жизнени условия.

Под формата на морални принципи всяко общество създава твърди правила, които поставят половия живот в определени рамки и при необходимост го ограничават. Тези правила не застрашават другите интереси на господстващите сили в обществото, а ги укрепват. Човек следва нравствените закони с толкова по-голямо усърдие, колкото повече те довеждат до удовлетворяване на индивидуалните му потребности в съзвучие с обществения живот. Ако моралът ограничава или възпрепятства интимния контакт на партньорите извън това (напр. в брака), той не само ще бъде нарушаван, но ще доведе до такива форми, от които трябва да предпазва: до ненормално или агресивно поведение.

„Двойственият“ морал на съществуващите още антагонистични обществени формации се извява в отношенията между половете в три характерни форми:

1. В различно морално нормиране и оценка на сексуалното поведение на двата пола: от жената преди брака се изисква непременно целомъдрие, а по време на брака – безусловна съпругеска вяност; на мъжа мълчаливо се позволяват и предбрачни, и следбрачни връзки.

2. В постоянно лавиране между формално признание на официалните морални норми и практическо игнориране на валидността им по отношение на собственото поведение.

3. В противоречие между „теоретичното“ вникване в общественото развитие и свързаните с него необходими норми за поведение, от една страна, и упоритото придържане към надживени вече изисквания на морала.

Нашият социалистически морал трябва да се утвърждава, като преодолява остатъците от непоследователност, неискреност и нечестност

на „двойствения морал“, който в същност е аморалност. При новите форми на общуване между половете ще се изменят съществуващите все още разлики в обичайното сексуално поведение на мъжа и на жената. Енгелс окачестви освобождения от експлоатация и потисничество човешки род по отношение на морала му като „поколение от мъже, които никога в живота си не са изпадали в положението да купуват безчестието на жената с пари или с други социални средства за упражняване на власт, и поколение от жени, които никога не са били принудени да се отдадат на мъж не от истинска любов, а от други подбуди, или пък да откажат на любимия си от страх пред икономически последици“.

Високите изисквания на един такъв морал за достойни за човека отношения между половете нямат нищо общо със сексуалния аскетизъм или с прекаленото благонравие. Марксистката етика утвърждава любовта не само като духовна връзка и дълбоко чувство между мъжа и жената, но и като материализирано чувствено изживяване на привързаността при физическата близост. От морал на гледна точка половият живот е оправдан не само като брачна връзка и не само тогава, когато е средство за продължаване на рода, но и като задоволяване на влюбените в една нравствено пълноценна и обществено отговорна взаимна връзка. Удовлетворената любов – тук се включва и половото задоволяване – е съществен елемент на развитието на личността и изява на съществуването на човека. Тя е една от елементарните потребности на човешкия живот. Бебел е бил на мнение, че „човек би трябвало по нормален начин да задоволява нагона си, който е тясно свързан с неговата най-интимна същност“. „Ако в това му се пречи от обществени институции и предразсъдъци, развитието на неговата природа би било задържано.“ Това утвърждаване на чувствеността и за нас е било и е свързано преди всичко с изискване за морална чистота и чувство за отговорност, за уважение и доверие, за откровеност и честност. Половите отношения между мъжа и жената съответствуват на положението на човека като обществено същество. Те са изпълнени с много повече взаимна любов, която вижда в партньора не само пола, но го възприема като цялостна личност и търси в него допълнение на собствената личност. Половото сношение съвсем не е само органично съединяване „в една плът“, както е писано в библията, но същевременно е израз на духовната и моралната връзка на две личности.

Такива критерии за достойна по човешки близост между мъжа и жената са в основата на специфичните полови различия в интимното им поведение.

„Мъж и жена“ е едно понятие от две думи, което на пръв поглед съдържа две противоположности. При внимателно разглеждане се вижда, че в същност то съдържа много общи неща. Телесно мъжът и жената се различават много. В това не се съмняват нито лаикът, който разпознава от 100 м разстояние грациозността на женските форми и движения и не може да ги сбърка с мъжкото телосложение и походка, нито изследователят, който може дори под микроскопа да определи дали се касае за тъканини срези от мъжки или женски органи.

На пръв поглед изглежда лесно да се разграничат мъжът и жената по психическите им особености: да се направи това се оказва много трудно. Да си представим жена без женско тяло, без женски глас и женски движения. Какво би останало от женското поведение? Чувствата, особеностите на характера, интересите, склонностите се влияят от социалните, културните, възпитателните, т.е. от обществените въздействия несравнимо по-силно, отколкото характерните особености на телосложението, които по размери и развитие не са се променили съществено през последните столетия. Сексуалното поведение на жената и мъжа се подчинява на историческите промени, но същевременно е биологически определено. У съвременния човек някои полови отправления се осъществяват почти по същия начин, както при древния човек. Други пък са по-силно зависими от обществените влияния и понякога са толкова различни от епоха до епоха и от народ до народ, че сравненията са трудни. Интересно е да се знае дали и по какво се различават в наше време жената и мъжът в поведението и чувствеността си в най-интимната област.

Такива различия съществуват и въпреки промените на сексуалното поведение вероятно ще съществуват и в бъдеще. На някои от тях се дължи изцяло взаимното привличане на половете. Други, напротив, могат да се превърнат в източник на затруднения при общуването и на разногласия. Затова би трябвало да познаваме най-важните от тях и да ги вземем под внимание. В случай на необходимост трябва да се опитаме да ги преодолеем или поне да ги смекчим, тъй като възпитанието и житейският опит могат да им повлияят. Тъй като не са обусловени от биологични фактори, те се дължат предимно на столетни традиции и нрави. Затова ще се спрем накъсо върху обществените промени през последните десетилетия и особено – на онези, които доведоха до равнопоставеността на жената, и ще видим дали успешната дейност в стопанския и културния живот е променила сексуалното ѝ поведение.

Фактическият материал, с който разполагаме, позволява да се направят следните заключения: общественото положение на половете

повлиява решително техния профил (самочувствието, волевите качества, поведението в обществото и др.). Това влияе най-общо и върху отношенията между мъжа и жената в брака им. Интимната близост и чувствеността се променят много по-бавно и по-малко от мирогледа, интересите и потребностите в другите области на живота. Но и в сексуалното поведение и потребностите на половете се очертават вече някои промени. Религиозно необвързаната, политически прогресивната, стремящата се към образование жена клони преди всичко към по-голяма лична инициатива – инициатива не само в избора на партньора и оформянето на любовните отношения, но даже и в сексуалната активност в по-тесен смисъл на думата. Това се отразява благоприятно върху нейните преживявания. Тези тенденции на развитието и техните обществени предпоставки не трябва да се забравят в следващото описание на господстващото днес сексуално поведение на мъжа и жената. При това, подчертавам изрично, се касае не за взаимно изключващи се противоположности, а само за „типично“, ясно изявено женско, респ. мъжко сексуално поведение. Естествено съществуват индивидуални отклонения и даже аномалии. Те подчертават многообразието на половия живот на човека.

Някои различия в интимното поведение на мъжа и жената са резултат на филогенетично възникналата и закрепена полярност на половете.

Сексуалността е заложена по-пълно в цялостната личност на жената, отколкото на мъжа. В една анкета 81% от жените и само 49% от мъжете са отговорили, че сношението с нелюбим партньор не ги удовлетворява. При избора на партньор мъжете се повлияват по-силно от физическата красота, отколкото жената, която се ръководи повече от личността и от характера на мъжа. За разлика от много мъже днес повечето от жените са заинтересовани в половия си живот не само от сексуалните отношения. Желанието за здрава връзка, дълготрайни отношения и образуване на семейство е по-силно изразено и стои на по-преден план при жените, отколкото при някои мъже. Смяната на партньора и измяната е по-рядка при жената. Тя по-силно се стреми към внимание и нежен контакт. Разбирателството, взаимното доверие и хармонията в брака са важен фактор за половата стимулация на жената. Голям е процентът на жените, които заявяват, че им липсва полово влечение или че то е слабо. Жените обаче много рядко са лишени напълно от сексуални желания и надежда за удовлетворяващ ги партньор. Здравите мъже чувствуват отчетливо и открито признават половите си потребности.

Въпреки че жената узрява полово по-рано от мъжа, потребността ѝ за сношение и способността и да бъде удовлетворена полово се събуждат

по правило по-късно. При това те рядко се развиват спонтанно, както е при мъжа, а едва в хода на половия им живот.

Обикновено жената започва да се стреми към полово сношение едва след по-продължително познанство, което я е подготвило да се отдаде на партньора. Той по-бързо се възпламенява от телесната близост с нея и у него много скоро се появява желание за интимност. Сексуално-етичното възпитание го учи да се съобразява с по-бавно нарастващото и желание за полова връзка. Разбира се, тези мъже, които в продължение на години се държат „прилично“ и не искат „всичко“ от приятелката си или годеницата си, са прекалено стеснителни или сексуално непълноценни.

Мъжът поема много по-често активната, настъпателната роля; той ухажва и търси възможности за полов контакт. Инициативата е негова и при поканата за полов акт, подготовката и изпълнението му. Обратно, жената се отдава, като му предоставя водещата роля, но без да бъде пасивна. По-скоро се касае за специфична женска активност, чиито еротичнополови тенденции тя не винаги осъзнава. Нейното облекло, подчертаващо или отчасти показващо телесните ѝ форми, люлещата се походка, играта с поглед и гримът допринасят за доброто ѝ самочувствие. Това, че с държането си тя стимулира мъжа и подтиква ухажването му, не винаги е преднамерено. Често жената просто иска да се хареса, да бъде привлекателна. Когато тя най-после възнагради мъжа с някой малък успех, т.е. направи „втората крачка“, тя го поощрява за по-нататъшна близост и т.н. Някои мъже изобщо не изчакват втората крачка.

Желанието за нежност е взаимно, макар при много мъже то да е било потиснато поради възпитание в криворазбрана мъжественост. То се изразява в стремеж към съзерцание и тесен контакт с жената. Тези усилия на мъжа допълнително я стимулират и събуждат в нея желанието да го дари с нежност. „Да обичаш, ще рече да изпитваш удоволствие, когато гледаш обичания и обичаш човек, докосваш го и го чувствуваш с всичките си сетива от непосредствена близост.“ Така Стендал дефинира активния стремеж за контакт у двамата. Жената се възбужда от усещанията, които мъжът ѝ носи със своята нежност и с ласките, които ѝ дава. Това ѝ доставя удоволствие. Когато тя затвори очи (много мъже не правят това при съвокуплението), тя се защищава от отвличащи я външни дразнения и се концентрира в преживяването; тя възприема по-дълбоко насладата от получената нежност. Жената повече от мъжа предпочита половият акт да се извършва на тъмно. Активността на мъжа е насочена навън, към жената; той изживява ескратензивно. Жената приема ласките

на мъжа и ги изживява проприоцептивно, т.е. в собственото тяло. Във връзка с това съществува още една разлика: при мъжа чувството на удовлетворение е концентрирано в пениса, който е почти винаги податлив на дразнения. Ерогенните зони на жената са разположени по цялото ѝ тяло. Тя може да почувствува докосването почти на всяко място като удоволствие, но само когато я докосва желаният партньор и ако тя е съответно настроена. В сношението тя участва с цялото си тяло и с цялата си личност. Това се отнася и за мъжа, но все пак действието на неговите генитали е най-важно за преживяванията му.

Един малко известен факт: цялостната психическа нагласа влияе много по-решително върху потребността на жената от сексуални контакти, отколкото при мъжа. Повечето жени обаче се възбуждат сексуално само от непосредствено физическо дразнение; оргазъмът на жената почти без изключение се достига само при продължително и локализирано въздействие върху гениталите. Мъжете се възбуждат силно само от представата за близостта с любимата жена. Порнографите снимки и порнографната литература се произвеждат и се търсят предимно от мъже, в съответствие със сексуалния им манталитет. На много жени те действуват отблъскващо. Мъжкото тяло с неговите полови органи предизвиква полова възбуда у жената едва тогава, когато мъжът се докосне до нея и по този начин я стимулира. Разбира се, жените могат да се възхищават на един красив мъж, но видът на добре сложеното му тяло е в състояние да възбуди сексуално много малка част от тях.

Описаните полови различия са толкова по-малки, колкото по-силно са развити либидото и сексуалната възбудимост на жената.

Желанието за полова активност се развива у жените едва след като са започнали полов живот. Това вероятно е една от причините, поради които за тях е по-лесно да се откажат от сношение или да запазят верността в брака. Същевременно това става причина за разочарования, когато първите контакти с техния идол не оправдават очакванията.

Жената се възбужда по-малко, когато се показва пред мъжа гола или облечена в прозрачно бельо. Тя по-скоро прави това, защото знае, че му харесва. Жените, които чувствуват по друг начин, в никакъв случай не са лишени от женственост. Жената обаче се възбужда едва под въздействието на сексуалната активност на мъжа. Понякога мъжът се възбужда от разговори на сексуална тема. У жената еротичната литература или някои сцени в любовни филми събуждат желание за нежност и по-рядко – за сношение.

По-голямата и по-пластичната сексуална фантазия на мъжа

допринася покрай другото за това, че още в началото на телесния контакт той започва да се стреми към съвокупление, докато жената по правило копнее за по-продължителни подготвителни ласки, по време на които тя се подготвя за половия акт.

В отговор на разнообразни дразнения мъжът откликва по-често със сексуално желание. Жената (повече или по-малко съзнателно) изчаква ухаждането на партньора. Силата на неговия нагон се запазва относително постоянно в продължение на живота му, с тенденция за бавно отслабване. При жената не е така: нейното либидо зависи много от мъжа, с когото е свързана, и до средата на живота ѝ, а често даже далеч във втората му половина то се увеличава.

Жените понасят по-лесно временното въздържание от мъжете. При по-студени жени половият нагон може изцяло да гасне, в случай че са останали по-дълго време без партньор или че са разочаровани от мъжете. При мъжа, обратно, тези обстоятелства без изключение водят до онанизъм⁵, нощни по-люции или до полови извращения. Половите извращения и сексуалните престъпления са рядкост сред жените.

При цялото разнообразие в проявите на половото влечение жената жадува за много и продължителни ласки от страна на един определен партньор; мъжът често не успява да отговори на това изискване и търси промяна на начина за задоволяване или на партньорката.

Женската сексуалност е подложена по-често и по-продължително от мъжката на социални и психически влияния и поради това е по-ранима и по-зависима от външни обстоятелства.

Съществуват големи разлики в оргазъма. При жената той е много непостоянен и често отсъства, но завладява тялото и физиката на повечето жени много по-цялостно и по-интензивно. Сексуалните усещания на мъжа се локализируют повече в половите му органи; личността му не се завладява толкова дълбоко от това изживяване. Сладострастието и чувството на блаженство у жената траят по-дълго. След акта тя се нуждае от още нежност, докато след еякулацията желанието за контакт у мъжа бързо намалява и той временно остава безразличен към половите дразнения. Жената може да бъде задоволена за по-дълго време от един пълноценен акт и да не бъде недоволна, ако случайно не е достигнала до оргазъм.

Понастоящем най-очевидната разлика между двата пола

5. Авторът счита термина „онанизъм“ като неправилен. Това се изяснява в съответния раздел на книгата (б.ред.).

(потвърдена от клинични и анкетни проучвания в миналото и днес) се състои в това, че жената (средно взето, но не и във всеки отделен случай) много по-рядко от мъжа достига до оргазъм. По данни от специалната литература и от собствени проучвания съотношението е около 10:1. Това неблагоприятно за жената съотношение става още по-ясно, ако се вземе пред вид общият брой на оргазмите през целия ѝ живот и следните факти: девойките онанират много по-рядко или никога; жените стигат до оргазъм едва след няколкогодишен брачен живот и дори тогава той често им липсва; жените са принудени да се въздържат по време на бременност, след раждане и при мензис; либидото търпи периодични колебания; много жени са фригидни или рядко достигат до оргазъм; голям е броят на вдовиците и самотните жени.

Тази равностетка изисква изменение на съществуващото състояние. Още в началото на тази част бе казано, че различията в сексуалното поведение на мъжете и жените не винаги са специфични за пола и че те се създават под влияние на възпитанието и общественото мнение. Както показват по-нови проучвания, още сега в по-младото поколение много разлики, считани за типично полови, са намалени. Това се отнася преди всичко до половите потребности, до способността да се отреагира и до половата активност. Ние впрочем не се стремим към уеднаквяване, тъй като психосексуалните различия обуславят привличането на половете. Става дума за това да бъдат напълно разгърнати естествените възможности на жената и мъжа за обогатяване на техните отношения. Поведението на много жени спрямо околните (клюкарството, невъздържаните изказвания по адрес на другите) ги уличава в лъжа, когато твърдят, че са уравновесени и доволни в един брак без полово задоволяване. Поради това нека още веднаж да подчертаем, че съдържание на половия живот е ощастливяването на човека и заедно с това – осигуряването на хармонично, безпрепятствено развитие на личността му в обществото и в съвместния живот с един човек от другия пол. По този начин сексуалността допринася за диференциране на емоционалните и културните потребности и за разгръщане на цялостната личност на човека.

Глава 2 ПОЛОВО РАЗВИТИЕ И ВЪЗПИТАНИЕ

НАЙ-ОБЩО ПО ПОДГОТОВКАТА ЗА ПОЛОВ ЖИВОТ И БРАК

От много поколения насам в нашата географска ширина мълчаливо се е приемало, че отглеждането на децата в едно семейство им осигурява достатъчна възпитателна подготовка за срещата им с другия пол в сексуалния живот и в брака. Но и за нашите предшественици, както навсякъде, са били валидни строги обществени и културни норми и предписания за брака. Те са били тясно свързани с останалите модели на поведението на дадената обществена формация. В епохата на феодализма например е съществувало правото на феодала да дефлорира дъщерите на крепостниците (*jus primae noctis*)⁶. Без съмнение върху нашите предшественици е действувало отрицателното влияние на библейското поучение, че половите връзки са греховни, ако не служат за продължение на човешкия род. Това влияние впрочем и днес не е напълно изживяно. В резултат на това е съществувало и все още съществува колебание сред широки кръгове от населението относно съдържанието и формата на сведенията, които трябва да се съобщат на детето по половия въпрос, без това някога да му се стори неморално. Когато апелираме към отговорността на родителите да предпазят децата си от телесните, душевните и социалните последици на нехармоничните полови отношения, е необходимо да се подчертава значението на сексуалността за развитието на индивида и за брака.

Брачното съжителство е висшата форма на социално поведение, която е възможна между двама души. В брака индивидът се слива с равнопознава личност от другия пол в едно ново, повисше единство и в него възпитава нови качества на характера.

Възниква въпросът, дали за щастливия брак е необходимо партньорите да правят компромиси и да се откажат от някои черти на своята личност? Повърхностно разгледано, това изглежда правилно. Това схващане обаче изхожда от една индивидуалистична позиция, според която всяка личност представлява един изолиран индивид. Ние обаче видяхме, че двойката представлява филогенетично възникнала жизнена единица,

6. Право на първата (брачна) нощ (б.ред.).

чрез която единствено всеки от двамата може напълно да се възползва от представените от природата и обществото възможности за щастлив и успешен живот.

Човек може да изпита щастие в най-високия смисъл на тази дума само от постигнат заедно с други хора успех. Сексуалната близост също води до дълбоко удовлетворение и до хармония само тогава, когато развитието на нито един от двамата партньори не се ограничава. Тогава промяната на някои от съществуващите преди брака личностови черти не е загуба: напротив, бракът дава възможност за усъвършенстващо, взаимно модофициращо развитие на характерите.

Бракът е обществена институция която регулира отношенията между половете. Той не е създаден за задоволяване половите потребности на хората. Както и моралът, той е възникнал, за да удовлетвори други обществени потребности: отглеждането и възпитанието на децата, запазването на имота, наследството и т.н.

Морган, Енгелс и други учени доказаха, че бракът и семейството са произлезли главно от господстващите в дадено общество производствени отношения. С други думи, те са следствие на икономическа необходимост, а не на индивидуалните еротични потребности. Едновременно с това формата на брака и неговото нравствено оправдание са резултат и на трезва демографска политика. Така например след кръвопролитни битки Мохамед е поощрявал останалите живи войници да вземат жените на падналите си другари и да се женят за по две, три или четири от тях. След Тридесетгодишната война Райхстагът в Регенсбург, за да възстанови човешките загуби, разрешил на всеки мъж да има по две съпруги. Без съмнение в хода на историческия процес бракът е претърпял много видоизменения.

Известен е преходът от честата по-рано полигамия (многоженство) към моногамия (брак на един мъж с една жена).

Енгелс окачестви този преход като най-крупен нравствен прогрес. За миналите поколения бракът е бил или съжителство за зачеване или икономическо съдружие. Бракът може да бъде пълноценен едва когато се превърне в общност на любовта, в която партньорите признават един на друг равни права и еднакви задължения и си оказват взаимно внимание и доверие. Само тогава има изгледи моногамията да не остане само юридическа форма, а да се превърне във всеобхватна житейска общност. Тя включва общото домакинство, отглеждането и възпитанието на децата, задоволяването на социалните и културните потребности.

Такива бракове и семейства могат да се развиват пълноценно само

там, където са създадени подходящи обществени отношения, където хората от всички слоеве на населението могат да сключват брак по любов, без икономически съображения и съсловни ограничения.

Бракът по любов е важна, макар и не единствена предпоставка за щастлив полов живот; същевременно той предотвратява половите затруднения, разочарованията и разводите.

Поведението на един човек в брака до голяма степен се определя не само от личния му опит в собственото семейство, но и от опита, придобит при участието му в живота на цялото общество.

В зависимост от възпитанието сексуалността е управляема. Животинските инстинкти могат да се овладеят, а поведението да приеме съответстваща на обществените изисквания форма. Потискането на животинското се осъществява от мощните фактори на възпитанието в главния мозък; то може както да бъде полезно, така и да вреди. Например при поощряване на половите потребности възпитанието може да доведе до честа смяна на партньора (промискуитет), ако човекът не е бил възпитан да уважава другия пол. От друга страна, оклеветяването на сексуалността като нещо греховно, нечисто или недостойно довежда индивида до конфликти, които могат да станат причина за смущения или за погрешно поведение.

От всичко това става ясно, че ние можем да окажем силно влияние върху бъдещото щастие на своите деца или даже да му навредим, ако при сексуалното им възпитание съзнателно или несъзнателно поставяме неправилно акцентите и ако не се съобразяваме в достатъчна степен с решаващото влияние на семейството, на обществената среда.

ПОЛОВОТО РАЗВИТИЕ В ДЕТСКАТА И МЛАДАТА ВЪЗРАСТ

Още от първия ден на живота си човекът зависи от своя пол. Дори родители и възпитатели, които пренебрегват този факт, формират у детето поведение, съответстващо на пола му и осигуряващи социалната му приспособимост. Социалната среда, в която израства детето, очаква от него – именно поради пола му – едно или друго поведение. Вън от това с облеклото или с избора на играчките родителите определят оформянето на полово различни черти на характера. С думи като „Момичетата не правят така“, „Ти не си момиче“ родителите влияят различно на момичетата или на момчетата. Не на последно място е възпитателното

значение за половата принадлежност на възложените малки задължения в домакинството. Всичко това дава отражение върху характера на детето и върху положителната или отрицателната оценка на собствения или на другия пол.

Колкото и силен да е стремежът на родителите да съобразяват възпитанието с половата принадлежност на децата си и да следват социалните традиции, те обръщат недостатъчно внимание на запознаването им с половите различия между мъжа и жената. Като се започне с разликите в прическата и облеклото, с начина, по който се ходи по малка нужда (между другото за момичето това е първата и не единствена причина да се чувства онеправдано от природата), и се стигне до приятната топлота на майчината прегръдка и до различния тембър на гласовете на майката и бащата, нашите деца многократно се сблъскват с тези разлики. Ние сме оставили на тях сами да откриват разликите между момичета и момчета, майка и баща, жена и мъж.

Ако скриваме от тях телесните различия между половете, децата в скоро време ще заподозрат в тях някаква тайна, която ще се стремят да разкрият – също скришом. В пола на своите родители те ще виждат нещо забранено; всичко, което научат или предположат, те ще пазят в тайна и ще обсъждат подробно само с близък приятел. Така още в ранното детство бива застрашено нормалното физиологично развитие; така се разрушава доверието, което е необходимо за успеха на възпитателната работа.

В първите години на живота децата с удоволствие играят със собствените ръце и крака, както и с половите си органи; по-късно те подражават на родителите си, като се пудрят или мажат с крем в т.нар. „срамна“ област. Погрешно е да се търсят в това сексуални мотиви. Трябва да обърнем особено внимание на това обстоятелство, защото някои родители мислят, че такива мотиви има и често наказват строго „лошата ръчичка“. По този начин те „постигат“ само това, че усещанията от тази област на тялото се свързват със страх от наказание. Обикновено през следващите месеци и години вниманието на децата е насочено навън от тялото им – към предметите на околната среда. Когато в началото на училищната възраст едно момче отново или за пръв път започне да играе с половите си органи, това не бива да се надценява. Събитията в училището много бързо надделяват над евентуално свързаните с това приятни усещания. В тази възраст едно такова действие все още не е насочено към някакъв партньор. Детето наистина търси приятелство, но не в сексуален план. Всяко живо същество се стреми да се бори с

изискванията на околния свят заедно с някой друг. Така и детето още от първия ден на живота си се нуждае от близостта на своята майка или на своите възпитатели. В първите училищни години то се нуждае също така силно от близостта на някои училищен другар – все едно от кой пол. Докъм десетатаединадесетата година децата в сексуално отношение са относително неутрални и живеят главно с общите интереси на съучениците си. Дотогава половите им органи се развиват незначително. Децата предимно наблюдават събитията и явленията в заобикалящия ги материален свят и ги овладяват заедно с „партньорите“ си. Това не изключва определен интерес към телесните различия, който понякога вече се насочва мислено към другия пол. Този интерес се усилва от неизбежно възникващите въпроси (откъде се появяват или как се създават децата), от различните изисквания, които биват поставяни в часовете по физкултура към момчетата и момичетата, от наблюдението, че в къпалните момчетата и момичетата ползват отделни съблекални. Поради това не е за учудване, че през този период в играта „на лекари“ биват изследвани частите на тялото и на другия пол. И в този случай причина е любопитството, а не сексуалният порив.

В пубертета покрай придобитите дотогава от социалната среда знания за пола се присъединява и съзнанието, че човек принадлежи телесно и психически към даден пол. Даже и в смесените класове дългогодишното възпитателно въздействие довежда до разделяне на обособени групи по полов признак и до разпадане на първоначалната другарска общност. Всяка група започва да търси собствен път. Всички жизнени прояви на юношата са полово обусловени. Развива се и съответно сексуално поведение.

Физическото развитие се проявява с видимо увеличение на ръста. За една-две години децата почти достигат окончателния си ръст. Макар теглото им също да се увеличава, децата изглеждат мършави и несъразмерно развити. По-късно те по-напълняват, телесните пропорции се формират като мъжко или женско телосложение. Набъбналите като цветни пъпки гърди на момичетата напълняват и се закръглят; тазът им се разширява. Появилото се още на 11–12-годишна възраст окосмяване на Венериния хълм става по-гъсто, разширява се и малко по-късно се следва от окосмяване под мишниците.

Възмъжаването на момчето започва средно с 1–2 години по-късно от израстването на момичето в жена. Костите и мускулите на момчето стават по-здрави. Текстикулите и членът му бързо нарастват. Скоро след това гласът започва да мутира и се появяват мустаците.

Тези телесни промени се дължат преди всичко на основни промени в хормоналната обмяна.

В резултат на ендокринни процеси при момичето средно около 13-годишната възраст се появява първата менструация (менархе), а при момчето на около 14-годишна възраст – първата еякулация (еякулархе). Ако това стане 1–2 години по-рано или по-късно, няма причини за безпокойство. Такива отклонения са нормални. Тъй като единствено тези явления са точно установими по време белези на половата зрелост, които се запазват достатъчно в паметта, учените отдавна ги използват като ориентир за половото развитие. Макар и не съвсем точно, в статистическите проучвания тези две дати дават възможност за много интересни изводи относно връзката между половата телесна зрелост и сексуалното поведение.

Миналите поколения са узрявали полово по-късно, отколкото днешните. През 1906 г., т.е. преди около седемдесет години, първата менструация се появявала при момчетата средно на 15 1/2-годишна възраст – над 2 години по-късно, отколкото днес. За първата еякулация при момчетата има съвсем малко по-стари изследвания. От тях обаче се вижда, че и тя е настъпвала почти две години по-късно. Това ускоряване на развитието, наречено „акцелерация“, може да бъде проследено чак до миналото столетие и засяга не само половото узряване, но и ръста, теглото и други признаци на развитието.

Акцелерацията е обяснявана с влиянието на климата, с урбанизацията, с претоварването на съвременния живот с дразнители, както и с променения начин на хранене: увеличаване на количеството на пълноценните белтъци и мазнини в храната на децата. Статистически е доказано, че и днес по време на бедствия или в бедните слоеве на населението юношите узряват полово по-късно.

Последните наблюдения показват, че акцелерацията зависи предимно от социалните фактори. Тя съвсем не показва застрашително преждевременно развитие на децата, а означава, че при подобрените жизнено условия днес развитието, което по-рано е било забавено, протича по-добре.

По-ранното полово съзряване не води непременно до по-ранно започване на интимните отношения. Тук играят определена роля възпитателното въздействие на обществото и образованието. Това личи от следния пример: гимназистите и студентите започват полов живот, общо взето, по-късно от своите връстници, които вече са упражнявали някаква професия.

Впрочем първото сношение изобщо не е начало на полова активност. Скоро след узряването на съответните органи момчетата имат определени сексуални прояви; след първата еякулация повечето от тях започват доста редовен полов живот, като се самозадоволяват (онанират). Кръгло 90% от юношите правят това. В края на пубертета юношите започват да онанират по-рядко и съвсем престават, когато започне интимният им живот или се появи истинското приятелство между девойките и юношите.

Девойката обича с цялата си личност, без разрыв между любовта и секса. Половото желание обикновено се събужда в нея от връзката ѝ с партньора. Това е причината, поради която самозадоволяването при момчетата играе по-малка роля – само половината от жените го познават. Много от момчетата започват да го практикуват след случайни механични дразнения (напр. при катерене по върлина) или под влиянието на психическа възбуда, а нерядко – по внушение на приятелки.

Все пак самозадоволяването, наричано още мастурбация, ипсация или – неправилно – онанизъм, е най-често срещаната форма на сексуална дейност в младежката възраст. Младежката мастурбация – по този въпрос всички учени са единни – не е вредна нито за тялото, нито за психиката. Изключение правят може би единичните случаи на мастурбационни ексцеси. Доказано е, че младите хора, които мастурбират, при дадени социални условия започват полов живот по-късно от останалите. Следователно за младия човек мастурбацията е един вид заместител на половото общуване. Опитите тя да бъде предотвратена с морални предписания, заплахи, наказания или даже чрез насилствено ограничаване на достъпа на ръцете до половите органи, са осъдени на провал. Колкото и да е странно, все още съществуват родители, които са способни да връзват нощем ръцете на децата си за леглото. Във викторианска Англия продавали нещо като намордник, който се надявал на члена на момчето и се заключвал.

Проблемите, свързани с половото развитие на децата и младите, не се решават със забрани; те изискват разбиране и точно познаване на взаимодействието между биологичните и социалните фактори.

МОДЕЛИРАЩАТА ФУНКЦИЯ НА ОБЩЕСТВЕНАТА СРЕДА

Единството между организма и околната среда и във връзка с това

ролята на средата за изявяването на особената същност на човека бяха изтъкнати неведнъж. Самият човек нарекохме продукт на обществената среда. От кибернетична гледна точка съзнанието на човека може да се разглежда като вътрешен модел, върху който обкръжението в неговата цялост упражнява определящо, моделиращо влияние. Без съмнение в началото на живота атмосферата в дома на родителите представлява главната част от средата на малкото дете. За децата от яслите светът вече става много по-широк. Но да се върнем в родителския дом. Когато характеризираме климата в семейството, трябва да изтъкнем, че често у бащите и у майките са възпитани коренно различни модели на поведение. В зависимост от преобладаващите в тяхното възпитание елементи (например повече или по-малко изразеното признаване на равноправието на половете, надменността на мъжа, подчинената роля на жената или нейната вътрешна съпротива срещу неговите господарски навици) от децата, все едно дали са момчета или момичета, се изисква съвсем различно поведение. От тези противоречия в собствения дом и от поведението на родителите те създават пример за подражание, който отнасят със себе си в своите социални групи (напр. в детската градина или училището). Успоредно с това децата незабелязано наблюдават как родителите им се отнасят помежду си. Те долавят различията в поведението на бащата и майката. Бащите с удоволствие поощряват в синовете си, а майките – у дъщерите си това, което те считат за целесъобразно на основание на своя опит. По такъв начин децата от двата пола често посъпват в своята социална група в детската градина или училището със съвсем различни представи за ролята на мъжа и жената.

Би било много погрешно да вярваме, че в една общност от момчета и момичета на една възраст се формира еднородна социална група, изграждаща и формираща по един и същ начин характера на децата. Тъй като на всяко стъпало на развитието и във всяка възраст човек е продукт на своята среда, то и в една такава група във всяко отделно дете си дават среща различаващите се резултати от възпитанието в семейството. Децата заедно изживяват влиянието на възпитателите. То произтича, от една страна, от изискванията на обществото към възпитателя, а, от друга – от поведението на самия възпитател. По този начин децата в своето поведение са изложени на оценки и влияния, които те сами ще преработят на базата на възпитания от родителите идеал. Където влиянието на родителите, детската градина и училището се покриват, децата преодоляват влиянията безконфликтно. Съпротива се наблюдава там, където влиянията са противоречиви. Децата в относително ранна възраст се

нуждая силно от признанието на връстниците си, защото от това зависи хармоничното им включване в социалната група. Затова те се стремят да отговорят на господстващите в групата качествени критерии. Съпротивата срещу родителите се явява тогава, когато те не разбират стремежа на децата да се изявят.

Усилията, които децата полагат, за да постигнат социален престиж, са многообразни. Те могат да се проявят в стремеж към модно и елегантно облекло, което родителите не винаги могат да им осигурят. Тези претенции трябва да се посрещат с разбиране, но и да се насочват правилно.

В същото време върху децата действа и опитът, който те добиват от околната среда. Те виждат първите нежни контакти между по-големите момчета и момичета и си мислят по своему за тях. Те виждат, а и чувствуват, че хулиганското поведение, надменното самохвалство или „смелостта“ да пушиш в междучастията могат да компенсират подронения от слаби спортни прояви авторитет пред другарите. Така децата набират извън своя тесен житейски кръг ценности и заблуди, които от своя страна могат да повлияят върху техния идеал по най-различен начин. Затова, като имаме пред вид моделиращата функция на околната среда, не трябва да се учудваме, че държанието на мъжете (напр. на бащата към майката) или на непълнолетните (напр. на ученика към приятелката му) оформя поведението и на момчетата към момичетата в училището. Под влиянието на снимки на голи тела или на еротични филмови сцени, които подчертават женските форми и осакатяват индивидуалния и обществен профил на жената, ограничавайки го само в рамките на половите ѝ особености, поведението на някои непълнолетни момчета принизява момичето до обект на полово задоволяване. Причината за това е в родителския дом с неговото престорено благочестие, покриващо сексуалността с тайнственост. На всичко отгоре по време на семейни празненства децата често научават, че в дома им съществува диалектичната противоположност на това „благочестие“, когато в тяхно присъствие бащата и майката под влиянието на алкохола разказват или жадно слушат цинични анекдоти или намеци от сферата на половия живот. Подобни примери се пренасят в приятелския кръг в училището или в завода: те се придружават от преувеличени и най-често измислени разкази за собствени „подвизи“. Поведението на такива самохвалци събужда полово желание в съзнанието на неопитните. Сексуалността и жената като носител на женските полови белези стават обект на копнежи и фантазии или, когато „гроздeto е много кисело“ – на пренебрежителни разговори.

Така жената се превръща в обект за задоволяване на половото влечение и с нея се разговаря и постъпва съответно – защото от разказите на самохвалкото ясно е проличало, че жените и момичетата се третират и покоряват тъкмо по този начин.

Средата влияе върху съзнанието и на младото момиче и това влияние също може да бъде положително или отрицателно. Вследствие на развитата си сексуалност то неволно действа възбуждащо върху фантазията и поведението на своите съученици. Достигнало същата степен на развитие, но станало вече обект на ухажване, момичето няма правилни критерии за избора на партньор. В него обаче вече говорят заетите от романите и филмите идеали и идолите на мъже и жени. В стремежа си да им подражава момичето подчертава своите провокиращи прелести и си навлича последствия, които не може да предвиди, нито е желало. Когато някой започне да я ухажва, девойката под влиянието на своя мъжки идол понякога не съумява да скрие симпатията си и може да повярва, че е влюбена. Често тя става жертва на настойчивостта на мъжа и се вижда принудена да докаже „любовта“ си, като му се отдаде.

От юношите не остава скрит и фактът, че болшинството от възрастните са имали предбрачен полов живот и че много от тях поддържат извънбрачни полови връзки. Осемдесет процента от брачните двойки, сключили брак през 1960 г., са заченали първото си дете преди брака. В това число не са включени извънбрачно родените деца. Според нашата анкета 40% от омъжените и неомъжените жени от всички възрастови групи са имали един партньор; 40% са имали интимни връзки с двама до четирима мъже, а 20% – с петима или повече мъже. При мъжете броят на партньорките, с които те са поддържали предимно предбрачни полови връзки, е значително по-голям.

Най-новите проучвания на Централния институт за изследване на младежта показват, че в Лайпциг 98% от младежите са имали полово сношение преди брака, при 60% от младите хора първото полово сношение е осъществено преди 18-годишната възраст; болшинството от тях по това време не са и мислили да създават семейство. При 20% от младежите сношението е станало през първия месец след запознаването, при други 30% – през първите три месеца. Половината от младите двойки са се познавали повече от три месеца, преди да стигнат до полово сношение, само при една от осем двойки този срок е бил по-дълъг от една година.

В почти всички страни е установено, че началото на половата активност се измества към по-младата възраст. Би било неправилно в това

да се вижда опасност или по-слабо развито чувство за отговорност у младите. Днес любовта много по-често е причина за половия контакт, отколкото в миналото. Преобладаващото мнозинство от младите хора се стремят към брак и семейство, към постоянство и вяност в съвместния живот. Така че и днес все още първият партньор в интимния живот при повечето от младите хора става и брачен партньор. Това се отнася и за мъжете, и то по-често, отколкото по-рано. Следователно сексуалността си остава ориентирана към брака, макар да е практикувана преди него.

Посочените цифри характеризират обективно климата, в който младите хора могат днес да намерят мярка за избора на партньор и идеал за ощастливяващата полова близост. Върху тях действуват, разбира се, и наложените от двойствения морал традиции на различните социални прослойки. В някои състоятелни кръгове съставна част на „половото възпитание“ е било натрупването от синовете на предбрачен „опит“, и то с прислужничките или с момичета от по-нисък съсловен произход. Същият този син обаче очаква от девойката, която е избрал за жена, да е девствена; самият израз вече показва подчинената роля на жената. В желанието на мъжа да бъде първият проличават остатъци от мъжкото право на собственост върху жената, макар да е възможно някои мъже да се страхуват, че при сравнение могат да се окажат в неблагоприятна позиция. Те обаче не поставят за себе си същото условие. За мнозина публичните домове са били учебен плац за полова „любов“; там младият мъж е получавал първите си впечатления от жената като сексуално същество. В Италия например и днес все още се случва бъдещият тъст да дава на годеника пари за публичен дом, за да не би той да пожелае полово сношение с дъщеря му преди венчавката. Всичко това става „в името на морала“.

Надяваме се, че стана достатъчно ясно какво означава човек да се роди в един свят, където общественоекономическите условия са прекалено сложни, за да може той да ги преодолее сам, без помощта на обществото. Разгледаните фактори зависят много от степента, до която човек в дадена обществена формация е принизен до вещь или до която неговото достойнство е защитено. Конституцията на Германската демократична република създаде обществени предпоставки за хуманистично развитие на човешката личност заедно с другите нормативни актове, като Закона за семейството, Кодекса на труда и др. Но те и социалнополитическите мероприятия са едната, официалната страна на този процес. Обществото трябва да го продължи. Във всеки индивид трябва да действуват идеали, които да го водят към достойни за човека отношения

между всички хора, затова преодоляването на тези останали от миналото фактори и заместването им с един хуманен морал на междучовешки отношения трябва да стане за всекиго съставна част от неговата съзнателна отговорност пред бъдещето.

ОСНОВНИ ПРАВИЛА И МЕТОДИ НА ПОЛОВОТО ВЪЗПИТАНИЕ

Ще започнем с това, че общото начало на господстващите сред различните народи и племена морални норми се корени в тяхната целеобразност за сегашния и бъдещия живот на дадено общество.

Много родители и педагози и до днес считат, че поради удължаването на времето между биологичното полово съзряване и създаването на възможност да издържат самостоятелно брака си, младите хора трябва да отложат началото на половия живот. Прогресивното развитие на обществото и овладяването на производствените процеси изискват от човека усъвършенствуване на квалификацията му в продължение на целия живот. Завършването на средното или висшето образование в никакъв случай не означава край на обучението. Освен това трябва да се помни, че по време на професионалното си образование като ученици и студенти младите хора извършват обществено полезен труд. Резултатът от този труд е толкова по-ефективен, колкото по-малко те са били поставяни пред морални ограничения, които ги довеждат до конфликти. Трябва ли да изискваме от тях въздържание, което биха последвали много малка част от тях? Да им препоръчаме ли мастурбацията? Трябва ли да предпочетем отклоненията към абнормни форми на задоволяване? Трябва ли да поощряваме брака в една възраст, в която поради незавършеното развитие на личността липсва житейски опит и критерии за избор? Всички тези алтернативи на предбрачния полов живот са незадоволителни. Няма сериозни причини да се отблъскват младите хора от него. Опитът да се постигне въздържание чрез насилие е бил единственият метод на грижа за „морала“ в миналото. По този начин обаче сексуалните контакти не са били предотвратявани, а само затруднявани и обременявани със страхове, конфликти и неискреност спрямо родителите. Забраната не е в полза нито на бъдещия брак, нито на емоционалното богатство, нито на развитието на личността. Тя само увеличава вредата от ограниченията и от моралната анатема.

Вместо да се издига бариера от предупреждения и заплахи, вместо

сексуалността да се представя като нещо осъдително и по този начин в същност да се повишава привлекателността на забраненото, много по-добре е младите хора да бъдат подготвени да внесат сексуалното в близостта си по начин, че тя да бъде обогатена и да не бъдат причинени вреди. Преди всичко тук спадат: разумен избор на партньора, взаимна любов и уважение, взаимопомощ във всичко. С това е свързана увереността, че връзката ще бъде трайна. Защото раздялата е толкова по-болезнена за всеки от двамата, колкото по-интимни са били отношенията им. Това означава и чувство за отговорност пред партньора, проявено в предпазване от бременност, докато раждането на дете се счита преждевременно.

Подготовката за брака не може да се провежда само като педагогическа мярка. Най-добра подготовка на децата за среща с другия пол, задоволяваща високите морални изисквания, дава образцовият във всяко отношение семеен живот на родителите. Това е възможно само в едно общество с безупречен морал, освободено от експлоатация и подтисничество. Когато децата бъдат научени да се отнасят към всеки човек с уважение и отзивчивост и да се събразяват с интересите на другите, те ще се държат така и в брака. Правилното полово възпитание трябва да бъде насочено към свързване на сексуалността с еротиката при съблюдаване на нормите на поведение, отговарящи на научните знания и на закономерностите на съвместния живот. Това означава, да се приведат в съзвучие насочените към другия пол физически и духовни потребности, защото само тяхното единство води до човешкото щастие.

Затова изкуството на подготовката за брака се състои в способността да се споят сексуалните отношения със своеобразието на всички други социални връзки на партньора. Сексуалната култура и съзнанието за възможната ценност на интимната среща на двама души могат да се преподават и да бъдат възпитани. Те не се различават от всички други знания, които също имат винаги като резултат нови способности, нови умения и и нови норми на поведение. За да дадем сексуални знания и възпитание на децата си, би трябвало да преодолеем собствените си задръжки. Обществеността също така все повече и повече взема участие в тези начинания. Тя създаде брачната консултация, въведе половото възпитание в образователната програма, организира семейни школи и лекции. Родителите не бива да възпират децата и младежите, у които с възрастта са възникнали и съответните въпроси, да използват тези образователни възможности поради опасения, че там децата ще бъдат изправени пред проблеми, които ще предизвикат у тях „глупави мисли“. Такива

мисли се явяват само тогава, когато възрастните занемаряват възпитателния си дълг. Съществена предпоставка за успешното сексуално възпитание на детето е никога да не се премълчава, че съществуват два пола с различна физика и психика, които могат да създадат една изпълнена с любов общност.

Фактът, че майката и бащата, жената и мъжът са различни, трябва да бъде за нашите деца част от тяхната обичайна среда. По времето, когато в мозъка му се фиксират първите възприятия – основа на по-късните процеси на познанието, – детето трябва да свикне да вижда понякога родителите си необлечени; тогава то ще може безконфликтно да категоризира всички наблюдавани впоследствие разлики във външността и поведението на родителите си, като следствие на вече „известните“ му различия. Подбраните от родителите случаи да се покажат на децата си необлечени имат голямо значение за възпитанието им. Те ще свикнат, че е съвсем естествено да си гол, ако искаш да се измиеш добре, че преди да легнеш да спиш, трябва да се съблечеш изцяло и да направиш кратка въздушна баня, преди да облечеш пижамата. От примера на родителите си те ще се научат, че сутрин след ставането от топлото легло и преди измиването се правят някои гимнастически упражнения без дрехи. Те обаче запомнят, че през целия ден и винаги, когато могат да срещнат чужди хора, трябва да бъдат грижливо облечени. Срещата с голотата в ранната детска и юношеска възраст премахва любопитството към нея и отдалечава момента на първите желания за полова близост, които най-често са предизвикани тъкмо от това любопитство.

Ако съвсем непринуденото разкриване на половите разлики бъде допълнено с чувството за пълно доверие между родителите и към техните деца, нежността ще стане естествена и необходима част на всички отношения между партньорите. Към нея ще се прибавя и постепенно изграждащата се представа за същността на половото сношение. При такива семейни условия не само се запазва доверието на децата към родителите, но се избягват конфликтите и разочарованието на децата от това, че не могат да вярват на родителите си. Избягват се сложните прояви на протест от страна на младия човек по време на половото му съзряване.

В стремежа си да запази детето си „чисто“ майката може да възпита у него с постоянни (макар и нежни) упреци за изцапаното бельо чувство на отвращение от „продуктите“ на половата област. Ако родителите реагират с възмутен вик, удар или заплаха с наказание при всяко случайно докосване на половите органи от страна на детето, докато то седи на

гърнето, това става причина всяко усещане от тази област да бъде свързано в съзнанието му със страх от наказание. Благодарение на подобни грешки някои хора до края на живота си изпитват отвращение от всичко, свързано с половата област. Противоречието между полученото по пътя на възпитанието отрицателно отношение към сексуалността и на дигашото се дори по време на сън влечение е ставало многократно причина за конфликти, които могат по-късно да се разразят в полово немощ. С оглед на правилната подготовка за щастлив съвместен живот на двама души в брака е необходимо да им предадем с обикновени и разбираеми думи информация за свързаните със сексуалността възможности и за необходимостта от взаимно ощастливяване. Това трябва да стане постепенно, понякога изпреварвайки въпросите им, но във всеки случай дълго преди съзряването на половите им рефлексии. Тези сведения трябва да отговарят на истината, тъй като по-късно волно или неволно те ще бъдат проверени от юношите.

Много родители разбират и схващат половото възпитание само като просвещаване на юношите относно продължението на човешкия род. Голям напредък ще бъде, ако не се срамуваме повече да обясним на децата на разбираем език как се развива в тялото на майката и как се ражда новият живот. Мнозина все още не смеят да разкрият на децата истината за ролята на бащата и за половото сношение. Но да твърдим, че сексуалността играе роля само или главно за зачеването, е заблуда, лъжа. Никой не може да оспори, че хората се сношават стократно по-често, отколкото това е необходимо за продължаването на рода, поради потребността взаимно да си доставят удоволствие и радост. Ако премълчим това, не бихме могли да обясним на децата, защо са необходими противозачатъчните средства и защо възрастните се сношават, когато няма да създадат дете. Неудобно ли е да признаем съществуването на любовното удоволствие? Или се опасяваме, че с това признание бихме тласнали юношите към твърде ранни контакти? Обективно и двете опасения са неоснователни. Такава информация не крие подобни опасности, ако бъде поднесена смислено и включена в цялостното възпитание за успешен живот в човешката общност. Децата трябва да се научат да се радват ежедневно на здравата и хармонична атмосфера на родителския дом и на добрия си успех в училище. Това обаче не е достатъчно. Родителите трябва ежедневно да създават у децата чувство за щастие. Тогава радостта на родителите и щастливият смях на децата ще се излъчва извън този тесен кръг и ще намира своето потвърждение в отношенията с връстниците им. Колкото по-щастливи бъдат нашите деца в

срещата си с обществената действителност, толкова по-добре се изгражда у тях човешкото достойнство. Така ние поощряваме в кръга на родители, учители и връстници естествената им потребност да се съобразяват и с достойнството на другите. Тогава в настроението им ще се отрази нашето собствено поведение. Техните разочарования са произнесени на критика към нас. Резултатите от нашите усилия ще се проявят по-късно както в избора на партньора, така и в поведението към него.

Подготовката за брака трябва да създаде и способност да се изживява сексуалността щастливо. Получената в детството нежност тренира в известен смисъл сетивните нервни окончания. В подготовката за щастлив полов живот без неуспехи и разочарования партньорите трябва да познават още преди първите си срещи физиологията и психологията на сексуалната чувственост.

Но щастливото единение на половете в брака не зависи от богатството на предбрачния сексуален „опит“, а от правилната нагласа на младежите и девойките към тяхната сексуалност и от познаването на предпоставките за изпълнена с щастие общност. Пълната липса на такъв опит може да въздейства вредно, особено ако е усложнена с напредваща възраст и с психична несигурност, обусловена от мастурбация. Затова възпитателят трябва да разбира и насочва правилно истинското приятелство или любовта към партньор от другия пол в младата възраст и да не забранява абсолютно еротичните игри при половото сношение. Забраната би довела до загуба на доверието у децата и те биха били изправени пред опасността от лекомислени и мимолетни полови отношения. Доверието е и най-доброто средство това да бъде избягнато и да се отдалечи моментът на първата интимна среща. То се съхранява най-добре, ако и в юношеската възраст бъде запазено създаването още към детето истинско другарско отношение; откритото разглеждане на половите проблеми означава уважение към съзряващата в детето личност, без доверието му да бъде разклатено от нетърпимост. Опитът, придобит от съвместното възпитание на деца от двата пола, показва, че изградените върху взаимно уважение отношения към другия пол са благоприятна основа за бъдещия брак. При това на младежкото приятелство трябва да бъде дадено такова съдържание, което да води до изпълнение на важни обществени функции.

Познаването на физиологичните и социалните особености на сексуалността и на възможностите за предпазване от бременност е само един от основните камъни на трайното щастие в брака. Освен това е известно, че в брака оформените по-рано индивидуални (често

индивидуалистични) черти на характера се изменят. Човек влиза в живота на друг човек и е винаги на негово разположение само ако се е освободил от егоизма, надменността и надценяването на собствените приличия. Тук може да бъде отнесена и подготовката на двамата партньори за отглеждане и възпитание на децата, която от своя страна изисква добро познаване на обществените отношения.

От различни места се изказва мнението, че моногамният брак бил остарял; позовават се на големия брой несполучливи бракове и разводи. Запазването за цял живот на любовта към един и същ партньор било по-скоро изключение, отколкото правило. Поради това принудата на трайния брак ограничавала свободното разгръщане на личността и принизявала интимния живот до изпълнение на дълг. В капиталистическите страни са разпространени разнообразни опити да се отмени бракът или да се направи той необвързващ. Такива са: „бракове до отказ“, определени форми на „големи фамилии“, „групови бракове“, „групов секс“, „размяна на партньори“ и т.н.

Ние искаме да запазим брака не от страхопочитание пред традицията. Възможно е някога при определени обществени условия бракът да бъде заменен с други форми на сексуалните отношения и на семейната структура. Доказано е обаче, че нито един от възхваляваните модели не е по-добър от моногамния брак, ако се вземат под внимание всички аспекти. Всички те имат много повече недостатъци, отколкото предимства. С малки изключения днес жените и мъжете предпочитат трайното съжителство. Така ще бъде вероятно и в обозримото бъдеще. Тази общност ще служи на първо място не за задоволяване на половите потребности (за което не е необходимо семейство), а за отглеждането на децата, което изисква постоянство на родителските отношения. Всеки зрял човек желае да има партньор, който при всички неслоди на живота да стои до него, свързан посредством съвместната им житейска история; партньор, който се е превърнал в част от собственото „аз“, комуто по всяко време можеш да се довериш и с когото може да посрещнеш спокойно залеза на живота си.

Наясно сме, че дадените напътствия са съвсем недостатъчни, за да улеснят намирането на правилното решение за всеки проблем и всяка фаза от развитието на децата. Меродавно остава правилото, че отглеждането на децата в едно примерно семейство е първата предпоставка за хармоничното им развитие. Само тогава ще можем да дадем решителен отпор на отживелиците от миналото. Ако върху основите на научното знание възпитаваме нашата младеж в активно съвместно изграждане на

достоеен за човека живот, ще гарантираме на мъжа и жената щастлива близост за цял живот и не на последно място ще предотвратим смущенията в интимния им живот.

Глава 3 ПОЛОВОТО СНОШЕНИЕ (КОИТУС)

ПРОТИЧАНЕ НА ПОЛОВИЯ АКТ

Мъжът и жената се стремят да се съединят в една физическа и духовна общност. За съвместния им живот любовният акт е постоянно възвръщаща се потребност и извор на ново щастие.

Двамата души, които се отдават изцяло един на друг, изживяват своето любовно единение като цяло и не обръщат внимание на отделните подробности. Би било погрешно да се наблюдават прекалено внимателно тези процеси. Това може да смути преживяването. Но все пак ние искаме да изясним по какъв начин организмът на жената и на мъжа отговаря на половите дразнения и какви промени търпи той по време на половия акт. Целта ни е да покажем, че знанията за физиологията на половия живот облекчават сексуалното приспособяване на двамата. Само тези знания в никакъв случай не гарантират сексуална хармония. Любовта и разбирателството произлизат от взаимното уважение и действителна взаимопомощ във всички житейски ситуации. Те не могат да се заместят със знания за сексуалните реакции на организма и с произтичащите от тях „техники“. Тъй като обаче много хора преживяват неуспех тъкмо поради незнание на сексуалната физиология, на тях трябва да се изяснят тези функции на организма. Според нас това трябва да стане още преди първите полови контакти. Би било погрешно и вредно влюбените да пристъпват към половото сношение с тази книга в ръка и с намерение да изпробват дадените в следващите глави подробности.

Сексолозите, които подобно на другите учени с удоволствие систематизират всичко, различават четири фази на сексуалния цикъл: възбуда, плато, оргазъм и отпускане (Мастърс и Джонсън). Фазите не винаги са разграничими; продължителността на фазата и интензивността на характерните за всеки неин стадий явления също са много различни у всеки индивид и във всеки отделен случай. Това зависи много от подвижността на нервните процеси и тяхното безпрепятствено протичане.

1. Фазата на възбудата протича като размяна на ласки в любовната игра. Същите реакции могат да бъдат предизвикани от еротични представи.

Общи реакции. Когато влюбените са в непосредствена близост, бузите и ушите им пламват. „Гореща любов“ наистина съществува. Страсното желание обикновено стимулира кръвообращението и периферния кръвоток. Половата възбуда от всякакъв вид учестява пулса и покачва кръвното налягане. Мускулите, особено коремните, се напрягат. Гръдните зърна (мамили) на жената (а и на някои мъже) се изправят, а тъмните кръгове около тях (ареоли) се свиват. Тази реакция не е еднакво интензивна отляво и отдясно. Често тя настъпва само когато гърдите биват погалени.

Генитални реакции. У жената клиторът набъбва, главичката му се подава от кожната шапчица. Големите срамни устни се разтварят. В цялата вулва⁷, особено в малките срамни устни, нахлува кръв, което повишава чувствителността им. От стената на влагалището се отделя бистър, слизест секрет, който прави влагалището и входа му хлъзгав. Мъжкият член нараства по обем и се изправя. Ерекцията обаче все още не е постоянна. Тя се сменя от относително омекване – в зависимост от това, дали телесната стимулация или половото желание се увеличават или намаляват и неутрализират външните влияния. Текстикулите рефлекторно се повдигат, а торбичката се удебелява и уплътнява.

2. Фаза на плато. Когато възбудата напредне, мъжът чувства силно желание да вкара пениса, а жената – да го поеме. Последващите коитусни движения (фрикции) мъжът най-често извършва сам или поне по-енергично от жената, тъй като по време на акта тя лежи под него. Възбудата нараства по-бързо при мъжа и малко по-бавно при жената. За известно време въпреки продължаващите фрикции възбудата остава на едно и също ниво или само леко се покачва: това е фазата на платото. Обикновено тя е толкова по-къса, колкото по-ефективни са дразненията, колкото партньорът е по-желан и колкото по-дълго е траело въздържанието преди акта. Последното се отнася преди всичко за мъжа. В първата половина на тази фаза относително по-бавните коитусни движения са приятни и на двамата партньори и им позволяват да се насладят пълно и съзнателно на половото удоволствие. В тази фаза партньорите могат да спрат за малко, за да изживеят съзнателно единението с любимия човек. Едва към края на фазата в зависимост от това, как двамата реагират

7. Вулва (лат.) – външните полови органи на жената (б.ред.).

един към друг и доколко са възбудени, фрикцииите стават по-мощни, по-бързи и по-малко зависими от волята. Вече се чувствава приближаването и оргазъма.

Общи реакции. Повечето от появилите се през първата фаза явления увеличават своята сила във фазата на платото. Кръвното налягане се покачва още повече, честотата на пулса също нараства. Расте волевото и неволевото напрежение на коремните, гръдните и лицевите мускули. При някои жени ерекцията на мамилите достига своя максимум. Венозната мрежа около ареолите видимо изпъква. Гърдите, особено при по-младите жени, могат да се увеличат с една пета до една четвърт.

Понякога под лъжичката се явява леко зачервяване на кожата, което бързо обхваща гърдите, достига тила и изчезва след оргазъма по обратен ред.

Генитални реакции. Клиторът отбъбва и се скрива обратно под шапчицата си. Това не означава, че жената не би могла да поеме повече дразнения в тази област. Големите устни се изпълват с венозна кръв и набъбват. Нимфите удвояват или утрояват големината си и стават тъмночервени. При полово студени или недостатъчно възбудени жени тази промяна на цвета липсва. Едва сега Бартолиновите жлези изпускат секрета си и хлъзгането се улеснява още повече. Във външната третина на влагалището пещеристите тела и мускулите образуват оргазмена маншета, която обхваща вкарания мъжки член плътно, но еластично. Същевременно влагалищното дъно се издува като балон; затова там контактът и дразненето намаляват значително. У мъжа пенисът значително се зачервява и уголемява, особено главичката му. Тестикулите също се увеличават и се повдигат още повече. Пикочният канал изпуска две-три капки слюзест секрет, произхождащ от Каупъровите жлези.

3. Фаза на оргазъма. Обикновено тази фаза е кулминацията на половия акт. За няколко секунди напрежението на нервната, мускулната и кръвоносната система, набирано и нараствало в предходните фази, се разтоварва експлозивно. Сексуалното удоволствие натоваарва толкова силно нервната система, че по време на оргазъма всички мисли и възприятия, занимавали преди това и след това човека, могат да бъдат заличени за известно време. При оргазъма и още при неговото приближаване мъжът и жената изпитват желание крепко да се прегърнат. Висшето блаженство намира неволен израз в по-слаба или силна въздишка в зависимост от темперамента. Много жени са способни да изживеят оргазъм няколко пъти в един полов акт, и то с нарастваща сила. При мъжа, напротив, повторният оргазъм, достигнат наскоро след

предшестващата еякулация, обикновено е по-слаб. Ако мъжът е способен за по-вторен полов акт едва след по-дълга пауза, това не означава липса на мъжка сила. Възможно е въпреки половата възбуда да не се постигне оргазъм; тогава повечето хора изпитват неудовлетворение и досада, раздразнителност, понякога даже болки в областта на гениталиите и таза.

Общи реакции. Някоя друга фаза на сношението не натоварва така всеобхватно и така силно организма както фазата на оргазъма. Изброяването на всички реакции в тази фаза би било твърде дълго. Мускулното напрежение и контракциите достигат връхната си точка и включват мускулите на лицето и крайниците. Седалищните мускули и мускулите на ануса се свиват. Дишането става усилено и учестено както при задух. Кръвното налягане се повишава максимално, сърцето работи трескаво, на високи обороти, с честота до 180 удара в минута. По такъв начин силните оргазми представляват, макар и краткотрайни, но значителни натоварвания на сърдечносъдовата система, които обаче здравият човек понася без усилия. По време на фазата на оргазъма почти всички процеси в организма се изпълзват от съзнателния контрол и управление.

Генитални реакции. Въпреки бурното участие на целия организъм по време на оргазъма усещането за удоволствие се съсредоточава и локализира в половите органи. При мъжа то е по-ограничено в тази област, отколкото у жената и достига върха си около 2 до 4 сек. преди първия тласък на еякулацията. В зависимост от продължителността на предходното въздържание следват 2 до 10 еякулационни вълни с намаляваща сила и количество и отслабващо удоволствие. Еякулационните вълни се дължат на експулсивни свивания на пикочния канал. Те протичат рефлексно (неволево) и веднаж започнали, не могат да бъдат прекратени. Отвличащи вниманието събития могат само да ги смутят, да заглушат и разсеят оргазмените усещания. 90% от мъжете след първата еякулационна вълна задържат члена дълбоко във влагалището, докато жените имат желание фриксиите да продължат до края на оргазъма. Женският оргазъм протича в 5 до 12 вълни, които следват една след друга както при мъжа в интервали от почти по 1 секунда. При това оргазмената маншета се свива. Същевременно или кратко време преди това при някои жени във влагалището се излива воднист секрет, който не е сигурен признак на оргазъм. У някои жени оргазмените контракции траят от 20 до 60 секунди, също отслабват към края на фазата и интервалите помежду им се увеличават. Те не могат да се симулират, но жената може да се научи чрез подходящи действия на обкръжаващата вагината

мускулатура да допринесе за достигане на оргазъм.

4. Фазата на отпускане донася стихване на напрежението. Колкото повече гениталните и общите телесни реакции се отдалечават от нормалното състояние поради възбудата и колкото по-бързо те се връщат до (или под) него, т.е. колкото по-стръмен е падът на напрежението след кулминацията, толкова по-силен и по-задоволяващ е оргазъмът, но и толкова е по-болезнена неговата липса. Настъпващото в тази фаза чувство на задоволяване зависи значително от общия фон на отношенията между двамата, например от дълбочината на еротичната връзка, отношението им към тяхната сексуалност или от това, доколко всеки от двамата се чувства желан и уважаван или се изживява само като средство за задоволяване. Ако половите отношения са накърнени по някакъв начин, непълноценни и неотговарящи на желанието, актът може да завърши без удовлетворение, макар да е протекъл правилно. Обратно, една двойка с дълбока човешка връзка е в състояние да изживее продължително задоволяване, дори ако т.н. връхна точка не е била напълно достигната. Макар в крайна сметка коитусът да цели изживяването на оргазъм от двамата, той не е единственият израз на общуването на половете. Изживяването в него сливане на партньорите, което при оргазма достига до екстаз, дарява с дълбоко щастие двамата и тяхната благодарност далеч надхвърля рамките на плътското усещане.

Общи реакции. Силно напрегнатите по време на оргазма мускули бързо се отпускат и настъпва отпадналост. Някои разбират по отпускането на партньора, че той е достигнал оргазма. Дълбоко удовлетворен, човек потъва в удобна поза, чертите на лицето се изглаждат. Сърдечносъдовата и дихателната дейност бързо се нормализират. Този отлив на възбудата от мускулите и от вегетативната нервна система на цялото тяло съставлява важна част от задоволяването. Партньорите вече желаят само нежни милувки и спокойна прегръдка. По-силни целувки могат да претоварят и да смутят приятното уталожване на възбудата. Другите телесни промени (на гърдите, кожата и т.н.) бързо изчезват.

Генитални реакции. Половите органи отбъбват, клиторът достига нормалното си състояние за 5–10 секунди, а нимфите – малко по-късно. Оргазмената маншета изчезва, влагалищната стена се отпуска. Спадането на члена става на две стъпала. Непосредствено след еякулацията втвърдяването намалява, но се запазва известно кръвонапълване на пенниса, особено ако той остане във влагалището. Непосредствено след еякулацията главичката на члена у някои мъже е чувствителна до болка и поради това не могат да продължат фриксиите. Също така

свърхчувствителна може да бъде след оргазъм и главичката на клитора, особено към дразнене с ръка. В такъв случай по-нататъшната стимулация трябва да се избягва. Във втория стадий обемът на penisа намалява до под нормалното поради изпразване на кръвта от пещеристите тела. Впрочем това може да се случи и при охлаждане, преумора, чувство на срам, страх от неуспех и др. Тестикулите скоро приемат нормалното си положение и големина.

ВАЖНА ЛИ Е ПОЗАТА ПРИ ПОЛОВИЯ АКТ?

За интимния живот на влюбените душевното съзвучие е неопценимо. Но половият акт пък представлява съединяване на телата и начинът, по който то се осъществява, може да бъде решаващ за потентността на мъжа и за оргазъма на жената. Дори най-силната обич и най-горещото желание не са в състояние (с някои изключения) да го предизвикат спонтанно. Най-често непосредственото дразнене на половите органи е необходимо. Половото сношение и неговият успешен край обаче е резултат от дълбоко ангажиране на мускулната работа и на нервните реакции на целия организъм – то не е локализирано само в гениталната област.

Съществуват много пози на двете тела, които позволяват полово сношение: мъжът може да лежи върху жената или да е наведен над нея лице срещу лице; тя може да лежи или да седи върху него; мъжът може да се приближи странично към лежащата по гръб жена; тя може да е обърната с гръб към него, а той – с лице към нея. Най-после сношението е възможно и в седнало положение и стоешком. Съществуват и много други разновидности на коитусните пози. Дори и по-студените жени са склонни към разнообразие при извършването на коитуса, но не винаги признават това на мъжа.

Най-добрата и най-благоприятна поза е тази, която при дадени условия осигурява и на двамата партньори полово задоволяване. Тя е различна за различните жени и за различните партньори. Някои жени намират по-силно или по-слабо задоволяване в една поза, други – в друга; трети го намират само в една-единствена поза. Двойката сама трябва да открие най-благоприятната поза. Това ще се удаде толкова по-добре и по-скоро, колкото по-свободно и без задръжки жената и мъжът изпълзват създадените от случая положения. Понякога поставената под седалището на жената възглавница отстранява всички затруднения.

Обикновено повечето пози са привлекателни, но в крайна сметка предпочитание се отдава на една или няколко от тях.

Между жените е широко разпространено погрешното схващане, че само коитусът, при който жената лежи под мъжа, е „нормален“, а всички други пози са неприлични. Без съмнение този вид коитус е най-широко разпространен, поне у нас (70% от анкетираните от нас жени и мъже). При това положение партньорите са в най-тесен контакт един с друг; лицата и телата им са еднакво доближени. Някои жени се задоволяват само при сношение в тази поза, но безусловното придържане към тази практика е лишило години наред многобройни жени от оргазъм. Много от тях се стесняват да предложат на мъжа друга поза. В един брачен съюз, изграден върху истинска любов, всяко полово сношение е оправдано от морално гледище независимо от това, как е осъществено. В случай че между потребностите на мъжа и на жената възникнат различия, той трябва да се нагоди към нея, ако тя трудно получава оргазъм и ако неговата потентност позволява – поне докато се затвърди способността ѝ да реагира с оргазъм. Обратно, при смущения в потентността жената трябва да се пригоди изцяло към желанията на мъжа.

Наистина полезно е да се опитат няколко разновидности на половия акт. От друга страна обаче, спалнята не бива да се превърне в експериментална лаборатория за сексуални техники. С такива експерименти някои мъже обезличават половия акт в името на интересите на жената, но постигат само охлаждането ѝ. Ако сме открили оптималната форма и сме свикнали с нея, честите промени могат да увредят способността на жената да изживява. Ако мъжът промени позата, макар и незначително, кратко време преди жената да е достигнала оргазъма, възбудата може да угасне – и понякога невъзвратно. При други жени малка промяна на дразнещото въздействие може бързо да предизвика оргазъм. Трябва да умеем да чувствуваме и да дадем възможност да се почувствува какво желаем и да разговаряме за това. Разбира се, когато коитусът е напреднал, този „разговор“ се води посредством телесни реакции, които партньорите с добра нагласа един спрямо друг разбират и без думи. Когато способността на жената за оргазъм е вече достатъчно развита, във фазата на силна възбуда и преди оргазъма са необходими кратки, бързо следващи една след друга фрикции на най-възбудимата част на половите ѝ органи; в началото те трябва да бъдат по-бавни и по-дълбоки. От техническа гледна точка това е най-важната препоръка за партньора ѝ. Друг въпрос е по какъв начин жената ще му съдейства при това. Движенията на нейния таз могат да покажат на партньора желания от нея

ритъм. Общо взето, това не винаги е най-подходящата форма на женска активност; понякога тя е само нейно подражание. Неволните, рефлексорни действия на мускулатурата на тазовото дъно, общо взето, са безрезултатни. Много жени обаче се научават съзнателно да задвижват мускулния пръстен около влагалището и с това допринасят за появата на оргазъма.

В обобщение трябва да се изтъкне: въпросът за позата в акта не е с решаваща важност, нито е съвсем без значение. Той никога не трябва да бъде решаван, без да бъдат взети под внимание отношенията между партньорите. Предимно биологично ориентираните сексолози бяха склонни да надценяват техниката на половото сношение. От друга страна, с оглед предотвратяването или преодоляването на полови смущения е необходимо да се търсят най-удобните начини. Те обаче се откриват не само в позициите на тялото, свързани с движението на penisа във влагалището, разглеждано от мнозина като единствен нормален начин за извършване на половия акт. Откъсната от стремежа за зачеване, човешката сексуалност предлага много по-богати възможности за задоволяване. Това ще бъде обяснено в следващия раздел и в глава 8.

Сексуалното удовлетворение и начинът на постигането му обаче ще се превърнат в събитие, което ще надживее мига и ще надхвърли рамките на плътското усещане само ако е свързано с всички други чувства и стремежи на двамата партньори.

ЖЕНСКИЯТ ОРГАЗЪМ (КЛИТОРНА И ВЛАГАЛИЩНА РЕАКЦИЯ)

Твърде много жени при коитус не получават оргазъм и не изживяват удовлетвореното отпускане. При мъжете такъв проблем не съществува. По тази причина ще разгледаме отделно физиологията на женския оргазъм.

„Мъжът не бива да се жени, преди да е изучил анатомията на жената.“ Това е един малко пресилен афоризъм на Балзак, но все пак в него се крие известна истина: повечето мъже имат мъгляви и често пъти – дори неправилни представи за сексуалните усещания на жените си и за органите, които ги осъществяват. Когато половият живот не страда от тази неосведоменост и доставя удоволствие, незнанието може би не е недостатък. То се превръща в беда тогава, когато мъжът от незнание пренебрегва онези места от тялото на жената, чието докосване

(единствено или предимно) ѝ доставя удоволствие при половото общуване. В тези случаи всички негови усилия могат да останат напразни.

Повърхността на цялото тяло, но преди всичко т.нар. „ерогенни зони“, са достъпни за сексуална стимулация. Дразненията извън гениталната област (например на гърдите) са в състояние да предизвикат оргазъм при много малко жени. Затова е необходимо да се възбудят чрез погалване тези части на външните полови органи на жената, които са особено чувствителни за сексуални възбуждащи импулси. Дори влагалището не е достатъчно чувствително при всяка жена за протичането на оргазмените рефлексии. Докосването на срамните устни и преди всичко на нимфите се възприема от повечето жени като извънредно силно възбуждащо и стимулира желанието за полово сношение.

Необходимо е да разгледаме по-обстойно местоположението на нервните елементи, които осъществяват оргазъма, защото често пъти мъжете малко се интересуват от него. Тези познания обаче са от голямо значение за удовлетворяването на жената. Този въпрос трябва да се изясни преди всичко, защото и при жените, и при мъжете по него съществуват погрешни представи.

Ако сексуално опитни жени бъдат анкетираны за това, къде локализируют усещанията си при оргазъм, отговорът най-често е: около клитора и във влагалището. Според една наша анонимна анкета 56% от анкетираниите жени локализируют усещанията най-силно или само в клитора; 17% – във входа на влагалището; 20% – дълбоко във влагалището; 19% не могат точно да определят или са имали слаби усещания навсякъде; 19% са се почувствували най-силно стимулирани от дразнене на гърдите и 7% – от милувки на други места. (Някои са дали по няколко отговора, поради което сумата надхвърля 100%.)

Тези данни, които съответствуват на резултатите и от други подобни проучвания, ни принуждават да признаем голямото значение на клитора за сексуалната възбуда у жената.

Становището на някои психоаналитици, които считат клиторния оргазъм за незрял и непълноценен и признават само влагалищния за пълноценна, зряла и висша форма на сексуалното задоволяване на жената, изглежда съмнително. То се изгражда върху психоаналитичната теория, че половото развитие минава през орална⁸, анална⁹ и уретрална¹⁰ фаза; освен това според теорията на психоанализата липсата на пенис

8. Свързана с устата – от os, oris = уста (лат.) (б.ред.).

9. Свързана с ануса – от anus = заден отвор (лат.) (б.ред.).

10. Свързана с уретрата – от urethra = пикочен канал (лаг.) (б.ред.).

води у момичетата до завист към момчетата („завист за пениса“) и страховете, че са имали penis, но са лишени от него („кастрационен комплекс“)¹¹.

Вместо способността на някои жени за задоволяване чрез фрикции във влагалището и (или) чрез дразнене на клитора да се счита за богатство на техните преживявания, всички жени, непознаващи влагалищния оргазъм, бяха обявени за фригидни.

Тези възгледи проникнаха и в популярната литература за брака. По този начин някои жени, които не са в състояние да достигнат до влагалищен оргазъм, намериха написано „потвърждение“ за своята полова студенина. Така нещастната жена, белязана от теорията като фригидна, започна да вярва в това, а заедно с нея – и нейният разочарован партньор. Читателите на силно повлияна от такива възгледи литература едва ли не бяха предупреждавани да не „разглезват“ клитора с продължителни и настойчиви ласки, за да не би този уж незрял клиторен оргазъм да се затвърди. По-добре било жената да се откаже от полово задоволяване няколко месеца или години, за да може по-късно да изживее по-пълно блаженството на уж по-хубавия, по-зрял и по-цялостен влагалищен оргазъм.

Жените, задоволяващи се с „малощен“ клиторен оргазъм, независимо от големия им брой бяха класифицирани в групата на фригидните, без да ги питат кой от двата оргазма е по-добър.

Без съмнение отговор на този въпрос могат да дадат само жени, които са изпитали и двата вида оргазъм (влагалищния и клиторния). По време на консултации сме анкетирали жени, които познават тези две реакции и могат да разкажат за своите усещания. Повече от половината са усещали по-силно и по-приятно клиторния оргазъм; останалите дават такава оценка на влагалищния или не са забелязали разлика. Първият понякога се разпространявал по цялото тяло и продължавал по-дълбоко, докато другият бил по-концентриран и по-бързо достижим, но не и по-слаб. При повечето от анкетиранияте жени силата на оргазмената реакция и душевното удовлетворение не са зависели сериозно от локализацията на оргазма, а от пламенността на влечението и от силата на желанието за прегръдка.

Дори ревностните последователи на учението за психоанализата не можеха да игнорират наблюдението, че пренебрегнатият от тях клитор се възбужда лесно и че при повечето от жените сексуалната

11. Тази теория е отхвърлена от съвременната наука (б.ред.).

чувствителност е локализирана в него, а не във влагалището. Той е необходим за половото пробуждане и много от тях го използват за мастурбация – даже и когато вече познават влагалищния оргазъм. Ако последният беше по-силен, това не можеше да се случи.

Като изход от тази дилема защитниците на психоанализата създадоха „теорията за странствването“, съгласно която клиторното възбуждане при зрелите жени завършва с влагалищен оргазъм; според тях възбуждението не изминава този път от клитора до влагалището у изостанали в половото си развитие или в съзряването на цялостната личност жени и у невротички, годни само за повърхностни контакти, „нежелаещи да приемат мъжа“ (О. Шварц).

В същност опитът показва, че жената не заменя клиторния оргазъм с влагалищния, а го използва като втори източник за полово удовлетворяване. Някои жени смятат, че при тях най-напред се е събудило влагалищното усещане и едва по-късно – клиторната възбудимост. Някои изобщо не могат да определят къде чувствуват най-силната възбуда.

По-дълбокият анализ на психоаналитичната концепция за сексуалното развитие на жената показва, че тя е просмукана от утилитарното мислене, за което желанията на мъжа шеф са над всичко: „Анатомически пенисът приляга добре във влагалището. Фрикциите в него доставят най-силно удоволствие на мъжа. По този начин се постига най-дълбокото съединение. Съществува шанс да се достигне едновременно до оргазъма. Възможността за зачатие е най-голяма“. Това изглежда много правдоподобно и „естествено“. Но убедителното не е задължително да е вярно. Спекулативното мислене дори да е богато на идеи не води до верен научно обоснован отговор. До него може да се стигне само с изследвания на филогенезата и физиологията на сексуалността и с помощта на клиничния опит и резултатите от анкетни проучвания.

Клиторът (името вече показва неговата нервна възбудимост)¹² е малък орган, който се намира няколко сантиметра над влагалищния вход. При възбуда клиторът набъбва и се увеличава. Той е снабден с особени нервни окончания, които правят възможно половото усещане. Сетивните телца са еднакви по структура и функция с тези, които са локализирани в главичката на пениса. Касае се за специално диференцирани и специализирани нервни елементи, които възприемат усещането за допир и го превръщат в сексуална възбуда.

Влагалището, което в еволюцията е произлязло от едно вдлъбване

12. Kitzeln = гъделичкам; възбудям (нем.); der Kitzler = клитор (нем.) (б.ред.).

на кожата, не притежава такива нервни елементи във и под лигавицата си. Това е станало при селекцията поради споменатата вече двойствена роля на влагалището (орган на съвокуплението и родов път). Ако то притежаваше големия брой специализирани нервни елементи, необходими за оргазъма, по време на раждането нервната система би била така претоварена, че един нормален родов акт би станал невъзможен в резултат на рефлекторни спазми в мускулите на тазовото дъно. Във влагалището и особено в онтогенетично произлязлата от кожата негова предна част, са останали само т.нар. „тактилни телца“. Това са същите нервни елементи, на които дължим усещането за убождане, допир или поглаждане по цялата кожа.

Структурата на тъканите на клитора и влагалището показва, че от гледна точка на анатомията локализираното само във влагалището сексуално задоволяване не е мислимо. В такъв случай е справедлив въпросът на някои жени: каква е функционалната основа на влагалищния оргазъм и изобщо на влагалищната сексуална възбуда? Отговор може да ни даде само физиологията на сетивността.

По време на контакта между партньорите многобройните дразнения достигат до кората на централната нервна система като нервни импулси. Външният вид, гласът, думите и жестовете на партньорите, техните нежности и ласки възбуждат центъра на съвокуплението, стимулират го. Това води до описаните вече реакции на половите органи. Същевременно главният мозък непрекъснато получава информация за състоянието на всички органи. Ако в резултат на стимулацията се е стигнало до готовност за полов акт, специализираните сетивни телца на клитора, стимулирани от нежни докосвания, са подготвили оргазъма и ако се добави усещането за фрикция на вкарания във влагалището мъжки член, всички тези усещания се сумират в изживяването на оргазъма. При многократно повторение на подобни усещания във влагалището се стига все по-често до готовност на клитора за оргазъм, ако други, по-силни импулси (напр. в резултат на неправилно възпитание) не потискат протичането на нервните рефлексии. Очевидно влагалищният оргазъм е един условнорефлексен механизъм, който се осъществява в главния мозък; той се усеща дифузно в тази област на тялото, където е разположен и същинският орган на оргазъма – клиторът. Освен това фрикцииите на пенниса във влагалището водят до притискане и опъване на шапчицата на клитора и до индиректното му масажирание.

Когато момичета и жени четат или слушат от други хора описания на полови преживявания, е възможно цялата област на женските

външни полови органи още преди първата полова среща да се свърже в представите и чувствата в единна област на сексуалната чувствителност, тъй като те се инервират заедно с клитора от една и съща нервна мрежа. По такъв начин докосването до гениталната област също може да се възприема като сексуална стимулация както погалването в други области. Това се дължи на способността на главния мозък да интегрира функционално цялата генитална област, респ. нейната единна, макар и диференцирано функционираща нервна система, със сексуалната чувствителност и със сетивността изобщо. Появата на оргазъм у някои жени в областта на срамните устни, влагалищното преддверие и предната част на влагалището още при първата среща с половия партньор се обяснява с това, че са били предхождани от полови преживявания насън и еротични желания. На същия механизъм се дължи способността на някои жени да получат оргазъм само при нежно докосване и целувка на гърдните зърна (главно тогава, когато по-рано са били преживявани едновременно с оргазъм).

Това схващане е потвърдено многократно, включително и в експеримент. То е достатъчно, за да се обори споменатата психоаналитична теория и да се даде отговор на нашите въпроси. При системни физиологични проучвания на биотоковете на мозъка, сърцето и мускулатурата (с електроенцефалограф, електрокардиограф и електромиограф) Мастърс и Джонсън не са могли да докажат никаква разлика във физиологичните реакции на половия апарат и на целия организъм на жената при клиторния и влагалищния оргазъм. Същите физиологични процеси са регистрирани и след стимулиране на външните полови органи, гърдните зърна или по време на еротични представи. Те не са зависели от начина и мястото на предизвикването им. Тъй като Мастърс и Джонсън са изследвали оргазма с физиологични методи, техните изследвания не дават представа за разликите в дълбочината на свързаното с оргазма изживяване. Колкото и проблематични да са тези опити в интимната сфера на хората, те показват, че всички информативни нервни импулси, които достигат мозъчната кора преди и след оргазма, се сливат в един-единствен, макар и много сложен модел на сексуалното възбуждение.

Какви заключения могат да се направят от тези разсъждения върху еволюцията, анатомията и физиологията на човешката сетивност, като се имат пред вид психологическите особености на човека?

1. Клиторът е орган на оргазма.

2. Всички въздействащи върху органите на съвокуплението нежни дразнения стимулират готовността за оргазъм на клитора.

3. Предизвиканият чрез други зони оргазъм се локализира от жените в долната част на корема, докато предизвиканият посредством дразнене на клитора оргазъм се усеща най-силно в него.

4. Теорията за по-високата стойност на влагалищния и малоценността или незрялостта на клиторния оргазъм е несъстоятелна, както и теорията за странствуването на оргазъма от клитора във влагалището.

Това, че някои жени получават оргазъм предимно посредством клитора, други – чрез влагалището или и по двата пътя, няма нищо общо със способността им да обичат. Телесните прояви са едни и същи, защото клиторът участва при всеки оргазъм. Ако някои жени оценяват по-високо влагалищния оргазъм, или го намират по-дълбок, това се дължи до голяма степен на влиянието на възпитанието и на възгледите, които разглеждат единия като нормален и естествен, а другия – като неестествен и неприличен. Има значение и това, че при коитус с въвеждане на члена във влагалището телата на партньорите влизат в по-плътен допир, поради което усещането за съединяване е по-пълно. Не е чудно, че полученото при това сексуално задоволяване се възприема от мнозина като по-цялостно.

Защо беше необходима тази обширна полемика?

Потресаващо голям е броят на жените, които неправилно биват считани от мъжете си за студени и ненормални поради „малоценната“ им клиторна реакция. Те остават сексуално незадоволени; това ги довежда до отчаяние или в крайна сметка те успяват по някакъв начин да се справят с положението. При нас са идвали доволни и недоволни от брака си, бездетни и многодетни жени от всички възрастови и професионални групи, с различно образование, понеже са смятали, че са ненормално развити. По-голямата част от тях не са намерили пътя към брачната консултация, не са се доверили на лекар или са се сблъскали с неговото неразбиране, когато той е бил недостатъчно информиран. Те загубват половото си влечение, съпрузите им са угнетени, търсят странични връзки и понякога се стига до разтрогване на брака.

Противоречието „клиторен или влагалищен оргазъм“ се решава от вътрешната взаимозависимост между двете форми на възприятие в едно-единствено оргазмено изживяване, което може да бъде пробудено и тренирано. От многократно дискутираните спорни въпроси на този проблем още веднаж се вижда значителната роля, която играят психичните и нервните регулаторни механизми в сексуалната област.

ХИГИЕНА НА ПОЛОВИЯ ЖИВОТ

Както и да се извършва половият акт, в интерес на телесното и психичното здраве на партньорите е да бъдат следвани някои хигиенни правила. (Трябва да се подчертае, че всеки от тях е задължен да се чувствава отговорен за здравето на другия.)

Под „хигиена“ разбираме всички мероприятия и начини на поведение, които са в интерес на здравето. Освен това тук спада и културата на междуличностните отношения, която опазва и укрепва телесното, душевното и социалното благополучие.

Половата хигиена започва с формиране на такава атмосфера на общуването, при която се зачитат индивидуалните особености и потребности на всеки от двамата партньори.

Натискът за сексуално общуване след бегло познанство противоречи преди всичко на човешкото достойнство и на разума. В една здрава дружба, създава вече общи интереси в много области на живота и затвърдила съзнанието за взаимно принадлежание, съществуват по-добри изгледи за двамата партньори, в т.ч. и за жената, да намерят удовлетворение в интимната близост. Доказаното взаимно уважение е първото условие за половата хигиена.

Съзнателният и отговорен избор на партньора и взаимното уважение водят до отказване от честа смяна и предотвратяват венерическите болести. През последните години в целия свят тяхното разпространение нараства скокообразно. Това се отнася особено за гонореята (трипера). Не е нараснал далеч по-рядко срещащият се, но свързан с по-тежки последици сифилис. От това нарастване е засегната и ГДР. Докато през 1969 г. на 100 000 жители 107 имаха доказана гонорея, през 1973 г. те вече бяха 239. Тези цифри за много страни са още по-високи – напр. в САЩ, Швеция и Дания през 1972 г. те са около 350–400.

Тези данни, макар по-ниски у нас, са тревожни и изискват проучване на причините и предпазни мерки. Без съмнение хората, които се сношават с много партньори, без да се замислят, застрашават себе си и главно другите.

„Хапчето“, употребявано от все повече жени, предпазва наистина от нежелателна бременност, но (за разлика от презерватива) – не и от венерически болести.

Външната чистота е тясно свързана с нравственото достойнство. Партньорът трябва да бъде посрещнат подобаващо. Личната хигиена –

както общата, така и тази на половите органи, е условие за здрав полов живот. Нечистият и потен човек не се чувства добре, след изкъпване е като новороден. Изисканият човек оказва по-силно еротично и сексуално влияние, отколкото нечистоплътният и небрежният. Това се отнася както за дрехите, така и за бельото.

След изкъпване става по-приятен не само допирът до кожата на любимия човек – свежият дъх на неговото тяло допринася също за еротичното му влияние. Между другото топлата вода нерядко оказва възбуждащо действие върху половите органи, тъй като увеличава кръвотока в тях.

Чистотата обаче не трябва да се превръща в идея фикс. Влюбените могат да прекарат прекрасни часове и без вана. Ако желанието им за незабавно отдаване е спонтанно и непреодолимо, настроението им може да се изпари, ако тепърва започнат да се сапуниват от главата до петите.

Приятната утринна топлина на тялото след сън може да се превърне в мощно полово дразнене; в такъв момент студеният душ действа охлаждащо и в прекия, и в преносния смисъл на този израз. Както навсякъде в живота и в любовта съществува опасност прекаляването да доведе до обратен на търсения резултат. Затова е важно да се намери подходящият момент и правилната мярка; до известна степен те трябва да се чувствуват.

Във всички случаи външните полови органи трябва да се поддържат в изрядна чистота. Във вулвата на жената и главно под клитора и зад малките устни, както и на главичката на пениса, предимно зад вечния ръб, при недостатъчна хигиена се отлага т.нар. смегма. Тя се образува от остатъци от урина, пот и кожни люспи. Когато смегмата не се измива, тя се превръща в хранителна среда за микроорганизми, които предизвикват възпаление. При полово сношение е възможно то да бъде предадено на партньора. Неприятната миризма на смегма може да потисне желанието на мъжа или на жената, още повече че при непринудената, страстна любовна игра те се приближават плътно един към друг. Поради всичко това всеки зрял човек трябва да измива всеки ден половите си органи и съседните на тях части на тялото. Който не е бил възпитан от малък по този начин, трябва незабавно да привикне с това. Сапунът не подхожда за нежните лигавици, затова само от време на време може да се употребяват, и то пестеливо, слабо алкални сапуни. Впрочем влагалището се самоочиства; промивките не са необходими, дори не са за препоръчване. Там обитават постоянно млечнокисели бактерии,

които предпазват от навлизането на болестни причинители и така дезинфектират влагалището.

Най-добре е съпрузите да отделят малкото необходимо за хигиената им време непосредствено преди лягане. Така те могат да бъдат много по-сигурни, по-свободни и без задръжки, тъй като нито един от вариантите на сексуалния контакт няма да им се стори неестествен и неприятен.

Даже и при грижливо поддържана хигиена гениталиите запазват лека, ненаатрапчива миризма; от вулвата тя е възкисела.

Естествено тя може лесно да бъде различена от неприятната миризма на смегма и рядко смущава. Такива миризми и други излъчвания от тялото могат дори да стимулират възбудата. В животинския свят те принадлежат към дразненията, които предизвикват разгонването. Ако все пак дразнят партньора, те могат лесно да се отстранят с дезодорант. Еротичното действие на някои парфюми върху партньора (по-специално мъжа) е известно, макар и малко изследвано. С него обаче не бива да се прекалява. Допадащият на партньора аромат не бива да бъде натрапчив, нито да покрива напълно естествената приятна миризма на женското тяло. Двете миризми трябва да се съчетаят в леко, индивидуално благоухание. Козметични средства и парфюми не трябва да се слагат на чувствителните лигавици на половите органи, които могат да се възпалят под действието на спиртната им съставка. Те трябва да се нанасят на челото, по шията, в подмишниците и т.н.

Секретите, отделяни от гениталиите на двата пола при сексуална възбуда, са без цвят и без мирис. Те правят органите хлъзгави и стимулират взаимното привличане и приятното протичане на половия акт. Затова те не бива да се отстраняват. От тях трябва да се различава бялото течение, от което страдат някои жени. То може да има много причини и изисква лечение от гинеколог.

След акта партньорите чувствуват нужда да си починат (един в друг или поне един до друг), за да може възбудата да утихне постепенно. Почивката им е необходима също така, за да отзвучат сърдечносъдовите промени.

Често се поставя въпросът за най-здравословната честота на сношенията. Тук ще кажем само, че няма общовалидни „норми“ и че за всяко време и за всяка двойка са най-важни индивидуалните потребности на двамата партньори. Ако пристъпваме към акта без влечение, а само за да „изпълним съпругеските си задължения“ или „планирания“ брой сношения, той най-вероятно ще завърши с разочарование. Не бива да

тласкаме нито себе си, нито партньора си към полова активност, когато сме изчерпани. Принуденият коитус води по-скоро до нервност, отколкото до разтоварване. Разбира се, продължителната липса на желание трябва да стане повод за размисъл върху брака и за разговор или за явяване в брачната консултация за съвет. Честотата на сношенията е проблем само за двойки, при които единият от партньорите (най-често мъжът) ги желае ежедневно, а другият – по-рядко и по-слабо (най-често жените с недостатъчно либидо).

Когато партньорите се обичат, нежността на единия събужда желанията на другия. Ако въпреки това интервалите на потребностите на двамата партньори се различават съществено и те не сполучват да ги съчетаят, би трябвало да се стигне до компромис, макар че изработването на средна мярка не е идеално решение. С други думи, единият трябва да се задоволи с по-малко, а другият да бъде готов на по-голяма честота, макар да няма истинско желание за това. При всички случаи обаче и той, и тя трябва поне да знаят, че неудовлетворената сексуална възбуда може в крайна сметка да стане много мъчителна.

Често се говори, че сексуалното пренапрежение води до увреждане на здравето, но това никога досега не е било медицински доказано. Организмът се предпазва от претоварване чрез временната невъзможност да бъде събудено половото желание. Между равноправни партньори то непрекъснато се възобновява. Ако партньорите не чувствуват действителността като пречка за тяхното единство, а считат всеки служебен успех (негов или неин) за съвместно извоюван, те ще бъдат щастливи независимо от това, дали ое сношават по-често или по-рядко. Ако единият от двамата има затруднения в работата, уважението на другия му позволява временно да се въздържа от сексуална стимулация. Така любовта се проявява като взаимна помощ и като морална подкрепа. След съвместно преодоляване на критични положения и конфликти отново намереното полово единство ощастливява партньорите още по-дълбоко и по-трайно.

Ако единият от съпрузите е болен и неразположен към интимност, никой разумен човек не би искал сношение. Но бременността не е болест. За препоръчаното по-рано от различни лекари и религиозни секти въздържание или даже пълно отказване от сношение след зачатие то не съществуват нито медицински, нито психологични основания. Мнението, че бременната жена няма желание за полово сношение, не е валидно за болшинството от жените. При много от тях във втората третина на бременността се забелязва дори увеличаване на либидото. Жени, които

са склонни към спонтанни аборти, не бива да бъдат възбуждани често и силно през тези месеци, тъй като това може да доведе до аборт. Поради опасност от инфекция на родовите пътища 4–6 седмици преди и след раждането коитусът трябва да бъде преустановен.

На въпроса, дали по време на менструация е необходимо въздържане, се отговаря различно. Много гинеколози препоръчват въздържане през тези дни поради повишената опасност от инфектиране на жената и по естетични съображения. Други се въздържат да дават съвети, засягащи естетиката, тъй като не е задача на лекаря да преценява степента на културното и духовното развитие на пациентите си и тъй като той не е в състояние да реши кое е естетично от гледище на двама влюбени. Повечето мъже и жени се отказват от сношение по време на менструация с изключение на случаите на среща след продължителна раздяла. Най-добре е поне в първите дни, когато жената кърви най-обилно и трябва да се спазват хигиенните правила, това да не се върши.

От хигиенна гледна точка няма значение по кое време на деня се извършва съвокуплението. Най-подходящият момент е този, в който взаимното желание е най-силно и има достатъчно време и условия. Но тези условия не винаги са налице едновременно. Децата и други задължения изискват отлагане: желанията трябва отново да бъдат пробудени в по-благоприятен час. Най-често времето преди лягане е най-удобно. Тишината, уединението, освобождаването от дневното облекло и възможността да заспят заедно след това подтикват към полово сношение. Някои брачни двойки предпочитат да се сношават сутрин, след като са отпочинали. Ако съпрузите имат различни предпочитания, те трябва да се нагодят един към друг или да постигнат съгласие за редуване на времето. В никакъв случай не се препоръчва предварително планиране на определени дни за полово сношение. Настроението не може да се предвижда.

Важен проблем е въпросът за честотата на сношенията в различни възрасти. Появата на желанието решително зависи от съвместния живот на мъжа и жената. Половият живот стимулира духовната връзка между тях и, обратно, разбирателството и любовта благоприятствуват половото влечение във всички възрасти. Такова съвършено съжителство не се създава за ден-два. Пътят към съвършенство в интимността често пъти е дълъг. Много двойки вървят по него бавно, като преодоляват не една пречка, обременени от погрешно възпитание. Затова върхът на любовта не съвпада непременно с висшето сексуално удовлетворение. Трябва да се учим да живеем заедно, да бъдем двама. Това е постоянна

задача на двойката и нейното решение не идва на готово.

И днес все още през първите брачни години на млади хора мъжът търси полово сношение по-често от жената; нейното желание ое събужда постепенно и едва по-късно започва да се явява по-често. Това не е биологична съдба. Променената роля на жената в обществото и брака, разумното възпитание и познанията в сексуалната област допринасят за това, че жените още от по-млада възраст развиват напълно способността си за изживяване. Обикновено съпрузите достигат съвършената взаимна нагласа едва след дългогодишен брак. Много жени искат съпругът им да бъде с няколко години по-възрастен. Това желание не произтича само от първични сексуални мотиви, а отговаря на потребността от бързо полово приспособяване към по-опитния партньор.

Анкетираните от нас семейни жени и мъже дадоха следните сведения относно честотата на половите сношения (фиг. 18). (Те са по-меродавни за потребностите на мъжете, тъй като в повечето бракове все още честотата на сношенията зависи от тях.)

Анкетата показва, че до задоволяване при сношение най-често достигат не най-младите жени, а жените на средна възраст. При редовен полов живот у жените либидото и оргазъмът често се запазват до напреднала възраст. Те изчезват по-рано, ако половата им активност намалее до редки случаи или бъде прекратена.

Изцяло погрешно, макар и широко разпространено, е схващането, че след климактериума жената започва да загубва по биологични причини способността за сексуално изживяване. Наистина в тази възраст яйчниците като производители на хормони и заедно с тях вътрешните и външните полови органи търпят обратно развитие, но това не е решаващо за интимния живот. Няколко пъти подчертахме, че той зависи предимно от нервни фактори. Без съмнение вегетативно обусловеното неразположение, топлите вълни и сърдечносъдовите оплаквания могат да подтиснат интереса към половия контакт за известно време. Това могат да направят обаче не само климактеричните, а и почти всички телесни и психични оплаквания. Когато липсва заболяване, а интересът към интимния контакт трайно отслабва, трябва да се предполага, че в брака нещо не е в ред или че жената вътрешно не се е справила с прехода във втората половина на живота, че е получила комплекс за малоценност, че се счита вече за остаряла и т.н. Всички тези явления не са неотвратима съдба на жената. Те могат да бъдат отстранени с помощта на брачната консултация или с психотерапия. Те зависят от околната среда на жената и от положението, което обществото ѝ е отредило. Ако на жената се

гледа преди всичко като на машина за раждане на деца и сексуална собственост на мъжа, в климактериума тя наистина ще има основания да се опасява от загуба на своята значимост и ще стане несигурна тъкмо в интимната област. Това състояние, което е особено често при самотни и нещастно омъжени жени и обикновено се изявява със засилено влечение, носи грозното наименование „ужас от затворената врата“. Ако жената е напълно призната личност в семейството, професията и обществото, тя понася по-леко възрастовите промени. Тя не губи непременно притегателното си действие върху съпруга, който впрочем също не става по-млад. Душевната бодрост, някакъв спорт и умерените грижи за красотата и помагат да се чувства млада, макар и да старее. Изпитаното в щастливи и тъжни часове любовно и житейско единство на един добър брак има много по-голямо значение, отколкото няколко бръчки на лицето.

Колко е несправедливо да се търси в климактериума причината за случайното намаление на половото желание доказват многобройните жени, които по време на климакса и след него чувствуват увеличение на либидото. Това се отнася не само за жените, които получават ненаситен полов глад от страх пред старостта, но преди всичко за онези, чиято готовност за отдаване дотогава е била парализирана от постоянния страх от нежелана бременност.

Впрочем успоредно с акцелерацията с всяко поколение се отбелязва и забавяне на климактериума; през 1869 г. 59% от жените са загубвали менструацията си след 45-годишната възраст. Петдесет години по-късно те са били вече 64%, а през 1959 г. – дори 76% (по Шевчик). Съвременните жени изживяват климактериума около петдесетата си година. За техните дъщери и внуци се предвижда още по-дълго запазване на зачатъчната способност.

Едва след 60-годишната възраст сексуалното влечение у жените намалява и това намаление е наистина възрастово обусловено. При много от тях това става по-късно, а при някои – малко по-рано. Намалението настъпва бавно, засяга и двамата (мъжът даже бива засегнат по-рано) и не създава проблеми на късния брак. Сега вече половите желания се събуждат по-рядко, секретията на влагалището става оскъдна и оргазмът често не се постига или е по-слаб и по-кратък.

Какво е поведението на стареещия мъж? Навлиза ли и той в критична възраст? Има ли мъжки климакс? Това се твърди често и също така често се оспорва. Много мъже без друго имат критични години (около 45–55), в които са много лабилни, имат чувство за малоценност и

намалява издръжливостта им на напрежение. Тези възрастови промени обаче зависят твърде много от отделната личност и от нейното обкръжение, за да могат да се сравняват с климактеричните прояви на жените. В организма на мъжа не стават изменения, които да отговарят на резките хормонални промени в критичната възраст на жената. Тестикулите не престават да функционират така бързо, както яйчниците на жената. Те произвеждат семенни клетки до дълбока старост – това вече бе споменато. Не са рядкост и 80-годишни същински бащи на малки деца. Секретцията на най-важния мъжки полов хормон (тестостерона), отделян от междинните клетки на тестикулите, достига максимума си между 25 и 35 години и започва да намалява. Кората на надбъбреците компенсира недостига от хормона до дълбока старост. Както и при жената, това са фактори от втори ранг. Психичната нагласа на партньорите има по-голямо значение.

Обикновено, макар и не във всички случаи, в напредналата възраст мъжката потентност (способността да се извърши акта) отзвучава по-рано от либидото (влечението към полово задоволяване). В отделни случаи от това произлизат конфликти и даже извращения на половия нагон, водещи до престъпления на по-възрастни мъже с деца. Импотентността у по-голямата част от старите мъже се дължи, както и у младите, на психически причини, а не на възрастта.

Причината за намалението на либидото при повечето, за да не кажем при всички по-възрастни мъже, но поне за тези под 60 години, също не трябва да се търси предимно в процеса на биологичното стареене. Това проличава особено ясно в случаите, когато по-стари мъже не изпитват никакво влечение към една жена и са импотентни, докато с други могат да бъдат твърде активни. Понякога причината е в това, че брачните отношения са били твърде еднообразни, че мъжът е свикнал твърде много с особеностите на съпругата си или че нейните сексуални интереси са намалели. За тези мъже са достатъчни две седмици въздържание, за да възстановят потентността си; един такъв съвет винаги е „лековит“ за тях. Освен това мъжът в напреднала възраст и при еднакво професионално натоварване е физически и нервно значително по-обременен от младия мъж, който и след тежка работа се чувства все още свеж. Това се обяснява с по-голямата подвижност на нервните му процеси, защото и възстановяването е също постижение на нервните клетки. Мъже на ръководна работа, която поемат обикновено във втората половина на живота си, се оплакват много често от полово изтощение, без работата винаги да е истинската причина за тяхната слабост в интимната област.

Старите мъже реагират с ерекция на полово дразнение не така бързо и се нуждаят от по-силна стимулация, отколкото по-младите мъже. Оттук трябва жените да си направят изводи за любовната игра, още повече че твърдостта на члена на стария мъж намалява по-бързо. Много от мъжете над 60 години достигат пълна ерекция едва преди еякулацията, която се последва от незабавно омекване. Когато мъжът реагира по-бавно и еякулацията настъпва по-късно, отколкото през младите години, жената разполага с повече време, за да достигне до оргазъм. Възрастните мъже обаче се нуждаят от по-дълга пауза след еякулацията (често дни наред), докато възстановят потентността си.

Това, което беше препоръчано на възрастната жена, важи още повече за мъжа във втората половина на живота: здравословният начин на живот и регулираната полова активност са най-добрият начин да се запази потентността до много напреднала възраст. По такъв начин мъжът може да запази чувството, че е млад или поне, че не е старец. Но само това не стига. Органи, които не функционират, заливняват.

Въздържане, продължило години наред (напр. при овдовели), води до затруднения при опит отново да се започне интимен живот. Най-често те се преодоляват, ако новият партньор или партньорка са умни.

Естествено в интимната сфера на остарялата брачна двойка постепенно всичко става по-тихо, по-спокойно. Страстта на изминалите десетилетия се е превърнала вече в хубав спомен. Тя събужда и в напредналата възраст желание за нежност и понякога довежда до интимност, докато сексуалният израз на взаимната привързаност най-сетне изчезне съвсем, бавно и незабелязано. В брака общността на двамата съпрузи се е усъвършенствувала дотолкова, че в късната вечер на живота сексуалността не им липсва. Това се удава толкова по-лесно, колкото повече духовната близост е била по-рано основно съдържание на живота им.

II. Полов живот и полови смущения

Втората част на книгата се отнася за всяка жена и всеки мъж, дори и за тези двойки, които считат, че сексуалният им живот е напълно нормален (това може би в действителност е така). Но не е ли пропусната тук главата, която се отнася до хармоничния интимен живот? Така бихме могли да се запитаме. Докато четете тази книга, а и в личния си живот читателят ще се убеди, че пълноценният и смутеният полов живот лесно прехождат един в друг, че здравата и смутената сексуалност граничат плътно една до друга. Поради това е невъзможно и дори нецелесъобразно те да бъдат разглеждани поотделно. Пътищата на щастливото партньорство се очертават най-добре, когато осъзнаем какво извършваме неправилно и как можем да избегнем неподходящото сексуално поведение.

По данни на проведени анкети почти всеки втори човек преживява в даден момент сериозни трудности в интимните си отношения – едни от хората в по-млада, други – в по-напреднала възраст, а някои – през целия си живот. За щастие тези спънки могат да бъдат преодолени от повечето двойки, когато те сериозно пожелаят това и ако потърсят съветите на специалиста при нужда.

Дори когато само единият от партньорите страда от такива смущения, другият е малко или повече засегнат. Така проблемите се удвояват и ако останат дълго време нерешени, водят до нови, най-често по-сериозни конфликти.

Много хора с лекота решават проблемите си, дори не ги осъзнават; други се справят по-трудно с тях или изобщо не могат да ги решат. Повечето от онова, което човек би трябвало да знае, за да се справя в тази област на живота, не е било достъпно за него. Когато е бил млад, от него са скрили необходимите знания или той не е знаел какво да избере от тях, защото за него те още не са били на дневен ред. Откъде впрочем човек може да получи точни и изчерпателни отговори на въпросите си? Той, тя или двамата се опитват да ги намерят сами; понякога съвместното търсене е успешно, но много пъти усилията са безплодни. Най-често човек не знае поне приблизително как трябва да бъде всичко, а само чувства несъвършенството. Това подтиска, води до конфликти, до несигурност, до недоволство. То се отразява не само върху брака, но и на други равнища – в професията, в обществото.

Успешната сексуалност почти незабелязано, но активно участва в любовното единение на двама души. Където и всичко друго е наред, тя ощастливява. Когато е накърнена, тя води до тъкмо обратното, а с течение на времето може да подкопае и другите отношения, създаващи общността.

Ето защо половите смущения заемат обширен дял в тази книга. Ударението обаче пада винаги върху профилактиката и лечението им.

Не един читател ще се запита: Нима подробното разглеждане на тези смущения има място в една научнопопулярна книга? Не е ли по-добрата информация по този въпрос да бъде предоставена само на лекарите и на психолозите?

Половите смущения са така широко разпространени, че засега не е възможно да се дадат индивидуални и задълбочени съвети на всички хора, които имат проблеми в интимния си живот. Книгата във всички случаи ще им помогне да си изяснят тези проблеми и ще ми покаже пътя към брачната консултация. Много от тях обаче нямат нужда от лекаря или предпочитат да намерят съвети в литературата.

Глава 4 ПОЛОВИТЕ СМУЩЕНИЯ И БОРБАТА С ТЯХ

КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВАТ ПОЛОВИТЕ СМУЩЕНИЯ?

Вместо да говорим за болест, ние ще казваме „смущение“, когато става дума за неправилно протичащи функции в сексуалната област. Човек, който има сексуални смущения, не може да бъде считан за напълно здрав в съответствие с дадената във въведението дефиниция на здравето. Здравето и болестта не са взаимно изключващи се противоположности; между тези две състояния съществуват многобройни междинни състояния и преливащи се един в друг преходи; впрочем по-правилно е да се говори за процеси, тъй като те са в непрекъснато изменение.

Много хора считат, че болестта се локализира само в заболелия орган. Това не отговаря на съвременните схващания в медицината. Във всяко заболяване участва целият организъм. При редица заболявания на преден план стои неправилно взаимодействие на отделните системи в организма поради смущения в регулиращата функция на главния

мозък. В тези случаи самите органи не са болестно променени.

Прието е тези смущения та здравето да ое наричат „функционални заболявания“. Когато в органите с обективни методи могат да се установят болестни изменения, говорим за органични заболявания. С цел да опростим нещата ние ще употребяваме понякога тези изрази. Преди това обаче читателят трябва да е наясно, че между функционално и органично заболяване няма противоречие; липсващата или постоянно уврежданата функция може да доведе и до структурни изменения в засегнатия орган.

Ние предпочитаме думата „смущение“, защото тя повече от думата „заболяване“ е свързана с представата, че то ще премине, че е временно, че се явява при определени обстоятелства и че причината за него е външна. Когато говорим за смущения на телевизионното предаване, ние искаме да кажем, че не допускаме да има повредени части в апарата, а предполагаме, че некачественият прием се дължи на преподавателя, на времето, на електрическите уреди у съседите, на неточна настройка или на други външни влияния. Така е и при половите смущения – участващите в акта органи са изправни; смутена е тяхната функция.

Функционално полово смущение е налице, когато жената или мъжът не изпитват полово желание. То е налице, когато те не могат да осъществят с партньора си задоволителен коитус, макар да има подходящи условия за това, а половите органи, жлезите с вътрешна секреция и нервната система не са засегнати от болестен процес.

Да разгледаме по-подробно определението на понятията. Смущението може да се прояви по три начина:

1. Половото желание (либидо) може да е намалено или да липсва.
2. Извършването на половия акт (коитус) може да е смутено или невъзможно.
3. Половото задоволяване (оргазъмът) може да е несъвършено или да не настъпи.

Тези разновидности на смущението се явяват поединично или в комбинация в три различни форми:

- при всяко полово сношение или еднократно;
- с напълно несполучлив или неудовлетворителен изход;
- още от първия опит за полово сношение или след период на задоволяващи сношения.

Сексуалните смущения не могат да бъдат подредени в твърда, неизменна схема. Всяко от тях е различно у всеки човек и с развитието си се изменя. Науката обаче е принудена да подрежда и разпределя

изследваните от нея явления. Ето защо, когато в тази книга от време на време, класифицираме или типизираме нещата, правим това само в интерес на прегледността и за да помагаме на паметта. Читателят не бива да забравя, че всеки човек е уникална личност и обикновено не може да попадне изцяло в дадена група на класификацията.

След коитус желанието временно угасва, сексуалните дразнения не оказват въздействие. Норматив за времетраенето на това състояние не съществува. То зависи от особеностите на отделния човек, от продължителността на предхождащото акта въздържание, от поведението на партньора, от възрастта и от още много други фактори и може да трае от няколко минути до няколко дни. По време на тежко общо заболяване половите функции са силно затормозени.

Разбира се, успоредно с това съществуват заболяващия на определени системи на организма, които оказват непосредствено въздействие върху половия живот. В сравнение с функционалните смущения обаче те са изключително редки, поради което няма да бъдат разгледани тук.

Трите споменати функции (либидото, коитусът, оргазмът) могат да бъдат разгледани и хронологично като отделни стъпала на цялото. На първото и на последното стъпало (либидото и оргазмът) има затруднения предимно жената; на средното стъпало (коитуса) – предимно мъжът. С други думи, когато е налице смущение у жените, най-често липсва желанието или те не стигат до оргазъм. Половият акт въпреки това може да бъде извършен, ако влагалището е достатъчно влажно, за да се вкара penisът. У мъже със сексуални смущения желанието липсва по-рядко. Те почти винаги могат да достигнат до оргазъм. Коитусът обаче не им се удава, ако поради липсваща ерекция или поради преждевременна еякулация не могат да вкарат члена и да извършат достатъчно продължителни фрикции. Следователно смущението обикновено засяга единия от партньорите и една от фазите на акта – обстоятелство, което може да бъде използвано с успех при лечението, тъй като по този начин бива намалявана податливостта към общо смущаване на половия акт.

Желанието на мъжа и неговото нежно ухажване подтиква колебливото либидо на жената и тя отделя секрет. Това улеснява мъжа при проникването му във влагалището и засилва усещанията от члена. Жената усеща увеличената му възбуда. Това може да стимулира нейната наслада и да благоприятства получаването на оргазъм.

ПОВЕЧЕТО ПОЛОВИ СМУЩЕНИЯ СА ПСИХИЧНО ОБУСЛОВЕНИ

Хората с такива смущения много рядко знаят причините за несполуките си. Те само изживяват болезнено половата си немощ или липсата на очакваните усещания (мъжът – липсата на ерекция, жената – липсата на влечение или на оргазъм). Половата немощ обезпокоява мъжа веднага и силно; за жената тревогата е по-малка, но рано или късно се явява. Едва тогава пострадалите си задават въпроса, на какво може да се дължи това.

Стремешът на всеки човек е да си изясни причините за неуспеха. Повечето жени идват до истинските причини по чувствен път. Мъжете са по-склонни да създават теории за провалите си, които обикновено са неверни. Повечето от пациентите са убедени, че притежават телесни недостатъци, мислят, че хормоните им са малко, че членът им е малък, че яйчниците им функционират лошо, че нервите им са „разсипани“, че имат някакво вътрешно заболяване или че са преуморени. Ако те потърсят лекарска помощ, най-често е възможно с помощта на научни методи да се открият истинските причини. Понякога за това е необходимо да бъдат привлечени лекари от различни специалности, които работят в брачната консултация. След детайлно разпитване и основен преглед погрешните представи на пациентите могат да бъдат поправени и може да им се каже коя е решаващата или основната причина за половото смущение.

Убеждението, че страда от телесно заболяване, често е дълбоко вкоренено у пациента. От психологична гледна точка това е разбираемо. По-лесно е да считаеш, че някой телесен орган е причина за неприятния недостатък, отколкото да потърсиш причините за това в собственото Аз и в погрешното си поведение. Така неуспехът бива оправдан пред партньора и пред себе си и виновен за него няма.

Какво смущава половата функция? Това, че нервната система и главният мозък като висша управляваща централа регулират и координират помежду им функциите на тялото, днес е азбучна истина; това че „нервите“ могат да повлияят на нашия полов живот, не се оспорва. Но как става това?

В първата част ние проследихме нормалния ход на сексуалния динамичен стереотип: посредством зрението, осезанието и другите сетива главният мозък на човека възприема партньора и произтичащите от него

дразнения, които събуждат половото желание. Нервните процеси биват проведени в центъра на съвокуплението и в гръбначния мозък. Те предизвикват ерекцията на мъжа, респективно секретията у жената, едновременно с което се появява потребността от по-нататъшен контакт.

Ако в този момент входният звънец зазвъни и мъжът очаква посещение, ерекцията отслабва. Една девойка е готова да се отдаде на приятеля си. Неговите нежности предизвикват у нея секретия, но внезапно й хрумват често повтаряните от майка ѝ предупредителни думи: „Не се впускай в приключение с някой мъж. Ако той ти направи дете, ще те изпъда от къщи!“ Желанието ѝ за сношение стихва и секретията пресъхва.

В единия случай върху половите реакции действуват възпиращо определени външни влияния. В другия случай мислената представа потиска либидото. Най-често механизмът на появата на такива смущения е много по-сложен, отколкото в приведените примери. Преди всичко такава проста причинноследствена връзка се среща много рядко. Почти винаги множество сегашни обстоятелства и опитът от миналото действуват задържащо върху протичането на половите реакции, без потърпевшият винаги да осъзнава въздействията и техните последствия. Ако обаче ги познава, той по правило може лесно да ги изключи.

Като начало нека запомним, че нервнопсихичните фактори (някои особености на характера, възпитателните влияния, лошото настроение в момента, страховете, комплексите за малоценност и т.н.) обуславят преди всичко функционалните полови смущения.

Ако един мъж не успява да осъществи сношение с жена, а една снимка на голо женско тяло го възбужда толкова силно, че дори мастурбира и получава еякулация (т.е. изживява оргазъм), ясно е, че тук не се касае за органично заболяване, защото то не би се появило в първия, а изчезнало във втория случай. Ситуацията е подобна, ако жената остане напълно равнодушна към един партньор и той не я задоволи, а само телесната или даже мисловната близост с друг мъж възпламенява желанието ѝ или предизвиква оргазъм по време на сън. Пълната функционална способност на половия апарат в тези случаи е безспорна, иначе не биха могли да се появят желанието, секретията, ерекцията, еякулацията и оргазъмът.

Органичната причина може да бъде изключена само след обстояйни изследвания, но съществуват някои критерии, които в съвкупност позволяват с относително голяма сигурност да се предположи причината на смущението.

Половите увреждания, предизвикани от органично заболяване,

общо взето, се проявяват с всеки партньор. Либидото, възбудата, ерекцията, секретията и оргазъмът липсват; разстройството най-често се задържа непроменено продължително време. Нервнопсихичните смущения на половите процеси могат да се проявят при един партньор, а при друг – не. При определени условия (мастурбация, в сън, при еротични представи и с помощта на някои техники за възбуждане) все пак се явяват полови реакции. Най-често либидото е запазено; само извършването на половото сношение е затруднено (преди всичко у мъжа) или не се удава достигането до оргазъм (преди всичко у жената). Тези смущения в повечето случаи засягат половия живот само временно или в променяща се степен.

До половите смущения от нервнопсихичен произход може да се стигне по различни пътища. Причините включват вмешателства отвън, изострени отношения между партньорите, нарушения в развитието на личността, причина може да бъдат даже неудобното легло, страхът, че някой може да види акта, отблъскващият или нелюбимият партньор, несръчното му поведение или неподходящите му изрази, отвличането на вниманието от други мисли и т. н.

Тези причини за полови смущения обикновено се разпознават лесно – дори от този, който страда от тях. Ако се удаде те да бъдат отстранени, смущенията се лекуват успешно, когато не са се задълбочили от продължително времетраене. Много полови смущения остават трайни, когато двамата партньори имат недостатъчни знания за сексуалното поведение и дълго време не съумяват да се настроят един към друг. Същото въздействие могат да окажат страхът от наказание или от нежелателна бременност, както и мислите за греховност на интимните отношения. Със сексуални пориви често се свързват изпълнени със страх очаквания, болезнени преживявания и опасения, които могат да ги подтикнат и смутят. Най-сетне някои погрешни навици сриват нормалните полови процеси, дори ако самият индивид няма невротични прояви със значение за половия живот. Сексуалността на психично лабилните и крайно чувствителните хора е особено лесно ранима.

Когато вътрешното отношение на човека към сексуалността е дълбоко смутено, той рядко не е способен да извърши половия акт, нито да го изживее истински. Заедно с това вследствие погрешно възпитание в детството, разстроени отношения между родители и деца и други преживявания и разочарования сексуалният порив може да бъде потиснат до пълно отпадане, макар другите страни на личността да са изцяло в нормата или с едва забележими отклонения. Засегнатите се нуждаят от

коригираща личността психотерапия, защото простите съвети и наставления относно сексуалното поведение в най добрия случай временно намаляват проявите и много рядко могат да отстранят причините.

Това се отнася и за онези, които трайно и дълбоко са се отклонили от нормалното душевно развитие вследствие на житейски събития, с които не са могли да се справят. Много от тези хора срещат в половия си живот големи затруднения; последните трябва да бъдат считани като следствие или като белег на абнормната (невротична) структура на характера им.

Много от хората, които страдат от функционални полови смущения, имат и погрешно поведение. Въпреки това би било неправилно да психологизираме и да тълкуваме символично всеки полов неуспех. Опитът да се припише на всяко смущение в половия акт смисъл и цел, каквито се изразяват в самия симптом, е не само ненаучен, но и оскърбителен за пациентите, дошли да потърсят помощ, колкото и обосновани и убедителни да изглеждат. Така например О. Шварк с на мнение, че половата немощ е само неосъзнато нежелание, саботаж на брака, от който засегнатата или засегнатият искал да избяга. Той тълкува липсата на ерекция като стачка, чиято цел била да лиши жената от спермата или от оргазъма. Преждевременната еякулация била неосъзнато, но желано скъсяване на коитуса. Според друга теория импотентността била резултат от алчност за повече сласт. Парнъорката няма да бъде удостоена с удоволствието, но егоизмът на мъжа ще бъде наказан със собствената му неспособност. Застъпници на т.нар. индивидуална психология схващат фригидността на жената като протест срещу мъжа, с който тя изразява нежеланието си да му се подчинява. Разбира се, в някои такива „смущения“ се очертава очевидна тенденция партньорът да бъде подценен, да се изтръгне от него внимание или да се избягнат затруднения. Трябва обаче да се пазим да обясняваме всяко сексуално смущение с неосъзнати подтици; най-често това е ненужна алегорична игра на думи.

СЕКСОЛОГИЧНА АНАМНЕЗА¹³

Всеотдайното усилие на жената и на мъжа взаимно да се разбират и при сношение не може да бъде заменено от никакво лечение. На онези двойки, които не могат сами да се справят с интимните си проблеми,

13. Анамнеза (лат.) – спомен; предисторията на една болест, получена чрез разпитване на самия болен или на неговите близки (б.ред.).

трябва да се препоръча опитен лекар сексолог или клиничен психолог. Най-добре е обаче те да се насочат към брачната консултация, тъй като понякога зад тези смущения се крият органични заболявания или неврози. Кое все още пречи на повечето хора, страдащи от полови смущения, да потърсят лекарски съвет така естествено, както при други увреждащи на здравето? Най-важните причини са:

1. Мнозина изобщо не знаят, че съществуват компетентни специализирани консултативни центрове, на които те могат да се доверят, където могат да се посъветват и да им бъде оказана помощ.¹⁴ Повечето от тях идват на консултация, след като са били изпратени.

2. Някои считат, че трябва да се справят сами с личните си проблеми, заедно с интимния си партньор; в такива деликатни положения според тях трети човек не би могъл да помогне или да даде отговорен съвет. Това мнение е и оправдано, и погрешно. Както лекарят и акушерката не могат да родят вместо родилката, но облекчават раждането с психопрофилактика и обучение, така и специалистът от брачната консултация не може да реши интимните проблеми на хората; той обаче може да им помогне с компетентен съвет да се справят с тях.

3. От позициите на психологията по-важно е, че много хора (особено някои жени, които нищо не усещат) не са наясно за своите смущения; те често не страдат от тях; партньорът им вероятно също не ги забелязва или ги приема. Те идват при лекаря заради съвсем други, най-често нервни оплаквания или заради чувство за малоценност; едва след задълбочен, насочен към личността разговор се откриват смущенията в интимния живот.

Някои от тях са доволни, че психотерапевтът засяга първо вътрешно потискащия ги проблем. Те дори са очаквали възможността да разкажат подробно за своите интимни проблеми, които дотогава са таили в себе си и не са се решавали сами да започнат. Те са облекчени, когато намерят компетентна и пълна с разбиране подкрепа. Други на това място се отклоняват, сменят темата, казват, че това не е предмет на разговора, че интимните затруднения не са във връзка с техните оплаквания. Често пъти те имат право; това може да се прецени едва след основно клиничнопсихологично изследване. Когато интимните проблеми наистина се окажат странични, нещата не бива да се раздуват и комплексът от въпроси трябва да се изостави – но не преждевременно! Сексуалната

14. У нас нуждаещите се могат да получат компетентна помощ в семейните консултации на Научния институт по акушерство и гинекология – София и на акушеротинекологичните клиники в Пловдив, Варна и Плевен (б.ред.).

сфера на човека е изпълнен с множество „табу“¹⁵, със забранени предстиви, с мъчителни преживявания. Погрешното сексуално поведение, неуспехът или разочарованието най-често нарочно се премълчават, прескачат и омаловажават. Нещо повече, те могат да бъдат изгласкани от съзнанието, защото споменът за тях гнети. С това обаче те, още не губят значение за отношенията между партньорите. Това е така само привидно. Ако не бъдат превъзможнати, те могат да предизвикат болест, и то такава, каквато неспециалистът, включително и пострадалият, не би свързал с половия живот. Медицинската наука е доказала, че смущенията в афективно по-първичната сексуална сфера могат наистина да предизвикват поредица от смущения на телесното и душевното здраве (неврози). При всеки пациент е необходимо да се изясни дали такова заболяване е вече настъпило.

Това изместване на сексуалните потребности е равностойно на неволна защитна реакция. Който е почувствувал, че не се е създала пълна полова хармония с партньора, но не намира смелост активно да промени състоянието и да поеме, ако трябва, дори някакъв риск за това, той охотно се измъква от неприятното положение, като „счита“ сексуалността за маловажна и „не и придава значение“; такъв човек поставя на преден план духовните форми на партньорството, като че ли едното изключва другото и го прави излишно. Тогава изглежда така, сякаш вече не съществуват сексуални проблеми. Към такива реакции по-често са склонни жените. Но когато се престорим, че не забелязваме нещо или само го преместим, защото вече не ни радва, то продължава да съществува въпреки това. Вече само не го виждаме, може би дори го забравяме временно или постоянно. Тогава не е ли разбираемо, че човек реагира отрицателно, дори нападателно, ако някой се опита да издири като че ли добре скритата „вещ“? Психотерапевтът е застрашен да се сблъска с мълчание и съпротива, ако пристъпва недостатъчно предпазливо и се опита да проникне грубо в интимната сфера. Половият живот се оказва сериозно смутен точно у онези хора, които се затварят в себе си, щом като разговорът се насочи към най-интимната тема. Точно те най-малко го допускат и при това често лъжат съзнателно.

Сексуалността е елементарна съставка на човешкото; тя не може просто така да се постави в глуха линия или да се преобрази в друга форма на съществуване, напр. – в нещо духовно. Това преобразяване

15. Табу (полинез.) – забрана да се изговарят някои думи и да се докосват някои предмети, считани от религиозния култ за неприкосновени. Нарушението на забраната се свързвало с нещастие или смърт (б.ред.).

често е било декларирано, но никога – безспорно доказано, освен на сексуално непретенциозни хора, които никога не са имали мотиви да „сублимират“¹⁶ или да крият нещо за своята сексуалност. Даже и в тези случаи то може да доведе само до относително благополучие, и то ако партньорът приема недостатъците на другия със същата примиряваща разногласията липса на потребности или е способен задълго да се откаже от полов живот.

Впрочем това са изключения. Но какво е правилото? Рано или късно партньорството навлиза в остра, открита криза, която излиза извън обсега на истинската причина: неясната сексуална проблематика се явява под формата на невротичен симптом, на нервно заболяване с най-различни оплаквания, за чието изходно огнище лаикът не може да се досети. В двата случая би било погрешно да затворим очи пред корена на злото и да се скрием от истината, колкото и болезнена да е тя. Дори ако съществуващото положение и е може да бъде променено из основи, понякога само осъзнаването на истината може да предизвика корекция на вътрешната нагласа и лечебно въздействие.

4. Да се върнем към онези хора, чиито полови затруднения още не са се разразили в невротозата. Те са наясно по своите интимни проблеми или чувствуват, че в тази област нещо не им достига – чувствава го най-малко единият от двамата, жената или мъжът. Защо на мнозина е толкова трудно да потърсят компетентен съвет, макар дисхармонията да им носи страдание? Запитае ли тези, върху чийто иначе добър брак е тегнала години наред сянката на сексуалната дисхармония, защо не са дошли по-рано при мас или защо не са се доверили на своя лекар, отговорът (предимно от страна на жените) винаги е: стеснявали се, срамували се да говорят за това; не един път си изумявали при следващото посещение при лекаря да засегнат този въпрос, но после решавали, че всичко ще се оправи от само себе си. Пък й това не било от жизнено значение в края на краищата. Разбира се, по тези въпроси не се разговаря с всекиго. Умерената сдържаност при разговор за интимните навици предпазва нежните чувства от нараняване и се очаква от тактичния човек. Това качество обаче може да стане безполезно и нелепо, когато е пресилено и неуместно. Както жената върши умишлено престъпление спрямо здравето си, когато занемарява здравето на половите си органи от неуместна срамежливост пред гинекологичния преглед, така с никакви доводи не

16. Сублимация – възвишаване, облагородяване (лат., прен.). Пренасяне на биологичните, инстинктивните пориви в съзнателно мотивирани действия (б.ред.).

може да бъде оправдано пренебрегването на разговора със сексолога поради очаквания разговор за интимни неща. Точно тези преувеличени задръжки, неуместната срамежливост и другите черти на характера, които възпират човека да разговаря със специалиста за половия живот, са онези фактори, които смушават сексуалността.

И тъй кой идва в брачната консултация? За съжаление по собствено желание идва само този, когото затрудненията са довели до остра криза: опасността партньорът да го напусне или бракът да се разпадне. В някои случаи липсата на полово удовлетворение може да предизвика страдание, което е по-силно от задръжките и колебанията. В този момент смушенията обикновено са станали много сериозни. Двамата партньори са се вече отчуждили; решено е вече да се разделят; създадени са извънбрачни връзки и т.н. Всичко това усложнява и затруднява диагнозата и лечението. Затрудненията са могли да бъдат избягнати при своевременно консултация. От време на време се случва и обратното: развълнуван мъжки глас моли по телефона да бъде приет за консултация – по възможност още същия ден. След това се оказва, че предната вечер той за първи път не е успял да извърши полово сношение и вече си е представил най-страшните причини и последствия. Това обаче трябва да се предпочита пред дългото изчакване. Такива хора понякога след единствен успокоителен разговор се излекуват завинаги.

Повечето хора идват в консултацията по препоръката на своя лекар или по съвета на познати; някои от тях трудно са се преборили със свенливостта и идват със смесени чувства, плахи и развълнувани; други – с влажни ръце и със сълзи в очите; но всички разчитат на помощ, очакват с напрежение и с надежда по-нататъшните събития.

Обстановката в консултацията не е без значение. В уютно подредена стая с плътно тапицирани врати, на четири очи човек говори по-лесно и по-свободно, отколкото в претрупана с медицински апарати стая, с отворена към съседното помещение врата, през която по време на разговора влизат и излизат други хора. Разбира се, най-важното е дошлите за съвет да имат доверие в консултанта, което той трябва да завоюва. Те с право разчитат на пълно опазване на тайната, както законът предписва, и очакват срещата не само със специалиста, но с нещо повече – със зрял, разбиращ човек, комуто са готови да поверят несподеляни с никого желаниа, грижи и помисли, пред когото могат всичко да кажат, без да се изложат на опасност от несериозно отношение, насмешка или презрение. Атмосферата на взаимно доверие е предпоставка, че ще бъдат разкрити всички факти и мисли, чието обсъждане в хода на консултацията

може да се окаже необходимо и полезно. Тъкмо онези, които поради задръжки или прекомерна съдържаност не могат да се справят с половия си живот, трябва да положат големи усилия, за да преодолеят себе си и да освободят душата си от най-съкровените мъки.

За какво се беседва? – Не съществува твърда схема. Това завист до голяма степен от този, който е дошъл за съвет. След като го уверим, че тайната му ще бъде запазена, го питаме какво желае и го молим открито и открито да изложи проблемите си; обясняваме защо е необходимо това. Понякога пациентът не разбира (или дава вид, че не разбира) някои от въпросите на консултанта или отговаря на ясно поставени въпроси с общи, нищо незначещи или уклончиви изрази. Тъкмо това често насочва консултанта към частния проблем и хвърля светлина върху него.

Разговорът съвсем не се ограничава само в сексуалната тема, тъй като половият живот е тясно свързан с много други междучовешки интереси. Ако корените на смущенията бъдат открити в извънсексуалната сфера, разговорът трябва да се насочи към нея. Половите затруднения могат да бъдат както причина, така и следствие на други разногласия в брака – и не само на тях. Понякога се налага да се проследи и огледа за кризисни точки целият живот. В задълбочения разговор специалистът ще открие множество важни за сексуалността конфликти и напрежения, които пациентът не винаги осъзнава. Омразата, ревността, леността и другите отрицателни прояви в поведението, чувството на превъзходство или на малоценност в много други психологични моменти често остават неосъзнати във всекидневния живот, не предизвикват остра криза в брака, но понякога вредят на сексуалността.

Наистина в болшинството от случаите не може да се избегне подробното обсъждане на сексуалното поведение. Впрочем кому би било от полза да заобиколи тези въпроси? Консултантът трябва преди всичко да знае съвсем точно в какво се изразяват и откога са се появили смущенията, при какви обстоятелства те се появяват и при кои – не. Стеснението се преодолява най-добре чрез делово и прямо събеседване. Превзетите описания и недомлъвките по-скоро нанаряват свенливостта, отколкото да я уважават. Те предизвикват недоразумения между двете страни и въпреки голямата загуба на време консултантът получава само смътни сведения, от които лечението има малка полза. За него също така е от значение да познава мислите, представите, чувствата, страховете, опасенията, желанията, подозренията, съмненията и съображенията, които смущават хода на половия акт. Така консултантът ще може правилно да

прецени вътрешното състояние на пациента. В задълбочената анамнеза сексологът трябва да получи подробни сведения и за досегашното полово развитие, по-раншните връзки с другия пол, използваните методи за предпазване от нежелана бременност и още много неща.

След като преодолеят първоначалните задръжки, пациентите се чувствуват видимо облекчени, че могат да разискват върху най-съкровениите си грижи свободно и делово. Те чувствуват, че за това може да се говори откровено, без да бъде засегнато човешкото достойнство в най-интимната му област. Събеседването протича без нравоучения, но винаги със съзнание за моралната отговорност. Мнозина – преди всичко стеснителните жени – разбират още след едно такова събеседване, в което за чувственото се е говорило сериозно, че радостта от сексуалната чувственост не е нещо нечисто.

Стеснението, с което не един пациент влиза в кабинета и отговаря на първите въпроси, бързо изчезва и никой не съжалява, че е разкрил душата си; всички обаче съжаляват, че това не е станало много по-рано и че най-хубавите години от живота им са били помрачени от сексуалното несъвършенство, което не е могло да бъде превъзможнато без помощта на специалиста.

БРАЧНА КОНСУЛТАЦИЯ И ЛЕЧЕНИЕ

Личността, съдбата и интимният живот на всеки човек са единствени по рода си и неповторими. Ето защо всеки случай е различен и от това зависи какво и как ще бъде казано, как и с какво ще бъде проведено лечението.

Ако лекарският преглед установи органично заболяване, напр. болестни изменения в половите органи, хормонална дисфункция или други заболявания, обясняващи сексуалните смущения задоволително, то се лекува с подходящи медицински средства.

Тъй като сексуалните смущения са най-често психически обусловени, преобладават психотерапевтичните методи, респ. съветите. Често исканите от пациента медикаменти в най-добрия случай играят спомагателна роля. Обикновено те нямат ефект, а могат и да вредят, когато приложението им не е медицински обосновано или подхранва погрешното убеждение на пациента, че е органично болен. Лекарят е този, който трябва да прецени целесъобразността им. Пациенти, които се надяват, че само лекарствата ще им помогнат, често се нуждаят от по-

дълготрайно събеседване, за да се убедят, че задръжките и чувството за малощеност, неправилното поведение и някои други психически фактори преграждат пътя към сексуалната хармония. Това убеждение е предпоставка за успеха.

Необходимо е преди всичко заедно с пациента да бъде коригирана нагласата му към сексуалността, ако тя е неправилна и е в основата на смущението. Тя се формира, без винаги да го осъзнаваме, под разнообразните влияния на социалната среда, на възпитанието, на личните преживявания и знания. При възрастните тази нагласа не може да се промени само от оценката, че е погрешна или странна и само с няколко обосновани аргумента. Но коя в края на краищата е правилната сексуална нагласа? Изучавано ли е това в училището? Днешното възрастно поколение със сигурност не го е изучавало. Пипнешком, следвайки собствените пориви и наблюдавайки другите, сме разбрали какво означава сексуалността; само чрез забрани и морални проповеди са ни учили как да се отнасяме към нея.

На пациента в никакъв случай не трябва да се предписват готови рецепти за поведение. Те не биха го ползували. Той трябва сам да ги намери, като при това доведе своите лични потребности в съзвучие с интересите на обществото и преди всичко – с тези на своя партньор. В това трябва да му се помогне. Ако той не стигне до утвърждаване на сексуалността в рамките на една здрава дружба, тогава сексуалното лечение едва ли е възможно. В разговора бързо ще стане ясно, че не съществува нито един разумен довод срещу сексуалността, но разумните доводи срещу отричането ѝ са много. Ако пациентът омаловажи смущението, позовавайки се на иначе доброто разбирателство или със забележката, че в живота съществуват по-важни неща, в такъв случай няколко въпроса го подтикват към размисъл: Считате ли сексуалната хармония в брака за недостатък? Доволни ли сте от това, че не намирате удовлетворение? Отговорът ще бъде отрицателен; смущението ще бъде признато за недостатък. Впрочем щастието не бива да се натрапва на никого, ако той не се стреми към него; но който дълбоко в себе си не желае промяна на съществуващото положение, не би посетил консултацията. По правило консултантът се изправя не пред установени възгледи, а пред заблуди, влачени години наред и вкоренени като привидни истини за половия живот.

Щом преодолее стеснението, пациентът със силно вълнение и често със сълзи на очи излива своите душевни мъки и грижи. Самият факт, че е споделил и че е изслушан с разбиране, е вече лечение. В крайна сметка

жените се изказват по-свободно от много мъже въпреки първоначалните задръжки.

По-нататъшното лечение се определя според симптомите, подбудите, причините и предпоставките на смущението, според личността на за сегнатия и неговия партньор. Консултацията не трябва да се схваща като раздаване на добри съвети. Във важни житейски въпроси, като смяна на партньора, развод и т.н., би било дълбоко погрешно с предложения и препоръки да се смене от пациента личната отговорност за вземането на решение, дори ако консултантът с голяма сигурност знае кое е най-добро за него. Това би приличало на опекунство. Невротичните пациенти често се колебаят нерешително между две възможности, които им изглеждат равностойни и не могат да се решат нито на едната, нито на другата стъпка; иска им се да направят и двете и загубват и двете възможности. Те очакват от психотерапевта да смене от тях отговорността за решението. Не тръгне ли добре, вината е негова. Други вече са взели решение, напр. за или против определен партньор и искат консултантът само да потвърди правилността му. И в двата случая изходът е един и същ. На личността ще бъде оказана истинска помощ, ако с това тя стане по-зряла и по-решителна.

Методите и продължителността на лечението зависят не толкова от това, колко сериозно е смущението и колко тежко е предизвиканото от него страдание, колкото от причините му. Колкото повече то се дължи на външни влияния, незнание и погрешна техника, толкова по-благоприятна е прогнозата. Ако смущението се корени повече в личността, лечението е по-трудно, но не и безнадежно. Колкото повече разстройството е израз и проява на дисхармонична, невротична структура на личността, толкова повече тези хора се нуждаят от компетентна психотерапия. В такъв случай лечението само на сексуалните симптоми би представлявало кърпеш и евентуалният успех би бил краткотраен.

Когато между партньорите има напрежение и конфликти, те трябва по възможност да бъдат отстранени. Обстановката при коитуса, поведението, интимните навици (включително и на партньора), които потискат влечението още по време на любовната игра или затормозват потентността, трябва да бъдат променени коренно.

Онези ситуации, при които половият живот досега е доставял най-голямо удоволствие (външна среда, поведение на партньорите, похвати на любовната игра, поза при коитуса и т.н.), напротив, трябва грижливо да се пазят и да се поощряват по взаимно съгласие.

Ако поне най-съществените пречки бъдат отстранени успешно и се

помогне на стимулиращите фактори да действуват безпрепятствено, тогава повечето пациенти са получили вече достатъчна помощ.

В случаите на невротично вкоренени полови смущения е необходима често продължителна корекция на структурата на характера, която затруднява правилното отношение към сексуалността и към партньора. Смущението на сексуалната приспособимост обаче рядко изчезва от само себе си с излекуването на причинилата го невроза. Неправилните навици и непохватните техники са така фиксирани, че могат да бъдат преодолені само стъпка по стъпка, чрез постепенна промяна на поведението.

Повечето от пациентите идват на консултация с очакването да получат ефикасно лекарство или солидна „рецепта“ – какво да направят, за да се нормализира интимният им живот. Мнозина са разочаровани, когато тези надежди не се сбъднат, и от това вадят заключение, че е невъзможно да им се помогне. Посоченият по-труден, но в много случаи водещ до целта път, т.е. промяната на нагласата, на поведението и на отношенията между партньорите, те съвсем не признават за лечение. Често пъти пациенти ми пишат, че вече са посетили брачната консултация, но състоянието им не се подобрило, т.е. не са могли да им помогнат. След подробна проверка обаче се оказва, че партньорите не са осъществили необходимите препоръчани от лекаря промени в брачния си живот и че повтарят предишните си грешки, ката не коригират решително определени навици и форми на общуване. Дори най-добрият терапевт и консултант не може да снесе от плещите им тази задача и да я замени с някой лесен метод на лечение.

ВСИЧКО ЗАВИСИ И ОТ ДВАМАТА ПАРТНЬОРИ

Във всяка фаза на ухажването, на любовната близост, на самия акт и неговия завършек мъжът и жената зависят един от друг, разчитат един на друг, като при това участвува целият им съвместен живот – не само телесният. Именно в това единение, във взаимното отдаване е заложена свързващата сила, истинското щастие и радостта от сексуалното, която се издига над чувственото. Както в една машина само плътният контакт между отделните ѝ части осигурява непрекъснатото пренасяне на енергията, така само взаимното разбирателство, двустранните действия и реакции стимулират изживяването. „Да събудиш едно желание, да го подхраниш, да го развиеш, да го увеличиш и да го удовлетвориш: свършена

поезия“ (Балзак).

Да си представим, че една жена има желание и е в настроение; тя се приближава до мъжа си и скланя глава на рамото му. Една неуместна забележка от негова страна от рода на „Пречиш ми, имам работа“ или даже „На тебе май ти се иска“ може веднага и безвъзвратно да охлади желанието ѝ за целия ден. Ако обаче той отговори също с нежност, веригата на реакциите няма да бъде прекъсната. Взаимната размяна на дразнения и отговори е ранима във всяко звено на интимността и за двамата – някъде повече, някъде по-малко. За да стане казаното още по-разбираемо, ще дадем един пример: при игра с топка всеки играч се приспособява към начина на хвърляне на партньора си и повтаря вътрешно неговите движения. Тогава той успява да улавя добре топката и да я връща в целта.

Така е и в сексуалния живот: колкото по-добре партньорите познават реакциите, слабостите и силните страни, особените желания, предпочитанията и навиците на другия и повече ги уважават, толкова по-добре могат да им отговорят. Хора, които се обичат, правят това охотно. Всеотдайност означава да се дава, да се подарява на другия това, което той иска „Когато има любов, няма нищо по-хубаво от това да раздаваш всичко – живот, помисли, тяло, всичко, каквото имаш, да чувствуваш, че даваш и всичко да заложиш, за да можеш да даваш все повече“ (Мопасан). Където липсва готовност да се отговоря на желанията на другия, там най-често се проявява погрешно схващане за сексуалността или недостатъчно влечение към партньора, или дори отказ от него, които не винаги си признаваме. Който обаче се съобразява с особеностите в поведението на партньора си и желае да отговори с взаимност на реакциите му, трябва да познава тези особености. Те се научават по различни пътища: по емоционалната реакция при разговор за това и от набирания при често общуване опит. Всичко това изисква време. Затова повечето двойки не постигат веднага пълно взаимно задоволяване в интимните си отношения, дори ако преди това са набрали опит в други връзки. Не само всеки индивид, но и всяка двойка развива свои собствени привички. Те се създават едва в съвместните преживявания. Правят се нови открития. Много хора не са в състояние да схващат интуитивно желанията на партньора; за съжаление фалшив срам ги възпира да ги изяснят на другия с думи, с разбираеми жестове или просто с отговарящи на желанието действия. Брачният консултант постоянно се убеждава, че даже дългогодишни съпрузи не знаят какво точно попада най-много на партньора им, как партньорът очаква акта или подготовката му, какво му е

неприятно и колко много грешки спрямо потребностите на най-близкия човек помрачават половия живот.

Това означава в същност, че в брачната консултация по правило трябва да се явят и двамата независимо от това, кого засягат смущенията. Немалко пациенти не желаят изобщо другият да научи, че са ходили в консултацията или да поканят и него. Консултантът не може в никакъв случай да направи това по свой почин дори само заради опазване на лекарската тайна. Той обаче ще се опита мотивирано да убеди пациента, че привличането на партньора му ще бъде много полезно и ще обещае да говорят само по това, за което са се договорили с него. Понякога се оказва, че партньорът има по-голяма нужда от лечение от посетилия консултацията, у когото смущението се проявява и който страда повече от него. Ако някоя жена никога не е получила оргазъм, защото мъжът не взема под внимание желанията и начина ѝ на реагиране, от съвет се нуждае предимно мъжът; обратно, ако мъжът не получава достатъчна ерекция, защото тя подценява усилията му или се подиграва над тях и не използва действено прелестите си, от съвет се нуждае жената.

Партньорите на пациентите (най-често съпругите, чиито мъже имат затруднения с потентността) често отказват да дойдат в консултацията. Този отказ вече дава възможност да бъдат направени някои заключения за нагласата на партньорите и за доверието между тях; в тези случаи заключенията обикновено са неблагоприятни в прогностичен смисъл.

Вниманието трябва да се засили, когато мъжът изпраща жена си или (по-рядко) жената изпраща мъжа си при лекар, но сам (сама) не се явява, защото мисли, че това не е необходимо. Твърде често това е опит да бъде прехвърлена върху другия цялата вина, да бъде потвърдена неспособността на партньора от авторитетно лице и с това да се докаже собствената безпогрешност. „Ти си виновна, че при нас нещата не са в ред“ – може да заяви някой мъж с чувство на превъзходство на жена си и като компенсация за официално потвърдения ѝ недъг да търси разбиране на евентуалната извънбрачна връзка или даже на постъпките за развод. Ако двамата дойдат заедно още на първата консултация, без при това единият да „влачи“ другия, това почти без изключение е признак, че между тях още има чувства и че те желаят да намерят контакт. Въпреки това за препоръчване е консултантът най-напред да поговори с всеки поотделно, преди да ги събере в кабинета. Винаги съществуват някои проблеми, при обсъждането на които присъствието на другия партньор не е за препоръчване. От разговора с партньора се разбира не само интимното му поведение, но и какво значение придава той на половите

затруднения. Консултантът го опознава като личност и може да си състави мнение, доколко двойката си подхожда, колко здрава е еротичната ѝ връзка и доколко тя може да бъде насочена в друго направление. Още самото събеседване на тримата, обширният разговор с консултанта, оказва значително психологическо въздействие. Разговорът с партньорите служи преди всичко за създаване на условия за вникване и разбиране на тежните, затрудненията и смущенията на мъжа, респ. на жената, и довежда консултанта до психологически правилно поведение. По-нататък се дават съвети на партньорите на пациентите относно най-целесъобразното им поведение при интимната среща, как да отговорят на желанията на партньора си, как най-силно да го стимулират и най-малко да го затормозят. Партньорът има често пъти по-голяма нужда от насочени съвета, отколкото пациента, защото съзнателно организираната или предвзета режисура на половата активност може да отклони вниманието на последния от крайно необходимото за него безгрижно полово желание. Следователно основно правило за лечение е полово стабилен партньор да направи коитуса по възможност по-лек, по-сгоден, по-съответстващ на потребностите на по-несигурния и да снее от него цялото бреме на техническите проблеми поне дотогава, докато смущението не бъде отстранено.

Коитусът представлява съвместно преживяване. Колкото по-малко той се удава на една двойка, т.е. колкото по-незадоволително протича, толкова по-зависими един от друг са двамата: една-единствена неуместна реакция, дори разочарованието, изписано на лицето на партньора, може да доведе акта до неуспех. Поради това при полови смущения пациентът не е само единият партньор, при който е засегната някоя функция, напр. ерекцията или оргазъмът. Пациенти са и двамата партньори – мъжът и жената – в еднаква степен. Позицията „При мен всичко е наред, при теб нещо не функционира, ти трябва да се лекуваш“ поставя на другия партньор печата на неудачника, обезкуражава го и усложнява затрудненията. Това е погрешна и несправедлива позиция спрямо партньора; същото се отнася и за унизителния за последния аргумент „с други такива проблеми не е имало“. Двойката е единство с характерни белези, които се пораждат от връзката, а не от аритметичното събиране на две отделни личности. Признаването на смущенията и тяхното преодоляване за общ проблем е предпоставка за решаването му.

Ето защо лечението без съдействието на партньора е безнадеждно начинание. Без него то е също така трудно, както опитът да се научим да плуваме без вода.

Съвременните и ефективните лечебни методи се състоят в „лечение на двойката“, което води до подобряване на контактите им в много области.

Груповото лечение на повече брачни двойки или пациенти с еднакви смущения е също така успешно, при условие че всички участници са съгласни с него и че извън този кръг те се задължават да бъдат дискретни. Под ръководството на сексолога във взаимни беседи съпрузите преди всичко научават, че много от половите проблеми съвсем не се обуславят от недостатъци на характера, че такива проблеми има и в други бракове.

Съпрузите узнават, че те само не са разбирали специфично женски-те, респ. мъжките качества и половите навици на брачния партньор.

В тази книга и преди всичко в следващите глави често ще става дума за коитус и оргазъм. И двете понятия винаги са съчетани, с другите многообразни партньорски отношения и с цялостния живот на двойката. Деловото описание на поведението на партньорите и анализът на най-интимните им привички и потребности или обсъждането на техническите похвати изглеждат повърхностно занимание в сравнение с дълбоките чувства и изживявания, които свързват мъжа и жената, занимание, което не отговаря на същността на най-активната връзка между двама души. Брачният консултант много често вижда как и най-пламенната любов се превръща постепенно в гнетящо разочарование, в блудкаво съвместно съществуване, в равнодушие, когато поради погрешна нагласа, невротични смущения или само от незнание или неумение обичащите се не са в състояние да се разкрепостят душевно и телесно за най-висша всеотдайност. По време на консултацията сексологът постоянно ще има предвид, че той не борави с партньори, които „осъществяват коитус“, както се казва на студен, трезвен научен език, а с хора (най-често брачни двойки), чийто дълъг жизнен път е минал през радости и през скърби и които са дошли при него със затрудненията в личния си живот.

Консултантът очевидно не може да лекува успешно никое полово смущение само с общи житейски мъдрости и с поетични сентенции върху любовта. Зачитайки личността на пациента и индивидуалната му участ в любовта и в брака, той трябва да разкрие причините, да отдели логично най-интимните процеси, да ги разчлени, за да открие извора на дисхармонията и да потърси заедно с него път за преодоляване на смущението.

Глава 5 СМУЩЕНИЯ В ПОЛОВОТО ВЛЕЧЕНИЕ И ЗАДОВОЛЯВАНЕТО НА ЖЕНАТА

СЪЩНОСТ И ПРОЯВИ НА ПОЛОВАТА СТУДЕНИНА (ФРИГИДНОСТ)

Половият акт завършва в милиони бракове без оргазмено задоволяване на жената. Зад цифрите на таблица 1 се крие помраченото щастие на всяка втора или трета двойка. Много изследователи са дошли до подобни резултати. Намериха се „учени“, които въз основа на статистиката просто заключиха, че незадоволяването на жената е нормално явление. Лекарите го умаловажаваха и не бяха в състояние да изменят нещата. Смущенията в сексуалните преживявания на жената имат причини и условия за възникване, които, ако са добре известни, могат почти във всички случаи да бъдат отстранени. За тази цел те трябва преди всичко да бъдат диференцирани и да се изясни дали смущението се дължи на полова студенина или на аноргазмия. Да разгледаме най-напред първата от двете главни форми на полово смущение у жената.

За полова студенина или фригидност в строгия смисъл на думата би трябвало да се говори само тогава, когато една жена винаги и с всеки партньор, при всички обстоятелства и условия въпреки хармоничните си отношения с партньора не е способна да усети порива на сексуалното влечение. Ако тя само не достига до оргазъм, това може да се дължи на много външни и вътрешни обстоятелства, а преди всичко може да зависи от партньора. Следователно това не е знак, че обезателно е налице фригидност. Решаваща е потребността от полов контакт, сексуалното влечение или либидото, както специалистите го наричат. Когато то липсва, макар пубертетът (половото съзряване) да е минал отдавна, когато не помага събираният години наред сексуален опит, нито отношенията с любимия мъж, които отдавна биха пробудили у друга жена полово потребност, тогава може да се говори с известна вероятност за полова студенина. Дори тогава обаче тази диагноза се отнася само за досегашното или съществуващото състояние. При някои жени половите желания се пробуждат много късно във връзка с условията на живота им. Много от тях десетилетия наред минават за полово студени, докато ги срещне мъжът, който съумява да ги стимулира сексуално.

Много малко жени се оказват напълно фригидни. В специалната литература липсват точни данни. В Полската народна република Х. Малевска анкетираше омъжени жени. Тридесет и седем процента от тях дали сведение, че биха могли изцяло да се откажат от полово сношение, че то не би им липсвало даже и за дълго време. В нашата анкета 15% от жените заявиха, че почти не изпитват полово влечение.

Оргазъм може да се получи понякога и у някои полово студени жени. Той обаче е слаб, повърхностен, неудовлетворителен, като рефлекс без преходно възбуждащо влечение и без последващо чувство на блаженство. Подобни сведения дават и жените, които се сношават с нелюбим мъж.

На практика за фригидни се считат и онези жени, чието либидо се проявява много рядко и слабо и не възбужда желание за сношение въпреки нежното ухажване на мъжа. Такива относително студени жени се срещат вече по-често; това са онези, на които половият акт никога не им липсва или не се стремят активно към него; вследствие на липсващо или много вяло желание те едва ли някога са изпитали пълно задоволяване.

Половото сношение, макар и с любимия мъж, е необходимо зло за студените жени. Те го понасят безучастно или даже неохотно, но го допускат, за да угодят на мъжа. Те не могат поне веднъж да почувствуват или да си представят половото влечение.

Някои от тези жени обичат нежностите изобщо, но само „до ръба на леглото“, както сполучливо се изрази една от тях. Но тъй като те извикват у мъжа желанието за по-нататъшна интимност, изобщо избягват да започват. Такива жени с охота превръщат липсата на полови потребности в ценни от морална гледна точка качества и омаловажават телесния израз на любовта като низък и неприличен. Те съвсем не могат да си представят какво хубаво има в него, защото никога не са изживели единението на духовния и телесния стремеж към съвършения акт на взаимно ощастливяване и задоволяване.

Неразположението, главоболието, преумората, отпадналостта понякога са добре дошли за тези жени поводи да трогнат мъжа, за да се откаже от интимната близост. Намират се и такива жени, които, очаквайки или по-точно опасявайки се от сношението, привидно случайно страдат от такива оплаквания и с това несъзнателно се опитват да обяснят на себе си и на партньора си липсващата у тях готовност за отдаване.

Коитусът за тях представлява психическа, а понякога дори и физическа болка. Те са доволни, ако могат да го избягнат или когато той е вече минал. Често пъти те се оплакват, че мъжът „само за това мисли“ и

че „би предпочел всеки ден“. Бракът съвсем не съществува само за това. Най-важното било да има добро разбирателство, а любовта да се доказва във всекидневния съвместен живот. Тези разсъждения сами по себе си са верни, но се използват с нереалистичното намерение да се прогони изцяло сексуалността от брака. Ако запитате тези жени в същност колко често имат сношение, нерядко ще чуете отговор, че те го „търпят“ веднъж в седмицата или даже в месеца. Излиза, че мъжът настоява прекалено често, защото опитва късмета си всеки ден. Те го хвалят като „много внимателен“, когато не ги притеснява сексуално. Жена с нормални желания би преценила подобно поведение не като тактичност, а като пренебрежение.

Някои жени въпреки иначе добрия си брак пожелават сношение наистина много рядко – веднъж в месеца – и се задоволяват именно тогава; в другите случаи половият акт ги отегчава. Тъй като за повечето мъже такива дълги паузи са непоносими, отношенията в брака се обтягат.

В някои бракове сексуалността е единственият обект за спорове. Мъжът става раздразнителен и непоносим, ако жената му откаже сношение, постоянно търси повод да го отлага, преструва се на заспала или умислено си ляга по-късно от него. Стига се до некрасиви сцени, когато мъжът след търпеливо, но безрезултатно ухажване се опита насилствено да постигне сношението. Някои жени предпочитат развода, само и само да бъдат оставени на мира. Някои мъже си помагат с мастурбация, други – сравнително рядко – с извънбрачни връзки. Повечето са абсолютно верни – не желаят други жени и понякога си извоюват оскъдна дажба любов.

Много мъже вярват, че е възможно полово студената жена да бъде разпозната по външния ѝ вид, напр. по нейната прекалена суровост или по някои мъжки черти във фигурата, походката, гласа, мимиката и жестовете ѝ или по липсата на специфични женски качества и начин на поведение. Това направо е погрешно, ако изключим редките случаи със значително хормонални смущения. Всеки брачен консултант познава немалко чаровни, темпераментни жени, които се държат подчертано женствено; с прелестите и с привлекателните си маниери те упражняват голяма притегателна сила върху мъжете. Те едва се спасяват от почитатели, имат добър брак и въпреки това никога не са изпитали дори следа от онова напористо желание, което е трудно да се опише и се означава с неясното, но незаменимо понятие „полов нагон“. Както другите жени и те копнеят за духовна обич и са готови да даряват любов. Много от тях не отстъпват на другите жени по отношение на нежните ласки. Ще бъде

твърде грубо и едностранчиво да наречем „фригидна“, т.е. „студена“, една жена, която като всяка друга черпи главната сила на своята любов от духовни извори, макар и да не познава „горещото желание“ на сексуалността. За съжаление липсват ни по-изящни, по-деликатни професионални понятия за означаване на смисъла на нещата.

Повечето от тези жени имат голям успех в професията си, горещо обичат децата и не се чувствуват нещастни в брака и семейството си. Половата студенина не намалява плодовитостта. Не една фригидна жена има много деца и шеговито признава на онези, които свързват това с темперамента ѝ, че сама не знае как е станало.

ПРИЧИНИ ЗА ПОЛОВАТА СТУДЕНИНА

Силата на сексуалните потребности е съвсем различна у всяка жена и у всеки мъж. Тя би могла да се определи само косвено по честотата и пламенността на влечението, сравнени със сексуалното поведение на повечето хора. Тези характеристики обаче са твърде недостоверни, тъй като зависят до голяма степен от партньора. Не една жена, която е мислила, че изобщо няма полово желание, се е преобразявала спрямо мъжа, комуто е отдала цялата си благосклонност. Външни влияния, като лоши условия на живот, неспокойствие, грижи и т.н., потискат влечението за дълго време.

Различава се първична и вторична фригидност. Първият вид е налице, когато жената никога в живота си не е имала полово влечение, вторият – когато след период на задоволителен полов живот настъпи полово студенина. Причините и на двете форми, които те обективно имат, не винаги могат да бъдат недвусмислено установени дори при основно медицинско и психологическо изследване. Често пъти трябва да се задоволяваме с хипотези и да наблюдаваме дали отстраняването на предполагаемите причини води до подобрене. Когато не открием приемливи причини, сме склонни да обвиним „предразположението“, особено ако жената при иначе благоприятните условия на задоволяващо партньорство и след дългогодишен съвместен живот (дори в повече бракове) никога не е познала подобни пориви. При всички случаи обаче трябва да бъдем крайно предпазливи към заключението „предразположение“, да не забравяме градивното влияние на възпитанието, на личния пример и на социалната среда.

Без съмнение и при иначе напълно еднакви условия на живот и

опитност в съвместния живот някои жени са по-студени и реагират по-слабо, а други имат силно влечение и са лесно възбудими. Такива разлики между хората се срещат във всички области на темперамента, на интелигентността и на други качества на личността, без да можем да си ги обясним задоволитно.

Във връзка с това възниква въпросът, дали половото влечение е възможно да изчезне напълно вследствие на телесни недъзи, на аномалии в развитието или на заболявания. Някои остри и хронични заболявания без съмнение могат покрай други симптоми и оплаквания да имат такова действие – преходно или по-трайно. Ако жлезите с вътрешна секреция не функционират правилно, е възможно в единични случаи да се стигне до хормонално предизвикана недостатъчност на либидото. Също така общото недоразвитие на вътрешните полови органи на жената може да окаже влияние, без да се прояви по същия начин. Само лекарят специалист, и то след основно изследване, може да определи дали съществува връзка между тези заболявания и аномалии, от една страна, и половото влечение, от друга.

Лаиците (неспециалистите) най-често надценяват влиянието на хормоните върху либидото, както и последиците от заболявания в долната част на корема за половия живот на жената. Половото влечение е свързано само косвено с органи като матката, яйцепроводите, яйчниците и др. Тяхното заболяване потиска половото желание само в изключителни случаи, и то ако болките надделят над надигашия се сексуален порив. Гинекологичните заболявания засягат по-рядко сексуално чувствителните въшни полови органи, които участват в сношението (клиторът, срамните устни и входът на влагалището). Изключение прави само възпалението на влагалището.

Опитните сексолози и гинеколози постоянно се убеждават, че жените, които избягват коитуса дори при леки заболявания на органите на малкия таз, се оплакват по-често от по-силни болки при сношение, отколкото жените със същите заболявания, но с нормален полов живот. Отвращението от половите сношения може да предизвика или да усилва оплакванията при коитус. Фригидните жени извиняват отказа си да изпълнят желанията на мъжа охотно и задълго със състоянието на гениталите си. В тези случаи би трябвало гинекологът да прецени доколко е необходимо „предпазване“ заради здравословното им състояние. Ако съществува спадане или други промени на матката, е целесъобразно той да препоръча друга поза или психотерапия.

Понякога смущенията в обмяната на веществата, вътрешните

болести, дълготрайната употреба на някои лекарства могат да причинят фригидност. Тя може да се появи след гинекологична операция с отстраняване на матката, на яйчниците или и на двата органа; хормоналният фактор обаче играе съществена роля в много малко случаи.

Някои жени съобщават, че след раждането не усещат влечение и предполагат наличието на причинна връзка. Тя обаче възниква най-често косвено – когато жената се отдаде изцяло на майчината си роля и остави мъжа си на заден план.

Половият нагон не е даден на човека още в люлката; тогава съществува само биологичната предпоставка за по-късното му развитие. Кога и как ще се развие той, е не само въпрос на възраст. При достатъчно хранене растежът представлява предимно едно определено от конституцията съзряване на организма; половите пориви – дори ако не засягат само гениталиите – веднага биват поставени под социален контрол. От страна на близките и особено на родителите и възпитателите те биват търпени или (което е по-често) отклонявани, презирани и дори наказвани, напр. играта с половите органи. По такъв начин в кората на детския мозък, отначало мъгляво и несъзнателно, всички усещания и представи за пола се свързват с някакво, често отрицателно оцветено чувство. По-късно под въздействието на разнообразни други духовни или морални влияния възниква утвърждаващата или отрицателната нагласа към сексуалността. Тя зависи от това, как са се формирали тези влияния и на какви индивидуални особености на оформящата се личност ще се натъкнат. В реалния живот тези влияния и взаимоотношения между различните фактори на околната среда върху възпитанието на отделния индивид са много сложни. Не може току-така да се каже, че антисексуалното възпитание би затормозило непременно сексуалността, но измежду „строгата възпитание“ жени фригидните са три пъти повече, отколкото тези с нормално либидо.

Половата студенина на не една жена може да бъде обяснена с цялата история на живота ѝ, напр. с отношението към бащата и майката, с техния брак, с особеностите на детската и девическата ѝ възраст, понякога с душевни сътресения, като претърпяно сексуално насилие, и т.н. Само задълбоченото психологическо изследване би могло да разкрие доколко околната среда, ударите на съдбата и други психични шокове са поощрили погрешното полово поведение или кои характерни особености на личността са го породили.

Половото влечение на много жени се развива постепенно в продължителната интимна връзка с любимия мъж. Младото, неопитното

момиче не чувства в началото никакво желание за полово сношение. Разбира се, то се целува с удоволствие с приятеля си, ако е влюбено в него. Но когато му се отдава, то следва неговия, а не собствения си по-рив. Възможно е желанието му да не се появи през целия живот, ако не се намери партньор, който да съумее да го разгори; но това са редки изключения, които се срещат само при по-студени жени и при масивно потискане на половото влечение от прекарана в детството тежка невроза. Също така рядка е пълната липса на либидо вследствие на горчиви разочарования, претърпяно изнасилване или други житейски несгоди. Психически здравата личност рано или късно превъзмогва тези инциденти без остатъчни сексуални смущения. У нея половата потребност се проявява под някаква форма, макар и късно.

В единични случаи половата студенина е признак за отклонение в структурата на личността (психопатия) или за психично обусловена промяна на характера (невроза).

Много по-често в брачната консултация срещаме жени, които съобщават, че половото им влечение постепенно или внезапно, временно или трайно е намалало или напълно изчезнало, така че чувствували отвращение, което по-рано не са познавали. Не винаги е възможно да се открият причините за тези промени. Ако съпругът е станал нелюбезен и груб или ако жената се възхищава повече от някой друг мъж, то поведението ѝ е разбираемо и в същност не е израз на истинска фригидност.

Половото влечение може да изчезне постепенно, ако вследствие на смущения на потентността или грубо неумение на мъжа не е било задоволено никога. С охлажданването на чувствата тя същевременно се предпазва от по-големи разочарования.

Макар че професионалната дейност не потиска половото влечение (ние доказахме това със статистическа достоверност), има случаи, когато постоянно преуморената в професията и в домакинството и потиснатата от грижи и конфликти жена губи всякакъв интерес към полови контакт. По време на отпуска и след разтоварване тя често отново става нежна съпруга, ако половото отвращение не е траяло с години и не е станало хронично.

ЛЕЧЕНИЕ НА ПОЛОВАТА СТУДЕНИНА

Ние дефинирахме фригидността като липсващо или крайно намалено либидо. Който не се интересува от нещо, да речем от пощенски

марки, не страда от това, че филателията не го въодушевява. На много фригидни жени едва ли нещо им липсва. Малка част от тях биха искали да имат по-силно влечение, ако дотогава не са опознали половата потребност. Поради това те не посещават консултацията или го правят само заради разочарования съпруг.

Една 35-годишна жена, омъжена от 12 години, идва за съвет и иска по най-бърз начин да бъде излекувана от фригидност. Оказва се, че от години наред тя е избягвала винаги, когато ѝ се удавало, половата близост с мъжа си (а и с предишния си партньор) и че никога не е почувствувала какъвто и да е копнеж за нея. Какво я накарало така внезапно да бърза? Над тяхното жилище се нанесла млада, доста активна в полово отношение двойка. Почти всяка вечер тя чувала с мъжа си какво става в спалнята на горния етаж и се отнесла неприязнено, а мъжът и – доброжелателно към тях. Той дори започнал да флиртува с новата наемателка, на която пациентката се отплащала с хапливи погледи. Тя започнала да допуска сношенията по-често и дори се опитвала да симулира страст и оргазъм, за да отклони интереса на мъжа си от младата жена, на която завиждала много заради почти ежедневното удоволствие, на каквото тя самата не била способна. Скоро младата двойка се изнесла. По такъв начин пациентката загубила завистта си, страха от изневяра на мъжа си – и интереса към лечението.

Тези жени разбират, че да имаш полови потребности е по-нормално и по-добре, отколкото да ги нямаш. Откровеният, положително оцветен разговор по половите въпроси днес събужда у все повече жени желание за задоволяване. Но само желанието без страстен порив не е достатъчно за успешно лечение, при което жената трябва да участва активно. Дори ако жената е готова за това и желае да се промени, лечението е много трудно: „Не съм виновна, че нямам полови усещания; бих искала да изпитвам нещо и моят мъж полага големи усилия и го прави тъй гальовно, че ми е приятно. Въпреки всичко това просто не ми доставя радост.“ Наистина лечението на фригидността е една от най-трудните задачи на брачната консултация.

Задоволяването не става по принуда, но лечението на фригидността с хормони е уместно само в изключителни случаи. Ако изобщо от хормоните може да се очаква някакъв усилващ либидото ефект, той се получава само след приемане на мъжки полови хормони. След продължително приложение обаче те могат да доведат до порастване на брада,

спадане на гласа и други мъжки белези. Какво да се прави? Всичко онова, което според личния опит на жената е могло да събуди желанието, трябва да бъде използвано и от двамата в брачния им живот, а всичко, което предизвиква отвращение, да се избягва. Главната роля при това се пада на мъжа. Когато няма „опасност“ да последва коитус, жената се радва на ласките. Затова интимният живот трябва временно да се ограничи само до такива контакти. Изпълнени с любов и въображение, те го обогатяват. Дотогава, докато вкарването на члена предизвиква отвращение, болка и отбранителна реакция, от време на време мъжът трябва да се задоволява с мастурбация. С постепенното, едва уловимо задълбочаване на половата игра нежният допир на пениса до въшните генитали на жената става приятен за нея и се стига до предпазливото му вкарване. Това се удава толкова по-добре, колкото по-хармонични са другите отношения между съпрузите. Споровете и караниците през деня не стихват и вечер и угасват искрицата полово влечение.

Когато фригидността е симптом на тежка невроза, тя може да се лекува само с продължителна психотерапия. При това трябва да се коригира дълбоко вкорененото в личността погрешно поведение към ролята на жената и към сексуалността. Лечението изисква специална квалификация, голяма загуба на време и настойчиво съдействие от страна на жената и партньора ѝ.

В случай че у една фригидна жена не се събуди половото влечение, тя постоянно има нужда от изпълнен с разбиране съвет, целящ да преодолее поне отвращението от коитуса, за да може да го изживява като израз на взаимност. По такъв начин въпреки несъвършенството в интимната сфера, бракът няма вече да страда и ще се задълбочат неговата душевноеротична основа и духовната връзка.

Дори на жени, които никога не са познавали сексуалния порив, физическата близост започва да им липсва, когато мъжът престане да ги търси или намира облекчение по друг начин.

Възможно е събуденото вече сексуално влечение у жената да угасне, ако винаги е оставало незадоволено и е довело до фригидност. Всеки психотерапевт познава и жени, които като компенсация за неразвитата си сексуалност проявяват властолюбие, свадливост, шестлавие и други отрицателни черти.

Всичко това показва, че половата студенина все пак се чувства от жената като недостатък. Затова трябва за премахването му да бъде направено всичко необходимо.

ЛИПСА НА ПОЛОВО ЗАДОВОЛЯВАНЕ (АНОРГАЗМИЯ)

Това, което беше казано за фригидността, може да разочарова онези жени, за които половият акт често или винаги завършва без удовлетворение и отпускане. За песимизъм обаче няма никакво основание. Не е излишно да бъде подчертано още веднъж: за фригидност може да се говори само когато жената никога не усеща сексуален порив или желание – даже и при благоприятни условия за реализирането им. Половата студенина е малко или повече дълбоко вкоренена в личността като цяло. На такива жени липсва влечението към другия пол и затова те не изпадат във възбуда.

Съвсем иначе стоят нещата при онези жени, които имат полови желания, но при полов акт не стигат или стигат рядко до връхната точка и не изпитват удовлетворение. Те не страдат от фригидност, а в същност – от аноргазмия, което значи „липса на оргазъм“. Това е най-разпространеното сред жените полово смущение. Нефригидната, но страдаща от аноргазмия жена възприема с удоволствие сексуално мотивираните ласки и коитуса и се възбужда, но не ѝ се удава да достигне до разтоварващото задоволяване.

Когато една жена е способна за сексуален порив, макар и рядко или с определен партньор, или ако получава оргазъм при други обстоятелства (напр. на сън или при мастурбация), или ако не е получавала оргазъм, но понякога е имала полово влечение (макар в мислени или реални контакти с определен мъж, под влиянието на еротична литература или на любовни сцени) – това е доказателство, че тя не е фригидна. Тя има най-голям шанс да преодолее смущенията си само с помощта на мъжа си или с подходящ съвет. Споделеното от нея като обстоятелства и условия, при които са се появили оргазъм или по-силна възбуда, показва пътищата за лечение.

За съжаление и досега в специалната литература и сред лекарите разликата между фригидност и аноргазмия се прави рядко и жените без оргазъм несправедливо са наричани фригидни. Разбира се, взаимна връзка съществува. Колкото по-слабо е развито либидото, толкова по-често коитусът завършва без оргазъм за жената. Така сред анкетираните от нас жени с рядко настъпващ или липсващ оргазъм 35% са имали съвсем слабо полово влечение, сред онези, които винаги са достигали оргазъм, половото влечение е било слабо само в 3%. Задълбоченият разпит

за половия живот винаги позволява да се разбере дали се касае за фригидност или за аноргазмия при наличие на либидо. Това насочва и лечението.

Сега бихме искали да запознаем читателя основно с аноргазмията, нейните причини и преодоляването ѝ. В същност под аноргазмия се разбира пълното отсъствие на оргазъм. Понастоящем тя обхваща 10% от анкетираните жени. Много от тях трябва да се считат фригидни. Ако прибавим и тези, които много рядко или само понякога достигат при коитуса до оргазъм (от тях много малко са истински фригидни), ще се види, че една трета от всички жени не получават оргазъм. Това най-често срещано се полово смущение у жените се проявява във всевъзможни степени и варианти. Съществуват например рядко, бавно и слабо възбудими жени; други реагират само при определено настроение, само при особени външни условия или само при специална любовна игра, или само с точно определен партньор.

Мъжът разбира под сполучлив полов акт този, който е завършил с оргазъм. Без еякулация той остава незадоволен, възбуден и с лошо настроение. Впрочем това не се отнася за всеки мъж. Колкото повече приема жена си за равнопоставена в любовта, толкова повече източници на истинска радост ще открие той в еротиката и толкова по-малко изживяването ще се изчерпва с еякулацията. Мъжът като по-активен партньор определя края на акта. При него еякулацията настъпва рефлекторно след дълго или по-кратко време и оргазъмът липсва относително рядко. Когато мъжът мисли, че жената реагира и чувствава също като него, той заключава: тя е толкова по-доволна от мен, колкото по-често ми се удаде да я доведе до оргазъм. Тази заблуда обяснява защо някои мъже се хвалят с потентността си; според тях от нейната сила зависи жените да ги харесват и желаят.

С малки изключения за жените половата потентност не е решаваща при избора на партньор. Те не копнеят за „половия атлет“, който съвсем не е необходим за сексуалното задоволяване, а за мъжа, който обича и с когото можеш да бъдеш в пълно душевно съзвучие. Нежната любовна игра и насладата, която жената му доставя, могат да бъдат за нея по-силно и по-продължително изживяване, отколкото краткото чувствено удоволствие от оргазъма. Последният никога не е единствен и рядко – най-значителният извор на нейното любовно удовлетворение. Мъжът, който мисли, че във всеки полов акт или след него трябва да предизвика оргазъм у жената на всяка цена, вместо да допринесе за усъвършенстване на съвместно изживяните часове, понякога руши щастието. Оргазъмът и

отпускането не са еднакви у всяка жена и при всяко сношение. За някои жени съществува задоволяване без оргазъм, но и оргазми, които не довеждат до дълбоко изживяване (напр. когато бракът не е хармоничен). В една анкета над 75% от запитаните жени са имали винаги или понякога чувството за задоволяване въпреки липсата на оргазъм; само 18% са останали напълно и постоянно незадоволени. Това зависи и от някои сексуално физиологични особености. У мъжа коитусът е свързан с необходимост от изпразване и удоволствието от оргазъма зависи от изтласкването на спермата; воднистият секрет от влагалището на някои жени, появяващ се малко преди оргазъма, не бива да се сравнява с еякулацията.

Мъжът не бива да бъде егоист и да вижда у жената само обект за задоволяването на своята страст; в противен случай половият акт не би бил вече символ и телесен израз на човешка любов, а би унижавал жената. Ако мъжът се стреми безогледно само към своята наслада, а жената никога нищо не получава от нея, тя може постепенно да изстине сексуално.

В половия живот на всеки въпрос може да се отговори точно само за конкретна двойка; това се отнася и до въпроса за значението на оргазъма за жената. Някои жени реагират напълно нормално, но винаги усещат оргазъма слабо; те могат да се откажат от този завършек на интимността с незначителна загуба на емоции. Други биват обземани от страстта рядко, но толкова интензивно и трайно, че седмици наред остават изпълнени от нея и през останалото време оргазъмът не им липсва. Съществуват обаче много жени, които остават неуравновесени, потиснати, дори нещастни, когато са сексуално незадоволени. Това личи от резултатите от анкетата, дадени в табл. 4.

Жените с по-силно полово влечение намират рано или късно и по-лесно от другите пътя към задоволяване – ако, разбира се, не съществуват смущения, които значително са затормозили половата активност, ако партньорът е достатъчно потентен или чувствен, и ако прави онова, от което жената се нуждае. По-студените жени, които не изпадат в силна възбуда при сношение, не получават увреждания от липсата на оргазъм. Когато жената жадува сексуалното удовлетворение, а е принудена да се примирява редовно с прекъсване на коитуса, преди да е настъпил нейният оргазъм, могат да настъпят болезнено кръвонапълване в гениталите, нервни симптоми, неспокойствие, страхови състояния, напрегатост, потиснатост, депресия и т.н. На този етап (вж. глава 3) вече са се оформили телесни промени (повишено кръвно налягане, учестен пулс и т.н.), които могат да се върнат до изходното състояние след оргазъма.

Каквато и роля да играе оргазъмът за сексуалното удовлетворение на една или друга жена, независимо от това, дали той е необходим или липсата му не се чувства, той по принцип е цел на коитуса. Оргазъмът обогатява половия живот и ако жената е лишена продължително време от удоволствието, което той предлага, на нея ѝ е отнето правото да бъде доволна и щастлива като мъжа.

Да се направи всичко, за да бъде преодоляна аноргазмията в интерес на развитието на личността на жената, е не само хуманна повеля, но същевременно и необходимост за стабилизиране на брака. Според нашата анкета, както и според други автори незадоволените жени създават по-често извънбрачни връзки (33%) от полово задоволените (17%). Желанието да се изживее сексуалното задоволяване е чест, макар и не единствен мотив за такова поведение. Много от жените искат да опитат дали са способни на пълноценно изживяване с друг мъж.

Човек трябва да се научи да изживява половото удовлетворение. За жената това е по-трудно, отколкото за мъжа. „Сравнителни изследвания върху различни култури ни дават основания да приемем, че оргазъмът е придобита, а не вродена съставка на женската сексуална реакция (за разлика от мъжката); близко е до ума, че главната част от копулационното поведение у жената се научава“ (Мийд).

Знанието облекчава изучаването. Поради това ще се занимаем по-подробно с факторите, които пречат на оргазъма у жената, и с онези, които го стимулират.

ВЪНШНИ ОБСТОЯТЕЛСТВА, КОИТО ПОТИСКАТ ИЛИ СТИМУЛИРАТ ОРГАЗЪМА У ЖЕНАТА

Единствена или главна причина за аноргазмията не съществува. Когато жената не достига до полово задоволяване, това почти винаги се дължи на множество вътрешни и външни фактори. Те трябва да се потърсят в миналото, в настоящето и във външните условия на сексуалния живот. Те могат да произлизат от жената или от партньора. Често жената не познава достатъчно функционалната основа на своите полови смущения, за да може сама да си обясни липсата на оргазъм. Брачният консултант или психотерапевтът, към когото тя би трябвало да се обърне, ще изясни с точно поставени въпроси произхода на смущението. Разговорът и изследването ще покажат пътищата за преодоляването му.

Аноргазмията представлява характерен пример на функционално

полово смущение. Тя не е органично заболяване, както за съжаление смятат много жени и техните мъже.

В много случаи съвсем не е необходим много задълбочен анализ, за да бъде открита причината, която разстройва влечението и оргазъма у жената. Често пъти проверката на условията, при които се извършва или трябва да се извърши коитусът, е достатъчна.

В часовете на горещо желание двамата влюбени са така заети със себе си, че не забелязват много какво става около тях. Всеки знае това от личен опит. За всеки от тях присъствието на другия е напълно достатъчно. Но любовта все пак протича в един свят, който не се състои само от резервати за влюбени двойки. Бурният напор на чувствата не е достатъчен, за да създаде спокойно кътче за щастие. Дори изпълненият с любовна жар човек ясно съзнава доколко при дадени обстоятелства може да даде простор на своите пориви. Колкото и обстановката да изглежда маловажна за любовта, тя може да потисне сексуалната настройка, особено при жената.

Спалнята на една от нашите пациентки през първите 12 години на брака ѝ се намирала неизменно до спалнята на свекърва ѝ; двете стаи били разделени само от една тънка стена, през която прониквали всяка дума и всеки шум. През тези дълги 12 години пациентката нито веднаж не стигнала до оргазъм и двамата съпрузи били нещастни от своята привидна полова студенина. Най-сетне те получили собствена квартира и веднага след преместването 34-годишната жена станала толкова пламенна съпруга, че мъжът започнал да се безпокои дали ще може винаги да отговаря на желанията ѝ.

Спящите в същата стая деца по-често потискат половата активност на жената и, макар и по-рядко, и на мъжа. По време на акта и подготовката за него тя внимава да не би децата да чуят нещо. Вместо да се отдадат безгрижно един на друг, те слухтят за всяко движение на децата и се разсейват толкова много, че надигашата се възбуда бива потисната, до оргазъм не се стига само от мисълта, че не трябва да се изпусне и една въздишка.

Много семейни хора избягват по тези причини сношенията в спалнята и търсят време и място да бъдат сами. Колко много и колко важни за пълното сексуално задоволяване на жената, понякога необикновени часове на силно желание се загубват по този начин! Да бяха използвани поне за нежност!

Ако жената е чувствителна в това отношение и семейството не разполага с детска стая, в интерес на хармоничния полов живот трябва сериозно да се прецени дали не е по-добре работният кабинет или някое друго помещение да се подреди за детска стая. Хигиенни съображения говорят също в полза на такова решение. Модерните домашни мебели могат да помогнат много. В случай на нужда е възможно в едно двустайно жилище холът да се оформи и като спалня, а спалното помещение да се използва като детска стая.

Леглото от столетия насам е символ на физическата близост. То предлага най-удобно положение, там човек има време, там вечер и нощем е тихо, там хората са почти напълно разсъблечени. Няма по-подходящо място за прегръдка. Говори се за „брачни“ легла, защото те са поставени едно до друго без пролука и образуват едно единство, подобно на брачната общност. Една старогерманска поговорка гласи: „Разделят ли се леглата, разделят се и сърцата.“ Ние искаме да усещаме любимия човек непосредствено до себе си. Това има много предимства: когато искаме да бъдем нежни, необходимо е само едно движение. Всеки може от своето легло удобно да помилва другия или да хване ръката му. Тогава любовният акт възниква спонтанно из създалата се ситуация. За жената това понякога е въпрос на секунди. Не е необходимо нито той, нито тя да отиват един при друг, когато се пожелаят. Едно обръщане на главата, протегнатата ръка, леко погалване по косата е винаги достатъчно указание за това. Общият стремеж един към друг с лекота преминава в по-интимна близост. След любовния акт партньорите постепенно се отделят един от друг или заспиват един до друг. На сутринта мъжът и жената могат да се събудят с целувка или ако има време, да се притиснат нежно един в друг.

Най-подходящи за едностайното жилище са легла, които не се опират под ъгъл, а могат да образуват квадрат. Такава плоскост на леглото позволява някои варианти на коитуса, които са невъзможни в единично легло, напр. страничното положение. Тя дава възможност да се разгърнат безпрепятствено и други варианти на нежната ласка или на бурната страст. За препоръчване е т.нар. френско легло, което е достъпно от три страни и няма разделящ „процеп“. Брачното легло трябва преди всичко да бъде толкова стабилно, че движенията да не предизвикват шум. Много жени, пък и мъже се смущават от него, загубват настроение, опитват се да продължат акта в по-неудобна поза и да отслабят движенията, тъй като се опасяват, че съседите ще чуят какво става.

Има брачни двойки, които предпочитат отделните спални. Когато

мъжът хърка силно, а жената спи леко, това е оправдано. Ако обаче отделните спални се мотивират с това, че чувствата се притъпяват вследствие на постоянната близост и на привикването, вероятно е, че съществува пукнатина в брака, която по такъв начин ще се разшири, вместо да се отстрани.

Не само идеалното легло, но и цялостната обстановка в спалнята (уют, приятна топлина, мека светлина) допринасят за достигане на любовното единение. Съществуват жени, които са способни да се отдадат без задръжки само на тъмно – понякога от пресилено чувство на срам, докато мъжът би искал да докосва, но и да вижда любимата. По тези и други психологически причини жената не може да изживее оргазъм при бегли срещи и неподходяща обстановка или при опасност да бъде видяна. Пейките в парка, служебните помещения, беседките или чуждото жилище, макар и обкръжени с трепетната романтика на забраненото, не предразполагат жената към отдаване. В такива случаи тя рядко намира удовлетворение, макар страстната любов да я кара да поеме някои неприятности и рискове.

Това се отнася и за коитуса в колата. На много млади хора, които живеят още при родителите си, и на женени, които поддържат извънбрачни връзки, седалките на леката кола, с която бързо се стига до някой уединен горски път, им се струват желан заместител на липсващото любовно легло. Най-често мъжете организират такива импровизации, които се ограничават (не само поради облеклото или притесненото положение) с петинг или с един припрян акт. Непрекъснатата заплаха да бъдат изненадани не позволява на жената да бъде задоволена, макар понякога тя да стига до оргазъм. Постоянно оптимални външни условия не съществуват за всяка двойка и по всяко време. Понякога предизвиканият от любовно настроение акт не в привичната съпругеска спалня, а на някоя горска поляна или в купа сено, може да събуди спомени за първия таен любовен час и да извърши чудеса. Не една брачна двойка е преживяла по време на отпуска една любовна пролет, която е продължила и след завръщането, вследствие атмосферата на новата обстановка, хотелската стая, липсата на ежедневните задължения. Анкетите показват, че по време на пътувания хората се любят по-често, отколкото у дома.

Половото сношение трябва да бъде по човешки достойна среща на влюбени. Самоуважението им поставя определени условия, при които те биха искали да го извършват. Партньорите трябва да си кажат кое им харесва и кое – не, за да могат външните изяви на нежността им да отговарят на потребностите им.

АНОРГАЗМИЯ И ЛЮБОВ

От хилядолетия насам поети пишат за любовното щастие, песни се пеят за копнежа по обичания човек, дълбоки чувства вълнуват душите на влюбените. Любовта се явява в толкова разнообразни форми, че е трудно те да бъдат дефинирани за целите на нашата тема, без да отделим понятието от неизчерпаемото изобилие на емоции, които любовта предизвиква. Индивидуалната полова любов е „специфична, емоционална, морална и естетична връзка между мъжа и жената. Тя се основава на подбуденото от половия нагон социално и културноисторически сублимирано сексуалноеротично напрежение между половете. Тази форма за изява на любовта е силна, изискваща задоволяване на потребност за взаимно допълване в телесното, за духовното общуване и за смислен съвместен живот в обществото“ (Битигхьофер).

Обикновено сексуалните потребности на жената се пораждаат от еротичните чувства към определен мъж. По тази причина нейното емоционално отношение към партньора е важно за разбирането на аноргазмията.

Дори при взаимна любов сексуалният проблем не може да се реши от само себе си. Но любовта е най-важната предпоставка за преодоляване на сексуалните смущения, особено на аноргазмията у жената, и за намиране на телесната хармония. За оргазъма на жената е по-важно тя да обича мъжа, отколкото той да я обича. Не една жена получава оргазъм с любимия мъж (дори ако той не изпитва чувства към нея) и остава незадоволена с друг, когото не обича, макар той искрено да е влюбен в нея. Трябва обаче да се пазим от неправилно тълкуване и обобщаване на този факт. Мисълта на Стендал: „Студена жена е жената, несрещнала още оногова, когото трябва да обича“ важи за някои, но в никакъв случай – за всички жени, които „нищо не усещат“. Аноргазмията (и фригидността) може да се съпътствува от неподправена любов към партньора, както и обратното – оргазъм може да се достигне и без любов. Освен това всяка жена (и всеки мъж) реагира различно. Ако тя не се покаже много пламенна, това далеч не означава, че ѝ липсват любов, копнеж и желание.

Аноргазмията у жената може да бъде предизвикана от вътрешно отхвърляне на партньора, което не се отнася винаги за цялата му личност, но може да се ограничава за отделни негови черти; това е напълно нормално явление. Много жени с развито либидо реагират полово и спрямо

по-малко обичан мъж, но за истинско ошастливяване е необходима взаимност на чувствата. Поради това жената обикновено желае за полов партньор само този мъж, с когото е свързана с любов. Под „любов“ не бива да се разбира само симпатия или приятелско отношение. Тук вече е необходима страст, която придава динамика на връзката. Някои жени без оргазъм отговарят на въпроса, дали обичат мъжа си така; „Е, да, обичам го, той ми е много симпатичен и е наистина добър и мил човек, не намирам никакъв недостатък у него.“ Най-често се оказва, че тази „любов“ в същност е само симпатия, която се е създала по време на съвместния живот или на продължителното познанство. Тя обаче никога не е произлязла или прераснала във вълнуващото чувство на влюбеност и никога не я е карала да чезне часове и нощи от копнеж. Нерядко такива жени споменават друг мъж, който ги е привличал по-силно.

Често пъти тези жени признават, че поради разочарование са сключили прибързано брак с мъжа, който в момента ги е ухаждал. Надявали се, че по този начин ще преодолеят болката и по-лесно ще се откъснат от другия, но същевременно ще му покажат колко са желани, с надеждата да го накарат да се завърне. Тя никога не се е сбъдвала. Тези жени в същност измамват себе си и преди всичко – мъжа, с когото са сключили брак. Много често зад това поведение се крие отдавна отживелият възглед, че за жената е срамно да не се задоми на млади години или да бъде изоставена. Самоуверената, образована и издигната в професията си жена обмисля задълбочено, преди да се обвърже, защото не търси сигурност, а се стреми към пълноценен брак, в който може да продължи да разгръща личността си.

Ако все пак бракът лекомислено е сключен по споменатите по-горе мотиви, прибързаният съвет към жената да се разведе отново би бил също така лекомислен. По-скоро тя би трябвало да си представи реалистично ежедневието в брака и от тази гледна точка да провери ролята на бившия, който в края на краищата е злоупотребил с нейното доверие и любов. От друга страна, тя трябва да обогати с любов и общи интереси живота с мъжа си, преди да помисли за развод.

Жените, които още не са направили крачката от буйните увлечения към зрялата любов, също са склонни да идеализират копнежа си по предишния си приятел или по някой друг мъж, с когото може би даже никога не са били интимни. Такива блянове пречат на всеотдайността към съпруга. Но съпрузите, които се трудят съвместно да изпълняват жизнените си задачи, успяват да израснат и се разбират все по-добре и преодоляват тези странични пориви на чувствата.

Ние не искаме да си затваряме очите пред факта, че някои омъжени жени имат любовник, с когото се чувствуват полово по-задоволени, отколкото със собствения си съпруг. В много такива бракове мъжът не е съумял да бъде и любовник на жена си и да се държи така с нея, че тя да бъде щастлива само с него.

Ако, от друга страна, разгледаме по-отблизо тези „обожатели“, ще открием между тях немалко женени мъже, които спрямо чуждите жени се държат твърде галантно, за да си доставят „разнообразие“. Същевременно те пренебрегват по най-груб начин собствените си съпруги. Макар неуважението към съпругата да ги издава, много жени се поддават на техните любовни обяснения, защото, колкото по-малко са научили за човека от образованието и от житейския опит и колкото по-малко са осъзнали достойнството на личността си, толкова по-лесно е за ухаждо-ра да изиграе при случайните срещи козове си и да импонира с необвързващата си романтика.

Някои жени „недочуват“ естествено не винаги новите простички любовни мелодии на съпрузите си, тъй като всекидневието с неговите задължения, грижи и задачи ги заглушава, а долавят като музика комплиментите на любимия си, които не е необходимо той да доказва на дело. „Да бъдеш любовник е по-удобно, отколкото да си съпруг, както е по-трудно да бъдеш винаги в настроение, вместо от време на време да казваш любезности“ (Балзак).

Такъв мъж се проваля най-често, когато трябва да направи жертва за жената, която уж толкова обичал, и когато се опасява за общественото си положение и за авторитета си. Често пъти едва нежеланата бременност на жената разкрива слабостите на характера му.

Някои жени отначало премълчават в брачната консултация, че вече не понасят съпруга си, и се надяват да получат съвети за поносим съвместен живот. Най-често това са жени, които заради децата и от други съображения желаят да запазят брака си с нелюбимия мъж. Нерядко те разбират причината за аноргазмията си едва тогава, когато са били полово възбудени от някой друг мъж. Има наистина трагични случаи, когато жената е белязана с мнима фригидност в близостта със своя съпруг, но реагира сексуално спрямо друг толкова силно, че само неговото приближаване вече събужда у нея непознати досега усещания. Пламенната любов е в състояние временно да помете задържащите емоции, страховете и опасенията и дори да обезсили утежняващите фактори на непозволеното и неблагоприятните условия.

Да се поощрява обаче опитът с друг мъж в случай на аноргазмия

би било погрешно – и не само от морални съображения. Това би предизвикало още по-тежки конфликти и би застрашило щастието на едно цяло семейство, което не се състои само в половото разбирателство между съпрузите. По-уместно е да бъдат използвани всички шансове, за да се възстанови хармонията, всички възможности да се намери път към единството и да се разгърнат всички любовни чувства. Неженените и младоженците без деца би трябвало обаче много скоро и сериозно да се замислят дали недостатъчната любов и произлизащите от нея полови разногласия обещават трайна връзка в бъдещето.

Съществуват и двойки, които отлично се разбират и се обичат, но реагират полово абсолютно противоположно и коренно се различават, нямат и никога няма да имат взаимен резонанс и чувствуват това. Този извод не бива обаче да се прави, преди да е било сторено всичко, за да постигнат правилна взаимна нагласа.

Най-после има и такива случаи, когато една жена еднократно откликва сексуално с непознат досега жар на някой мъж, който нито предизвиква, нито заслужава по-висшата форма на човешката любов. Сключените с чисто сексуални мотиви бракове сполучват още по-рядко от сключените по платонични съображения. Недостатъчното разбирателство във всички други области на брака може за известно време да бъде уравновесено от чувственото опиянение. Демоничният прелъстител или рутинираният плейбой¹⁷ е всичко друго, но не и добър съпруг, баща и спътник в живота. Точно когато ѝ е нужен, когато трудностите на живота изискват той да е до нея, неговата натруфена мъжественост се изпарява. Никак не е случайност, че подобна полова подчиненост се среща почти без изключение при бегли, ограничени само със задоволяване на половия нагон извънбрачни връзки.

Среща се и обратното – жената намира у някой приятел истинска духовна близост, която липсва у собствения мъж, макар тя да е в пълна сексуална хармония с него.

Означава ли всичко това, че любовта е „съдба“ (все едно дали акцентът е върху сексуалната или еротичната ѝ страна) или тя е съвършено единство, изцяло насочено към личността на другия? Съдба, която ни е отредена без наше участие, дарява ни с щастие, докато сме още свободни, оплита ни в нещастие, когато сме се вече обвързали, макар тази връзка и да не ни вълнува дълбоко, но не може да бъде разкъсана, без

17. playboy (англ.) – състоятелен млад мъж, който пропилява времето си в развлечения (б.ред.).

това да причини беда на мнозина?

Любовта е преди всичко емоционална връзка; много рядко може да се обясни логично защо обичаме тъкмо този човек, а не друг, който има също толкова предимства и недостатъци. Въпреки това любовта може да бъде направлявана в определени граници, включително и към определена личност.

Можем да се „запалим“ против волята си и даже да се влюбим в един срещнат някога и някъде човек. Дали от това ще се роди голямата любов, зависи почти винаги от волята и решението на двамата участници. Ако вече сме ангажирани в различни взаимозависимости, особено с децата в семейството, това обстоятелство трябва да се обсъди с този, който ни е направил толкова силно впечатление, че се чувстваваме привлечени от него. В такива конфликтни положения може да попадне всяка жена и всеки мъж. Те трябва да станат повод за размисъл върху собствения брак или още по-добре – за разговор със съпруга, за да бъдат потърсени пътища, които водят отново един към друг и дават по-богато съдържание на брака. Чувствата, които те някога са изпитвали един към друг, могат да бъдат съживени отново или могат да бъдат събудени други, нови чувства.

Човекът се променя и никъде другаде освен в брака – най-интимната човешка връзка – характерът не може по-добре и по-непосредствено да се развива в посока към хармоничен съвместен живот.

Отделяме на тези разсъждения толкова много място, тъй като се увеличава броят на жените, които след няколкогодишен брачен живот търсят развод само поради това, че любовта им към съпруга е угаснала и те вече не чувствуват влечение към него. С изключение на някои дреболии те нямат основание да се оплачат от него; не една жена се хвали, че другите жени биха били щастливи да имат такъв съпруг. Хората, които познават брачната двойка, не могат да разберат защо жената иска да напусне мъжа си. Противно на мъжа, който се стреми да запази брака, жената обяснява, че още от самото начало не е изпитвала голяма любов към него. Постепенно у нея се породило отвращение към всяка негова нежност, а коитусът, който най-често е отказвала, не само че не я е задоволявал, но направо бил изнасилване на чувствата ѝ.

Често пъти тази жена среща друг партньор, който обективно не е необходимо да бъде по-добър (дори и в сексуалната област), но с когото тя се чувствава способна за опияняващи изживявания. Колкото и да се старее съпругът да се държи във всяко отношение така, както тя желае или както другият и се харесва, усилията му са напразни, остават без

ефект, като че ли тя изобщо не притежава антена за приемане на ухажването му. Децата, съвместно обзаведеното жилище и всякакви други доводи малко я трогват и тя подчертава, че ще се раздели с мъжа си дори тогава, когато любовникът ѝ не я иска повече. Тя гледа на борещия се за нея и всеопрошаващ мъж, който е готов да се примири дори с извънбрачните ѝ връзки, като на другар, към когото изпитва само съжаление. Понякога в брачната консултация от такива случаи се остава с впечатление, че мъжът постига по-малко успех със своята примирена борба, отколкото с последователното запазване на своето достойнство. Опитът да се вкарат чувствата на жената в реалистични релси, вместо да се остави да бъде водена сляпо от тях, трябва да се направи в интерес на всички, макар той често да остава неуспешен.

Всичко това се отнася и за мъжа, който изоставя семейството си с прозрачните доводи, че отива при някоя друга жена, която уж по-добре го разбира. Разбира се, никак не е случайно, че другата най-често е по-млада и по-ефектна.

Когато не съществува телесна и душевна връзка, когато съпрузите живеят един до друг или един против друг без любов, така че юридически съществуващата общност е загубила смисъл за жената и мъжа, за децата и за обществото, тогава би трябвало след всеотдайна и сериозна проверка да се постави въпросът, дали раздялата не е по-морална от продължаването на привидния брак.

ВИНОВЕН ЛИ Е МЪЖЪТ ЗА НЕЗАДОВОЛЯВАНЕТО НА ЖЕНАТА?

Да приемем, че мъжът и жената наистина се обичат и се допълват, без да правят разлика между духовна и телесна привързаност. Жената не е фригидна и желае сношението. Възпитанието и досегашният ѝ житейски опит са оформили положителна нагласа спрямо сексуалността. Интимната среща се извършва при благоприятни външни условия. Въпреки това жената стига до оргазъм много рядко или въобще не го познава. На какво се дължи това? Или иначе казано – кой е виновен? Няма друга съвместна човешка дейност, при която участниците да се настройват един друг душевно и телесно толкова фино и гъвкаво в зависимост от променящата се ситуация, както при и още преди половия акт. Колкото по-лесно се смущава половият акт при един човек, толкова по-необходима е взаимната нюансирана нагласа с партньора. По

психологически причини повечето жени се смушават по-лесно от мъжете. Освен това половото им желание се събужда постепенно, защото обусловени от възпитанието задръжки му пречат да се проявява. Тяжната способност да стигнат до оргазъм се изгражда бавно. За тази нагласа им е необходимо най-често дълго време, понякога години.

Времето за достигане до пълната полова хармония може да бъде скъсено; могат да се предотвратят някои по-късни смущения в оргазъма, ако двамата отстранят редица грешки и не привикнат към нови.

Да започнем с грешките на мъжа, защото в половия акт той обикновено е по-силният и инициативата е у него. Фактически жената често не стига до оргазъма, защото мъжът малко или никак не се пригажда към потребностите ѝ.

Често цитиралата мисъл на Галахад – „Всеки дефект у жената е само измерител за ниското еротично ниво на нейното мъжко обкръжение“, и поговорката „Няма фригидни жени, а има само непохватни мъже“ са само пресилени любезности по адрес на жената. Но всеки брачен консултант и всеки психотерапевт е запознат с широкото разпространение на дължащата се на мъжете аноргазмия.

Общо взето, мъжът събужда женската сексуалност и прави от жена-та зрял партньор. Дали и кога това ще му се удаде, зависи решително от това, как той я е въвел в сексуалния живот. Много чувствителни жени си спомнят за първото полово сношение като за грубост: резултат на това е убеждението, че актът служи на мъжа само за удовлетворяване на нагона му. По такъв начин всички нежни кълнове на нейното влечение биват стъпкани с един замах. Само така трябва да се разбира мисълта на Балзак „Съдбата на един брак се решава още през първата нощ.“

Разкъсването на химена при първото проникване на пениса във влагалището може да причини на девойката лека, краткотрайна болка, която обаче се успокоява бързо. Много по-разочаровашо е безсърдечното, насилственото отнемане на девствеността.

Но грубата дефлорация не е в състояние да потисне събуждането на сексуалните пориви на една девственица, ако мъжът след това се държи с разбиране и съумее да ѝ ги разкрие предпазливо. Тя винаги трябва да има чувството на сигурност и да знае, че може да му се довери. С натиск, грубост и със заплахи не се постига нищо и полутворената вече врата се затваря.

По настояване на мъжа в брачната консултация идват двама съпрузи, сключили брак преди 3 години. Мъжът настоява да влезе най-

напред сам в кабинета, въпреки че от лечение се нуждае жена му. Тя е съгласна. Тя е просълзена. Той се оплаква от болки в стомаха и язва на дванадесетопръстника и твърди, че страданията му са свързани със сексуалното поведение на жена му. Тя била погрешно възпитана и предвзета, поради което имала редица лоши качества, била много потисната и въздържана. Не отклонявала сношенията и участвувала в тях с удоволствие, но никога не се е възбуждала. Той опитал всичко възможно и вече я пращал на лекар, защото това не било нормално. Най-сетне веднаж тя имитирала оргазъм. Това било по-лошо и от равнодушието. При това тя казвала понякога: „Престани вече, аз съм съсипана“. За него това било като студен душ. „За проба“ той опитал други жени и страстната им възбуда му показала ясно недостатъка на съпругата му. Ето защо той вече не можел да живее с нея. На въпроса, дали обича жена си и дали любовта му е свързана с тези обстоятелства, той отговаря, че вследствие студенината на жена му в техния брак се явила непоправима пукнатина.

Сломената и наплашена, млада, стройна, 23-годишна жена спонтанно споделя, че обича мъжа си и не желае да го загуби. Тя се целувала с удоволствие с него и когато я докосвал и галел, цялото ѝ тяло излъчвало приятна топлина. Но той правел това рядко, а тя не се решавала да го поиска. Той бил припрян и винаги пристъпвал направо към сношението. Само понякога я погалвал по срамните части и това досега било единственото, което получавала от сношението; но той нямал търпение за това и досега тя не изпитала удовлетворението. Поради това след всяко сношение той я упреждал за студенината ѝ. Сега я заплашил с развод, ако в разстояние на 3 месеца това лечение не успее. Откакто чула това, тя вече не може съвсем нищо да изживее, въпреки че полага усилия. Очевидно е, че след такъв ултиматум, всякакъв порив ще бъде задушен. Трагичното в случая беше противоречието между студения, груб, равнодушен мъж и напълно преданата му в своята първа, всеотдайна любов жена. Бездетният още брак не може да бъде запазен. Тя превъзможна спомените, омъжи се повторно и този път беше по-щастлива.

Вниманието, търпението и деликатността не изключват страстното желание у мъжа, а би трябвало да го допълват. Както бруталната грубост, така и боязливата нерешителност на мъжа могат да охладят сексуалния порив на жената; решаващо значение има чувството за мярка и за

подходящото време, с които мъжът избира да настъпи или търпеливо да почака, да изисква или да моли, смело да взема или да чака да му подавят. Дори най-малкото изместване на ударението може да задуши разгарящия се огън.

Някои жени съобщават, дълбоко разочаровани, че се чувствуват като употребени и захвърлени, защото мъжът е превърнал сношението в навик, в средство за бързо удовлетворяване без ласка и нежност – нито в началото, нито в края. Защото за жената нежната ласка в края е важна съставна част на половия акт. Ако мъжът обръща гръб веднага след еякулацията, може да се предполага, че той също така хладно ще се отдръпне и ще осуети настъпването на оргазъма ѝ. Балзак писа с присъщия му приповдигнат маниер: „Съпругът никога не трябва да заспива пръв и да се събужда последен.“ По-поетично и по-убедително се обръща към мъжете Леонард Франк: „Който още не е бдял над съня на любимата, той не знае колко прекрасен може да бъде животът.“

Сравнително грубо, но точно излага една 37-годишна жена безчувственото държание на своя мъж непосредствено след акта:

„Той е нетърпелив и бързо стига дотам; с течение на годините привикнах. Но винаги най-дълбоко ме засяга държанието му след това. Щом получи, каквото му трябва, преставам да го интересувам. Той веднага се отдръпва, обръща се настрана и незабавно заспива, доволен и сит като накърмено бебе. Дори една целувка не заслужавам. Всеки път това за мен е по-лошо от плесница и се питам дали желае мен или собственото си удоволствие. Тогава заравям глава във възглавницата и плача. Ако ме усети, той е смяян и се чуди защо плача.“

Не само по тази причина не трябва да се пропуска в консултацията да бъде повикан (с предварително съгласие на жената) съпругът, приятелят или годеникът. Какво и как мъжът говори за жена си, често пъти разкрива ядрото на проблема. За съжаление понякога се разбира, че по сексуална нагласа, по темперамент, възгледи, интереси, миоглед и схващания за живота двамата са твърде различни и че пукнатината в брака им е станала толкова голяма, та е невъзможно да бъде възстановена хармонията в отношенията им.

Прогнозата за причинената от партньора аноргазмия зависи много от любовта и търпението, от проникновението и умението на мъжа.

Той трябва да чувства, да усеща, да долавя желанията на любимата жена. Напрегнатостта на мускулите ѝ, краткото задържане на

дишането, един полъх, прошепнатата дума, тихата въздишка, тембърът на гласа и, обръщането на главата, застиването в едно положение, жарта на бузите ѝ, нейното притискане, отдръпване, натискът на ръцете ѝ, беглата руменина на кожата ѝ, играта на устните и езика при целувката, блясъкът на очите ѝ, ускореният ѝ пулс – всичко това означава нещо и сочи пътя към нейните желания, които чувствителният мъж може да отгатне.

При това мъжът трябва винаги да се съобразява с особеностите на жена си и изобщо с женската психика. Преди всичко той трябва да знае, че тя се стреми към половия акт, за да изрази любовния си порив в отдаване, а не само да отреагира своето или неговото сексуално напрежение.

Сексуалните стремежи на жената са преплетени по-силно от тези на мъжа с всички други отношения с партньора и се стимулират или задържат от тях. Неуважението към личността ѝ и караниците през деня бързо пресушават всяко желание у нея.

Ето историята на една 42-годишна жена. Приблизително така говорят и много други жени.

В брачната консултация тя идва в същност не заради брачни или сексуални проблеми, а по повод на многобройни нервни оплаквания. Изглежда потисната и наплашена, едва се решава да почука на вратата и сяда стеснително на крайчеца на стола. Докато говори, мачка кърпичката си. Устните ѝ треперят. Когато ѝ се казва направо, че нещо не е в ред в брака ѝ, тя избухва в плач и дълго време не може да продължи да говори. Преди това иска да бъде сигурна, че мъжът ѝ наистина няма да узнае нищо. И е доволна, че може да се изприкаже. Досега всичко е преглъщала. За него тя е само слугиня. Още по-лошо: той ѝ крещи и я обижда с вулгарни и цинични думи, които не могат да бъдат повторени. Ако яденето му бъде сервирано много горещо или студено, той ѝ го хвърля в краката. Става само това, което той пожелае. Тя се отучила да има свое желание. Той и без това я презира и превръща живота ѝ в ад. Ако не отговори на обидите му, той я упреква в свадливост; ако се защитава, той започва да я бие. Въпреки че има три деца и работи, тя трябва да го обслужва като паша и горко ѝ, ако някога не му е под ръка. Често той отива да пие. След това е особено груб. Най-често иска сношение, когато е пийнал. Но ако преди това той я е нагрубил, това я отблъсква и тя се чувствав опозорена и изоставена. Всякакъв порив, на каквото по-рано (или когато мъжът ѝ понякога е мил) била способна, веднага замира. В службата си той минава за вежлив и

внимателен, макар и да е своенравен, и никой не може да повярва, че в къщи се държи така. Жената постепенно го „превъзпита“ едва тогава, когато осъзна собственото си достойнство и не позволи повече да бъде унижавана. Това и се удаде много трудно, защото тя досега му е била послушна във всичко и го е обичала въпреки всичко.

Не е необходимо да се стига до скандал, за да бъде унижена жената. Една нараняваща дума на мъжа, един пренебрежителен жест, премълчаването на заслужена похвала или на приветлива дума, неказването на очакваното внимание понякога дълго тлеят в съзнанието на жената и често пъти се отразяват на сексуалността дори когато брачната хармония привидно не е нарушена.

Способността на жената да стига до оргазъм може да изчезне изведнаж, когато тя научи за изневярата на мъжа. Загубата на доверието я разочарова и обижда. Нерядко минават години, докато нейното примирение и неговото разкаяние помогнат на раната да зарасне, грешката да бъде простена и способността за оргазъм – възстановена.

По-малко чувствителните жени се справят по-бързо с положението и само проклинат „другата“, която примамила „невинния“ мъж в клопката си.

КАКВО ОЧАКВА ЖЕНАТА ОТ МЪЖА?

Нека по-напред да кажем какво тя не очаква, макар повечето мъже да мислят именно за това. Като пример за идеален съпруг тя не си представя безукорния сексуален атлет, който владее и умело прилага всички похвати и техники за стимулиране на възбудата. Тя мечтае за мъж, на когото може да разчита и в радост и в изпитание, във всичко, което върши или изоставя, който зачита и нейните желания и се стреми да изгради с нея един истински брак. Образованието и високият му трудов морал имат голямо значение за нея.

Ако той има и приятна външност и е отзивчив, нежен и сръчен в най-интимното, щастието ѝ ще е пълно. Съвършеният мъж се среща рядко, но някои негови недостатъци се компенсират от влюбената жена с други качества. В края на краищата той е несъвършен човек, както и тя. Любовта трябва да израства, да съзрява и да се укрепва в ежедневието, в трудовия живот, в дома и извън него; при това съпрузите трябва взаимно да се учат, да се разбират все по-добре, да се нагаждат един

към друг и да овладяват съвместния живот. Любовта е нещо всеобхватно, тя е динамичен процес, който обзема изцяло човека. Тя не може да бъде обяснена само с похвалното поведение на мъжа. Любовта наистина често се възпламенява от неговите приятни маниери, но те не са достатъчни за трайното съществуване на любовната общност.

В крайна сметка личните интереси и наклонности са толкова различни, че за всяка жена съществува подходящ мъж. Нужно е само той да бъде намерен и с него да се изгради общност за цял живот, насочена към взаимна полза и функционираща в широко обществено поле.

Много съпруги страдат от липсата на нежно ухажване от страна на мъжа, което увеличава постепенно готовността им за отдаване. Това ощастливява някои жени повече от оргазъма, предизвикан от мъжа без истинска нежност. За съжаление влюбеното и всеотдайно влечение на мъжа често отслабва значително с течението на времето, без дори той да го осъзнае.

Пример за всички е една 40-годишна жена: „По-рано, когато още бяхме сгодени и младоженци, той беше съвсем друг. Всички ми завиждаха, че е толкова мил. Как изглеждат нещата днес? Когато излиза сутрин от дома – една бърза целувка, защото мислите му са вече другаде. Но дори и това стана вече лукс. Когато се върне вечер, той търси само своите удобства. Аз също ходя на работа и съм уморена, но въпреки това ми се иска да поговорим и се стремя към смислен, съвместен семеен живот. Често пъти той дори не ме удостоява с поглед при завръщането си, не забелязва новата ми фризура, именно защото не ме поглежда както трябва. Това наскърбява. У колежките си той забелязва това и им казва по някоя любезна дума. Аз си го познавам. Всички казват, че той е много внимателен към сътрудничките си. Наскоро новата ми рокля му направи впечатление, хареса я, но първият му въпрос беше: «Колко струва?» Цялото ми настроение се развали. Понякога се завръщах в къщи с цветя, дори и без специален повод. Винаги съм се радвала на това. Сега забравя дори годишнината от сватбата ни. Много рядко ми казва нещо мило – че му се харесвам, че ме обича, че копнее за мен или нещо подобно. Аз не очаквам кой знае какви надути комплименти. Той мисли, че комплиментите вече не ми прилягат и че любовните обяснения съвсем не са подходящи за нас «старите» хора. Когато веднаж бях обхваната от особено силен копнеж, просто го запитах: – Обичаш ли ме в същност? – Да, разбира се, иначе нямаше да се оженя за теб – беше единственият му отговор. За мен това беше

студен душ.“

Но нека бъде разбран правилно: жената не бива да вижда в съпруга си само кавалера, който не мисли за нищо друго освен за нея и от когото тя очаква само да бъде глезена; това е лъжливо романтична и остаряла представа за брака. Рано или късно тя ще накара мъжа си да се отчужди от нея. По-здравото от външната галантност свързва истинската общност на житейските проблеми, които не изключват сърдечността. Напротив, те дори я задълбочават. Жената с удоволствие чува от мъжа си повтаряните във всички варианти думи, че тя му харесва, че той я намира прелестна и привлекателна. Не е ли това старомодна и преувеличена суетност? Ако самочувствието ѝ зависи само от неговите комплименти – да. Ако обаче тя би желала да бъде чаровна съпруга покрай успешната си дейност в професията, като майка, като домакиня и в обществения живот, тогава – не.

Всичко това, както ще видим в следващите глави, има много общо с половите смущения у жената.

КАКВО ОЗНАЧАВАТ ЛАСКИТЕ ЗА ЖЕНАТА?

Броят на жените, които се чувствуват пренебрегнати по отношение на ласките и на нежното внимание, е много голям, да не говорим за самотните жени. Разбира се, те не винаги го признават и казват, че бракът им е в ред, но сдържаните сълзи при задаване на целенасочени въпроси често говорят по-изразително от думите. Нашата анкета недвусмислено показва, че удовлетворените в тази насока жени имат по-големи шансове да стигнат до оргазъм.

Честота на оргазъма у жените според оказаната от мъжа нежност

Жени, които	се чувствуват		
	задоволени в желаната степен	умерено	пренебрегнати
Най-често или почти винаги достигат до оргазъм	70%	24%	
Никога или много рядко са изживели оргазъм	41%	37%	22%

Потребността на любящата жена от нежности е почти безгранична. Това не е преувеличение. Нежните ласки на любимия мъж са приятни и

на по-непретенциозните и даже на някои фригидни жени; те се отдръпват само ако се опасяват, че той ще поиска повече от тях. Жаждата на жената за нежност е потисната много по-рядко, отколкото стремежът ѝ към сексуален контакт в тесния смисъл на думата. Жена, която не обича да целува и да я целуват, се среща само един път сред стотици.

Разбира се, съвременната жена не може да бъде щастлива само с целувчиците на завръщания се вечер мъж. Също като него тя желае изпълващи я задачи и успехи и извън домакинското си съществуване. Едното обаче не изключва другото и повечето жени мечтаят за по-голямо внимание; немалко от тях са направо гладни с оскъдната дажба „гальовни единици“. Това сравнение може би звучи прозаично, но жената със средна чувствителност има нужда от всекидневно внимание как то от храна и вода. В психотерапията нерядко наблюдаваме потиснати жени, които отново се възраждат чрез активната любов на мъжа. За съжаление много мъже не знаят и не забелязват, че жената се нуждае от нежност; някои други мислят, че жените им не обичат това. Ако се говори с тези жени на четири очи, се вижда, че нещата стоят точно обратно. Те се стесняват да обяснят на мъжа своите желаниа и са разочаровани, ако той сам не ги разбере и не ги задоволи по собствена инициатива. Впрочем нежността не може да бъде отделена от останалите отношения на съпрузите. Нежността на съпруга възбужда жената еротично само когато тя се чувства уважавана и ценена от него във всяко отношение. Който мисли, че за нея е достатъчно да бъде погалена, има погрешна представа за жената. Жена, която се задоволява с трохи от насладата, още не е осъзнала своето достойнство.

Интимната близост не е само въпрос на достатъчно време. Не се касае и до количеството; и в любовта понякога по-малкото е повече. Един час на всеотдайна взаимност, прекаран от време на време със заетия съпруг, може да и даде много по-трайно щастие, отколкото вечният флирт с някой безделник. Когато копнежът ги тласка един към друг, винаги ще се намери време за една прегръдка или за една целувка. То може да стане, докато си говорят други интересни неща. Много жени са двойно по-натоварени и въпреки това намират време да бъдат до мъжа си. А как би било, ако той засвидетелства любовта си и и помогне в домакинството, за да остане време за нежност? Това не само доказва уважението към жената, а обогатява и задълбочава брачната общност. За много мъже крачката между това разбиране и осъществяването му е все още много трудна.

Тук обаче не трябва да се говори за нежността изобщо, а за нейната

връзка с аноргазмията.

У мъжа желанието за сношение може да се предизвика от поглед към една жена, дори само от една снимка, или да бъде спонтанен порив. За жената нежната ласка е незаменим, „ключов“ стимулатор на сексуалната възбуда, която настъпва постепенно (понякога и много бързо). Срамните устни на жената обикновено закриват входа на влагалището. При нежно докосване те се отварят. Входът на влагалището овлажнява, разширява се и е готов да поеме пениса. Тази реакция настъпва обаче само тогава, когато тя харесва като партньор ухажвания я мъж.

Това не се отнася само за реакцията на половите органи. Жената се притиска колкото е възможно по-плътнo до любимия, за да може да го усеща с цялото си тяло. Порите се разтварят, капилярите на кожата се разширяват, изпълват се с кръв и сетивността за допир се изостря. Близостта на мъжа, който я отблъсква, предизвиква обратна реакция: порите на кожата и кръвните капиляри се свиват, жената се прибира като охлюв в черупката си и се отдръпва. Ако той има неприятни навици или тялото му излъчва неприятна миризма, и слабият сексуален порив напълно угасва.

По-голямата необходимост на жената от нежност е известна на много мъже и те съзнателно я дават. Жената обаче усеща точно когато мъжът я целува и гали без желание, само за да ѝ достави удоволствие. Това я изстудява. Тя би желала да бъде привлекателна за него, да чувствава спонтанния му порив и страстното му желание.

Освен това за половата възбуда (и в крайна сметка за достигане до оргазъма) има голямо значение, как, къде и кога жената получава нежна ласка. Но за това не съществува общовалидна и приложима по всяко време „рецепта“. Въздействието на нежността зависи от това, какво е отношението на жената към мъжа, от държанието му към нея (не само в любовната игра) и от това, как я ухажда. Колкото той е по-ласкав, толкова повече тя откликва сексуално и толкова по-разнообразни стават възможностите за увеличаване на възбудата: едно ръкостискане или една целувка могат в този момент да станат „свръхпрагови“. Това улеснява достигането на оргазъма, жената чувства възбуда, без да може точно да определи къде и как са станали решителните стимулации.

Така наречените ерогенни зони не са едни и същи у всяка жена и в различно време; те в същност са разположени по цялото тяло. Много чувствителни към сексуални дразнения са устата, мястото на тила, откъдето започва да расте косата, меките части на ушите, гръбнакът, вътрешната страна на бедрата и не на последно място – гърдите и гръдните

зърна. Нежно галещите ръце на мъжа, неговите устни, неговият език се усещат на тези места с особена благодарност.

Настроението в даден момент определя кога и как да се използва нежното поглаждане, пламенната ласка или целувката, за да бъде стимулирана сексуалната възбуда.

Ласките са преживяване със специфично качество; те не бива да се разменят само за разпалване на сексуалния порив. Но ако не бъдат следвани от разтоварването на оргазъма, те могат да загубят един ден възбуждащото си действие.

ФАКТОРИ, ПОТИСКАЩИ ВЛЕЧЕНИЕТО У ЖЕНАТА

Както мъжът не е в състояние да извърши сношение по всяко време, така и жената не е винаги еднакво разположена към телесно общуване. Взаимното уважение изисква това да бъде вземано под внимание. Разумният мъж умее да избира подходящия момент за полово общуване, като се съобразява с потребностите на жената. От друга страна, нейното желание зависи много от начина, по който мъжът ще го предизвика.

Освен от това някои временни колебания на либидото у жената могат да бъдат причинени и от други фактори, които в отделни случаи не могат да бъдат установени. Половото влечение може да бъде потиснато временно вследствие на тежки болести, изтощение, преумора и в периода на оздравяването. При много жени либидото зависи от менструационния цикъл. Проведените в различни страни анкети показаха, че някои жени чувствуват най-силно желание кратко време преди менструацията, други – непосредствено след нея и че тогава те най-лесно стигат до мощен оргазъм. Напротив, относително малко жени имат максимално либидо в периода около узряването на яйцето.¹⁸

В най-благоприятните дни съпругът трябва да отдели особено внимание на желанията на жена си, а тя не трябва да скрива от него порасналото си желание.

Някои жени казват, че могат да реагират с оргазъм или изобщо желаят коитуса само тогава, когато искат да имат дете. В този случай естествената връзка между сексуалността и възможното майчинство се

18. Т.е. по средата на менструалния цикъл (б.ред.).

абсолютизира и се превръща в полово смущение, което се нуждае от психотерапия.

От биологична гледна точка половата активност не е непременно жизнено необходима за отделния индивид. Елементарните житейски проблеми могат временно да я изтласкат на заден план. Често пъти служебни, семейни или други грижи обременяват жената и мъжа, но не винаги по еднакви причини, по едно и също време и еднакво силно. Продължителното претоварване с работа без съмнение може временно да лиши жената от либидо. И в този случай понякога е необходима психологична и социална терапия, ако жизнените проблеми не могат да бъдат решени или ако след преодоляването им брачната двойка не може отново да намери хармоничен полов контакт. Ако обаче жената непрекъснато оправдава и обяснява слабото си желание с външни обстоятелства, с претовареност, с грижи, това най-често е признак за липсващо сексуално желание, без тя самата да осъзнава това. Защото за този, който копнее за нея, телесната любов не е уморително усилие, а разтоварване след свършена работа. Мисгелд я нарече „интимен активен отдых“.

Понякога недоволството от отблъскващото поведение на мъжа или от разпра с него потиска за дълго време поривите у жената, макар външно всичко да изглежда нормално.

Каквато и да е причината либидото и да намалее, жената е изложена на опасността да започне да се самонаблюдава. След всяка „безуспешна“ интимна близост, при която тя се е „насилвала“ да се възбуди повече, разочарованието ѝ и склонността ѝ към самонаблюдение растат. Така тя постига обратен ефект. Колкото по-загрижено тя следи развитието на преживяванията си и се мъчи изкуствено да се вживее в тях, толкова по-често възбудата липсва – дори и тогава, когато първопричината вече не действа.

Както мъжа и жената има право на удовлетворение. Затова в любовния акт тя също може да се държи така, че желанията ѝ да бъдат удовлетворени. От столетия насам двойственият морал беше спуснал бариера пред сексуалната активност на жената. Считаше се за непристойно и порочно, дори „развратно“, ако жената даде на мъжа да разбере потребностите ѝ и прояви активност. Момичетата бяха възпитавани (а някои и днес още се възпитават) в този смисъл и нерядко заплащат за това с аноргазмия. Самоуважението и уважението пред партньора изискват, разбира се, въздържание в началото на запознанството – и от страна на мъжа, докато жената и мъжът не се опознаят толкова добре, че да могат взаимно да се доверят. Тогава вече постепенно създалата се

интимност се прелива естествено в пълното отдаване. Първите афекти на влюбването съвсем не са подходящият момент за вземане на такова решение.

За здраво свързаните партньори такова въздържане е неуместно; то почти винаги е за сметка на преживяванията на жената, а често – и на мъжа.

Жената сама най-добре знае и най-непосредствено чувствава кое увеличава и кое потиска възбудата ѝ. Мъжът трябва да бъде или да стане достатъчно чувствителен, за да разбере това; но ако той в дадена ситуация, в определен момент не разбере какво желае тя и по какъв начин я възбужда неговата ласка, тя трябва да го улесни. За това не са нужни думи – погледите, жестовите, движенията обикновено са достатъчни. Защо тя да не направи това, което и харесва, напр. да вземе ръцете му и да ги насочи натам, където желае да бъде погалена, или да се притисне до него така, както иска. За мъжа това е доказателство за доверие, за което той ще ѝ се отблагодари с много нежност.

Много жени се колебаят дали да се отдадат на мъжа без задръжки, както биха искали, защото се страхуват, че така изцяло ще му се предоставят или че ще загубят достойнството си. Но само примитивни мъже, неспособни на истинска любов, ще унижат жената по такава причина. Тя се нуждае от покровителство и от увереност, че може да му се отдаде така, както страстно желае, без да се опасява от злоупотреба с чувствата и. При това тя трябва да изживее докрай всяко новооткрито усещане без задръжки, да прави и да остави мъжът да прави това, което изглежда най-възбуждащо и най-приятно. Така жената постепенно ще изпита буквално на собственото си тяло, че сексуалната взаимност с любимия мъж не е досадно задължение, че тя ощастливява и доставя удоволствие.

По-голямата полова активност помага да бъде преодоляна аноргазмията. Това бе доказано в стотици консултации. Освен това тя по обратен път въздейства положително върху еротичното поведение на мъжа. За да бъде постигната тази активност, трябва най-напред да се отстранят баластът от предразсъдъци за сексуалността, който я възпира. Това не може да се постигне с няколко насърчаващи фрази и още помалко – с искането на мъжа жената да не се предвзема и да „съдейства“ по-добре. Тя не може да прескочи сянката на възпитанието си. Растящото самочувствие в брака и в професията и не на последно място разумното поведение на мъжа са съществени предпоставки жената да изразява по-свободно сексуалните си пориви.

Тя не трябва да се нагърбва с ролята на мъжа, която не ѝ приляга,

макар че понякога смяната може да разнообрази любовния акт. Пълното с нея, незатормозено отдаване е вече специфично женска активност, макар че жената, погледнато от страни, съвсем не прави много за това.

Удивително често, запитаните в брачната консултация жени прилично неспособни да стигнат до оргазъм, отговарят, че от време на време стигат до него, но само при определени условия и при прилагане на специални методи. Много от тях не са посмели да покажат на партньора си по какъв начин се възбуждат и задоволяват. Те вярвали, че изпълнението на желанието им е непосилно, дори неестествено за мъжа. Често на тези жени най-напред трябва да им стане понятно, че всичко, което се върши със съгласието и на двамата, не вреди никому, позволено е и не е извратено; че мярката за нравствено и безнравствено, прилично и неприлично, нормално и неестествено се определя единствено от вътрешното отношение на влюбените, а не от начина, по който те отдават телата си един на друг в любовния акт.

Колко много жени съзнателно или несъзнателно потискат тези едва появили се импулси! Колко необходимо е обаче всички тези пориви да бъдат оставени да се разгърнат без задръжки, да въздигнат любовното опиянение до пълно ощастливяване!

Неуместното чувство на срам също така може да накърни половата активност на жената. Срамът може да се отнася както до споменатите действия, така и до разголването на тялото. Ако жената се срамува от мъжа, когото обича, налице са винаги някакви задръжки, които я възпират да му се покаже гола. Тя или се страхува, че той ще открие някакви недостатъци у нея, или пък мисли – много често под влиянието на неправилното възпитание, – че чрез голотата си ще му се стори безсрамна в лошия смисъл на думата, морално непълноценна. И двата възгледа са погрешни в основата си. Рано или късно той ще я види. Впрочем тогава той вече отдавна е узнал нейното телосложение в милувка или през дрехите. Ако той не харесва тялото ѝ, тя трябва своевременно да се раздели с него, преди да ѝ причини по-големи разочарования. Една стара поговорка гласи: „В любовта загубите често са печалби.“

Приятелствата на една пациентка постоянно се разваляли, щом поредният приятел поискал на всяка цена да ѝ свали сутиена. Тогава тя винаги се оттегляла привидно възмутена, защото страдала от комплекса, че малките и гърди няма да се харесат на мъжа. Под закрилата на подплатения с пенопласт сутиен тя се чувствувала сигурна. След като с нейно съгласие говорихме с последния ѝ приятел и узнахме,

че той отдавна е забелязал „корекцията“ на формите ѝ, но я обича каквато си е, нейният комплекс бързо изчезна.

Този пример ясно показва, че комплексите за малоценност и присаденото на тях чувство за срам се култивират направо от социалната и културната среда, в дадения случай – чрез пищния бюст в качеството на секс-идеал. От друга страна, става ясно, че чарът на жената не се излъчва от телесната ѝ маса, а от цялото и същество. Любовта на всеки пълноценен мъж се определя от него.

Между съвременните млади жени много по-рядко се среща фалшив срам, отколкото всред по-възрастната генерация. Те посрещат по-свободно и по-непринудено другия пол; но това не означава, че те са побезнравствени и по-безотговорни, както често се твърди. Дори статистически е доказано, че хора с по-високо образование са най-възприемчиви към голотата в любовния акт.

Наша пациентка с пуританско възпитание, не особено издигната в духовно отношение, в продължение на 12-годишен брак беше съумяла да роди пет деца, без нито веднаж да се покаже напълно съблечена пред мъжа си (един не съвсем опитен любовник). Половият живот им беше доставил удовлетворение едва тогава, когато им се удало да преодолеят тази болезнена стеснителност.

Цялата кожа на жената е гъсто осеяна със сетивни клетки. Затова голото ѝ тяло възприема множество дразнения, когато бъде погалено или при по-плътен допир до тялото на мъжа в прегръдка. При хармонично партньорство и еротично настроение всяко дразнене може да събуди половото желание. Любовната ласка подготвя жената със сексуални задръжки за гениталния контакт; без нея може да настъпи пренапрежение и да се осуети оргазъмът. Задръжките и чувството за срам се формират още в детството. Мъжът не бива да упреква жената за тях, а трябва да я разбира и да ѝ помага постепенно да ги преодолява, докато най-сетне разбере колко е красиво да се отдаваш на другия с доверие и без задръжки.

ПОДГОТОВКА, ПРОДЪЛЖИТЕЛНОСТ И ЧЕСТОТА НА ПОЛОВИЯ АКТ

Хармоничната двойка се подготвя винаги за идващото сношение. Това изглежда като преувеличение, но е истина. Не се ли крие радостта от новата среща още в сутринната целувка или в махането с ръка при сбогуване? Не е ли жест на привързаност милият начин, по който се води разговорът вечерта или малката изненада, която изразява копнежа за взаимност, или погледът, който казва: „Радвам се, че те има и че си принадлежим“? Безбройните разновидности на общуването допринасят още преди каквото и да е телесен контакт за успеха на половия акт. Всичките разнообразни изразни възможности се събират често само в звука на гласа или в мимолетната игра на мимиката. Когато хората живеят в разбирателство, тези възможности възникват спонтанно от моментната ситуация. Има много дреболии, които сами по себе си са незначителни, но събрани заедно, са достатъчно важни, за да допринесат за щастието. Противоположните впечатления, колкото и странични да изглеждат, могат да осуетят пълноценното изживяване, преди още актът да е започнал. Положителните емоции, както и отрицателните, се сумират в мозъка и понижават, респ. повишават прага за възприемане на следващите дразнения. От това зависи много дали коитусът веднаж ще завърши за жената с оргазъм, а другия път – без оргазъм, макар начинът, по който актът е извършен, да е бил един и същ.

Любовната игра започва дълго преди лягането, с прояви на внимание и любовна нежност. Много жени обичат мъжът да им помага, когато се събличат. Възбудата на жената расте, когато той я докосва и когато забележи, че му се нрави и че го възбужда. В онова време той трябва да ѝ каже колко е красива и нежна, как му подхожда; уместно е да отбележи, че харесва и бельото ѝ. Общо взето, жената желае ласките да започнат от по-периферните части на тялото – да я погаят и целунат по ръцете, лицето, тила, ушите и т.н. Тогава преминаването към гърдите и към половите органи е естествено.

Етапите на коитуса – любовната игра, самият акт и епилогът – се преливат един в друг.

Любовната игра за немалко жени е повече от самия акт. Изгледите за достигане на оргазъм у много жени намаляват от това, че мъжът, следвайки само своето влечение, вкарва члена си без предварителна подготовка.

Това показват резултатите от една анкета, дадена в следващата таблица: част от жените с аноргазмия погрешно обясняват незадоволяването си с липса на нежна подготовка от страна на мъжа, но независимо от това резултатите са показателни.

Роля на нежната подготовка при коитуса

Подготовката е	Достигат до оргазъм		
	почти винаги или най-често	често или понякога	много рядко или никога
Задоволителна	88%	55%	32%
Недостатъчна	7%	35%	46%
Неясен отговор на този въпрос	5%	10%	22%

Повечето жени с аноргазмия имат и по-слабо желание от тези, които могат да реагират бързо и без любовна игра. Поради това те имат нужда от особено нежна телесна и психическа подготовка.

Начинът и продължителността на прелюдията, които жената желае, се различават много и зависят от много условия: как е настроена сексуално в момента, дали се е въздържала преди акта, дали събитията в другите жизнени сфери са я свързали по-тясно с мъжа и т.н. Понякога вследствие на вътрешна нагласа жената пламва много бързо. Ако мъжът тогава забави акта, това може да подтисне желанието ѝ. Продължителността на любовната игра не е от такова значение за възможността жената да достигне до оргазъм, колкото видът на любовната игра и настроението ѝ. Подходящият момент за гениталния контакт е дошъл тогава, когато жената с колеблив оргазъм го желае най-силно, респ. когато извънредно студената жена още не е загубила охота към него. Би трябвало тя да покаже ясно на мъжа какво иска, ако той сам не забелязва и да не се плаши сама да вкара члена му.

Ако обаче в хода на любовната игра жената е стигнала до фазата на плато (вж. стр. 71), т.е. се е доближила плътно до оргазъма, напр. чрез дразнене на клитора с ръка, тогава мъжът би следвало да не прекъсва дразненето, а да го продължи до връхната точка. Немалко двойки допускат грешката, като в този момент променят начина и позата, за да преминат към „истинско“ сношение; те се надяват, че това ще доведе до пълен успех. Но той идва само при жени, които и така не се нуждаят от дълга любовна игра. Вследствие на промяната най-често възбудата бързо гасне и не може да се възстанови в достатъчна степен от фрикцииите

на penisа. Тъй като в прелюдията жената не е разчитала на оргазъм, а просто се е наслаждавала на възбудата, тогава тя се е доближила до оргазма повече, отколкото сега, когато двамата го очакват и когато освен това тя трябва да се пренагласи към новата локализация на дразненото. Истинско сношение са онези сексуални действия, които водят до удовлетворението. Който разбере това, ще преживее по-малко разочарования.

Относително надежден телесен признак за повишена възбуда и готовност за полово общуване е осезаемата слuzеста секреция от стените на влагалището, която улеснява или изобщо прави възможно поемането на члена и го прави приятно за двамата. Дори душевните пориви – копнежът по любимия, еротичните филмови сцени, четенето на любовни сцени – могат да предизвикат секрецията. Това обаче не бива да бъде заместител на любовната игра – най-важната стимулация за жената. За някои жени секрецията по време на общуването е неприятна; те мислят, че тя може да отблъсне мъжа. Но този влагалищен секрет няма цвят и миризма и не само не му пречи, а засилва желанието му да проникне във влагалището, потвърждава копнежа на жената и прави penisа хлъзгав. Затова е погрешно слuzта да се избърсва преди сношението или гениталиите да се мият.

Когато една жена харесва мъжа, но въпреки неговите нежни ласки секрецията дълго не настъпва, това е някакво функционално смущение, най-често липса на либидо. Ако тя настъпи едва след вкарването на члена, коитусът обикновено се удължава, тъй като при сухо влагалище жената изпитва слабо удоволствие и даже болка.

Ако въпреки половата възбуда влагалищната секреция е недостатъчна или входът на влагалището остане съвсем сух, мъжът трябва да се опита внимателно да проникне с пръст във влагалището и с малко слuz оттам, внимателно и нежно да намаже въшните полови органи. Ако и това не помогне, тези части могат да бъдат намазани със слюнka или с фино кожно масло.

В научната сексологична литература и в популярните книги за брака се изтъква, че на жената бил необходим по-продължителен коитус, отколкото на мъжа, за да достигне до оргазъм. По тази причина тя оставала незадоволена толкова често. Това положение на нещата често пъти се изобразява под формата на различни криви на възбуждането при двата пола. Според тях възбудата на мъжа се покачва относително бързо и след еякулацията пада много бързо; кривата на възбуждането у жената е по-полегата и по-колеблива, достига връхната точка по-късно, а след

оргазма пада постепенно и отзвучава по-бавно.

Действително в брачната консултация многобройни жени и мъже се оплакват, че еякулацията на мъжа настъпва много бързо, след което става невъзможно сношението да продължи и жената остава незадоволена.

Ние проучихме този проблем с анонимна анкета. Въпросът беше: Имате ли впечатление, че вашият партньор най-често достига до половото удовлетворение по-бързо, по-бавно или едновременно с Вас?

Разлика между жената и мъжа при достигане на половото удовлетворение

Отговори	Жената по-бавно от мъжа	Двамата едновременно	Жената по-бързо от мъжа
Жени	63%	23%	9%
Мъже	64%	21%	10%

Забележка: 5% от жените и мъжете не отговориха на въпроса. Малка част от анкетираните са съпрузи.

Разликите спрямо отговорите на мъжете са най-малки при жените, които винаги или почти винаги достигат при сношение до оргазъм. От тях само 39% отговарят, че мъжът го постига по-бързо и 45% – че го постигат едновременно. Въпреки това остават 16%, които са мнение, че мъжът го постига по-бавно. При жените с аноргазмия съотношението естествено се измества в много по-неблагоприятна за тях посока.

От жените, които достигат винаги или най-често до оргазъм, 60% преценяват средната продължителност на коитуса над 10 минути; същата преценка правят обаче само 12% от жените, които много рядко или никога не са постигнали полово задоволяване. Обратно, незадоволените жени три пъти по-често са преценили продължителността на коитуса с по-малко от три минути, отколкото жените, стигащи винаги до оргазъм.

Фактите не могат да бъдат пренебрегнати. Наистина ли се касае за биологични разлики в сексуалното поведение на мъжа и на жената, с които трябва да се примирим? Нека преди всичко направим съпоставка с един друг факт: жените, които мастурбират, достигат до оргазъм по-бързо, отколкото обикновено мъжът при коитус. Как да се обясни това? Първо, ако изобщо го прави, жената мастурбира само при много силно желание. Второ, тя сама определя мястото, скоростта и силата на дразненията и се нагажда към променящите се желания и потребности. Следователно тя е в състояние да реагира по-бързо. Наблюдението, че при

толкова много оргазми мъжът изпреварва и жената има нужда от по-продължително време, не може да се обясни с присъщи на пола, т.е. биологични особености.

Затова е необходимо половият акт по всички споменати пунктове (начало, поза, скорост и устрем) да бъде нагоден към потребностите на жената и желанията ѝ в момента. Предпоставка за това е хармонията между партньорите във всяко друго отношение. По такъв начин тя не само ще достигне връхната точка също толкова бързо, колкото при мастурбация, но в интимната близост с партньора задоволяването ще е много по-пълно. Необходимото за това време варира значително у различните жени и даже при една и съща жена: понякога това става много бързо, друг път – много бавно или изобщо не става; задоволително обяснение не може да се намери винаги. По-бавната реакция на жената е във връзка с по-слабото участие на фантазията и в половия акт, отколкото при мъжа. Тя се нуждае непрекъснато от пряка и преди всичко телесна стимулация. „Известно е колко кратко време гори у жената огънят на любовта, ако окото и ръката не го подклаждат постоянно“ (Данте).

Жените се различават значително по средната скорост на сексуалните си реакции. Някои от тях се нуждаят само от секунди и в разстояние на една минута достигат до няколко оргазма. Други са щастливи, ако успеят да достигнат оргазъм за четвърт или половин час. Съпружите на много от тези жени и при най-добро желание не могат да издържат достатъчно дълго в акта и трябва да помогнат по друг начин. Двата посочени случая представляват крайности, но не и ненормални явления. Според опита на консултацията и литературните данни при силно влечение и добра прелюдия средната продължителност на акта обективно е между една и четири минути. Отклоненията от това време не са нито неестествени, нито обезпокояващи.

Мъжът, за когото задоволяването на жената ще увеличи собствено-то удоволствие, ще се помъчи да удължи коитуса до нейния оргазъм. От друга страна, много жени са в състояние с течение на времето да приспособят значително скоростта на реакциите си към тези на мъжа. Съпруги, чиито мъже сравнително бързо еякулират, се нуждаят от по-краткотраен коитус за достигане до оргазъм от жените, чиито мъже могат да удължат акта.

Някои двойки удължават съзнателно любовната игра, защото тя им доставя особена сладост. Покачването на тонуса на парасимпатиковата нервна система усилва усещанията на удоволствие поради по-големия пад на напрежението в крайната фаза.

По много красив начин се сливат чувството на удоволствие с изживяването на взаимното принадлежание, когато мъжът и жената достигнат оргазъма едновременно. При жените той би трябвало да започне най-малкото няколко секунди по-рано, защото след еякулацията пенисът обикновено омеква и изключва продължаването на фрикцииите, необходими за достигане на оргазъм на жената. Добре настроените един към друг партньори нерядко предизвикват чрез собственото си доближаване до оргазъма съответната реакция у другия. И Овидий (43 г. преди новата ера) в своята творба „Ars amandi“¹⁹ признава стойността на изживяването, при едновременния оргазъм:

Повярвай, не бива да бързаш с любовната сладост.
 Не, с нежност и ласка я ти примами.
 Узнаеш ли тръпнещо място в любимото тяло,
 срама захвърли и помилвай го ти!
 И скоро ще видиш в очите ѝ трепетен блясък,
 във бистър поток сякаш слънце играй.
 Любовно промълвени думи и сладко стенание,
 дълбока въздишка ще чуеш тогаз.
 Но нивга не бързай пред нея със мощния тласък
 и нея не тласкай към края пред теб:
 Стигнете целта си във общо дихание. Само
 тогава любовната сладост е щастие.²⁰

Едновременният оргазъм обаче не е решаващ за задоволяването. Ние получихме писма от семейни хора, които мислят, че половият им живот бил смутен и се нуждаели от лечение, защото не изживяват синхронно оргазъма. Последователното изживяване на оргазъма може да бъде дори по-богато на сладостни усещания. Увеличаването на възбудата и оргазъмът на любимия човек би следвало да се възприема по-съзнателно, ако апогееят на собственото удоволствие не притъпява сетивата.

Така могат да се изживеят два върховни момента от различно естество.

Ако мъжът не е в състояние да продължи акта до оргазъма на побавно реагиращата жена, той трябва да направи това с пръст, внимателно, сръчно и с любов. Тази практика е обичайна за много брачни двойки и няма никакво основание те да се отказват от нея, като се има пред вид,

19. „Изкуството на любовта“ (б.ред.).

20. Преводът на стиховете е на редактора. Направен е от немския превод и няма претенции за точно съответствие с оригинала или за художественост (б.ред.).

че жената копнее за разтоварващия завършек. Други жени губят интерес към това, когато оргазъмът на мъжа е стихнал и предпочитат неговата ръка пред гениталния контакт.

Включването на еякулационния рефлекс поставя граница на времетраенето на коитуса от страна на мъжа. Продължителността на прегръдката зависи обаче от усмотрението на двамата. При липса на време съществуват малко изгледи за дълбоко, трайно и обогатяващо изживяване. И точно в това е въпросът.

Що се отнася до желаната честота на сношенията, поне понастоящем индивидуалните разлики при жените са много по-големи, отколкото при мъжете. Освен това половите желания на жената зависят много по-малко от предразположението, отколкото от отношението ѝ към партньора. Не една жена може месеци, дори години наред да понася въздържанието, ако няма партньор, когото да обича или ако любимият мъж се намира далеч от нея. Но ако те са заедно, половите потребности могат да станат неограничени и далеч да надхвърлят потребностите на мъжа. Нашата анкета показва, че и днес повечето жени желаят сношението по-рядко от мъжете си. Възможните причини за това бяха вече разглеждани във въведението. Честотата на желанието за сношение зависи и от това, дали и колко често те са били задоволявани (таблица 10).

Честота на половото желание в съотношение с това на партньора

Жените достигат до оргазъм	Мъжете постигат оргазъм		
	също така често	по-често	по-рядко
Почти винаги	47%	45%	8%
Често или най-често	35%	54%	11%
Само понякога	23%	64%	13%
Много рядко или никога	14%	70%	16%

Таблицата показва недвусмислено, че желанието на жената за коитус расте в същата степен, в която ѝ се удава задоволяването и се приближава до това на мъжа. Освен това тя показва, че разликата в честотата на потребността на мъжа и жената от коитус е най-голяма в браковете на жените с аноргазмия (между които има и жени със слабо либидо и фригидност). Същевременно от таблицата личи, че разликата в честотата на потребността на мъжа и жената от коитус в браковете на стигащи до оргазъм жени е най-малка.

Отговорите на друг един въпрос позволяват да се приеме, че порядкото сношение намалява способността на жените да стигат до оргазъм, докато, напротив, по-честият коитус допринася за развитието ѝ.

Приблизителна средна честота на коитусите в месец

Преценка на жените	Честота на коитуса в месец		
	до 4 пъти	от 5 до 8 пъти	над 9 пъти
Стигащи до оргазъм	34%	32%	34%
С аноргазмия	59%	25%	16%

Какви заключения могат да бъдат направени преди всичко от гледна точка на сексологичната практика?

Макар че жените със слабо либидо и с аноргазмия отхвърлят коитуса и по този начин допринасят за по-рядкото му извършване, тъкмо те би трябвало да имат полово сношение по-често, и то по начин, отговарящ на потребностите им в един иначе хармоничен брак. Така се увеличава възможността да бъдат улучени дните и часовете на силно влечение. Сумираните по такъв начин дразнителни преливат стимулиращо и в следващото сношение. Дори жената някой път да не достигне до оргазъм, подп्राговото възбуждане се запазва и улеснява оргазъма следващия път. Поради това повече сношения в кратък срок, по възможност с повторение, са по-полезни за излекуването на аноргазмията от равномерно разпределените през седмицата или месеца или „заплануваните“ за определени дни сношения. Повторният коитус, следващ кратко време след първия, забавя еякулацията на мъжа. Това също увеличава възможността за половото ѝ задоволяване. Препоръката за по-често сношение оправдава очакванията, при условие че жената с помощта и разбирането на съпруга си вече до голяма степен е преодолела задръжките и антипатията си по отношение на коитуса. Оргазъмът като проява на сексуалността се развива и утвърждава най-добре и най-сигурно в постоянно повтарящия се акт. Това правило също така не е абсолютно. Ако жената наистина много рядко изпитва потребност и ако мъжът въпреки това налага волята си всеки ден, ще се развие отвращение, дори погнуса и омраза. Ако мъжът забележил, че въпреки ухаждането му тя не идва в подходящо настроение, бъде внимателен и се откаже този път, интимният час в някой по-подходящ ден ще бъде по-хубав и по-съвършен.

Може да се обобщи, че не съществуват норми за оптимална честота на половото сношение. Сексуалните желания на хората са различни не само поради индивидуалните им особености; те се ръководят от всички

взаимоотношения, които свързват мъжа и жената. Поради това в един добър брак различията могат да бъдат уравниени: ако те не са много големи, партньорите се приспособяват един към друг.

Мякмата не може да се изведе от някакво средно поведение – тя се създава от всяка двойка в съответствие с потребностите ѝ.

ПСИХИЧНИ СМУЩЕНИЯ У ЖЕНАТА ПО ВРЕМЕ НА ПОЛОВИЯ АКТ

Взаимната обич, нежната любовна игра, подходящият момент и достатъчната продължителност не винаги гарантират оргазма у жената. Различни психични смущения се проявяват у нея по време на половия акт, често пъти дори кратко време преди връхната точка на възбуждането. Те го потискат, забавят, отклоняват, отслабват и угасяват.

Всички представи, мисли и чувства, които не са насочени към всеотдайното любовно съединяване с мъжа, отклоняват жената и могат да нарушат хода на сексуалния цикъл, да възпрепятствуват появата на оргазма.

Когато още не съществуваше модерната антиконцепция²¹, най-честото смущение от този вид беше страхът от нежелана бременност. Този страх може да задуши всяко появило се желание и да разстрои акта. По същата причина много неопитни млади момичета, „пострадали“ още при първото сношение, потискат с големи душевни терзания едва покълналото желание. Затова в глава 7 ще разгледаме начините за предпазване от бременност и въздействието им върху половия живот.

По време на акта жената трябва да се съсредоточи без задръжки върху телесното изживяване. Разпределените първоначално по цялото тяло сексуални усещания все повече се концентрират в генеталиите и там се засилват. В тази фаза която се изживява субективно като „предварително задоволяване“ (преди крайното задоволяване на оргазма), при жени с лабилен оргазъм се напластяват потискащи мисли и емоции; те често са резултат от досегашния жизнен опит, напр. страхът да се загуби влиянието над мъжа, страхът, че той може пак да я напусне, спомените за по-раншни разочарования и т.н. Така главният мозък влияе върху рефлекторните процеси и сексуалната възбуда гасне. Страховете и опасенията могат да потиснат порива на либидото по най-различни начини

21. Антиконцепция (лат.) – предпазване от бременност. Осъществява се с хормонни препарати (хапчета), вътрематочни спирали, презервативи и други средства (б.ред.).

и да накърнят сексуалните усещания на жената; при някои условия обаче те могат и да го предизвикат.

Много жени се оплакват от периодично затихване на възбудянето по време на коитус, което отлага или дори предотвратява оргазъма. Обикновено обаче такива падове в сексуалните усещания се следват от по-високи възбудни вълни, които в крайна сметка водят до оргазъм.

Много често се чува следното оплакване: жената непременно достига силна възбуда, но остава с минути във фазата на платото. Тя чувства непосредствено предстоящия оргазъм, до който липсва само една съвсем малка крачка. Всеки момент тя се надява, че оргазъмът ще настъпи, тъй като напрежението едва ли може да се повишава повече. Но фрикциите продължават още дълго, тя непрекъснато има чувството, че стига до връхната точка; тя обаче не настъпва и възбудата внезапно невъзвратно изчезва. Такава жена е в същото положение както мъжът със смутена потенция, който иска ерекцията непременно да настъпи. Тя чак оргазъма и същевременно се страхува, че той, както много често е ставало, няма да настъпи. Тя несъзнателно греша, като наблюдава хода на реакциите си. Поради това тя в мисълта си приема отнапред разочароващия нея и партньора ѝ изход и по такъв начин смущава настъпването на оргазъма, който не може да се постигне с упоритост, а настъпва спонтанно при достатъчно натрупване на дразнения.

Тя трябва само да се наслаждава на удоволствието, което всеки миг ѝ поднася. Ако един много „грижовен“ мъж отклони и отегчи партньорката си с въпроса, дали е дошло времето и дали оргазъмът ѝ настъпва, той сам я лишава от оргазъма въпреки най-доброто си желание. Повечето жени наистина желаят да имат нежен и чувствителен мъж, а не груб егоист. Но те не желаят мъжът да се отказва в тяхна полза и да гледа на сношението като подарък за тях. Това потиска вместо да стимулира. Жената иска любимият мъж да я желае и да се радва на тялото ѝ. Това я възбужда все по-силно и я довежда по-сигурно и по-бързо до оргазъм от прекомерното внимание и колебливостта. Жените наистина се чувствуват обидени, когато мъжът изпитва влечение само към тялото им, но обидата е по-дълбока, ако той не го желае.

Необходимите в началото нежни ласки сега могат да отклонят жената от гениталното изживяване, върху което тя би трябвало да се концентрира, несмущавана от нищо. В този момент тя трябва да чувствава и да се наслаждава, а не да разсъждава.

ЛОКАЛИЗАЦИЯ НА ОРГАЗЪМА И РАЗНОВИДНОСТИ НА АКТА

В глава 3 обстойно бе обяснена ролята на клитора и влагалището за оргазъма у жената. Доказано е, че клиторът е по-чувствителен от влагалището, в чиято вътрешна част няма сетивни нерви. Жената, която рядко или само при определени условия достига до оргазъм, трябва да използва за полово възбуждане преди всичко него и изобщо – външните си полови органи. В „нормалния“ коитус, т.е. когато лежат под мъжа, тези жени безспорно са ощетени от гледна точка на анатомията, защото в това положение пенисът не среща клитора. Това е важно, защото сексуалният цикъл при тях се осъществява изцяло там или предимно от клитора. Много от тези жени по време на акта почти не сгъват краката си в коленете и ги разтварят много малко, за да може пенисът по време на фрикции да докосва и натиска с корена си клиторната област. Предимно влагалищно възбудимите жени, напротив, вдигат краката си силно нагоре и навън, докато коленете допрат гърдите; за мъжа това понякога е по-приятно и му позволява да проникне по-дълбоко.

Мъжът трябва да умее да погали клитора с опитна ръка. За тази цел той трябва да бъде много нежен и отзивчив към реакцията на жената. Начинът и мястото на нежните докосвания трябва да се открият по време на интимния контакт. Важно е не само къде, а преди всичко как и колко те да бъдат използвани, но не само това. Желанието се мени всяка секунда. Кое току-що е било добре дошло, в следващия момент може да стане нежелано и да даде обратен резултат. Поради това жената трябва да даде на мъжа да разбере какво желае. Мъжът бил чувал и чел, пише С. Хилтон, че трябвало да милва клитора, но не знае как да прави това – дали да го докосва нежно, леко да го притиска, да вибрира с него; жената предпочита да понася такава нежност, която може би ѝ е неприятна, вместо да критикува метода в този момент. За съжаление само жените с малко задръжки умеят без думи, като лоцман да водят партньора си; само много деликатните мъже усещат какво трябва да правят. Главичката на клитора може да бъде толкова свръхчувствителна, че непосредството ѝ докосване, особено когато е още суха, може вместо удоволствие да предизвика болка. Тогава стимулацията на ствола на клитора посредством леко издърпване на шапчицата е по-резултатна.

От брачната консултация са ни известни много жени, които достигат до оргазъм само когато мъжът гали с пръст клитора им. Други го

достигат само ако мъжът го милва с устни или с език. Много от тях все още премълчават това особено условие, скриват го дори от мъжа, даже имитират оргазъм, от който в същност са се отказали, само и само, да не поискат желаниа начин на задоволяване и така да му се сторят ненормални.

Повечето от тези жени, които са имали не един партньор, реагират спрямо всеки мъж по същия начин независимо от потентността и от усилията му да намери във влагалищния контакт на половите органи пътя към удовлетворението. Този начин за възбуждане няма нищо общо с перверзиите.²²

Обикновено жената го желае преди оргазъма на мъжа, т.е. когато желанието му е много силно. Ако бъде практикувана дълго време без промяна, тази техника може да се превърне в недостатък за двамата или само за мъжа, а в някои случаи да започне да действа дори отблъскващо. Ако обаче се практикува от време на време, без принуда и от спонтанна потребност, тя може да обогати половия живот. Трябва да се търсят и други начини за обогатяване на интимния живот. Рутината и закостенелите методи застрашават брака с еднообразието си. Фиксирането върху един начин на задоволяване е толкова по-съмнително, колкото повече той предоставя пълно удовлетворение само на единия партньор. Ако начинът се харесва и на двамата партньори, те трябва спокойно да го запазят завинаги или докато някой друг начин не им хареса повече.

От влагалищното сношение не бива да се отказват и жените с предимно клиторна реакция, тъй като не само мъжът ще се чувства разочарован, но ще останат незадоволени и потребностите на жената, зависими от мъжкия член. Тя с удоволствие усеща мъжа в тялото си, макар това за нея да не е най-силният източник на чувствена възбуда. Така тя може да усвои и влагалищната реакция. Освен това при фрикции клиторът също така се масира, макар и не пряко, и много жени не могат да определят дали стимулацията им до оргазъм идва от клитора или от влагалището. Всичко се слива в едно цялостно изживяване, и то толкова повече, колкото по-здро жената е свързана душевно с половия акт. Жените, които привидно са принудени да се задоволяват с ръчна или орална стимулация, могат с внимателната помощ на мъжа да се приучат постепенно и да свикнат с неговия полов орган. Много от жените с предимно клиторна реакция достигат по-често и по-бързо до оргазъм, когато лежат или седят върху мъжа или са наведени над него. В това

22. Перверзия (лат.) – извратеност (б.прев.).

положение клиторната област има по-добър контакт със ствола на пениса, но преди всичко в тази поза жената може да определя в много по-голяма степен бързината, мястото, дълбочината и силата на фриксиите. При това много жени не вкарват пениса във влагалището си, а при движенията той се хлъзга към клитора и между срамните устни. Други пък, наведени над мъжа, улавят члена и разтъркват с бързи движения на главичката му клитора, докато достигнат до оргазъм. Същото може да направи и мъжът в това положение или коленичил над жената, когато тя не желае да бъде по-активна.

След това може да се премине към най-желаната за мъжа позиция и сношението да продължи до еякулация, ако тя вече не е настъпила. На много мъже този коитус допада повече от някои други разновидности, защото след като жената се е задоволила, вече не трябва да се задържа еякулацията заради нея. При това тя понякога достига и до влагалищен оргазъм, доколкото е станала достатъчно чувствителна към дразнения и в двата органа; дори по този начин тя усвоява влагалищната реакция. Тези разновидности на сношението, които могат да се сменят по желание, доведоха много жени, непознали оргазъма дълги години, до изживяването му. За съжаление малко жени са достатъчно свободни, за да търсят сами пътищата към задоволяването или да ги посочат на мъжа, ако случайно са ги открили. Много често и на него му липсва находчивост и разбиране на особените реакции на жената. Често пъти съвсем не са нужни специални пози, а се оказва достатъчно клиторът да бъде докосван нежно с пръст по време на коитуса. Един ден и това става излишно.

За влагалищния оргазъм може да се каже по-малко. Той обикновено се предизвиква от фриксиите, при които пенисът се хлъзга по обгръщащите го стени на влагалището. Затрудненията тук са от съвсем друго естество. Обикновено главен проблем е продължителността на сношението (вж. стр. 154). Фриксиите във влагалището възбуждат мъжа най-силно. Затова той често изпреварва жената в оргазъма. Когато влагалищният оргазъм още не е достатъчно закрепен в условен рефлекс, той изисква по-дълго „загряване“ от клитория.

В много редки случаи задоволяването на жената се затруднява, когато влагалището е много широко, а пенисът е относително малък или ерекцията е недостатъчна. По правило обаче мускулатурата на влагалището рефлекторно се нагажда към вкарания член (независимо от големината му) и го обхваща достатъчно плътно. При нужда може да се помогне с ръка или жената стенива влагалището си, като напържа

коремните си мускули.

Изключително рядко влагалището се оказва тясно, защото при възбуда то се разширява от само себе си. Механично разтягане или хирургическо разширение не бива да се допуска без специално сексологично изследване. Много жени имат чувството, че са „прекалено тесни“. Обикновено това е психологически, а не анатомичен проблем.

Двадесет и осем годишна пациентка била омъжена от 3 години. През това време тя допуснала само 5 сношения и постоянно се оплаквала на мъжа си, че при нея всичко било много тясно и че сношението и причинявало ужасни болки. След като всички опити да се направи сношението поносимо пропаднали, те успели да убедят един лекар да разшири наистина много тясното влагалище с пластична операция. Това било извършено. Жената скрила от мъжа си и от лекаря, че преди това имала извънбрачна връзка с някакъв мъж, който веднага и допаднал еротично. С него тя нямала никакви затруднения. Влагалището и било достатъчно широко и влажно. След операцията мъжът могъл да извършва сношението без значителни механични затруднения. За нея обаче коитусът си останал неприятен и болезнен. Влагалището ѝ оставало сухо. Промяната настъпила едва след по-продължителна психотерапия, по време на която тя обикнала мъжа си и започнала да го цени като сексуален партньор.

Изразът „влагалищен оргазъм“ е много общ. Съществуват обаче фини нюанси. Мнозинството от тези жени чувствуват и реагират с входа на влагалището или с външната му третина (оргазмена маншета, която набъбва при възбуда). За тях дълбокото проникване на члена съвсем не е решаващо и те имат повече полза, когато най-обемната му част – главичката, минава често и енергично през входа и предната половина на влагалището. Тъкмо вкарването на члена се изживява много сладостно от жената и тя желае честото му повторение. Настъпването на оргазма става винаги с междинно включване на клитора независимо от това, дали дразненията действуват във влагалището или на вулвата.

Влагалищният и клиторният оргазъм са две равноправни форми на женското полово задоволяване. Добре е, ако жената е способна и на двата начина на реагиране или ако придобие тази способност. Това обаче не се удава на всяка жена, пък и не е непременно необходимо за сексуалното задоволяване на двамата партньори, ако те съумеят да намерят пълно удовлетворение по единия или другия начин.

Дотук се налагаше да обърнем повече внимание на някои технически проблеми. Това не бива в никакъв случай да доведе до лъжливо впечатление, че „техниката“ е най-важна за половото общуване. Стигне ли се дотам, тя може да попречи тъкмо на онова, което е трябвало да се постигне с нейна помощ. Измислените техники не могат да заместят любовта – основата на партньорските отношения, ако тя липсва. Те могат дори да направят тази липса особено осезаема. От друга страна обаче, там, където половият живот е смутен, глобалният съвет „Обичайте се повече, другото ще дойде от само себе си“, за съжаление не помага. Винаги е недостатъчно, колкото и често да се повтаря: човекът трябва най-напред да изучи телесните радости. На едни това се удава по-лесно, на други – по-трудно.

ЛЕЧЕНИЕ НА СЕКСУАЛНИТЕ СМУЩЕНИЯ У ЖЕНАТА

В тази глава се разглеждат тези смущения на половите функции у жената, които могат да бъдат преодолени постепенно от жената или мъжа или със съвместните усилия на двамата, при условие че тя желае това и че той проявява достатъчно разбиране, търпение и чувствителност. Сведенията за особеностите на сексуалното поведение на жената са дадени тук с цел да улеснят това.

Тук не бихме могли да навлизаме в редките форми на сексуалната несъвместимост, в изразените болестни смущения и преди всичко в онези, при които не може да се избегне лекарската намеса. В глава 4 бе вече посочено как се осъществява брачната консултация. При пълноценни човешки отношения между партньорите лечението успява почти винаги, ако се постигне истинско, афективно затвърдено положително отношение към сексуалността и към всички радости, които тя дава на човека и ако се създаде благоприятно за нагона основно настроение с готовност да бъде приета всяка подходяща за целта полова активност. Това предпоставя любов към партньора и неуморно съдействие от негова страна.

Лечебният план зависи както от личността и досегашния опит на жената, така и от чувствителността на партньора ѝ. Той се съставя според това, дали се касае (предимно или изключително) за дължаща се на партньора „техническа“, психореактивна, невротична, обусловена от ситуацията или зависеща от настроението аноргазмия.

Гинекологичното изследване, което би трябвало да предшества

лечението на аноргазмията, трябва да се извършва с психологически такт, за да не се предизвикат необосновани страхове: жената не бива да припише смущенията на несъществуващи органични находки. Много малко женски полови смущения са хормонално обусловени; при повечето от тях лечението с хормони не само не е полезно, но може да донесе вреда. Прехвалените лекарства и билки, както и естествените „афродизиака“²³ като аспержи, кромид, чесън, салеп²⁴, целина, трюфели, черен пипер, червен пипер, някои видове риби и раци, споменати още в старите книги за любовта, дължат ефекта си, ако изобщо имат ефект, предимно на самовнушението. Опитът показва, че веднъж придобит или възстановен и затвърден до някаква степен – със собствени усилия или с помощта на консултанта – оргазъмът се запазва и по-късно без съществени смущения, дори и ако се появят някои вътрешни и външни затруднения.

Тази глава ни запозна с много страни на женските сексуални функции, с техните смущения и борбата с тях. Някои читатели вероятно са смутени от изобилието на материала, установили са, че от незнание досега не са се запитали дали не трябва да приложат всичко научено. – Да се иска това от тях е много и малко. Половият живот е и по-прост и по-сложен, отколкото можахме да го опишем тук. Разбира се, не всяка двойка има сексуални проблеми от рода на всички изложени тук. Съществуват и редица други затруднения, които не бяха споменати. Читателят сам ще открие слабите места в интимния си живот, своите и на партньора критични моменти и необходимите му съвети. Но и след това за двойката ще остане още много размисъл, вживяване и взаимно настройване, за да намерят най-после единственото, принадлежащо само на тях щастие в интимния живот. Това не иска и не може да им отнеме никаква книга и никой лекар. Чувството трябва да господства в сферата на любовта и в сексуалността. Когато обаче се явят непреодолими за чувствата затруднения, знанието трябва да бъде приложено правилно и навреме. Жената обаче не е проста сума от рефлексии; тя не бива да се сравнява с машина (пък макар и сложна), чието обслужване – включително

23. Афродизиака (гр.) – средства за засилване на половото влечение и (главно) на мъжката потентност (б.ред.).

24. Das Knabenkraut, die Geilwurz (нем.) – буквално: „момчешка билка“; буен корен, корен на похотта; в България това растение е известно най-широко с името „салеп“ (Orchis masculus L.). Грудките му напомнят мъжките тестисули, поради което народът го свързва с потенцията на мъжа; в гръцкия език мъжкият тестикул носи наименованието orchis (б.ред.).

и всички евентуални смущения – може да бъде изучено като по учебник. Колко хубаво е, че това не може да стане; колко бедни биха били тогава нашите човешки усещания! В постоянно променящите се ситуации в любовта и в живота ние се сблъскваме с многобройни случайности, за чието управление нямаме готови указания, за които никоя книга не съдържа рецепти, с които двамата души трябва да се справят сами. Въпреки това женските сексуални реакции не са неразрешими загадки. Решението им обаче не трябва да се търси само в сексуалната област. За тази цел жената трябва да се познава като човек, да се цени, уважава и обича като личност, като съпруга, като спътница в целия съвместен живот.

Много мъже се хвалят, че били познавачи на жените само защото са се научили да познават и могат да предизвикат телесните реакции на много жени. С това те само показват колко далеч стоят от това, което си въобразяват, че са. Така те няма да открият финеса на личността на жената и непресъхващите извори на взаимна радост и на щастие ще останат скрити за тях.

Сексуалността на жената не запълва изцяло любовта ѝ. В рамките на женската сексуалност оргазъмът е само една от нейните функции, която обаче бива смутена най-често и тогава уврежда най-чувствително интимния живот на партньорите.

Глава 6 СМУЩЕНИЯ В МЪЖКАТА ПОТЕНТНОСТ И ЕЯКУЛАЦИЯТА

КАКВО Е СМУЩЕНИЕ В ПОТЕНТНОСТТА?

Думата „потентност“ означава мощ, способност за действие, вътрешна сила. Тя няма непосредствено отношение към сексуалността. Най-често обаче тази дума се схваща като понятие за сексуалната мощ на мъжа. Обстоятелството, че неутралното по начало понятие за сила навлезе в разговорната реч с това тясно значение, не остана без психологически последствия. В мъжката душевност сексуалната потентност стана емоционално затвърден символ на мъжествеността изобщо. В резултат на това у много мъже се създаде представата: колкото съм по-потентен, т.е. полово по-мощен, толкова по-съвършен съм като мъж.

Жените изобщо не бяха запитани за мнението им. Тяхното гледище за истинския мъж не се покрива напълно с онова, което мъжът мисли за своя пол. Той трябва да знае, че за жената – а въпросът засяга именно нея – голямата сексуална мощ далеч не прави от мъжа мъж. Тя може дори да бъде съпътствувана от жалка слабост на характера, мекушавост към себе си и много други съвсем не мъжки черти, напомнящи героите от типа на Казанова. Удивително е обаче, че мъжът е толкова чувствителен към слабостта в сексуалното.

И тъй под сексуална потентност ние разбираме способността на мъжа да осъществява половото сношение.

Мъжът е импотентен или има смущения на потентността когато не е в състояние:

- 1) да изпитва полово влечение към жена;
- 2) да получава задоволителна ерекция;
- 3) да вкарва пениса във влагалището;
- 4) да извършва фрикции известно време;
- 5) да предизвика еякулация по този начин;
- 6) като при това изживява оргазъм. (Обръщаме внимание на читателя, че тази дефиниция е валидна за ситуации, при които мнозинството от мъжете биха били в състояние да осъществят полово сношение, и за жени, с които то може да бъде осъществено от тях.)

Смущението на потентността може да настъпи в кой да е от отделните пунктове на тази дефиниция, но колкото по-рано в шестстепенния сексуален цикъл се явява, толкова по-тежки последици има; нормалният ход на всяка фаза зависи от правилното протичане на предидущата.

Няма правилно без изключения. В единични случаи ерекцията може да се получи без влечение и половият акт да се осъществи; нерядко еякулацията настъпва без фрикции. Среща се и оргазъм без еякулация. Но нека да се придържаме към обичайните явления и да разгледаме отделните им степени.

1. Липсата на полово влечение се среща рядко у мъжете. Ако е трайна, тя обикновено се дължи на органични причини и съответствува примерно на несравнимо по-широко разпространената фригидност у жената. Поради това няма да се спираме на импотентността поради липса на либидо. В такива случаи съветваме да се прибегне до основано изследване от лекар специалист.

2. Сексуалният порив на нормалния мъж се предизвиква при съответно настроение от контактите му с партньорката, от зрителните му възприятия или от сексуални фантазии. Чрез многобройни

превключвания в централната нервна система той води до кръвонапълване на половия член, който се уголемява и изправя; това е свързано със стремеж към по-нататъшни стимулиращи действия. Повечето смущения у мъжа се проявяват в този момент; въпреки силното желание за сношение и за полово задоволяване, необходимото за акта втвърдяване на члена не настъпва. На това най-разпространено смущение трябва да посветим още няколко специални раздела.

3. Ако в необходимия, момент членът поне малко не се втвърди, варването му във влагалището е невъзможно и гениталният контакт не може да се осъществи. По причини, за които ще говорим по-късно, членът често пъти омеква тъкмо в този решителен момент.

4. Когато мъжът вече е проникнал с penisа във влагалището и усеща неговата влажна топлина, заедно с други сетивни възприятия и с чувството за сливане с партньорката се появява желанието за фрикции. Това може да бъде осуетено, ако непосредствено след проникването на члена, ерекцията внезапно започне да отслабва или изчезне изцяло, ако след няколко фрикции (или без тях) настъпи еякулацията (преждевременна еякулация) и penisът омекне. Преждевременното изпразване също така е извънредно широко разпространено, поради което се налага да бъде разгледано подробно.

5. С фриксиите, чиято скорост и честота са различни при различни мъже и в отделните сношения, в крайна сметка се предизвиква рефлексът на еякулацията; веднаж започнал, той не може да бъде задържан волево и за секунди довежда до изливане на спермата. Това явление се смущава извънредно рядко; в единични случаи то може да се прояви с пълна липса на изпразване, с екстремно забавяне (понякога до часове) или с намалено количество на спермата.

6. Еякулацията обикновено е свързана със силно сладострастно усещане и с чувство на удовлетворение, но може да протече и без тях. В тези случаи изтичането на спермата едва се усеща и липсва сладострастното изживяване. Причината често е силното въздействие на алкохол или бързо следващи едно след друго сношения. Еякулацията не носи пълно удовлетворение, когато отношенията между партньорите са обтегнати, когато поведението на жената е неправилно, когато позата при коитуса е неудобна, когато членът е останал относително мек, когато влечението е слабо, когато изпразването е настъпило прекалено бързо или след мъчително удължаване на акта, когато в момента на еякулацията вниманието е било отклонено от странични въздействия. Понякога чувството на неудовлетвореност се появява след сравнително

пълноценна еякулация под формата на лошо настроение, на раздразнителност или на депресия. Причините за това най-често се коренят дълбоко в личността или в контакта между партньорите (чувство за вина, скрито отхвърляне на партньора, неправилна сексуална нагласа и т.н.). След акта свързаната с любов двойка е изпълнена с удовлетворение, което далеч надхвърля последствието на чисто чувствената наслада. Телесно здрави мъже, които не могат да достигнат до оргазъм нито в коитус, нито при мастурбация или друга практика, в противовес на многото фригидни или страдащи от аноргазмия жени се срещат изключително рядко.

Ограничаването на нашето понятие за импотентност върху „прова-ла“ в ситуации, при които и при жени, с които повечето мъже биха били в състояние да осъществят коитус, не бива да се подценява. От време на време в консултацията идват мъже, които се считат за импотентни, защото не са могли да се справят по изключение в дадена ситуация или с определена жена, макар никога по-рано да не са имали затруднения в тази област. Съществуват обстоятелства, при които неспособността да се извърши полово сношение е съвсем нормално явление, т.е. не може да се тълкува като импотентност в общия смисъл на думата. Такива са например случаите, когато присъствуват други хора, при смъртта опасност, пред тежък изпит, преди съдебен процес и т.н. Малко са мъжете, още по-малко жените, които могат да се сношават при тези или подобни условия. От цивилизования човек дори се очаква да е в състояние да обуздава сексуалните си функции, а при определени условия – и напълно да ги изключва.

Половото влечение на мъжа зависи от известен минимум сексуални дразнители, изхождащи от жената. Всеобщо валидни правила обаче не съществуват. Някои мъже не изпитват потребност да общуват с жена, която има значителни външни недостатъци или която просто не съответствува на „техния тип“, която е нечистопътна или се държи съвсем неприемливо. Други могат да бъдат потентни с всяко женско създание. Колкото по-мощно е либидото, обусловено от еротични възприятия и мисли, от предварително въздържание и т.н., толкова по-слаб е необходимият за разгръщане на потентността стимул от страна на партньорката. Мнообразните интимни отношения, които свързват мъжа с жената, също са от голямо значение. Наистина половото желание на мъжа се разпалва много по-силно от телесните особености на партньорката. Но силната любов и здравите, устояли на всички жизнени ситуации привички в интимната сфера на един добър брак дават сили на мъжа да се

сношава със застаряващата или белязана от болест жена; често той не може да го направи с друга, която има подобни недостатъци. Една половица гласи: „Най-красивата жена е тази, която обичаме“; фразата „Красотата е в очите на съзречаващия“ изразява тази истина още поетично.

Впрочем красотата на една жена не съвпада непременно със сексуалната ѝ привлекателност, наречена още сексапил²⁵. Въпреки някои различия в индивидуалните вкусове красотата като естетична категория е все пак нещо общовалидно. Идеалите за красота поне за дадена обществена прослойка се оформят от културата на цялата общност или епоха. Общо взето, ние намираме за красиво оптималното от биологична гледна точка телосложение. Ето защо и днес все още харесваме античните статуи. Според едно определение на Кант от гледище на естетиката красотата предизвиква у нас „безкористна наслада“.

Мъжът може да намира някоя жена красива заради телосложението и чертите на лицето, но да желае друг тип жена за сексуална партньорка. Предпочитаните от различни мъже телесни особености (поединично или вкупом) са далеч по-многобройни от вариантите на представата за женска красота. Това е от особено значение при избора на партньор. Затова желанията на мъжете се съсредоточават не само върху онези жени, които олицетворяват до съвършенство общия идеал за красота. Към това се числят и много по-диференцираните и по-важни качества на характера, от които зависят любовта и привързаността и към които трябва да се ориентираме при избора на партньор.

В научната литература се споменават понякога още две форми на импотентност. Едната от тях е неспособността за продължаване на рода (безплодие). Тя не бе включена в дефиницията, тъй като се дължи на заболяване или вродено недоразвитие, засягащо структурата, качеството и количеството на семенните клетки, а не на функционално смущение. Тя изисква изследване на способността за оплождане и в случая ни интересува по-малко, защото не уврежда половия акт, освен когато жената за нещастие знае за безплодието на мъжа, а детето е желано от двамата (вж. и глава 7).

Някои мъже разбират под потентност и способността да задоволяват жената. Ако не могат да го направят, макар и само понякога, те се чувствуват „импотентни“, неудачници – дори, ако това не им се удаде само от време на време. Неспособността за задоволяване на

25. sex appeal (англ.) (б.ред.).

партньорката бе включена дори от някои специалисти в номенклатурата на смущенията на потентността. Това изопачаване на понятието „потентност“ отива много далеч и би предизвикало комплекси у много мъже. Задоволяването на партньорката говори наистина за способността на мъжа да извърши коитуса, но не е достоверно мерило за потентността му; за нея не може да се съди по способността на жената да достигне до оргазъм. Ако следваме тази „теория“, би трябвало да приемем един мъж с добре развита сексуална мощ за импотентен, ако жена му реагира зле или е фригидна, а друг полово по-слаб мъж – за по-потентен от двамата, ако партньорката му стига до оргазъм лесно и бързо. Истинското задоволяване на жената е много сложно душевно и телесно явление. За да задоволи жената, макар и само сексуално, мъжът трябва да притежава много повече качества, а не само добре ерегирал член и издръжливост при сношението (много мъже с простодушието на петли обичат да се убеждават взаимно, че работата е точно в това).

Изобщо за импотентност би трябвало да се говори само при наличие на пълна и трайна неспособност на мъжа за сношение. Във всички други случаи е по-правилно да се говори само за смущения в потентността, макар и по психологически съображения. Мъжът с диагноза „импотентност“ се чувства безвъзвратно белязан от безсилие (латинската дума *impotentia* може да се преведе и така) и е отчаян. Той би я понесъл по-лесно и би се справил с нея, ако я схваща като временна криза у здрав мъж. Отказващата понякога потентност е все още нормална реакция. Тя дори е социално необходима при някои обстоятелства, напр. когато осуетява някое неприсъщо на човека действие, което в същност вътрешно се порицава и противоречи на нагласата му.

Разграничаването на „потентен“ от „импотентен“ е изкуствено. Половата потентност е форма на приспособяване на човека към най-интимните ситуации на контакт между партньорите. Като всяка друга форма на приспособяването, която животът налага, то се удава веднаж по-добре, друг път – по-зле.

Повечето мъже измерват мъжествеността си със своята полова потенция под влиянието на изградената от самите тях душевност. Затова те обичат да премълчават слабостите си в тази област или да ги прикриват с възхваляване на въображаемата си полова мощ. Някои мъже и днес понасят по-леко упреци за недостатъци в характера, отколкото съмнение в потентността им. Някои мъже даже се страхуват, че ще загубят дори и пред лекаря, ако му признаят затрудненията си. Ако не дойдат в консултацията специално заради сексуалните си проблеми, те

говорят за тях по-нерешително от жените. Поради тази причина, както показва нашата анонимна анкета, броят на мъжете със смущения на потентността е по-голям, отколкото обикновено се приема (табл. 2). Сигурно границите между нормалните колебания в половата способност и болестните смущения на потентността до абсолютната неспособност за извършване на коитуса са много подвижни. Според опита на сексолозите пълната хронична импотентност у мъжа е далеч по-рядка от тоталната фригидност и аноргазмията у жената. Временните затруднения се срещат в еднаква степен и у двата пола.

От какъв характер са смущенията в потентността? По данните от табл. 2 две трети от анкетираните са имали някакви затруднения при сношение (често, понякога или рядко); 42% от анкетираните са посочили преждевременна еякулация; 32% – недостатъчна ерекция; само 3% – други смущения; останалите 3% не са отговорили.

Импотентните мъже страдат от недостатъка си далеч по-силно от жените с аноргазмия и с фригидност. Поради това те много по-често се обръщат за съвет към лекар или към брачна консултация.

Импотентният мъж е потиснат по-малко от това, че е лишен против волята си от полово удовлетворение, а защото неспособността му да задоволи жената ще я разочарова или най-малко ще я остави незадоволена и с това ще предизвика верижна реакция от сексуални конфликти.

Поради това ние не споделяме гледището на някои сексолози, които виждат във фригидността, респ. в аноргазмията, женския антипод на импотентността (създадено бе дори понятие „женска импотентност“). Макар да има някои общи причини и условия за появяването на смущенията у двата пола, разликите в психологическите особености, в динамиката и възникването на дефектните механизми са по-съществени и изискват съвсем различни лечебни мероприятия. Така при полово студената жена ние срещаме пълната липса на либидо, което почти никога не липсва на телесно здравия импотентен мъж. Той най-малкото има сексуални мечти и търси под някаква форма заместител на задоволяването. Импотентният мъж би искал да може да осъществи сношението, а фригидната жена го отклонява под най-различни претексти. Да помислим и за това, че при липса на оргазъм у жената сношението поне формално може да бъде извършено, дори е възможно зачеване. На тази жена оргазъмът много често не ѝ липсва и не особено чувствителните мъже в опиянението на собственото си удоволствие не усещат никакво несъвършенство. Импотентността на мъжа, напротив, осуетява изобщо половия акт, а с това и удовлетворението; вместо него остава блудкаво

разочарование, ако в течение на времето не се създаде задоволителен компромис на духовна основа. Партньорите са застрашени да изгубят взаимната еротичносексуална привличаща сила.

С увеличаване на неуспехите у мъжа се появява нарастващо чувство за малоценност. То води до възникване на страховете на очакването, които в тази форма са много редки при половите смущения у жените. Всичко това обяснява бремето на страданието и чувството на импотентния, че е болен за разлика от относително слабо преживяване за малоценност на много жени с аноргазмия и на почти всички фригидни жени.

СМУЩЕНИЯ В ЕРЕКЦИЯТА

За да може да изпълни функцията си при половия акт, penisът трябва да ерегира. Това става главно чрез увеличен приток на кръв в пещеристите тела (вж. глава 1). Същевременно обемът му се увеличава значително. Тези явления не могат да бъдат предизвикани волево, за което съжалява не един мъж, обаче лесно се затормозват и потискат. Обикновено те се проявяват при телесен контакт с харесваната жена или при еротични представи. Обратно, редица други дразнителни, представи и мисли могат да затормозят или да спрат този процес. От волята на мъжа зависи дали той ще извърши сношението или не, но постигането на ерекция не е по силите му; колкото и да се напруга, той не може да управлява по желание тази най-важна за половия акт фаза. Със старанията си той може да постигне тъкмо обратното. В интимния живот мъжът е склонен да надценява тъкмо тази проява, на която не може да въздейства волево. Не един мъж счита добре ерегирания си член, наричан фалус, за признак на мъжка сила. Той се гордее с него, чувства се силен, мъжествен, самоуверен. По-примитивните дори се хвалят с това. Липсващата ерекция напротив, се счита за недостатък. Вулгарният израз „Schlappschwanz“²⁶, който произхожда от сексуалната сфера, показва нагледно мисловната връзка между мекия член и „мъжката слабост“. Историята на културата познава дори религиозен култ към ерегирания penis (култ към фалуса), който е почитан като символ на плодородието и на мъжествеността и е изобразяван в произведения на изкуството.

Прави впечатление, че предимно мъжете издигат в култ своя фалус и му придават толкова голямо значение. Жените не обръщат такова

26. Непреводима игра на думи, нещо като „провиснала опашка“ (на немски der Schwanz – опашка; penis) (б.прев.).

внимание на мъжкия член нито в еротичните си представи, нито при интимния телесен контакт. Ако те не бъдат обхванати от силно желание под влияние на други впечатления, възприятието за този орган едва ли ще ги възпламени. Мъжът може да се възбуди силно, когато погледне хубава женска гърд, даже и да не е разголена; повечето жени обаче остават равнодушни, гледайки члена на мъжа. Ако той не ги привлича като партньор, фалусът му може дори да ги отблъсне. Мъжкият орган става за жената силен полов възбудител едва когато проникне в тялото ѝ. Разбира се, и в това отношение желанията на жените са твърде различни.

Да обобщим: без ерекция мъжът не може да извърши половия акт чрез генитален контакт с партньорката. Той не може волево да предизвика ерекцията. Ако тя не се появи в решаващия момент, той действително изпада в неудобно положение. Това е една от причините мъжът да счита способността си за ерекция за извънредно важна – по-важна, отколкото тя е за жената, въпреки че той желае да бъде потентен тъкмо за нея. Фактът, че той силно надценява значението на фалуса за своята мъжественост и за способността си да задоволява жената, е решаващ за възникването на смущения в ерекцията. За много мъже потентността се оказва мерило на самочувствието им. Тя реагира като чувствителен сезиограф към колебанията във външния и вътрешния свят и преди всичко тогава, когато чувството за собствена значимост вследствие въздействието на възпитанието и на индивидуалния житейски опит е и без това много лабилно.

ПСИХИЧНИ ОСНОВИ НА СМУЩЕНИЯТА В ПОТЕНТНОСТТА: СТРАХЪТ НА ОЧАКВАНЕТО

Препоръчваме на читателите с колеблива потентност и на жените им да прочетат този откъс особено внимателно. В него те ще намерят много общо със собствения си полов живот, много преживявани от тях самите комплекси, погрешни възгледи и поведение, а с това и ключа за преодоляването им, макар при всеки проблемите да се различават по малко. За по-добро онагледяване на същественото някои неща са казани твърде отчетливо и образно. Описаното тук представлява опит в брачната консултация от стотици мъже със смущения в потентността и от сведенията на жените им. Погрешното поведение е характерно почти за всички тях. При едните то е повече, при другите – по-малко изразено и е толкова по-ярко и многообразно, колкото по-дълго време съществува

смущението независимо от причините му.

Да изходим от нормалното сексуално поведение и да приемем, че на някой мъж не се е удал възнамеряваният коитус, защото поради някаква причина не се е получила ерекция. Това може да се случи всеки му. Той се е видял принуден да се оттегли с неуспеха си. Това е крайно неприятно, въпреки че партньорката му не го е упрекнула, а той само е забелязал учудването ѝ. Да предположим още, че той е човек, който не забравя лесно, а приема всичко с болезнена чувствителност, и че е склонен към чувство за малоценност. Той отново е при нея, те си разменят нежности. Те се обичат, щастливи са един с друг. Той я прегръща, усеща кожата ѝ, чувствава копнежа ѝ – неговото желание расте, той получава някаква ерекция. Двата се разбират без думи, т.е. желаят едно и също. При събличането неговото желание расте, но същевременно се появява съмнението: дано не ми се случи както миналия път! Ще успея ли днес? Ако ли не, какво ще си помисли тя за мен, няма ли да се разочарова, няма ли да ми се присмее? Дали ще ме пожелае повече? Съмненията в потентността и страхът за последствията от неуспеха се увеличават с приближаването на момента, в който ще се разбере дали опасенията са били основателни. Критичният момент настъпва, когато той поиска да вкара члена си във влагалището. Колкото повече го тревожат тези разсъждения и го изпълват със страх пред нов неуспех, толкова повече той забравя за прелестите на партньорката си и толкова по-малко мисли за нея. В крайна сметка ерекцията започва да намалява. Той е потиснат, опитва се трескаво да я възстанови, но не успява. Въпреки това се опитва да вкара пениса; напразно, той още повече омеква. Мъжът е обезкуражен, мисли само за нespoлуката си, иска да я заличи, събира сили за още един опит; опитът пропада и всички по-нататъшни усилия са напразни и отчайващи. Разбира се, тя вижда всичко. Пот избива на челото му – не от напрежението, а от тревога. Той вече не се държи като мъж, който иска да подари и да получи любов с нежност и копнеж, а като някой, който иска да спечели състезанието на всяка цена. Така еротичното настроение изчезва без остатък. Вместо да върши онова, което в случая би било подходящо и по силите му, именно да не насилва ерекцията, а да бъде особено ласкав и нежен, той едва обръща внимание на жената. Огорчен от въображаемата си слабост, той започва да се оплаква от позора си и да си представя кога ще дойде краят на нейното търпение. По такъв начин той раздува до драма наистина неприятното смущение, което поне временно може да бъде преодоляно от влюбените хора. Точно в момента, когато половото желание би трябвало да го обземе

изцяло, той мисли прекалено много и съвсем неправилно и го прогонва окончателно.

Наред със споменатите мисли, представи и афекти, предизвикващи или задълбочаващи смущенията в потентността, много често съществуват и други психически процеси, които засягат хода на половите рефлексии. Те са много и се явяват едновременно или последователно. Всеки мъж със затруднения в ерекцията е обременен от цяла система затормозяващи сексуалността мисли и чувства. Преди всичко той се страхува, че ерекцията няма да настъпи или ще отслабне преди, по време или след вкарването на члена. Към това се прибавя и страхът, че той би могъл да се изложи пред партньорката си, и предположението, че тя ще бъде разочарована и недоволна, защото е останала незадоволена, че тя си мисли за по-потентните му предшественици и го сравнява с тях, че копнее за някой полово по-силен партньор. „Ще бъде ли в подходящо настроение в ситуацията, която води до коитуса, ще намеря ли веднага входа на влагалището, ще бъде ли той достатъчно влажен, ще се запази ли и без това слабата ерекция въпреки презерватива, ще достави ли прекъснатият коитус удоволствие на двамата?“ Такива боязливи мисли минават през ума му. Освен това го измъчва мисълта, че може да се стигне до забременяване или до преждевременно изпразване, че партньорката намира члена му много малък или недостатъчно твърд, че е обезкуражена от досегашните неуспехи и че само от състрадание го оставя още да действа, че тя се чувства като опитно животно, че напразните му усилия й досаждат и най-важното, че с всеки негов неуспех нейната любов и привързаност намаляват. И той не се осмелява да поиска особено желаните от него начини за полово възбуждане, защото въпреки това би могъл да се провали. При това той със страх наблюдава израза на лицето ѝ.

Естествено импотентният бива сразен напълно от фрази, като „Ако продължава така, ще си намеря домашен приятел“ или ако тя дори само спомене предишния си приятел, който бил съвсем друг мъж. Даже само погледите, които издават разочарование, могат да направят обезсърчението и отчаянието пълни.

С времето у импотентния се оформя устойчив мисловен стереотип, който гласи накратко: „Жените обичат един мъж толкова повече, колкото по-работоспособен (т.е. по-голям и по-твърд) е половият му орган.“ Един поумнял вече пациент нарече веднаж на шега този начин на мислене „теория на бика“. Погрешната сексуална „идеология“ на импотентния мъж не взема под внимание много по-диференцираните и по-фини подбуди на женската психика и на любящата жена и счита, че тя

се интересува само от реагиращия член и от половия акт. Затова той вижда във всяка близост с жена покана за извършване на това действие и си въобразява, че благоразположението на жената зависи от работоспособността на неговия фалус.

Двадесет и четири годишен, доста чувствителен мъж, се оженил за състудентка. За година и половина преди сватбата коитусът му се удал горе-долу само два пъти, а от месеци насам – никак. Това го потискало все повече и повече. Опитал се да обясни на годеницата си своята немощ с преумора, с редките случаи и лошите условия, при които ставали опитите в дома на родителите ѝ и под постоянната заплаха, че майката ще попречи, ала сам не вярвал много на обясненията си. Дори и в брачната нощ, която очаквал с тревога, той разочаровал себе си и младата си жена. Оправдал се с преумората и с изпития алкохол. Още на следващия ден се оказала възможност да предприемат сватбено пътешествие и да прекарат две медни седмици край морето в бунгалото на техен приятел. Двамата се зарадвали много на първото си съвместно пътуване, което им давало възможност най-после да поживеят сами. Той я уверявал, че там всичко ще бъде наред. Иначе те се разбирали великолепно. Но у него пак се появили съмнения. През цялото пътуване те помрачавали радостта му от мечтаната интимност. Той обаче не дал да се разбере нищо. Тя често го поглеждала влюбено и в очите ѝ той четял радостта от предстоящата денонощна близост. Това го направило още по-несигурен. Пристигнали във вилата. Първият поглед попаднал върху брачното легло. Отдавна били мечтали за това. Прекарали една приятна вечер и скоро тя се оттеглила, за да се изкъпе. Непокойството му обаче растяло. „Ако днес не успея, както обещах, при такива идеални условия, когато никой няма да ни безпокои, току-що сключеният брак ще се разтрогне. Не мога да изисквам от нея повече да се примирява с положението“ – си мислил той. Дори и периодът бил благоприятен. Не било необходимо да се обременяват с противозачатъчни средства. Върнала се облечена в прелестна нощница, през която тялото ѝ прозирало. Била много хубава. Колко често копнял да я види така, когато мислел за нея и силно я желал. „Заради мен тя е толкова хубава. Сега вече трябва да успея, иначе тя ще се обиди“ – си мислел той. Претърпял пълен неуспех – усещал смътно влечение, но въпреки всички нежности ерекция не се появила. Това го съкрушило напълно. Надявал се да се реабилитира, позовавайки се на умората след дългото пътуване. В следващите дни не могъл изобщо да се

наслаждава на отпуската. Зад всичко, което правел, стояла тревогата за идващата нощ. И всеки ден претърпявал фиаско. За него сватбеното пътешествие се превърнало в трагедия. Очебиецо и доказващо душевните корени на смущението било следното: когато лудували на плажа и той я наблюдавал, без да мисли за потентността си, от време на време получавал ерекции. Когато настъпили последните дни на отпуската, менструацията и дошла и сношението станало невъзможно, но при прегръдка ерекциите станали по-силни и по-мъчителни. Когато отпаднала вътрешната необходимост да извърши сношение, ерекционните рефлексии протичали нормално. Това се наблюдава много често при импотентни мъже. Впрочем брачната консултация помогна на двойката да преодолее без остатък затрудненията.

Колкото по-дълга става поредицата на преживените неуспехи, толкова по-рано настъпват и по-сигурно действуват гореспоменатите опасения и размисли за предстоящия акт; вместо да го очаква безгрижно, човек вече се страхува от него. В крайна сметка благодарение на тях гениталната възбуда угасва или изобщо не се явява. Някои мъже не успяват предимно тогава, когато последното успешно сношение е било по-отдавна; те мислят, че непременно трябва пак да „предложат нещо“ на жената. Същите мъже обаче могат за известно време да се сношават почти всеки ден с повишаваща се увереност, ако не вземат толкова сериозно риска от неуспех; те даже смятат, че сега могат да си позволят и някой неуспех. Успешният акт стимулира и честа води след себе си редица други успехи. Но само един-единствен неуспех може така да обезсърчи, че да повлече след себе си цяла серия от провали.

Предстоящият полов акт обременява импотентния по същия начин както един решаващ изпит. Лесно разбираемо е, че поради тези страхове естественото желание пресъхва изцяло. Така след дълговременна импотентност у много мъже угасва и влечението, което в началото на психогенното смущение е запазено. Потискащите фактори все повече и повече изместват възбуждащите. Всичко тревожи импотентния така интензивно, че той загубва способността да откликва на прелестта на партньорката си и вместо това следи загрижено онова, което става с половия му орган.

Еротичната поезия се загубва. Вместо да излее, да отдаде себе си и да се наслади на многообразните варианти на любовната игра, той се бори трескаво за коитус на всяка цена. Колкото по-настойчиво импотентният иска да го постигне, толкова по-сигурно това не му се удава.

Резултатът е депресия, примирение, чувство за малоценност, а те са предпоставки за по-нататъшни неуспехи. Такива мъже идват в брачната консултация съвсем отчаяни. С течение на времето много от тях стават покорни, податливи, прекомерно старателни и загрижени, като че ли искат да обезщетят жените за половото удовлетворение, което не могат да им дадат. Някои жени наистина компенсират принудителното отричане от полово задоволяване с властолюбие и потискане на мъжа. Влошаването на отношенията между съпрузите е по-често следствие, отколкото причина за импотентността.

Нощните мъчения около едно действие, което има връзка с еротиката само доколкото е предизвикано от спонтанно влечение, в много бракове се превръща действително в страшна драма. Тя без съмнение постепенно умъртвява телесните и душевни любовни пориви у жената, превръща ги в отвращение и в последна сметка може да доведе до аноргазмия.

ПРИЧИНИ И УСЛОВИЯ ЗА СЕКСУАЛНИТЕ НЕСПОЛУКИ НА МЪЖА

Току-що се запознахме с типичния модел на възникването и фиксацията на смущенията в ерекцията и нейните последствия за партньорството. Ето че възникват и други въпроси: Преди да се появи страхът на очакването, трябва да са се случили един или няколко неуспеха. На какво се дължи това? Не всеки мъж реагира толкова сериозно на случайния неуспех. Как да си обясним такова поведение при някои мъже?

Без съмнение тук се касае за много сложен комплекс от причини и следствия, които пък могат да станат причина за понататъшни затруднения. Освен това трябва да се вземат под внимание и непосредствените поводи. Тях импотентният осъзнава най-често, тъй като те са свързани пряко с неуспеха (външни отклоняващи влияния, неудобно легло, позив за отиване по малка или голяма нужда, студ, преумора, яд, скарване преди акта, обида, морални скрупули, житейски грижи или просто липса на желание в момента). Когато такива и други причини много често и много лесно осуетяват половото сношение, това означава, че зад тях са скрити други, не толкова повърхностни и по-малко осъзнати фактори. Пациентът мисли най-напред за органични страдания и лекарят ще се опита да ги открие или изключи. (По-късно ще споменем някои по-важни болести, свързани със смущения в ерекцията.) Самото им наличие

обаче трябва да се счита за истинска причина само тогава, когато патологията на основното заболяване обяснява пряко импотентността. Констатацията, че се е появила по време на телесно заболяване или след него, е недостатъчна за тази цел. В много случаи импотентността се свързва психогенно със заболяването. Мъжът забелязва загубата на либидо и потентност, става несигурен и поради това коитусът не му се удава и по-нататък. Той мисли, че болестта го е направила импотентен. Обективно погледнато, тя е само повод. По-нататъшното съществуване на смущението, след като болестта е била излекувана, се дължи на погрешна психическа нагласа, а не на отминалото заболяване. В същност според единодушното мнение на всички специалисти органично обусловени са само от два до десет процента от случаите на импотентност. Броят на мъжете, които считат смущенията си за причинени от телесно заболяване, е обратно пропорционален на действителното разпространение на органичните сексуални смущения.

Мъжете с органични смущения на потентността (в противовес на психогенните случаи) загубват всякакво влечение към полова активност, загубват еротичната си фантазия, нямат стремеж за самозадоволяване; ерекцията при тях е много слаба или липсва съвсем.

Лекарят трябва да бъде същевременно сексолог и психолог и да не изказва предположения, които ще засилят убеждението на пациентите, че импотентността им е органично обусловена. Въпреки това трябва да се проведе точно изследване, за да не бъдат пропуснати възможни органични причини (смущения в производството на хормони в половите жлези, хипофизата и кората на надбъбрека). Те засягат либидото първично и увреждат ерекцията. Според медицинската наука в хормоните далеч не се крие магическата сила, приписвана им от много мъже (вж. глава 1). От Ориента е известно, че кастрираните пазачи на харемите²⁷ не винаги са били така безобидни, както се е очаквало от тях. Потентността може да бъде смутена при тежка хипертиреоза²⁸, при много високо и много ниско кръвно налягане. Някои наранявания на penisа могат да повлияят на ерекцията, особено ако се затруднява кръвонапълването на пещеристите тела. Подобни явления са наблюдавани при стари мъже с напреднала артериосклероза. Възможни са и механични препятствия при тесен препуциум (фимоза). Прекъсването или изключването на нервните пътища, които предават импулси на гениталиите чрез гръбначния

27. Евнуси (б. прев.).

28. Болест на Базедов (б. ред.).

мозък, прекратява ерекцията; то може да настъпи при травматично прекъсване на гръбначния мозък или при „изсъхването“ му.²⁹

При болните от захарен диабет нивото на тестостерона в кръвта е понижено. Затова понижената потентност е по-често явление сред диабетичите, отколкото сред здравите мъже. Изглежда, че постоянното приемане на приспивателни и успокояващи средства и други медикаменти, които потискат възбудата, влияе върху потентността. Известна е импотенцията на много наркомани, напр. морфинистите. Макар да липсват достатъчни и точни изследвания по този въпрос, за препоръчване е при всеки пациент да се изясни въпросът за евентуалната злоупотреба с такива лекарства.

По-малко известно, но по-широко разпространено е намалението на либидото и на потентността у алкохолиците. Опитите показаха, че еднократната консумация на алкохол временно, но силно понижава тестостероновата концентрация у мъжа и увеличава агресивността му. Множество хронични пияници, станали импотентни, на всичко отгоре измъчват жените си с ревност, тъй като мислят, че те намират полово удовлетворение с други мъже.

Не съществуват неврологични или други органични заболявания, чийто единствен симптом е импотентността. Постоянното недохранване през военните и следвоенните години много често е било считано като причина за проявите на импотентност. „Импотентността на завърналия се“ у мъже, които са били дълги години в плен, е обсъждана многократно в специалната литература; тя много рядко се дължи на изменения в обмяната на веществата с изключение на тежките дистрофии. Причината е по-скоро отвикване от контакта с партньорката и затруднения при възстановяването на отношенията с другия пол. Противно на популярното схващане импотентността не е страдание на слабватите и невзрачните мъже. В приемния час на сексолога идват – разбира се, не без изключения – добре изглеждащи, представителни мъже, правещи впечатление по-скоро на донжуани. Никой не би предположил, че те биха могли да имат такива затруднения. Никак не е задължително „супермените“³⁰ с големи мускулни пакети да са сексуално по-способни от своите събратя с по-малки бицепси.³¹ Разказват, че някои жени,

29. Der Rückenmarkchwund (нем.), Tabes dorsalis (лат.) – „изсъхване“, „атрофия“ на гръбначния мозък; една от проявите при последния стадий на нелекувания сифилис (б.ред.).

30. superman (англ.) – „сврѣхмъж“ (б.ред.).

31. musculus biceps (лат.) – двуглавият мускул на раменницата (б.ред.).

омъжени за известни атлети, са преживели в брачното ложе такива силни разочарования, каквито никога не са очаквали. Модният и превъзнесен от търговската реклама в капиталистическите страни култ към красивото тяло (bodybuilding-култ) – мъжки антипод miss Runmel³², трябва да се счита просто за форма на перченето с потентност. Фактически тези юначаги не се отличават с особено висока потентност, нито разбиват сърцата на жените със здрав разум, особено ако интелектът и характерът им са изостанали далеч зад прекомерно развитите мускули. Това, разбира се, не се отнася за онези мъже, които се занимават с физическа култура в интерес на здравето си.

Впрочем някои спортни деятели и треньори все още мислят, че половият живот намалява, а половото въздържание увеличава спортните постижения. Те твърдят, че коитусът измуквал силите, необходими за състезанието. Наскоро в Парижкия университет бяха проведеш изследвания с изтъкнати спортисти. Резултат: При 31% от спортистите и 24% от спортистките телесната и умствената работоспособност се повишавали, когато имали възможност да водят редовен полов живот. Само при 3–4% от тях тя намалявала. Разбира се, изнурителната любовна нощ преди състезанието не е подходящо средство да се увеличат шансовете за победа.

Не един мъж, който не може да удовлетвори жената, вижда причината за това в анатомическите качества на своя член, който най-често му се вижда много малък. Тази „хипотеза“ предизвиква чувство за малоченност, което от своя страна потиска ерекцията. По такъв начин и без това считаният за много малък penis не може да достигне даже възможния за него размер. Това още повече засилва предположението, че жената не е доволна от члена му. Влиза в действие механизмът на страха и ерекцията става наистина недостатъчна за акта. Сред мъжете е широко разпространено погрешното мнение, че колкото по-голям е членът, толкова по-силна била половата възбуда на жената (фалическа заблуда). Размерите на фалуса не са решаващи за силата на реакцията у жената. Това зависи от други фактори, за които стана дума в предишната глава. Освен това при ерекция по-малкият penis пораства по обем и дължина относително повече, отколкото по-големият. По такъв начин до голяма степен първоначалните разлики в големината се изравняват. Най-после влагалището и преди всичко предната му третина рефлексно се нагажда към големината на penisа.

32. „Секс-бомба“ (б.прев.).

От време на време в консултацията идват импотентни мъже, от които след дълъг разговор се разбира, че са прекарвали венерическо заболяване и сега мислят, че не са били напълно излекувани; като следствие на младежките прегрешения или като „наказание“ за тях сега били станали импотентни, а може би дори са заболели от прогресивна парализа.³³ Такива опасения (луофобии³⁴) се оказват почти винаги обективно необосновани при щателно изследване; независимо от това между т.нар. венерически болести и потентността не съществува пряка връзка. Потентността се смущава само от мисловната преработка на действително прекарана или въображаема болест, както и при страх от зараза по време на сношението.

Подобна психологическа основа има импотентността при онези мъже, които под влиянието на стара популярна литература мислят, че поради честа мастурбация в миналото са загубили мъжката си сила и сега трябва да изкупуват вината си. Заблудата, че загубата на сперма при мастурбация или при сношение може да изсмуква силите, нерядко е неосъзната, скрита причина за смущенията на потентността.

Много млади хора в началото на любовната си връзка, а понякога и в началото на брака, просто не знаят как трябва да „го правят“. Ако фазата на неуспешните опити не бъде преодоляна скоро чрез размяна на знания и сръчности или с консултация, дефектният любовен акт може да загуби еротичната си поетичност. При загубилите вяра в себе си мъже всичко това води до истинска импотентност с всичките описани по-горе психични механизми.

Двадесет и две годишен работник специалист бил сгоден от 7 седмици. Преди това двамата не били имали сексуални отношения с други партньори. Когато били заедно и никой не ги безпокоял, се опитвали да извършат коитуса, след като момичето преодоляло първоначалния си свян. Той имал силно желание и получавал ерекция, но не му се удавало да намери входа на влагалището. Не искал да ѝ причини болка чрез разкъсването на химена, за което бил чел; мислел, че девствената ципа е голямо препятствие. Проучил предпазливо с ръка. Въпреки това не му се удало да вкара члена – просто не улучил. Не се осмелил да поиска съдействие от нея, въпреки че тогава се надявал на успех. Понякога след такива неуспешни усилия еякулирал между бедрата ѝ. Това го

33. Финален стадий на нелекувания сифилис с тежко душевно разстройство (б.ред.).

34. Луофобия (лат.) – страх от луес (сифилис) (б.ред.).

поставяло в неловко положение, а на нея и било неприятно. За да избегне тези конфузни положения, той изоставил по-нататъшните опити и мастурбирал от време на време. Понякога се опитвал да извърши акта, но не стигал до пълна ерекция вследствие на очаквания неуспех. Коитусът се удаде за пръв път на младите хора само след две консултации.

Много мъже оправдават намалението на потентността си със служебна претовареност. Това е напълно вярно в редки случаи. Във всеки отделен случай трябва да се провери дали по време на отпуск или на друг вид разтоварване настъпва редовно подобрение, което не се дължи, на други причини (като смяна на средата, необезпокоявана взаимност, повече време и по-голяма потребност за любов у жената и др.). Умственото натоварване намалява потентността само когато мъжът изцяло е погълнат от работата си, всецяло се е отдал на творчеството си или когато високите изисквания го доведат до пълно изтощение. Това обаче предизвиква винаги и други симптоми (обща слабост, смущения в съня, главоболие и т.н.). При мъже на ръководна и отговорна работа многообразните дневни задачи само в редки случаи предизвикват функционални оплаквания и смущения в потентността. Те се дължат по-скоро на напрежението, неприятностите и на конфликтите. Тези душевни натоварвания редуцират най-напред либидото и едва след това – способността за ерекция.

Голямата отговорност, напрегнатата умствена работа, натискът на сроковете, страхът от професионални неуспехи или от изпити предизвикват доминантни огнища на възбуда в мозъка, които затормозват активността на центъра на съвкуплението.

Страхът да се загуби любовта на жената може още повече да изостри тези тъй неблагоприятни за потентността констелации³⁵ на нервните процеси. Силното физическо натоварване обикновено потиска нагона повече от умственото и понякога дори е за препоръчване като временно средство за регулиране на засиленото полово влечение. (Механизацията и автоматизацията на работните процеси и скъсяването на работното време водят до нарастване на сексуалните потребности на човека.) Ако споменатите тук причини и условия се наслагват върху по начало по-слабо либидо, потентността без съмнение е особено застрашена.

Във всяка класификация по причини същността на смущенията в потентността малко се пресилва. Структурата на факторите, обуславящи

35. Die Konstellation (нем.) – съзвездие; тук – комбинация (б.ред.).

импотентността, е много по-сложна. Те се преплитат един с друг; първият, който е задвижил нещата, може да загуби значение, когато смущението трае дълго и някой друг фактор увеличи болестотворната си сила. Това се отнася и за други смущения на потентността, свързани с партньорката или с личността на мъжа.

СМУЩЕНИЯ В ПОТЕНТНОСТТА И ПАРТНЬОРКАТА

Половото сношение е събитие, което изисква взаимност и при което двамата партньори са зависими един от друг. В главата за половите смущения у жената видяхме колко често те се дължат на мъжа и на погрешното му поведение. Затова въпросът, дали причината не е у жената, ако мъжът не е в състояние да извърши полово сношение с нея, е оправдан. Има мъже, които са импотентни при една жена, но при друга не са; следователно причината може да бъде у жената.

Както бе показано в глава 1, ерекцията у мъжа обикновено се поражда с участието на хормоните от дразнения, които се предават от чувствителните органи на главния мозък, превключват се в центъра на съвкуплението, достигат в гръбначния мозък и включват ерекционните рефлексии.

Дразненията, общо взето, произлизат от жената. Те формират у мъжа комплексно възприятие. Сексуално въздействие върху някои мъже имат преди всичко определен тип жени – руси или чернокоси, стройни или пълни. Понякога дори отделни външни белези (определено телосложение, силно изразени черти на лицето, походка, някои жестове, индивидуален аромат или особена мелодия на гласа) упражняват върху този или онзи мъж подчертано сексуално привличане. При това съвсем не е необходимо той да е осъзнал защо и на какво реагира така. Много често корените на предпочитанието към определен тип или към някоя (понякога привидно незначителна) външна особеност на жената достигат чак до детството. Те са се появили под влиянието на еротично оцветени детски преживявания, на възпитанието или са свързани с майчиния облик. Когато отделни телесни белези на една жена добият решаващо значение за еротичните интереси на един мъж, това е признак за дефектно развитие на неговата личност. От друга страна, благодарение на тези различия във вкусовете на отделните хора всеки човек може да си намери партньор, към когото изпитва особено влечение. Несъмнено има жени и

момичета, които много мъже намират за красиви, прелестни или привлекателни – това в никакъв случай не е едно и също нещо – и с това лесно събуждат у тях сексуален стремеж. Както е известно, жените придават особено значение на грижата за тялото си, на елегантното облекло, на козметиката, на определен make-up³⁶; впрочем те правят това не само за да се харесат на мъжа, а преди всичко от потребността да придадат индивидуалност на личността си. Между впрочем жените харесват мъже, които се грижат за своята външност. Независимо от това, че не всяка жена е облагодетелствувана по равно с всички телесни прелести, всяка има някакви предимства и всяка може да поддържа външността си така, че да предизвика отклик. „Да бъдеш очарователна не е само природен дар; изискват се постоянни грижи за тялото и душата, за да бъде човек достоен за любовта“ (Шулц).

Телесните особености на жената, колкото и желани да изглеждат на мъжа, и в любовният акт са свързани неразривно с цялата личност на жената. Те добиват значение за потентността на мъжа едва в рамките на цялостните отношения между партньорите. Сексуалното сливане е само част от жизнения процес, който свързва жената и мъжа и зависи повече от многообразните форми на междучовешките контакти, отколкото от споменатите телесни белези. В случай че мъжът се ръководи само от последните, с голяма вероятност брякът някой ден ще се разпадне, ако нещо друго не свързва съпрузите. В хода на съвместния живот, на съвместната дейност и в общите стремежи на преден план все повече и повече излизат по-постоянните и не по-малко привлекателните особености на характера и човешките качества на жената. Те се свързват с телесните форми на женствеността и оформят индивидуалната същност на жената, която може да стане решаваща за сексуалния конфликт. „Красота“ и „прелест“ са не само понятия за телесните форми и външния облик; те са телесният израз на личността. Дори най-примитивният мъж не черпи удоволствие от половия живот само от прегръдката с чисто физическата женственост. „Чувствеността получава прелестта си от духа и от сърцето“ (Вовенарг). Мъжът, който още не е разбрал това и сам не го е почувствувал, трябва още много да научи за любовта, защото ще му се изплъзне най-хубавото в половия живот. При идеална любов телесното и духовното разположение един към друг се сливат в неразделно единство. Тя предпазва и от импотентност.

Тъй като любовта пронизва всички области на живота, не една

36. make-up (англ.) – грим (б.ред.).

форма на женското тяло, която е несъвършена за един безстрастен наблюдател, за влюбения е силен възбуждащ фактор, защото принадлежи на любимата.

Потентността на здравия мъж не се ограничава само върху една жена с определени прелести. Той е в състояние да общува (и сексуално) с всяка жена, която съответствува на цялостната му жизнена нагласа. „Твърдо съм убеден, че мъжът, който не изпитва нещо като привързаност към целия нежен пол, не е в състояние да обича една-единствена жена, както трябва“ – казва Л. Стърн с вещината на психолог. Поради това вината за импотентността на мъжа не бива да се приписва безогледно на жената, защото не била „единствено подходящата“ за него партньорка.

Това, разбира се, не я освобождава от задачата да му помогне да преодолее импотентността си със своето поведение.

Повечето импотентни мъже имат прелестни жени, които и телесно напълно отговарят на мечтите им (трябва да добавим, че мъжете, чиито жени не им предлагат достатъчна телесна възбуда за ерекция, рядко посещават консултацията, тъй като знаят причината за смущенията си; някои от тях се привързват към други жени, с които са потентни).

При повечето от мъжете с дължащи се на партньорката смущения потентността изчезва внезапно или постепенно, временно или задълго поради неуместното поведение на жените им, поради вътрешно отчуждение или дори само поради това, че жената полово не е достатъчно активна и отзивчива в сексуално отношение.

Двадесет и седем годишен, малко мекушав инженер, се сгодил с 23-годишна медицинска лаборантка. Всички опити за полово сношение с нея били неуспешни. Той много я обичал, уважавал, почитал над всичко и искал да се задомят. Преди това имал бегло познанство с едно хубаво момиче, което съвсем не било по-красиво от годеницата му. За сключване на брак с това момиче изобщо не били говорили. С него той могъл да се сношава почти без затруднения. Когато понякога си представял годеницата си като уличница, не толкова почтена и строга, получавал ерекция и се отдавал на тези мисли дотолкова, че не могъл да избегне мастурбацията. След един карнавал годеницата му се държала чувствено с него – така, както той си мечтаел. Тогава за пръв път му се удало да вкара члена си. Актът обаче трябвало да бъде прекъснат поради някаква друга причина. В този случай нещата се усложнили от несръчните, равнодушни и обезкуражаващи реакции на годеницата.

Когато той предприел един от първите си опити, тя казала, че членът му бил още много мек. Неведнаж тя му подхвърляла за добрата потенност на предишния си приятел и способността му да я задоволява. Най-после тя му заявила, че търпението ѝ се било изчерпало, че нервите ѝ не издържат постоянните подигравки и че иска да се разделят, ако в най-кратък срок положението не се промени. Отчаян, той дойде в консултацията, защото вече не смеел да се доближи до нея. За съжаление жената не бе съгласна на разумно сътрудничество и развали годежа. Любовта ѝ не ще да е била грандиозна въпреки твърдението ѝ, че била охладняла само поради неговата импотентност.

Дори ако жената направи равнодушна или отказваща гримаса, ако не откликне на сексуално мотивираното докосване, ако откаже желанието от него начин на събличане, ерекцията на чувствителния мъж умира още в зародиш. Забележки от рода на „Няма смисъл“, „Остави ме да спя“ могат да угасят всеки порив, да го осуетят и за в бъдеще, дори да го пренесат върху отношенията с други жени, когато неуспехите се фиксират в отрицателен условен рефлекс (И. П. Павлов). Някои от тези жени са сексуално непълноценни и използват съзнателно или несъзнателно отблъскващото си поведение, за да направят мъжа импотентен. Разобличавайки неговия недостатък, те свалят от себе си бремето на своя недъг. Понякога зад това се крие отмъстителност. Изневяратата на жената също може да убие вярата на мъжа в собствената му способност.

Петдесет и шест годишен служител никога не е бил много potentен, но удовлетворявал жена си, която била с 18 години по-млада от него. Веднаж тя му признала, че по-рано имала кратка извънбрачна връзка и че с този мъж се разбирала по-добре. На часа той станал импотентен.

Ако жената накара мъжа отчетливо да почувствува духовното ѝ превъзходство, тя може да подкопае самочувствието му в интимната сфера.

Четиридесетгодишна, много енергична, владееща езици жена на ръководна служба натяквала постоянно на мъжа си (работник) празнините в образованието му, критикувала правописа му и често го заставяла да изпълнява поръчения за нейния отдел (в предприятието той ѝ бил подчинен). Когато не била доволна от нещо, тя му казвала: „За

нищо не те бива“ или „много бавно загряваш“. Потентността му постоянно отслабвала и накрая съвсем угаснала. Поради това жена му продължила да го унижава. Запознал се с друга, над която чувствувал превъзходство. С нея бил потентен, както никога в брака си. Могъл отново да се сношава със съпругата си едва когато започнал да работи в друго предприятие; там се квалифицирал и бил отличен за добрата си работа.

На въпроса, дали жената е виновна за импотентността на мъжа, може да се отговори винаги само относително, като се вземе под внимание личността на мъжа. Тя винаги участвува по някакъв начин. Съществуват мъже, които могат да се сношават полово с всяка жена независимо от това, дали тя им харесва или не. Други пък биват болезнено засегнати на най-чувствителното им място – потентността, когато жената се отклони и най-малко от приятния им начин, също така и от най-дребни оскъбления и раздори или от скрито напрежение. Сблъскваме се следователно с въпроса:

ЗАВИСИ ЛИ ПОТЕНТНОСТТА ОТ ЛИЧНОСТТА НА МЪЖА?

Що за мъже са тези, които имат смущения в потентността? С много малко изключения те не са нито по-слабохарактерни от другите, нито са органично болни. Някои от тях от край време не са имали силно полово влечение, обаче много от тях не могат да поберат в главата си, че изведнаж са изправени пред такива проблеми, които по-рано за тях са били изобщо немислими. Някои се хвалят какви „юначаги“ и „женкари“ са били по-рано. Отговорът не трябва да се търси в големите мускулни „пакети“ и в половите органи. Все пак се натрапва въпросът, дали случайните неуспехи, страхът на очакването, нежеланата или малко желаната партньорка в достатъчна степен могат да обяснят тази немощ. Съществуват все пак много мъже, които съвсем не се смущават от такива пречки или въпреки тях могат да извършват съвокуплението. Това трябва да е свързано някак с мъжа, с характера, с развитието му, с неговата нагласа.

Без съмнение това е така. Пита се само какво е било решаващо, за да се оформи смущението – гореспоменатите фактори или структурата на личността на мъжа. Ако центърът на тежестта на комплекса, който

обуславя смущенията на потентността, се намира във външните условия, в потискащите, оскърбяващи преживявания или в цялото поведение на партньорката, тогава говорим за сексуални невротични реакции. Ако той е в личността (вж. глава 4), употребяваме термина сексуални неврози. При реакциите причината и следствието по-лесно се разгаждат, следват хронологически, непосредствено едно след друго. При неврозите без продължителна психотерапия причинната връзка най-често остава скрита за самия пациент. Реакциите се лекуват по-лесно, често пъти изчезват спонтанно или благодарение на разумното поведение на партньорката. Сексуалните неврозици, напротив, имат затруднения още в началото на партньорските си отношения, които често пъти се провалят и в друга насока. Мъжете с реактивни полови смущения, общо взето, са общителни и способни да се приспособяват. При определени злополучни ситуации обаче те не са се справили с половия си живот и вследствие на верижна реакция от затруднения са затънали в своята немощ; други се разстройват много силно и за дълго време, лесно се отчайват, боязливи са, чувствуват се засегнати в най-чувствителното място на самочувствието си и отчаяно търсят изход, който не могат да намерят от силно възмущение и от страх пред последиците на неуспеха.

Наистина импотентните невротични са по-малобройни, но те се лекуват по-трудно, защото трябва да преодоляват последиците от неправилното си възпитание и досегашния си начин на живот. Още по време на краткия разговор много от тях се разпознават веднага по неправилното им психическо поведение, по бедното им на афекти държание, по недостатъчната им сърдечност и контактност. С някои от тях е възможно да бъде създаден необходимия за лечението контакт само след значителни усилия.

Особена форма представляват високомерните, всезнаещи, егоцентрични, самовлюбени мъже, които нямат антена за другия, за човека, който е до тях; те не са в състояние да създават съзвучие на чувствата с партньорката си, те не са способни да се раздават и да бъдат щастливи, когато живеят за някого другого и да виждат в това човешко щастие. Мъжете с такъв характер не страдат много от импотентността си. Те идват в консултацията по друг повод и само покрай другото говорят с неудоволствие за непълноценния си полов живот. Задоволяването на жената не им е толкова присърце, колкото собственото удоволствие и значимост. Те са твърде много ангажирани със себе си. Между тях има не един неспособен за любов особняк, който не може да даде нищо на жената. Такива мъже често избягват психотерапията, когато това им

струва усилия и свободно време, макар че точно тя им е необходима. Някои от тях временно играят ролята на донжуани, наслаждават се на евтини успехи с жени и се опитват пред себе си и пред мъжкото обкръжение да прикрият липсата на чувство с големия брой на победите. В основата си това са само разновидности на импотентността. На първо място тези мъже са неспособни за изживяване, вътрешно празни и чувствуват по някакъв начин несъдържателността на беглите си познанства, разминаването си с щастието, за което не са дорасли и дозрели. На второ място те са лишени и от физиологичното състояние на потентността. Само симптомът се е променил, но не и основата му – незрялата личност. Те с удоволствие заемат позата на горещи любовници, за каквито се представят, и се мъчат да влязат в тази роля. Опитват се да обкръжат с неестествен патос своите редуващи се любовни връзки и излизат от тях необогатени, защото сами са неспособни да дадат нещо. Трябва да споменем и свръхстрахливите, неуверени, затормозени пациенти, които свиват знамена пред всяка трудност и изобщо не могат да се оправят от неуспехите си.

Известно е, че мъжете, при които половата зрелост е настъпила по-късно, имат по-често смущения в потентността от нормално и рано преминалите през пубертета.

Друга, още по-често срещана форма на обусловена от личността импотентност се открива редовно при ананкастни³⁷ характери. Това са хора, които като че ли се чувствуват заставени от някаква вътрешна принуда постоянно да проверяват, да се съмняват и да премислят. Те не са в състояние да прогонят определени мисли, които непрекъснато им се натрапват, макар те самите да ги считат за излишни и безсмислени. Като се има пред вид описанието на страха на очакването, става ясно, че ананкастните мъже попадат по-лесно от другите в смущения на потентността. Тези мъже най-често са прекалено точни, даже педантични, прекалено много разсъждават, мислят за сексуалната си функция, за евентуалния неуспех, за реакцията на жената и за всички възможни смущения и проблеми, така че сексуалните им пориви не могат да се разгърнат – те се задушават от размишления и съмнения. Такива мъже са заети изцяло с разсъждения даже в онези моменти, когато би трябвало да се радват, да обичат, силно да желаят и да се наслаждават.

Ако към натрапливото мислене и умуване се прибави свръхчувствителност към всичко, което се отнася до собствената личност, тогава

37. Ананкастен (гр.) – склонен към натрапливи мисли (б.ред.).

заплахата за потентността става пълна.

Тридесет и седем годишен служител идва по настояване на жена си в консултацията. Той неочаквано поискал да се откаже от запланирано пътуване през отпуската си, защото негова колежка имала нещо против него. Това го занимавало денонощно и той бил на мнение, че не може да замине до окончателното изясняване на случая. По подобен повод той вече сменял службата си един път, но на новото място пак се появили причини за непрекъснато умуване. От 3 години насам бил напълно импотентен, след като и в предшестващите години на брака половото сношение му се удавало много рядко, и то горе-долу. Всевъзможни мисли минавали през главата му дори когато се опитвал да осъществи сношение. Поради често преживявания неуспех той дълго умувал дали да се осмели отново да опита. Най-често се отказвал. Решавал ли се на това, предвиждал жалък изход. На пациента липсваше емоционален заряд. С часове наред измъчвал много разбраната си съпруга със своите натрапчиви мисли. От тези мисли той страдал повече, отколкото от импотентността си. Самотността на жена му не го засягаше.

Някои мъже с такава структура, на които на всичко отгоре липсва и жизнена свежест, обичат да убеждават себе си и партньорките си, че са се издигнали над плътската любов и че в лицето на жената виждали преди всичко духовната спътница. Те правят от бедата добродетел, назовават немощта си „аскетизъм“ и очакват да им се възхищават. Такъв мъж може да се свърже с подобно структурирана жена и да образуват съвсем добра и в никакъв случай малоценна двойка, която живее като брат и сестра, без да познава страстната любов.

За невротичен избор на партньор се говори, когато той е мотивиран именно с неправилното поведение на личността. Така покорният мъж привидно случайно намира властолюбива жена, а властолюбивият мъж – на всичко съгласна, непретенциозна жена (или той я моделира, за да стане такава).

В практиката от време на време се срещат мъже, които са потентни само при жени с определена възраст и характер (напр. при стареещи или съвсем млади, с момински вид, съпротивляващи се или податливи, при жени, които ги превъзхождат или са превъзхождани, и др.). Други пък са способни за коитус, когато половият акт е забранен или е незадължаваща и необвързваща предбрачна или извънбрачна връзка. Тези

видове ограничена потентност могат по правило да се обяснят с грешки във възпитанието, на фона на господстващ в семейството погрешен идеал за жената. Подобен е примерът, даден по-долу. При по-добро, съответстващо на новите условия на живот сексуалноетично възпитание, те постепенно изчезват.

Четиридесет и осем годишен ерген с висше образование живее заедно с майка си. Бащата отдавна е починал. Майката пази единствения си син като зеницата на окото си. Винаги се е грижила и все още се грижи за телесното и духовното му благополучие. Ако някога той не се чувства добре, тя е много загрижена и прилага всички съответни средства на народната медицина. Тя го държи настрана от всички житейски грижи. Той не счел за необходимо да се ожени и не искал да отнеме на „мамчето“ възможността да се грижи за него. Имал много приятелки, сношавал се с тях. Въпреки богатите възможности, които професията му предлагала, не успял да намери жена, която да отговаря на предствата му, създадена по образа на грижливата майка и същевременно отговаряща и на другите му изисквания. Най-често той имал едновременно няколко приятелки: една майчински загрижена, друга за духовен контакт, трета, която предпочитал полово. За женитба никога не е мислил. У всяка жена намирал недостатък. Най-после се запознал с жена, която притежавала всички предимства. Той бил по-продължително време във връзка с нея, вярвал, че ще бъде щастлив с нея и за пръв път се замислил за женитба. Когато тя също настояла за брак, той станал импотентен в продължение на месеци с изключение на едно сношение при бегла среща с друга жена. Страхът от брака, т.е. от личната отговорност, от мисълта, че ще трябва да се откаже от майчината грижа, страхът от задълженията като съпруг предизвикал импотентност у този негоден за живота мъж. Въпреки възрастта и образованието си той останал на детско стъпало в развитие и импотентността, която наистина го измъчила, снела от плещите му бремето на едно важно решение в живота. Той останал под майчиното покровителство. „Наистина исках да се ожения. Само импотентността ми попречи.“ Така той маскира пред себе си и пред изоставената си годеница истинските причини за сексуалния му банкрут.

Хипохондрични³⁸ мъже, които смятат, че при сношение губят сили и се омаломощават, понякога стават импотентни поради мисълта, че

трябва да се „пазят“.

38-годишен неврастеник, който въпреки липсата на болест се мислел за толкова болен, че претендирал за пенсия по инвалидност, през почивните дни бил горе-долу потентен, но едва веднъж в месеца. Ако в този интервал все пак се стигало до сношение, след това той се чувствувал така отпаднал, че искал да взема по два дни отпуск по болест. Мъчил се да възстанови привидния преразход на сили с витамини и продължителен сън.

Освен това съществуват апатични и търсеци само удобство мъже, които се задоволяват повече с ядене, пиене и други удоволствия, отколкото с един любовен час, и вследствие на флегматичността си и липсата на пориви много рядко искат и могат да извършат полов акт. Те също така рядко посещават консултацията заради импотентността си, както и равнодушните саможивци. За тях узнаваме само от нещастните им жени. Изобщо изглежда, че мъжете страдат от импотентността си толкова по-малко, колкото по-малко са способни на дълбока любов към жените си.

Много отклоняващи се и хомосексуални мъже (вж. глава 9 и 10) са импотентни спрямо жените, защото те не отговарят на наклонностите им и поради това не са привлекателни за тях.

Дълбоките причини за сексуалните неуспехи на мъжете от характерологично и невротично естество са многообразни, рядко се осъзнават от тях и се откриват едва при психотерапията. Понякога жените на такива мъже ги чувствуват. Ако личността на мъжа е зряла и всестранно, хармонично развита, опасността от неуспех в сексуалната област е минимална, но не и обратно. Половата мощ далеч не е доказателство за зрелост на мъжката личност. За нея с необходимо повече.

ЛЕЧЕНИЕ НА ИМПОТЕНТНОСТТА

То зависи от причините и условията, т.е. от личността на мъжа, от неговия сексуален опит и желания, от конфликтите и предизвикващите ги фактори, от партньорката и т.н. Поради това всяко лечение е индивидуално и опитният сексолог ще намери за всеки отделен случай най-добрия метод. Когато импотентността е предизвикана от друго

38. Хипохондрия (гр.) – страх от въображаема, несъществуваща болест (б.ред.).

заболяване, то трябва да се лекува. Хормони и други медикаменти са показани само когато изследването е доказало необходимостта и ползата от тях. Приложени без нужда, те причиняват само вреда. Когато жлезите с вътрешна секреция функционират нормално, непрекъснатото приемане на полови хормони може да затормози собствената активност на жлезите. Много такива средства дължат преходната си ефективност в непоказаните случаи на самовнушението. Когато някой мъж чуе, че му се инжектира екстракт от тестикулите на бик, понякога само въз основа на това обстоятелство той си възвръща самоувереността. В чисто психогенните случаи предписването им може да затвърди увереността на пациента, че той все пак страда от органична слабост на потентността, а тъкмо преодоляването на това опасение е предпоставка за психотерапията.

Това трябва постоянно да бъде повтаряно.

Повечето мъже идват в консултацията и очакват да получат някакво лекарство, което ще възстанови потентността им, дори когато при по-ранни посещения на лекар са им били предписани без успех някои лекарства. Те се надяват, че сега вече ще бъде намерено подходящото лекарство даже и да са им известни психическите причини на заболяването; те са разочаровани, че с тях само се води разговор за това, как партньорите трябва взаимно да променят поведението, нагласата и интимните си отношения, за да изчезне смущението. Те не считат тази форма на помощ за пълноценна или я схващат като признак, че не може да им се помогне, и затова не я прилагат последователно. За терапевта също така щеше да е по-лесно, ако разполагаше с таблетки, които трябва само да се гълтат. В съответствие с казаното дотук този удобен начин липсва в много от случаите. Широко рекламираните в капиталистическите страни и прехвалени средства срещу импотентността досега са имали само един доказан ефект: добрия бизнес за производителя и за търговеца.

В противовес на това се препоръчва здравословният начин на живот и на хранене, макар че само с разходки на чист въздух, с достатъчен сън и с редовно хранене едва ли някога може да се постигне желаният ефект. Почти толкова съществено е нервното разтоварване. Пренапрегнатите, прекомерно натоварени менажери³⁹ се оплакват от смущения в потентността по-често от хората с равномерен работен ден. Понякога промяната прави чудеса, ако вече не е настъпило вторично фиксиране в

39. manager (англ.) – ръководител, обикн. от висок ранг – напр. директор на голямо предприятие (б.ред.).

страха от очакването. Злоупотребата с алкохол и никотин трябва безусловно да се избягва.

Механичните помощни средства (двустенни презервативи, чието междинно пространство може да се надува, телени или пластмасови еректори за изправяне на пениса и др.) не отстраняват импотентността, а само създават механични предпоставки за извършване на коитуса. Но чувствителните хора и преди всичко жените ги чувствуват като неестествени чужди тела. Проф. Калнберц от Рига е създал фалоендопротези от полиетилен, които се поставят оперативно в областта на пещеристите тела на пениса. От 1963 г. насам той извършил успешно вече няколкостотин такива операции. Протезата действувала незабелязано, правела възможна постоянната пасивна ерекция и възстановяването на активната, в случай че липсва възпрепятстващо органично увреждане. Подобни протези поставя на мъже с трайна импотентност д-р Тудорин в Букурещ.

Тези методи трябва да се приветствуват, те са създадени като последно средство да се помогне на органично импотентните мъже да осъществяват половото сношение, ако няма друг начин да бъдат лекувани. При психогенна импотентност обаче, а това са голяма част от случаите, те са неуместни. Със съдействието на партньорите тя може да бъде преодоляна, без да е необходима такава сериозна оперативна намеса. Дори ако това не се удаде, за повечето пациенти и техните жени би трябвало ръчният контакт да е по-приемливата алтернатива. Това трябва да се решава обаче съвсем индивидуално.

Мъжете с първична или много отдавнашна импотентност имат нужда от психотерапевтично преобразуване на личността, докато наскоро появилите се случайни смущения могат да бъдат отстранени само с няколко консултации. Във всеки отделен случай потиснатият мъж трябва преди всичко да бъде успокоен и да му се изясни, че потентността му е налице като способност, като възможност да извършва акта. Само някои погрешни психически механизми му пречат да я приведе в действие по желанието начин и в подходящия момент. Никой пациент няма да се отнесе с недоверие към това твърдение; самият той знае, че от време на време получава ерекция и може да изхвърля сперма, т.е. че формално всичко функционира, но не когато той или партньорката искат. Лечебно действие може да има дори само разговорът, който вдъхва увереност на пациента.

Тридесет и четири годишен инженер ни беше посетил още преди

години, когато още следваше задочно, защото от месеци не могъл да се сношава с хубавата си жена и вече се опасявал за верността ѝ. Смуцението бе отстранено, но се появяваше понякога, особено когато той мислел, че предлага много малко на жена си. Когато неблагоприятията продължавали със седмици, той ни се обаждаше по телефона, за да уговорим приеман час. Когато дойде след няколко дни, той всеки път ни осведомяваше, че след телефонния разговор потентността му се възстановявала и той вече имал няколко сношения. Увереността, че пак ще получи помощ, му беше достатъчна поне за временно излекуване.

Освен това важно е да се опровергае често срещаната сред мъжете „теория“, че любовта на жената зависела от мъжката сила. Колкото повече потентността на някой мъж отслабва, толкова повече той се заплива в тази теория. Той трябва да разбере, че за една жена еротичната нежност е много по-важна от коитуса. Някои мъже получават комплекси, когато самохвалковци им разказват за многобройни полови актове през една нощ, докато те самите са в състояние да извършват само един.

Когато узнаят, че само 15% от двадесетгодишните и само 7% от тридесетгодишните мъже са способни на повторни еякулации непосредствено след първия коитус, те се успокояват.

Решаващ фактор при лечението на импотентността е отстраняването на страха от очакването. Той може да изчезне само когато импотентният се откаже от намерението да извърши коитуса на всяка цена; тогава страхът от неуспеха става безсмислен. Това е по-лесно да се поиска, отколкото да се направи, тъй като импотентният мъж все пак вътрешно се надява на успех. Поради това в много случаи единствено правилната психологическа мярка е да се изостави напълно за известно време всякакъв опит за полово сношение. Партньорката трябва да бъде осведомена за това и да бъде помолена за разбиране, с което тя се съгласява по-лесно, отколкото мъжът мисли. За нея е по-добре да се откаже за известно време, отколкото неопределено дълго да се измъчва с разочароващи опити. По време на забраната, която обикновено трае няколко седмици, са позволени всички нежни контакти, включително и най-интимните. Изключение прави вкарването на члена във влагалището, защото за импотентния мъж това е най-критичният момент; върху него той концентрира всичките си стракове и опасения от евентуален неуспех. „Ще се втвърди ли членът ми достатъчно и ще стане ли твърд, за да мога да го вкарам и да извърша сношението?“ – непрекъснато си мисли той с

плахо съмнение. Забраната веднага премахва тези мисли. Сношението вече не е изискване. „Нямам такова намерение, а и тя не го очаква“ – си казва вече той, когато вземе присърце предписанието. Освободен от бремето на задължението, по-рано или по-късно нагонът му ще се обади пак по-силно в течение на вече необвързващата размяна на нежности и телесни контакти. Ще се достигне дори до отчетлива ерекция, ако той не я очаква тайно. Вместо да наблюдава подозрително своя член, той отново ще се радва на жената, ще осъзнава телесните ѝ прелести и ще почувствува неудържим импулс да наруши забраната – тъкмо защото не трябва и не бива. Рядко някоя жена ще бъде чак толкова педантична, че да се придържа и в този момент към стриктното предписание; в този миг то е изпълнило предназначението си и е станало излишно, защото на мъжа се е удало неочаквано да го престъпи чрез създадената съвместно с нея защита от разочарованието.

Колкото и парадоксално да изглежда, ерекцията може да бъде възстановена само когато човек не се опитва да я предизвика пряко. Лечението също не е уместно.

Най-успешен се оказва следният подход: една до две седмици взаимни нежности, които не бива да докосват половите органи на двамата и гърдите на жената. Още при това човек се научава да се наслаждава на усещанията от докосването и по правило се явява желанието за по-далеч отиващи контакти. В следващия, също толкова дълготраен период ласките и целувките могат да се разпространят по цялото тяло; при това мъжът и жената трябва да действуват активно и да получават пасивно. Най-често при това неволно се достига поне до мимолетна ерекция. Ако в този стадий единият или двамата почувствуват стремеж за сексуално разтоварване, партньорите могат взаимно да си помогнат чрез стимулиране с ръка. Те трябва да се научат да възприемат този вид полово сношение, а също така и да си казват по какъв начин той се осъществява най-успешно.

Не един мъж със смущения в потентността споделя, че вече е опитвал да задоволи жената посредством мануално или орално дразнение на клитора, но срещал отказ, мотивиран със забележката: „Или както трябва, или никак.“ Някои жени харесват от време на време задоволяването по този начин. С течение на времето обаче тези техники загубват еротичното си съдържание, ако се упражняват постоянно и само защото мъжът не е в състояние да се сношава полово по друг начин. Някой прекрасен ден при не една жена оргазъмът няма да може да се достигне по този начин или ще бъде предизвикан само рефлексно. Жените считат

този начин за временна мярка; те чувствуват липсата на ерегирания пенис, който считат не само като възбуждаща част на мъжкото тяло, но и като доказателство за сексуалноеротичната си привлекателност.

Следователно успехът зависи не на последно място от нагласата на жената спрямо сексуалността и спрямо мъжа си. Колкото повече тя го обича, толкова по-малко значение има начинът на половото общуване. Двойката сама би издала свидетелство за бедност на любовта и на еротичното си въображение, ако интимното щастие зависеше само от това, дали мъжът може да извършва акта „нормално“, или не. Колкото повече се мисли, че това е критерият за мъжественост, толкова по-застрашена е потентността. Не е необходимо жената да се отрече, но и не бива да настоява за начина, който ѝ се струва единствено нормален, но в момента не може да бъде приложен. В противен случай пътят към него се прегражда. Както за мъжа би трябвало да се разбира от само себе си, че той трябва с търпение и отзивчивост да помогне на жената с аноргазмия да стане способна за изживяване вместо да я потиска още повече с недоволството си, така и жената трябва да счита за своя задача да преодолее затрудненията в потентността на мъжа си вместо да го упреква с думи или мимики като неудачник.

Човек би трябвало да се освободи от възгледа, че всяко полово сношение трябва да представлява влагалищно съединяване на гениталиите. Ограничаването на понятието върху онзи акт, който прави зачатие е възможно, тика несигурния мъж направо към страха от неуспеха. Обратно, когато и двамата партньори признаят за равностойни форми на полова активност и другите пътища за взаимно възбуждане и удовлетворяване (напр. мануално или орално), тогава може да се избира измежду различните възможности и мъжът не е принуден да се ограничава с ерективната си потентност. Често пъти тя се появява само при променена психологическа обстановка.

Вижда се, че половите смущения могат да бъдат атакувани успешно най-често чрез лечение на двамата, за да се постигне по-добра взаимност и емоционална връзка. Тези форми на лечение все по-широко се прилагат и теоретично развиват, но не могат да се приложат, когато единият от партньорите се държи настрана.

Механизмите на появата и фиксацията на импотентността протичат при много мъже по подобен начин; затова е възможна групова терапия на импотентните мъже. Когато измъчваният от чувството за малоценност мъж види толкова другари по нещастие, между тях дори едри и яки, това го облекчава. Клумбис има обичай да започва груповото

събеседване със стихотворението на Гъоте „Дневникът“, в което поетът от първо лице разказва как се провалил с някаква келнерка и приписва това на любовта към жена си. Да чуят, че дори Гъоте веднаж е бил импотентен, за мнозина вече е успокояващо и лекуващо.

СЪВЕТИ КЪМ МЪЖА СЪС СМУТЕНА ПОТЕНТНОСТ И КЪМ ЖЕНА МУ

Винаги е рисковано да се дават рецепти и общи препоръки за полови живот, без да се познава личността и двойката. Което е полезно за едно, при друг може да няма ефект. В предишните глави вече беше казано немалко, поради което се ограничаваме с няколко съвета, които спокойно могат да бъдат дадени всекиму. Един съвет обаче не бива да се дава никога, макар все още да се чува от „колеги“ и за съжаление понякога и от лекари: „Опитайте веднъж с някоя друга жена!“

Този съвет трябва да се отхвърли не само от морални съображения. Изпълнението му в много от случаите не само не прави мъжа потентен, но го разочарова още по-дълбоко. В консултацията почти по правило някои мъже признават, че по препоръка, от любопитство или защото са се надявали, че ще настъпи подобрене, са опитали вече с тази или онази жена, обаче така ужасно са се изложили, че получили по-силен удар, отколкото със собствената си жена, която поне познава слабостите им. Неуспехът може да бъде предсказан: пред чуждата жена, принизена на всичко отгоре до експериментален обект, изпитанието е още по-сериозно, а страхът от провала – още по-могъщ и не може да бъде приглушен от очарованието на новото. Много мъже са, импотентни в началото на всяка връзка, защото не са сигурни дали ще задоволят жената, дали ще издържат на сравнението с предшественика си и т.н.; те стават по-смели едва тогава, когато са добили самоувереност, когато са сигурни в непоклатимата любов на жената и когато жената се отнесе към тях психологически правилно. Затова следващите съвети са по-важни за жената на импотентния, отколкото за него. Да припомним още веднъж нашия принцип, че сексуално по-стабилният партньор трябва да прави половото сношение за несигурния колкото се може по-отговарящо на желанията му – дотогава, докато трае смущението. Не бива да се възразява, че подобна активност не е присъща на жената, че тя иска да бъде завладяна, а не да оказва помощ. Разбира се, че тя би искала да чувства у него огън му, без да й се налага да го разпалва с мъка всеки път. В същност на

нея не ѝ се налага да прави кой знае колко много. Само отстраняването на това, което го потиска, е вече достатъчно. Ако освен това жената се погрижи и за онова, което му харесва, ще му помогне вече много. Ако отблъсква всичко, тогава самата тя е със задръжки, полово равнодушна или прекалено срамежлива и се нуждае от лечение, или пък любовта ѝ не е силна, тя няма търпение и смята всичко за безсмислено. Това и за двамата е по-лошо. Нормално чувствителната, любеща жена прави с радост всичко за постигането на интимната близост. Тя не счита, че това е под женското ѝ достойнство и затова не отрича мъжествеността му. Тя вижда смущението в ядрото на неговия характер и схваща липсващата потентност като негов симптом.

Тук ще дадем съвети, които ще послужат не само за лечение, но и за профилактика на смущенията в потентността. Те ще послужат и на хармоничната двойка, ако тя все още не се държи в съответствие със своите пориви.

1. Външните условия (помещения, легла) трябва да отговарят на потребностите на мъжа. Това жената може да уреди незабелязано, когато е разбрала неговите желания. Лабилният мъж става несигурен, когато условията са неблагоприятни, неудобното легло го принуждава да извърши сношението в неблагоприятна за него (но не непременно и за нея) поза. Тя води до мускулно пренапрежение, което отклонява вниманието, намалява удоволствието и отслабва ерекцията. Често пъти една възглавница (или отстраняването ѝ) е добре дошла – зависи от анатомическите съотношения.

2. Трябва да се подбират такива варианти и позиции на коитуса, които най-силно възбуждат мъжа, доставят му най-голям приток от дразнения и улесняват вкарването на члена.

3. Жената се възбужда на много места по тялото, в същност – навсякъде. Мъжът се възбужда в най-висока степен с члена си. Той се възбужда необикновено силно, когато жената докосва или хваща члена му. Мъжете се различават: едни усещат особено силно на залавното място на препуциума към главичката, други – по самата главичка, трети – по корена или при хващане на целия penis. Не съществува мъж, който да не харесва такива докосвания (не и когато се страхува, че жена му ще открие омекването; това може да му бъде много неприятно, да доведе до още по-голямо омекване и да го накара да се отдръпне засрамен). Той би трябвало да знае, че даже и омекналият член е приятен на гальовната женска ръка. Много жени най-често поради предвзето възпитание, смятат за абсолютно недопустимо да докосват с ръка половия член дори

при коитуса. Това разочарова някои мъже и може да ги отведе в ръцете на по-опитни жени или да намали потентността им. Жените, които познават този източник, доставят на мъжа (и в края на краищата – и на себе си) удоволствие от реакцията му. Обикновено тази любовна игра възбужда толкова по-силно мъжа, колкото повече той чувства, че жената върши това по свой собствен почин, а не само заради него.

4. Най-сетне тя може, за да го облекчи в началото на акта, да му помогне при вкарването на члена. В много бракове това е от само себе си разбиращ се обичай. За мъжа с непостоянна ерекция това може да стане условие за неговата потентност. Преди всичко се увеличава вероятността да настъпи ерекция поради интензивното дразнене на члена от женската ръка. (Някои мъже реагират още по-силно на оралните контакти.) На второ място мъжът се освобождава от задачата сам да намери входа на влагалището и да проникне там (най-критичната точка) и по този начин се избавя от опасността от несполука. Трето, при проникване с помощта на жената не е необходима пълна ерекция, особено ако влагалищният вход е отворен и хлъзгав. Незабавно сполучилото благодарение на тази помощ вкарване на члена се превръща в малък, радостен успех и стимулира ерекцията.

Позата на жената трябва да благоприятствува доброто обхващане на пениса от влагалището така, че мъжът непрекъснато да получава достатъчен приток на дразнения, а същевременно да предпази от изплъзване на пениса по време на фрикциите или, от относително омекване – дори ако на първо време тази поза ѝ доставя по-малко удоволствие.

5. Предпазните средства (презерватив) или само мисълта, че коитусът ще трябва да се прекъсне в момента на най-силното желание, могат да ликвидират ерекцията на мъжа със слаба потентност. По тази причина са по-полезни противозачатъчните средства, които жената прилага сама (съблюдаване на дните, в които зачеването е невъзможно, вътрематочна спирала и преди всичко – противозачатъчните таблетки). Познаваме мъже, при които смущенията в потенцията изчезнаха веднага след предписване на тези таблетки на жените им.

6. Мъжът трябва да отклони вниманието си от смущенията в потентността и да го насочи към партньорката си. Той трябва да се освободи от заблуждаващата мъжка мисловна схема, според която жената била предназначена само за коитус. Ако той гледа на нея като на любима и любеща жена, а не само като на същество с полов нагон, ще открие у нея много красиви неща, които преди това като че ли наочници са му пречили да види. Той не бива да смята нежностите, за които не му е

необходим е регирал penis, само за възпламенители за половия акт. Той трябва да ги цени сами по себе си като еротични изживявания, както жената винаги прави: той най-сетне трябва да се научи колко е хубаво да лежиш в прегръдка, да чувствуваш тялото си до нейното, да се наслаждаваш телесно и душевно на нежността ѝ. Тогава ерекцията ще настъпи сама най-често в моменти, когато той, изпълнен с чувственост, е толкова зает с жената, че не разчита на ерекция. Ако това не се случи, тогава все пак любовната среща е била хубава и може би по-съдържателна от осъществения с мъка коитус.

7. Денът и часът на половия акт не бива предварително да се определят. Не бива да го изисква някаква преднамерено предизвикана ситуация. При слаба потентност моментът на половия акт не бива да зависи предимно от настроението на жената, освен ако това не възбужда мъжа. Актът по-скоро трябва да бъде извършен, когато мъжът има достатъчно силно желание и вследствие на това – задоволителна ерекция, т.е. тогава, когато по всяка вероятност ще му бъде спестен евентуалният неуспех и следващото го обезсърчаване. Поради това най-подходящият момент се открива едва непосредствено преди извършването на акта. Не винаги желанието на мъжа за близост нараства автоматично с приближаването на времето за сън. Влизането в спалнята предизвиква у несигурния мъж по асоциативен път тъкмо страх от задължението да извърши коитус въпреки желанието си. Понякога само нежно подадената от жената ръка, докато седят пред телевизора, вече разпалва у него желанието и предизвиква ерекция; защо кушетката или килимът да не послужат веднага за любовно ложе? Всяко предварително запланувано намерение на коитус вече съдържа условия, поради които осъществяването му може да се провали. Тук пак проличава количествената ориентация на трудовия човек. Той мисли, че трябва да изпълни определена „норма“ полови сношения независимо от това, какво му е на душата, вместо да следва ритъма на любовните пориви. Този ритъм се отличава със значително разсейване за отделните брачни двойки, както се вижда от фиг. 18.

8. Повечето жени предпочитат продължителни ласки, преди да дойдат в подходящо настроение за съвокупланието. Мъжете най-често се стремят по-бързо към последното. Те би трябвало да се научат от жените си колко хубави и пълни със сладостно изживяване са подготовката и взаимната нагласа един към друг. Обаче жената трябва временно да бъде снизходителна в това отношение към мъжа с лабилна потентност. Продължителната любовна игра след пълно събличане може да пропъди

желанието му, защото той свиква с голото й тяло и то го възбужда вече по-слабо. Но първите контакти и първите погледи към него могат да възбуждат по-силно. В тези случаи се препоръчва да се държат в резерв до самия полов контакт още някои възможности за повишаване на възбудата, напр. свалянето на бельото.

9. Жената трябва да се научи да се държи умно в любовната игра, която трябва да помогне на мъжа ѝ. Тя трябва да го познава добре, мълком да го наблюдава и деликатно да го попита от какво нарастват най-много желанието и ерекцията му. Тя трябва да знае как да използва прелестите си, как да се облича и съблича; не е необходимо тя винаги да носи „приказно бельо“ по повелята на последната мода; но не бива и да се забравя, че народът нарича не без основание трезвото и практично бельо „убиец на любовта“. Когато жената още в началото на любовното ухажване покаже всичките си „козове“, тя отнема на мъжкото сексуално въображение и на желанието за открития възможността да се проявят. За много мъже полуоблечената жена е по-силен възбудител, отколкото напълно разсъблечената. Но индивидуалните желания и в това отношение са различни и променливи. Липсва каквото и да е било основание в тази ситуация да не бъде използвано женското очарование. Кога то би могло да бъде по-полезно? Защо тя да не устрои любовната среща малко преднамерено, ако не може да се осланя само на чувствата си? Тя спокойно може да прояви малко кокетство спрямо мъжа си. Иначе защо и е даден женския талант да съблазнява? – С това идваме до последната точка.

10. Колкото по-разбиращо и по-окуражаващо съдействува жената, толкова по-лесно и по-бързо ще бъде отстранено смущението. Тя трябва да премахне у мъжа страха, че той може да претърпи неуспех или че неуспехът му ще намали любовта и. Тя не трябва никога да покаже, че очаква нещо от него, когато той не е в състояние да го стори. Нито думите, нито жестовете ѝ не трябва да го накарат да предположи, че тя няма търпение и че вече не го счита за пълноценен мъж. Той разгадава мислите и чувствата ѝ от всяко нейно движение, от всяка нейна мимика и вижда през увеличително стъкло и най-малкото ѝ недоволство.

Тя трябва да направи всичко, на което е способна, за да държи настрана от него потискащите фактори и не бива да се скъпи на стимулиращи действия.

Много жени упрекват мъжете си, когато не могат да осъществят акта, в липса на любов. С малки изключения това е също толкова несправедливо, колкото подобният упрек към фригидните жени и може само

да утежни положението.

Не лишава ли спазването на всички изброени указания любовния акт от неговата естественост? Не се ли задушава напълно здравето, силно желание от многото хитроумни изобретения, от възбуждащите изтънчености? – Това може да се избегне. Разбира се, мъжът не трябва да добие впечатлението, че всичко е организирано и устроено за него, като че ли леглото нарочно е пригответо (макар че понякога такова осъзнато доказателство за любов може да действа лечебно). Той може да се почувствува задължен да не я разочарова пак и ето че отново ситуацията става рискована. Жената трябва добре да го познава, точно да знае слабостите и силните му страни, навиците и желанията му и да ги взема под внимание. Тогава тя, любещата жена, ще знае без много планове и разсъждения какво трябва да направи в момента и какво не. Посочените и всички други средства, които всеки сам може да открие, съвсем не трябва да бъдат трайни привички. На двойката е предоставено да запази онези, които са обогатили интимното общуване.

Малоценна ли е от еротична гледна точка любовната игра, която се съобразява с особеностите на партньора? – Напротив. Тя обогатява и се превръща в лично преживяване, за което само двамата знаят. Унижава ли се жената, която помага на потентността на мъжа си? – Докато го обича и е убедена в неговата любов, тя е толкова далеч от тази мисъл, колкото и той, когато в обратния случай помага на жена си да получи полово задоволяване при несигурен оргазъм. Безусловната взаимност в критичните жизнени положения е важно доказателство за истинска любов. Защо това да не бъде валидно и за половия живот? Тъкмо по този начин той получава особено дълбок човешки облик. Такива подводни скали често пъти допринасят много повече за здрава партньорска връзка, отколкото винаги и изцяло безоблачният брачен живот. Сближаването е по-силно, опознаването – по-дълбоко, расте увереността в зависимостта един от друг и благодарност към другия; точно този човек се заобиква още повече – не въпреки слабостите и затрудненията, а в много случаи тъкмо заради тях и заради търпението и съчувствието при преодоляването им с взаимни усилия.

От практиката ни на консултанти са ни известни редица двойки, които живеят щастливо, но чийто брак все повече и повече става платонически поради импотентността на мъжа, докато един ден духовната връзка не може повече да споява общността. Известно време нещата вървят добре. Понякога дори мъжът и жената са по-ласкави един към друг, ала съзнателно избягват по-тесния допир, за да не подклаждат копнежа, зад

който върви разочарованието. Постепенно обаче тялото на единия остава другия равнодушен, става индиферентно. Въпреки това човек си внушава, че е щастлив, макар че понякога тайно си поплаква. Ако жената срещне друг мъж, който ѝ допада, това нерядко води до открито скъсване на брачните отношения или до скрита извънбрачна връзка. Винаги смайва обстоятелството, че двамата не са намерили смелост да се доверят изцяло един на друг още в началото на появилите се затруднения, докато грижливо прикриваната дълги години боязън е преградила непреодолимо пътя, който би могъл отново да ги сближи. Кой може по-добре и е по-призован от жената да помогне на мъжа (а с това – и на себе си) да излезе от неприятното положение с помощта на брачния консултант? Ако тя не го стори, ако счита, че това е под нейното достойнство, положението ще се влоши и наистина може да се стигне до равнодушие и презрение и до раздяла.

Любовта наистина не е универсално лечебно средство при психично обусловените полови смущения. Тя не е в състояние да отстрани нито аноргазмията у жената, нито импотентността у мъжа. Проблемите не могат да бъдат решени толкова просто. Но сливането в едно с дълбока любов може да повдигне човешкото общуване на ниво, на което не могат да съществуват проблеми с потентността. Осъзнаването на нерушимата взаимност тук не оставя никакво място за онези мисли на примирение и затруднения при телесната любов, които карат мъжа да се съмнява в мъжествеността си и в безграничната любов към жена си.

ПРЕЖДЕВРЕМЕННА ЕЯКУЛАЦИЯ

Стигнахме до втората критична точка на сексуалната реакция на мъжа. Ерекцията създава грижи, когато не настъпи, а еякулацията – когато дойде по-рано, отколкото трябва.

Преждевременната еякулация причинява неприятности по-често, отколкото недостатъчната ерекция. Тя може да има различна тежест: изхвърлянето може да стане още когато мъжът едва е докоснал тялото на жената; при нежната любовна игра; при допира на члена до срамните устни („ante portas“)⁴⁰. До сношение не се стига изобщо, когато желанието на мъжа не се появи отново след прибързаната еякулация. На други мъже се удава да проникнат във влагалището, но еякулацията настъпва неудържимо само след няколко движения. В двата случая мъжът и

40. ante portas (лат.) – пред вратата (б.ред.).

жената са разочаровани, защото нищо не са получили един от друг – той се чувствава неспособен, а тя е далеч от оргазъма. Ако тя е по-студена натура, която нито желае половото сношение, нито очаква задоволяване, това състояние може да понася с години. То може обаче рано или късно да доведе до криза, а с течение на времето – и до намаляване на потентността и на либидото.

Сълзите бяха на очите на един 50-годишен ръководител на предприятие, когато по време на приемния час бе седнал срещу мен. Той иначе не бил толкова мекушав в професията си, но вторият му брак бил пред крах и затова нервите му изневерили. Първата му жена му изневерила в собственото му жилище и накрая го напуснала. По време на бракоразводния процес той по принуда поел цялата вина върху себе си, защото тя го заплашила, че ще разкрие половата му слабост и по този начин ще го изложи в селището. Преди дванадесет години се оженил повторно за значително по-млада от него жена, която реагирала много отзивчиво и ценяла духовната общност повече от телесната. Еякулацията настъпвала още щом притеглял към себе си полу- или напълно съблечената си жена. Много рядко му се удавало да вкара члена, след което веднага настъпвала еякулацията.

Досега жена му не се оплаквала, дори го успокоявала, когато той се отчайвал от това. Наскоро обаче тя проронила: „Ако положението не се измени, не гарантирам за нищо.“ Това била причината, за да потърси съвет. (Той е трябвало да стори това още преди години, тъй като можехме да му помогнем както на повечето мъже в подобно състояние.)

Някои жени изобщо не откликват на коитуса, „защото е само мигновено нещо и аз не получавам нищо от него“ – се оплакваше една жена. По такъв начин всяка нежност на мъжа може да загуби възбуждащото си въздействие и в зависимост от обстоятелствата да не се възстанови даже и тогава, когато той е в състояние да удължи коитуса. Други жени обвиняват мъжа, че го интересува само собственото му задоволяване, че не полага никакви усилия и че те се чувствували използвани за сексуален обект. Обективно този упрек е несправедлив, защото преждевременната еякулация настъпва против волята и желанието.

Много мъже търсят изход от това положение за себе си и за жена си, като (подобно на мъжете с недостатъчна ерекция) вършат с ръка или с уста онова, което не им се е удало с члена. Жените с клиторна реакция

са по-способни и по-склонни да постигнат по този начин пълно задоволяване. При много от тях обаче след изпразването на мъжа интересът към по-нататъшния контакт угасва; те мислят, че той ги е милвал само за да предизвика полова реакция, а не защото това му се е харесвало. Колкото прелюдията е по-интензивна, толкова по-бързо настъпва изпразването. С течение на времето на жената започва да ѝ липсва по-дългото съвокупление и двамата имат усещането, че актът е незавършен – дори когато оргазъмът бъде достигнат по някакъв начин.

Тридесетгодишен служител имал първото си полово сношение с жена си (негова връстница, за която и той също бил първият партньор), когато били на 26 години. Получавал еякулация още след 6 до 8 фрикции и изваждал кратко време преди това члена си, за да не забременее жена му. С презерватив сношението изобщо не му се удавало. Чрез галене на клитора на жена си с ръка след 3–4 минути тя също достигала връхната точка. Жената свикнала с това и нищо не ѝ липсвало. В приемния час тя обясни, че нямала понятие от половите работи и едва сега чула от някаква колежка, че другите мъже били по-издръжливи при полово сношение. Долавяла само смътно, че брачният им полов живот не е свършен и сега вече този начин не я задоволявал, но не считала това за толкова съществено както мъжа си.

Бързата еякулация е особено потискаща, когато е съчетана със слабост на ерекцията. Това се случва често. Докато в нормалния случай спермата се изхвърля с три-четири тласъка, в този случай тя често пъти просто изтича. Тогава половото сношение е съвсем невъзможно. Причините за това са по-комплексни, лечението – по-трудно и по-дълготрайно, защото и двете функции са слаби и никога не поддържа и не компенсират другата, макар и временно.

Съвсем необоснована е загрижеността на някои мъже, които се оплакват възбудено от „тежка импотентност“ и запитани за причината, отговарят, че не могли да изтраят по-дълго от 5–10 минути. Наистина е трудно и едва ли е целесъобразно да се поставя някаква норма, в рамките на която времетраенето на коитуса да се счита за нормално. Още по-трудно е точно да се установи дълготрайността на коитуса (която между другото е променлива). В горните случаи обаче задоволяването при любовния акт очевидно е осуетявано в по-малка степен от бързото изпразване на мъжа, отколкото от забавената реакция на жената.

МЪЖЪТ ЛИ РЕАГИРА МНОГО БЪРЗО ИЛИ ЖЕНАТА – МНОГО БАВНО?

Въпросът показва относителността на преждевременната еякулация. Ако не настъпва извънредно бързо и ако не протича без удовлетворение на мъжа, тя става проблем само ако предшества оргазъма на жената.

От таблица 9 се вижда, че 63% от анкетираните жени са били на мнение, че мъжът достига по-бързо до оргазъм. Мъжете също така преценяват неблагоприятно способността си: 64% от тях са посочили, че партньорката им достига по-бавно и само 10%, че те достигат по-бавно до оргазъм. За мъжа проблемът е: Как мога да забавя еякулацията? За жената: Как да достигна по-бързо до оргазъм? Онези мъже, които от самолюбие се борят за оргазъма на жената, издигат на много по-висок пиедестал проблема, отколкото го правят някои жени, чието ощастливяване те често пъти осуетяват тъкмо с прекомерно осъзнатата, понякога несръчна тактика на забавянето.

Никои мъж не се оплаква, че жената реагира с оргазъм много бързо. Съществуват жени, които за секунда стигат кулминационната точка, а при по-дълго сношение – дори два или няколко пъти. Това бива възхвалявано, срещу него няма възражения от страна на мъжа, защото сношението може да продължи, докато и той стигне до оргазъм. Много рядко нему е потребно толкова дълго време, че на нея да ѝ омръзне (ако, разбира се, тя по начало не намира коитуса неинтересен). Неговото изпразване, напротив, принуждава партньорката да завърши акта; изключение правят много малко млади мъже, които са в състояние да продължат без почивка. Така жената не достига до оргазъм. Изключение правят случаите, когато тя се остави да бъде задоволена по друг начин.

Бързите реакции никъде в животинския свят не се считат за малоченни или болестни; такива са по-скоро бавните, проточените, закъснелите. Според Форд и Бийч мъжките на много от бозайниците еякулират много бързо (шимпанзетата – за 10–20 сек., лъвовете и котарациите – за 5–10 сек., слоновете – за 30 сек. след началото на съвокуплението).

Нямаме намерение да извиняваме затрудненията на мъжа, като посочваме за пример поведението на маймуните и на другите животни. Сексуалността на човека не може да бъде сравнявана с половия нагон у животните. Обаче тя съдържа физиологични съставки, които показват – както показва и биологията на зачатие – очевидни прилики с начина

на реагиране у някои висши бозайници. Дикинсън е анкетирали 362 брачни двойки относно времетраенето на коитуса; 40% от тях са посочили времетраене под 5 минути, 26% – над 15 минути. Нашата анкета на 1500 мъже и жени показва подобни резултати (фиг. 23).

Това са субективни преценки на времетраенето. Реални данни за него изобщо не могат да се получат чрез анкета. Наблюдава се обаче следната закономерност: след обстойна индивидуална беседа по-голяма част от анкетирания намаляха на по-малко от половината първоначално посочената от тях средна продължителност на коитуса, след като я сравниха с броя на фриксиите (от 30 до 100 в минута) или с други процеси, например просвирването на една песен – около 2 минути. Според Кинси оргазъмът настъпва при три четвърти от мъжете две минути след започване на половото сношение, а според съобщенията на американски лекари всеки девети американец еякулира веднага след започване на сношението и всеки шести американец не може да забави оргазъма повече от две минути.

За повечето мъже настъпващата еякулация скоро след започване на сношението е също така, ако не и по-сладостна, от нарочно забавената. Те са недоволни само от това, че жената не достига до оргазъм едновременно с тях. Ако тя би могла това, всичко щеше да е наред.

Може ли диагнозата „преждевременна еякулация“ да зависи от това, колко бързо реагира жената и да бъде поставяна само защото жената не може да бъде задоволена по-бързо? Правилно ли е да се залепи на мъжа етикета на болестта, защото партньорката му много бавно, колебливо или изобщо не достига до оргазъм, докато при него процесите протичат съвсем нормално и биха били напълно достатъчни на някоя друга, по-бързо откликваща жена? Вярно е, че като любящ съпруг той трябва да положи усилия за ощастливяването на жена си.

Но, ако това не му се удаде, би било наистина несправедливо да бъде обременен с упрека за полово смущение, от каквото в същност страда тя. Защото, както видяхме в глава 5, повечето полово здрави жени при благоприятните условия на продължителната подготовка чрез нежност, средно взето, могат да реагират с оргазъм също толкова бързо, колкото и мъжът.

Както бе вече споменато, за сексуалността трудно могат да бъдат създадени норми за продължителност. Но според възгледите на повечето специалисти, ако даден мъж може да извършва фрикции в продължение на около една минута, преди да настъпи оргазъмът, той не страда от преждевременна еякулация. Васильченко и др. свалят границата на 25

фрикции. Гебхард е доказал, че половите сношения с продължителност по-малка от една минута, са твърде кратки за повечето жени, за да достигат редовно до оргазъм. Но ако тази минимална продължителност бъде надхвърлена, броят на оргазмите се увеличава незначително – даже когато сношението продължи пет, десет или повече минути.

Обикновено мъжът стига до оргазъм за толкова по-кратко време, колкото по-бързо следват фриксиите една след друга. Това се отнася и за жената.

Трябва още един път да се подчертае: значителното удължаване на половия акт рядко е решаващият фактор за задоволяването на жената.

ПРИЧИНИ ЗА ПРЕЖДЕВРЕМЕННАТА ЕЯКУЛАЦИЯ

В специалната литература преждевременната еякулация обикновено се разглежда като една от формите на импотентността, но ѝ се отделя много по-малко внимание, отколкото на смущенията в ерекцията, макар последните да са много по-малко разпространени. Двете форми охотно се обясняват с еднаква причина и преждевременната еякулация се счита за симптом на невроза. Някои психоаналитици (Абрахам, Бергелер, Райх и др.) твърдят, че на либидото на мъже с ускорена еякулация липсвала смела мъжка активност и типично мъжки полови функции: ерекция, имисия⁴¹, фрикция. При тях сладните усещания били съсредоточени в задната част на пикочопровода вместо в главичката. По характер тези мъже били отпуснати и пасивни или нервни и винаги припрени. При по-тежки случаи липсвала каквато и да била потребност за вкарване на члена във влагалището; еротичните фантазии се ограничавали само до любовната игра – да се притискат до жената, да я докосват или да бъдат докосвани от нея. При това съвсем не се стигало до ерекция.

Тези наблюдения понякога се потвърждават в брачната консултация. Но обясненията, които предлага за тях психоаналитичната сексуална теория, имат съмнителна научна стойност: мъжът с преждевременна еякулация бил заседнал в развитието на либидото си на „пикочопроводно стъпало“ или отново се бил върнал на него; той усещал еякулацията като отделителен процес, като уриниране и я използвал, за да отреагира потиснатата агресия (искал несъзнателно да напикае жената и да я

41. immissio (лат.) – вкарване (б.ред.).

изцапа). Вместо да се откаже напълно от отъждествяването с урина или с мляко сперма, той я отдавал по дразнещоагресивен начин (т.е. в момент, когато жената не изпитва нищо от това). Тази карикатура на отдаването представлявала „късно отмъщение“ за орални разочарования по време на кърменето. Франкл тълкува преждевременната еякулация като израз на недостатъчен стремеж към нежност и невротично намалена потребност за отдаване. Някои от тези мъже били ориентирани в съответствие със състоянието си, търсели само сексуално разтоварване, не могли да кажат „да“ на другия или завързвали сексуални връзки без оглед на личността.

Нашият опит показва, че в много малко случаи се касае действително за невроза. По-скоро върху преждевременно настъпващата еякулация на мъжа се наслагва погрешно поведение, което вече вторично се разраства в сексуална невроза и може да ускори изтичането на спермата още повече.

Резултатът от бързото изпразване – незадоволяването на партньорката – може да съответствува на последиците от смущенията в ерекцията. Двете смущения могат да се появят и едновременно, но причините им, както и техните психически и физиологически механизми значително се различават и изискват различно лечение. Дори по чисто анатомически съображения липсата на ерекция и преждевременната еякулация не бива да бъдат обединявани. Центърът на ерекцията и центърът на еякулацията се намират на различни места в гръбначния мозък. Ерекцията се предизвиква предимно от парасимпатиковата, а еякулацията – от симпатиковата част на вегетативната нервна система. Тези мъже, безпомощни поради относително бързата си еякулация, най-често не показват телесни признаци на заболяване, нито психически странности. Те еякулират доста бързо – винаги или през много дълги периоди от живота си, също и при различни жени. Свързаната със съдовата моторика ерекция обаче е много лабилна, колеблива и зависима от променящите се психически въздействия. За щастие с напредването на възрастта, с отслабването на сексуалните пориви способността да се забавя еякулацията расте. Затова пък по-младите, по-възбудими и поради това бързо еякулиращи мъже могат да повторят сношението веднага или след късо време. Те идват да търсят помощ едва когато след някой кратък акт са се изразходили, или когато са се свързали с друга, по-бавно реагираща жена, или когато вследствие неудовлетвореността от собствената полова мощ към преждевременната еякулация се присъедини и слабост на ерекцията.

От какво зависи кога ще настъпи еякулацията? В този процес

участвуват четири главни фактори, които взаимно се обуславят:

1. От индивидуалната нервна възбудимост. Тя определя прага на дразнението, при чието прекрочване сексуалните стимули привеждат в ход еякулацията. Колкото по-нисък е този праг, толкова по-малобройни и по-краткотрайни са дразненията, необходими, за да се предизвика изпразването. Измежду пациентите с преждевременна еякулация се срещат мнозина нервно превъзбудени или вегетативно лабилни мъже, чиито ръце лесно се изпотяват; при всяко психическо натоварване и при всяка нова ситуация те се обливат в пот, стават неспокойни и се вълнуват. Успоредно с предразположението към неврастения едностранчивата умствена дейност и нервното пренапрежение изострят тези нежелателни реакции. Установено е, че преждевременната еякулация е по-честа сред умствените работници в Англия (Стопс) и сред менажерите (Хесе). Когато се бои от преждевременна еякулация, когато очаква с вътрешна тревога оргазъма на жената и така стига до нервна свръхвъзбуда, мъжът неволно сам си докарва бързото изпразване. Известно е, че някои чувствителни младежи получават спонтанна еякулация по време на класна работа, когато не им стига време и се страхуват, че няма да я завършат навреме.

2. От моментното ниво на възбудата. То може още преди сношението да доведе мъжа непосредствено до прага на еякулацията; при най-малките контакти с жената (които иначе му правят малко впечатление), той вече бива прекрочен. Има мъже, които мислят, че при такова състояние непосредствено усещат напирещата навън сперма. Сексуално активните мъже, свикнали на редовен полов живот, стигат до такова състояние при продължително въздържание. То може да отзвучи по време на отвличащи вниманието на мъжа занятия, но може и да се натрапва на съзнанието му, докато не настъпи облекчение. Силната възбуда кара мъжа трескаво да желае жената и прави свърхпрагови всичките й прелести; тогава сношението се извършва със силно желание и на мъжа не се удава да задържи еякулацията. Щом това не е постоянно състояние, не може да се каже, че мъжът е прекалено сексуален. Неукротимият полов глад на любимия действа възбуждащо върху не съвсем фригидната жена и скъсява пътя ѝ до оргазъма. В това състояние, наричано „сексуално бедствие“, мъже с нестабилен морал рискуват да станат безкритични при избора на партньорка, да изневеряват, да търсят само полово удовлетворение без любов.

3. От психически въздействия. Между тях и моментното ниво на сексуалните потребности съществува взаимодействие. Дразненето

разпалва желанието, а желанието форсира търсенето на дразнения (фантазии, снимки, съзерцание на някоя привлекателна жена, представи за желани контакти или за коитус с мечтаната партньорка, думите ѝ, поведението ѝ, вида на тялото ѝ и реалните полови контакти). Тези психически стимули довеждат мъжа несравнимо по-бързо до еякулация, отколкото жената до оргазъм, и то толкова по-ефективно, колкото повече представата или реалната партньорка съответствува на идеала му.

4. От усещанията при контакт. Докосването, прегръдката, милването на тялото на партньорката доставя чувствени усещания, които обикновено предизвикват само ерекция и желание за полово сношение. Някои мъже с преждевременна еякулация се изпразват още при тези ласки, които за жената са само подготовка.

Антипод на бързото изпразване е липсата на еякулация – едно много по-рядко явление, оплакванията от което напоследък зачестяват. Такива мъже могат да продължат коитуса почти неограничено дълго и понякога да доведат жената до оргазъм няколко пъти. Въпреки това коитусът за тях е мъчение, защото самите те не се разтоварват. Това потиска и жената и те избягват сношението.

В много такива случаи мъжът (съзнателно или не) отрича жена си най-малко като полов партньор. Тялото ѝ не съответствува на представите му или той психически не я възприема; поради това му липсва готовност за пълно отдаване. Някои от тези мъже твърдят, че с жена, съответстваща на идеала им, стигат до пълен оргазъм. С това те търсят морално оправдание пред жените си, за да се разделят с тях. Липсата на еякулация може да бъде обяснена по този начин. Истинската привързаност към партньорката е предпоставка за лечението.

Когато мъжът не може да еякулира във влагалището, опитът на жената да му помогне с ръка може да успее. Когато това се удаде няколко пъти, трябва да се опита след ръчна стимулация на пениса да се постигне еякулация във влагалището. Тогава моментът на вкарването постепенно може да се измества все по-напред.

Покрай другите психически причини (страх от забременяване или от изненаждане, невротично поведение) смущението може да има органична причина – особено ако еякулацията липсва винаги, включително с други партньори или при мастурбация. Често пъти продължителната употреба на медикаменти с потискащо действие върху нервните процеси или за лечение на високото кръвно налягане играят някаква роля.

СЪВЕТИ ЗА УДЪЛЖАВАНЕ НА ПОЛОВИЯ АКТ

Каквито и да са причините за преждевременната еякулация, все едно дали се счита за нормална или болестна, дали се движи в умерени граници, или стига до крайност, дали настъпва в началото или кратко време след започването на половото сношение, тя влияе неблагоприятно върху половия живот и затруднява приспособяването. Тя насажда и у жената, която не може да се нагоди към преждевременното ѝ настъпване, и у мъжа, който не може волево да я забави, чувство за малоценност, прави и двамата нервни. Жената става недоволна, сприхва или безразлична, мъжът – унил и несигурен. Любовният акт остава недовършен. Липсва му нежното, омиротворящо отпускане, което следва бурната прегръдка и оставя благодарната двойка да почива заедно. Добрият брак не страда, ако от време на време любовният акт протича набързо или несвършено. Продължителните смущения обаче вредят сериозно. Това неприятно положение трябва да се промени. По-тежките и усложнени случаи трябва да бъдат лекувани от лекар. Но и там, където половият живот е сносен, препоръките на специалиста ще бъдат от полза. Следващите съвети, ако бъдат приложени разумно, няма да навредят никому, но могат да помогнат в достатъчна степен на мнозина. Във всеки случай на практика те се оказаха полезни.

Нека подчертаем още веднъж: всяка двойка има своите привычки, всяка жена и всеки мъж – своите особености в половия живот.

Още Овидий в поемата си „Изкуството на любовта“ е дал този съвет. Очевидно общовалидни „рецепти“ не съществуват; възможни са само насочващи съвети, които трябва да бъдат приспособени към интимния живот на всяка двойка.

Както всеки сексуален проблем преждевременната еякулация потиска и двете страни; мъжът и жената страдат и трябва да решат проблема с общи усилия. Никъде това не е така ясно, както тук. Тя реагира много бавно, той – много бързо. Следователно те трябва да опитат да се доближат един към друг, да се срещнат по средата на пътя. В предната глава бе показано как може да се ускори оргазъмът на жената. Какви съвети трябва да бъдат дадени на мъжа с преждевременна еякулация?

1. Преди всичко той трябва да провери дали не трябва да промени начина си на живот. Не спада ли той към онзи тип нервни хора, които постоянно се ядосват, тичат насам-натам като подгонени, шетат нагоре-надолу и се суетят? Не прахосва ли енергията си напразно в прилежни,

но безпорядъчни усилия? Не е ли положеният труд несъразмерно по-голям от получения ефект? Ако това е така, той най-напред би трябвало да започне разумен живот, да се научи да се разговарва, да въведе разумен ред във всекидневието си. Който действително е преуморен и нервно претоварен – това не винаги са онези, които си го мислят, – трябва или да почака, или да си вземе отпуска по-скоро. Понякога тя върши чудеса. Начинът на хранене също има нужда от решаващ обрат: насочването към здравословна храна, умерена по количество и с малко подправки. Физическите упражнения снижават сексуалната свръхвъзбудимост. Сексуалността трябва да намери място в един пълноценен, ощастливяващ живот. Тези препоръки обаче са много общи; тяхното изпълнение, макар винаги да е полезно, рядко е достатъчно за отстраняване преждевременната еякулация. Поради това са уместни няколко специални съвети.

2. Колкото по-редки са половите сношения, толкова по-бързо настъпва еякулацията. Това е почти закон или най-малкото – правило, тъй като се срещат и изключения. От сто анкетирани мъже деветдесет го потвърдиха. Очевидно колкото по-дълго време се въздържа, толкова по-лесно и по-силно мъжът се възбужда и толкова по-трудно му е да се овладее. Телесната близост на жената го възбужда особено интензивно. Самата прегръдка вече довежда до усещането на надигация се оргазъм, който при тези условия често пъти настъпва неотвратимо още в началото на половото сношение. Ако мъжът се опита да удължи любовната игра, той трябва да знае, че ще реагира по-бързо. Логично, естествено и най-успешно средство в този случай е по-честото сношение. Само то в много случаи води до излекуване. Немалко мъже, които имат нужда от това средство, вършат тъкмо обратното: те ограничават честотата на сношенията си, защото погрешно мислят, че трябва да се щадят или защото не желаят да вдъхнат на жената надежда и после да я разочароват. Както и да се обосновава такова поведение, резултатът е един и същ – влошаване на преждевременната еякулация.

Близко до ума е, че съблюдаването на този съвет трябва да се съгласува с желанията на жената. Тя го посреща с готовност, защото при болшинството от жените разреждането на половите сношения действа отрицателно: при продължително въздържание женският оргазъм обикновено се явява късно. Отвикването понякога изисква многократни сношения, докато жената отново стигне до задоволяване. Следователно половото въздържание и при жената много пъти води до обратен на очакванията ефект. Обратно, ако партньорите са заедно по-често, нараства вероятността половото сношение да съвпадне с дните, в които жената

изпитва особено силно желание и поради това реагира по-бързо.

Когато сношението се извършва по-често, отколкото желанието налага, може да настъпи пресищане; то не носи вече лечебен ефект.

3. На същия принцип се основава и предложението актът да се повтаря, когато и доколкото мъжът е в състояние да стори това. Повторният коитус по правило може да бъде удължен, докато жената достигне до оргазъм. На нея вече не ѝ е необходимо толкова дълго време, тъй като предизвиканата от първия акт възбуда още не е отзвучала. Срещата след дълга раздяла (моряци, войници, работещи другаде) често е най-доброто средство и за двамата партньори. Някои мъже могат да повторят сношението повече от два пъти. Много мъже обаче само се хвалят с това постижение, което изобщо не е необходимо за задоволяването на жената. Жената никога не оценява телесната любов по количеството. Това правят само простите мъже.

На рано оженени мъже, които често се оплакват от преждевременна еякулация в най-буйните си години, също така трябва да се препоръчва повторният коитус, ако сами не са стигнали до него. С напредването на възрастта прекомерната възбудимост намалява; освен това мъжът се научава и да забавя реакциите ги, а жената – да ускорява своите; хората се приспособяват един към друг. От мъжете, които посочихме при нашата анкета, че имат сексуални затруднения, преждевременна еякулация са имали 64% във възрастта до 30 години, 49% от 30 до 40 години, 38% от 40 до 50 години и 34% – над 50 години.

Мъже от различни възрасти съобщават, че често в началото на интимната връзка еякулират неприятно бързо. Липсата на навик, необичайността на партньорката и новата ситуация действуват възбуждащо и рефлексите протичат нежелателно бързо. На тези мъже също трябва да се препоръча повторението на половото сношение. Тези двойки и без това удължават максимално взаимните ласки след акта и повторният коитус следва от спонтанното желание и на двамата.

4. Много мъже, които знаят, че след еякулация либидото им изчезва за по-дълго време, се стремят да удължат сношението, като спират за малко фрикциите, преди да се е появил еякулационният рефлекс. При това интимният контакт се запазва; той може да се задълбочи, така че възбудата на жената не само не изчезва, но се засилва; това не се отнася за възбудата на мъжа. Щом се появи опасност от спадане на ерекцията, той продължава фрикциите.

По подобен начин мъжът може да запази ерекцията и да забави еякулацията, като прекъсне коитуса при появяването на първите

предвестници на еякулацията (без да изоставя жената) и го продължи, когато тези усещания затихнат. След известно упражнение коитусът може да бъде доведен до завършек, който задоволява и двамата партньори и без такова прекъсване. Забавянето на еякулационните рефлексии може да бъде постигнато с тренировка.

5. Върху това се основава методът, наречен „техника на натиска“, който превъзхожда всички опити за лекарствено лечение и при последователно прилагане прави мъжа способен да овладее еякулационния процес и волево да го забавя. За тази цел обаче е необходима готовност за съдействие от страна на партньорката. Тя трябва да стимулира мъжа с ръка и при първите признаци на предстоящата еякулация да притисне с пръсти главичката на пениса там, където тя е сраснала с гема, като по този начин прекъсне рефлексията на еякулацията. Това трябва да се повтори многократно. Индивидуални пояснения на този метод се дават от опитен сексолог.

6. След акта пещеристите тала на пениса остават напълнени с кръв толкова по-дълго, колкото повече еякулацията е била забавена. Така оргазъмът на жената понякога може да се постигне по обичайния начин и след еякулацията. След прекъснат коитус пенисът спада по-бързо. Този начин на предпазване от бременност не се препоръчва на мъже с преждевременна еякулация, защото при това сношението се скъсява още повече макар това скъсяване да е само със секунди, понякога те са решаващи за жената. Когато преживява оргазма на мъжа, това може да предизвика бързо и интензивно нарастване на възбудата ѝ; отдръпването му я угасява за миг. Поради това по-добре е да бъде използван презерватив. Той се препоръчва на свърхвъзбудимите мъже с преждевременна еякулация, защото притъпява дразненето на пениса, особено при използването на по-плътни видове. Тук се търси нарочо неблагоприятното в други случаи притъпяване на усещанията. За съжаление то понякога засяга и жената и въпреки удължаването на акта очакваният ефект не настъпва. Когато ерекцията спадне поради изолацията на пениса, нищо не се печели. Това може да се случи и при намазване на главичката на пениса с анестезиращ⁴² крем.

7. Много лекари се опитват да лекуват преждевременната еякулация с лекарства. Напоследък се прилагат предимно средства, успокояващи нервната система и даже хормони. Доказаните успехи с тези медикаменти обаче са съвсем малки. Само някои от т.нар. невролептици⁴³

42. Анестезиращ (от лат.) – (временно) обезчувствяващ (б.пр.).

могат наистина да забавят еякулацията, но поради действието им върху други органи и системи те се прилагат само в изключителни случаи, когато всички други мерки са се оказали напълно безуспешни.

8. Подобно, дори по-добро и по-приятно действие може да се постигне в някои случаи с вино или бира. Мъже с преждевременна еякулация редовно съобщават, че с малко алкохол в стомаха могат да удължат коитуса. Това се дължи на факта, че алкохолът отслабва усещанията и забавя реакциите; освен това добитата от хмел бира съдържа бром. Още Шекспир е казал в една от творбите си, че алкохолът засилва желанието, но потиска действието. Както е известно, той премахва до известна степен и задръжките у жената. През главата ѝ вече не минават толкова отклоняващи мисли. Тя става по-склонна към отдаване и кривата на възбудата ѝ се изкачва по-стръмно нагоре. По този начин тя настига мъжа, който пък напредва по-бавно.

В любовта обаче алкохолът е двулик като Янус⁴⁴. Много млади момичета са прелъстени, много омъжени жени и женени мъже са изневерили под въздействието на алкохола. Алкохолът подбужда към полови контакти, на които човек не би се решил в трезво състояние, и които впоследствие го карат да се срамува и да се разкайва. Те водят често до забременяване, защото пийналият човек става безгрижен.

Коитусът в алкохолно опиянение унижава партньорите и особено жената – също и в брака. Не една жена чувствава отвращение и дори погнуса, когато пияният ѝ мъж поиска да я „използува“. Така може да се стигне до отвращение към коитуса въобще. За щастие напълно пияният мъж не е способен за коитус, а хроническото пиянство прави импотентен не един мъж. В пияно състояние половият живот става вулгарен и престава да бъде израз на любов. Мярка е необходима и при консумацията на алкохол. Една хубава вечер с бутилка вино може да донесе добро настроение и да регулира реакциите.

9. Тъй нареченият „метод на отвличане на вниманието“ може да се препоръча само условно. Както е известно, сексуалната фантазия на мъжа е съществен възбуждащ фактор, а психическите дразнителни, които

43. Невролептици („големи“ транкилизатори, психолептици) – голяма група медикаменти с мощно успокояващо действие върху централната нервна система. Един от ефектите им е потискането на условните рефлексии. Към групата спадат: тиоридазин, хлоразин, нозинан, мелерил, стелазин, лиоген, тирилен, труксал, луватрен, резерпин и много други препарати (б.ред.).

44. Янус (лат.) – боготворен италиийски цар; изобразявали го с две лица, обърнати на противоположни страни; двулик, неискрен човек (б.ред.).

произлизат от партньорката му, водят към еякулацията. Ако по време на акта той се замисли за професионалните си проблеми или за събитията през деня, ако започне да решава задача или просто да брой, то потокът на възбудата може да бъде спрял, коитусът се удължава и еякулацията се отлага. Тези трикове подхождат за сексуална терапия само по изключение, тъй като противоречат на същността на половото общуване, при което човек иска да се слее с любимия телесно и душевно. По време на коитуса мъжът трябва да мисли само за жената, а не да смята или да брой овце. Ако усети, че той върши това (пък макар и заради нея), тя ще се разочарова много по-силно, отколкото от краткия, но страстен коитус; колкото и да траят неговите усилия, те няма да могат да компенсират разочарованието ѝ.

10. Много мъже, които искат да еякулират по-късно заради жена си, успяват да забавят собствените си реакции, без при това да прекъсват стимулацията на жената. Най-чувствителната част на пениса е главичката с венечната бразда. Ако мъжът при дълбоко проникнал пенис прави само къси движения, главичката остава в крушовидно разширеното дъно на влагалището, където дразненето е по-слабо. Стволът на пениса обаче се плъзга по оргастичната маншета и дразни жената точно там, където болшинството от влагалищно реагиращите жени усещат по-силно. Това представлява предимство и за жените с предимно клиторна реакция, защото клиторът е под интензивния натиск на корена на члена.

Някои мъже могат да удължат акта по този или подобен начин почти неограничено, докато жена им дойде до оргазъм, след което предизвикват еякулацията с по-енергични движения. Много мъже осъществяват забавянето без особени „технически“ тънкости и волево стигат до еякулацията заедно с оргазъма на жената. Последният изключва неговата волева спирачка, която вече не е нужна – взаимното ощастливяване е настъпило. Някои мъже опитват да удължат акта, като забавят движенията си. Това обаче не е за препоръчване кратко време преди оргазъма на жената – тогава тя се нуждае обикновено от бързо следващи една след друга фрикции.

Други мъже локализируют натиска на пениса толкова умело, че усещат по-слабо от жената мощните дразнения, водещи до оргазъма. Съществуват и пози, които улесняват мъжа да удължи акта. Благоприятно в този смисъл е страничното положение на мъжа спрямо легналата по гръб жена. Съобщава се и за мъже, които посредством волево свиване на аналния сфинктер⁴⁵ предотвратяват преждевременната еякулация.

Всичките тези варианти на сексуалното поведение са успешни само

ако доставят удоволствие и ако не се изродят в напрегнати усилия да бъде задоволена жената. Ако тя усети, че той се измъчва заради нея, и че от първоначалното страстно желание не е останало много, която и да било тактика на удължаване на акта ще се размине с желания ефект. При половото сношение емоционалният фактор най-често е по-важен от физиологичния и от „техниката“. Необходимо е двата фактора да са в правилно съотношение, без последният да се пренебрегва.

При описанието всичко изглежда много по-сложно и „по-техническо“, отколкото е в действителност. Опитайте се да обясните някое съвсем просто действие с продължителност само няколко секунди – ще видите, ще се получи цяло съчинение.

Още нещо трябва да бъде изтъквано постоянно: на Земята живеят стотици милиони двойки. Точно толкова са и вариантите на любовния акт, макар разликата да е в нюансите. Щом се появят затруднения, всяка двойка се опитва по свой начин да се справи с тях. Изложението на основните им черти и писмените наставления по необходимост трябва да опростяват нещата; те могат да ги осветлят само в най-едри щрихи, да посочат само най-честите смущения и най-важните препоръки; последните могат да се прилагат разумно само след като бъдат приспособени към собствените проблеми.

Почти всички дадени досега съвети имат един общ недостатък: те зависят от качеството и трайността на ерекцията. Ако мъжът освен преждевременната еякулация има затруднения и с ерекцията (за съжаление такива мъже не са малко), не може да има полза от удължаването на половото сношение; членът спада, актът не може да бъде продължен. При други мъже заглушаващите възбудата средства могат да отслабят либидото. В такива случаи е необходимо индивидуално лечение в брачната консултация. Има средства, които помагат да се излезе и от такива сложни затруднения.

На мъже, които имат и двете смущения, може да бъде посочен следният път. Впрочем той е единственият, при който никак не се засягат либидото, ерекцията, психическият и телесният контакт на партньорите, но се поема и разбира от някои мъже едва след подготвителна психотерапия: мъжът трябва постепенно да промени цялата си нагласа спрямо жената и половия акт, да измести акцента на половите си потребности от задоволяването само на собствения нагон към взаимната нежност и духовното общуване. Той трябва да възпита у себе си

45. Анален сфинктер (лат.) – пръстеновиден мускул на ануса, свивач (б.ред.).

способността да изпитва еднакво психическата и телесната наслада от единението с любимата жена, да се любува на многобройните други контакти и същевременно да изживява дълбоката връзка с нея.

Най-важният или даже единственият мотив за удължаването на любовния акт не би трябвало да бъде намерението на всяка цена да се доведе жената до оргазъм, а желанието да се усеща партньора колкото може по-дълго, за да се изживее непосредствено взаимното принадлежане. Това задоволява много жени повече, отколкото набързо постигнатия оргазъм, след който всеки партньор се оттегля веднага в леглото си. Така еякулацията ще настъпва и за двамата в подходящия момент на любовния акт.

Глава 7

СЕКСУАЛНА ЧУВСТВЕНОСТ И ПРЕДПАЗВАНЕ ОТ БРЕМЕННОСТ

ЗНАЧЕНИЕ НА ПРЕДПАЗВАНЕТО ОТ БРЕМЕННОСТ. ПЛАНИРАНЕ НА СЕМЕЙСТВОТО.

При разглеждането на сексуалните смущения видяхме, че страхът от нежелана бременност може силно да накърни способността за изживяване, особено при жената. Използването на надеждни средства за предпазване от бременност допринася за преодоляване на затрудненията в интимната сфера. Всеки човек, всяка двойка има свои навици, свои собствени желания, а също и определени слабости при любовния акт и не всеки вид предпазване от бременност е приятен всекиму. Затова в следващия раздел ще разясним методите за предпазване от бременност, ще преценим техния противозачатъчен ефект и ще обсъдим дали и доколко те оказват влияние върху сексуалните преживявания.

Цялото развитие на човечеството дава право на всеки индивид на щастлива сексуалност и на съзнателното ѝ отделяне от размножението. В интерес на оптималното разгръщане на личността, към което принадлежат образованието, професионалната квалификация и другата общественополезна работа, през определени периоди на живота си човек не желае бременността и раждането, които задържат развитието му. При други обстоятелства, напротив, детето обогатява семейното щастие; обикновено всеки зрял човек изпитва нужда да възпитава деца, да им

предава опита си, който те ще доразвият.

Всяка двойка трябва да решава съзнателно и отговорно кога да има деца.

Науката решава задачи, които обществото ѝ поставя. Фактът, че тя е създала противозачатъчните средства, показва, че за това съществува обществена потребност. Общо взето, личните и обществените интереси до голяма степен се покриват при разумното регулиране на демографския прираст.

Въпреки възможностите, които медицинската наука предоставя, даже и при сегашните условия не навсякъде и не всички хора посрещат бременността с радост или поне без външни или вътрешни конфликти. Това може да доведе до затормозване и до отрицание на зачатие, раждането и родителството. Обществото е задължено чрез юридически и социални мерки да отстрани всички пречки, които се противопоставят на желанието за дете, но то няма право да застави жената да забременее. Ненужно, даже нечовешко е жената да заплаща с цената на отказ от полово задоволяване своя страх от бременност. Зачитането на достойнството на човека налага да му бъдат съобщени веществените предпоставки и научната информация, които са му необходими, за да си спести тези конфликти.

Социалното и моралното оправдание на антиконцепцията⁴⁶ почива върху научно обосновавания образ на човека като биологично и социално същество, върху прогресивното развитие, върху овладяването на природните и обществените закони с оглед разумното им ползуване от човека и не на последно място – върху отговорността му. Разгледани от такава идейна позиция, предпазването от бременност и желанието за раждане на деца образуват неразделно единство. По такъв начин възниква разумното регулиране на раждаемостта посредством антиконцепцията, съгласувано с жизнените интереси на двойката. То не само повишава възможностите им за сексуални преживявания, не само ги предпазва от всевъзможни психични травми, които ограничават личното им щастие, но в крайна сметка служи и на детето, защото като желана рожба то има по-добри шансове да бъде обичано; с това се създава важна предпоставка за бъдещото му щастие.

Да се обърнем към сексологичните аспекти на планираната раждаемост⁴⁷ и да запитаме:

1. Съществуват ли надеждни противозачатъчни средства?

46. Антиконцепция (лат.) – съзнателно предпазване от нежелана бременност (б.ред.).

В края на краищата, колкото по-сигурно е средството, толкова страхът от бременност е по-малък.

2. Съществуват ли противозачатъчни средства, които не вредят на сексуалните преживявания на жената и на мъжа?

Ако потискат сексуалните пориви по химически или механичен път, с начина на прилагане те не са подходящи за осигуряване способността за оргазъм на мъжа и жената.

Разбира се, тези средства не бива да притежават вредни за здравето странични действия.

Под надеждна антиконцепция се разбира такъв метод, който при правилно прилагане прави забременяването невъзможно. Абсолютно сигурно предпазва от бременност само пълното полово въздържание или стерилизацията, която е необратима. Като се абстрахираме от някои изключения, и двата тези метода не могат да се препоръчат на здравите хора. Днес обаче съществуват противозачатъчни методи, които са почти абсолютно сигурни.

Според специалистите измерител за надеждността на определено противозачатъчно средство е броят на бременностите за стогодишен срок на приложение. Ако например десет брачни двойки прилагат един и същ метод в продължение на по десет години и през това време се случат четири бременности, то „квотата на отказа“ е 4. За съвременните антиконцепционни средства се допускат не повече от 2 до 3 бременности в продължение на сто години прилагане.

Трябва да се прави разлика между отказ по причина на метода и отказ по причина на пациента. И най-добрата теоретична ефективност на което и да било противозачатъчно средство става безсмислена, ако то не се прилага правилно и последователно. Отказите по причина на пациента могат да настъпят, когато методът е много сложен за приложение или (най-често) когато пациентът го прилага неправилно или е небрежен.

Само практиката показва колко е надежден даден метод. Колкото той е по-сложен, толкова по-голяма е опасността да откаже при практическото приложение.

Поради това правилният избор на противозачатъчното средство зависи от личността на този, който го използва. Опитните лекари и

47. Планиране на семейството, планирано родителско, съзнателно родителство, отговорно родителство и пр. са еднозначни термини, използвани в различните страни. Те означават съзнателно определяне от родителите на броя на децата и на сроковете, в които те да се родят. То стана възможно след създаването на съвременните антиконцепционни средства (б.ред.).

брачни консултанти се съобразяват с това в препоръките си и винаги дават най-добрите указания. Това обаче не е най-важната причина, поради която трябва да се потърси съвета на опитния специалист. Днес разполагаме с голям избор противозачатъчни средства. По-нататък ще изброим само по-важните, но не и всяка тяхна разновидност. За да не засегнат или поне да засегнат половия живот съвсем малко, те трябва да бъдат грижливо избрани в съответствие с темперамента, реакциите и вкуса на двойката, на жената и на мъжа.

Следователно „най-добрият метод“ зависи и от двойката, която го прилага. Той може да се променя, тъй като се променя и отношението на двамата един към друг, променят се схващанията, мотивите и насоката им. Антиконцепцията, която допада и на двамата и е в съзвучие с житейските им навици, ще бъде задълго най-ефективна.

РАЗСТРОЙСТВА И РИСКОВЕ ОТ ПРЕКЪСНАТИЯ ПОЛОВ АКТ

Страхът от нежеланата бременност предизвиква вътрешен конфликт в интимния живот: желанието за безгрижно отдаване се охлажда от разума. Това стълкновение между чувството и разума смущава способността на жената да стигне до оргазъм и накърнява потентността на мъжа; въздействието му е особено смущаващо при прекъснатото полово сношение. Мъжът прекъсва акта, като изважда пениса от влагалището, щом усети приближаващия оргазъм и еякулира навън. По-страхливите жени следят мъжа и се опасяват, че той би могъл да пропусне точния момент. По такъв начин вниманието им е толкова ангажирано, че не им остава никаква възможност да изживеят собствения оргазъм.

За двойките, които не са прекомерно страхливи и имат достатъчен опит, за да забавят еякулацията, докато жената достигне и надхвърли момента на пълното задоволяване, прекъснатият акт не е толкова опасен и вреден за нервите, както понякога се сочи в ръководствата. Той обаче не бива да бъде практикуван от жени с неустойчив оргазъм и с полови смущения и от страхуващите се от бременност жени, както и от мъжете, които бързо еякулират; при мъжа независимо от загубата на удоволствие то предизвиква чувство за малоценност, когато жената остава незадоволена. При определени обстоятелства прекъснатият коитус може да доведе с течение на времето до аноргазмия у жената и до импотентност у мъжа. Влюбените трябва да се освободят от прегръдката с мощно

усилие на волята тъкмо в момента, когато под влиянието на силно желание и на чувството за сливане те копнеят да останат дълго свързани, един в друг. При споменатата анкета можаме да докажем, че прекъснатият коитус накарва способността за сексуално изживяване на много от жените; 48% от жените, чиито мъже по навик извършват прекъснат коитус, страдаха от аноргазмия; само 29% от онези, които използват други противозачатъчни средства, имаха такива оплаквания.

На всичко отгоре този метод също носи рискове. Квотата на отказа при него е 17. Отдръпването често става твърде късно. Мъжът желае да остави пениса във влагалището колкото е възможно по-дълго, защото желае там да усети началото на най-силното си усещане и защото се надява да доведе в последния момент жената до оргазъм; последният обаче често пъти се предизвиква именно от оргазъма на мъжа. Не винаги началото на еякулацията може да се определи с точност до секунда – и понякога тази секунда е решаващата.

Въпреки тези недостатъци прекъснатият коитус е все още един от най-често прилаганите начини за предпазване от бременност – сигурно, защото е най-прост, не изисква подготовка и е безплатен. Самообладанието е достатъчна предпоставка за него.

Прекъснатият коитус може да бъде препоръчан като привичен метод само в случаите:

1) когато другите методи са по-неудобни или не са подходящи по здравословни причини;

2) когато и за двамата партньори евентуалната бременност не е напълно недопустима;

3) когато мъжът е в състояние да забави еякулацията, докато настъпи и отзвучи оргазъмът на жената;

4) когато мъжът не страда от значително отслабване на изживяването поради отдръпването преди еякулацията;

5) когато двамата не се чувствуват ощетени в изживяванията си от това.

И все пак прекъснатият акт е по-добра профилактика от липсата на профилактиката изобщо. Това се отнася за всеки метод.

КАЛЕНДАРНИ И ТЕМПЕРАТУРНИ МЕТОДИ

През 1932–1933 година японският учен Огино и виенският гинеколог Кнаус доказаха, че жената може да бъде оплодена само през една

малка част от менструалния цикъл. Това откри нова ера както в предпазването от нежелана бременност, така и в постигането на желана бременност.

Според многократно потвърдените изследвания на Кнаус, Огино и Смулдерс зачатие може да се осъществи само кратко време преди или непосредствено след овулацията. Узрелият фоликул се пуква приблизително 15 дни преди очакваната менструация, т.е. приблизително по средата между две менструации при четириседмична периодичност. Освободената яйцеклетка може да бъде оплодена в тръбата до 24 часа след това от спермий на най-много двудневна възраст (вж. глава 1). Следователно зачатие е възможно само в три последователни дни на менструационния цикъл. Това обстоятелство може да се използва за предпазване от бременност само ако е възможно да се предскаже точно моментът на овулацията, т.е. ако е налице редовен цикъл. За по-голяма сигурност се взема под внимание и определен обхват на разсейване на овулацията.

Как се прилага този метод на практика? Ако жената въз основа на грижливо воден календар на менструациите е установила най-късия и най-дългия си цикъл през последните 12 месеца, тя или мъжът, който спокойно може да поеме воденето на календара и изчисленията, трябва да извади от най-късия цикъл (считано от първия ден на менструацията) 17 (т.е. $15 + 2$) дни, а от най-дългия цикъл – 13 (т.е. $15 - 2$) дни.

Полученото число указва диапазона на дните, в които вероятността на зачеване е най-голяма (по Кнаус).

Цифровите таблици с подвижни части улесняват определянето на неплодовитите дни на жената. Въз основа на данните на Кнаус ние построихме опростена скала; по нея могат да се отчетат дните с най-голям риск за зачеване за всички менструационни цикли, които лежат в нормалния обхват (фиг. 25 с примери на стр. 227).

Огино препоръчва от най-късия цикъл да се извадят 18 дни, а от най-дългия – 11 дни. Полученият по този начин обхват на дните с риск за зачеване е по-голям; това увеличава надеждността на метода. Някои автори дори са на мнение, че овулацията може да настъпи до 22 дни преди менструацията и считат само дните, които непосредствено я предшествуват, за безрискови.

Температурният метод също се основава върху физиологията на менструационния цикъл. Чрез измерване на базалната температура (Ван де Велде, 1904) моментът на овулацията може да бъде определен точно, отколкото при календарния метод. Вследствие на действието на прогестерона във втората половина на цикъла утринната температура на

жената е с около 0,5 до 0,8° по-висока, отколкото в първата. Този метод изисква определени усилия. В продължение на една година жената трябва всяка сутрин да измерва температурата си в ануса в продължение на 5 минути. Това трябва да се прави преди ставане от леглото, при еднакви условия и по едно и също време. Продават се специални термометри за тази цел. Сутрешните температури се нанасят върху карирана или милиметрова хартия с точност до 0,1° и получените точки се свързват, както е показано на фиг. 26.

Зачатието е много вероятно в деня на покачването на температура и в двата предхождащи го дни в случай на полово сношение без противозачатъчни мерки. От третия ден нататък предпазването от зачеване е още по-сигурно, отколкото в цялата фаза с ниско равнище на температурата. По време на заболявания придружени с висока температура, и при всяка друга промяна на ритъма на живота методът е неприложим; иначе той е по-надежден от изчислението по календара.

Двата метода намериха широко приложение през последните години. Те са безплатни и римската католическа църква ги приема. Мисионерите дори са просвещавали първобитните народи и са давали на жените специални огърлици, по които да определят дните без риск за зачеване, без да пресмятат.

Най-голямото им предимство в сравнение с всички други обичайни методи се състои в това, че правят възможно половото сношение по време на неплодовитите дни при неограничено изживяване (разбира се, ако не са налице никакви смущения). Квотата на отказ е много ниска при двойки, които спазват стриктно методите, и преди всичко, когато жената измерва редовно сутрешната си температура и се съблюдава по-широк обхват на дните с риска за забременяване.

Тези методи са за препоръчване само:

1) когато менструационният цикъл на жената лежи в нормалния обхват (приблизително между 26 и 32 дни) и е относително стабилен;

2) когато жената проявява интерес и води точно и постоянно менструационния си календар или всекидневно измерва грижливо температурата си и подготвя диаграмата;

3) когато по време на дните с риск за забременяване се прилагат други противозачатъчни средства.

Трите условия трябва да бъдат изпълнявани едновременно.

Кнаус изисква пълно полово въздържание по време на дните с риск; това обаче противоречи на възгледите на сексолозите. В любовта

не бива да се „скъперничи“⁴⁸, двамата трябва взаимно да си подаряват щастливи часове, когато копнеят за това. За жената, която и без това рядко достига до оргазъм, това е още по-важно, отколкото за мъжа.

1. Пример (жена с нормален менструационен цикъл)

Най-къс цикъл 27 дни, отчитаме – 10

Най-дълъг цикъл 31 дни, отчитаме – 18

Резултат: от 10-ия до 18-ия ден на менструационния цикъл (считан от започването на кървенето) зачеването е много вероятно.

2. Пример (жена с къс менструационен цикъл)

Най-къс цикъл 21 дни, отчитаме – 4

Най-дълъг цикъл 24 дни, отчитаме – 11

Резултат: от 4-ия ден на менструационния цикъл (т.е. вероятно още по време на кървенето) до 11-ия ден зачеването е много вероятно.

3. Пример (жена с дълъг менструационен цикъл)

Най-къс цикъл 32 дни, отчитаме – 15 Най-дълъг цикъл 37 дни, отчитаме – 24

Резултат: от 15-ия до 24-ия ден на менструационния цикъл (т.е. дълго след средата на цикъла) зачеването е много вероятно.

4. Пример (жена с нередовен менструационен цикъл) Най-къс цикъл 20 дни, отчитаме – 3 Най-дълъг цикъл 40 дни, отчитаме – 27

Резултат: от 3-ия до 27-ия ден на менструационния цикъл зачеването е възможно. (Поради големия интервал на риск от забременяване този антиконцепционен метод е вече неприложим).

Тези методи не са подходящи:

1) когато са налице големи разлики в менструационните цикли (осем и повече дни); тогава периодът с риск от забременяване става много дълъг и остават малко или изобщо не остават действително безопасни дни;

2) когато вследствие на заболяване, лечение с хормони, нервна лабилност, пренапрежение, промени в начина на живот (напр. пътуване) и на психически сътресения трябва да се предполага въздействие върху функциите на яйчниците и върху срока на овулацията.

Тъй като този срок зависи от множество фактори, които усложняват точното му определяне, тези методи не се числят към най-надеждните начини за предотвратяване на бременността.

48. Непреводима игра на думи: Knaus – името на учения, knaueen – скъпя се, скъпернича (б.прев.).

МЕХАНИЧНИ И ХИМИЧЕСКИ ПРЕДПАЗНИ СРЕДСТВА

А. Презерватив (кондом). След прекъснатия коитус в много страни презервативът бе и все още е на второ място сред прилаганите противозачатъчни средства. Във века на „хапчето“ и на вътрематочния песар (вж. следващите глави) мнозина считат кондома за отживелица. Преди всичко мъжете мислят, че не е необходимо да се връщат към него; за тях е по-удобно, ако жената взема хапчета, ако носи песар; ако все пак „нещо се случи“, бременността може да бъде прекъсната. Макар да е изработен от тънка гума, кондомът има недостатъци: той трябва да се постави на пениса преди акта и изключва непосредствения допир на гениталите. Мнозина мислят, че презервативът причинява намаляване на усещанията. В същност той е много тънък и обективно няколко секунди след вкарването на члена едва се усеща.

Във всеки случай пред споменатите по-нови средства кондомът притежава предимството, че жената не трябва да се примирява със странични явления, както при другите обичайни методи (прекъснат коитус, избор на времето), че е далеч по-сигурен, особено при постоянна употреба, и че налага малко ограничения на интимния живот.

Ако се удаде да бъдат съществено намалени споменатите неприятни явления чрез усъвършенствуванa производствена технология и техника на прилагането и ако освен това на кондома бъдат придадени стимулиращи ефекти, които липсват на другите противозачатъчни средства, той би станал почти идеално противозачатъчно средство. Най-малко обаче трябва да се подчертае, че той съвсем не е станал старомоден, и както показват международните тенденции, ще се търси отново и по-силно. Кондомът е напълно безвреден за здравето. Затова кръгът на потребителите му трябва да се разширява, като се осигури отговарящ на всички изисквания асортимент и подходящи, дискретни форми за прилагането му.

Във VEB Plastina, гр. Ерфурт, се произвеждат с най-модерна технология много видове презервативи.

Най-употребяваните видове се предлагат със или без резервоар. Той представлява малък придатък към предния край на презерватива и служи за поемане на спермата. За мъжа е по-приятно, когато спермата се впръска в кухината на резервоара; освен това опасността от спукване на кондома вследствие налягането още повече се намалява. Кондомите

без резервоар не трябва да се изпъват силно върху пениса.

Кондомите, намазани отвън с безвредно масло, премахват неприятното триене или усещането за чуждо тяло особено при жени и с недостатъчна влагалищна секреция. Същият ефект може да бъде постигнат, макар и малко по-трудно, при намазване на обикновения кондом с фино кожно масло или крем.

Обикновено кондомът се поставя на члена преди началото на коитуса. В зависимост от опита и желанията сношението може да се започне без кондом и той да се постави едва тогава, когато еякулацията наближи. Прекъсването на сношението може обаче да доведе до безвъзвратна загуба на възбудата на жената, особено когато тя е близо до оргазъма. То трябва да стане преди връхната ѝ точка. За тази цел кондомът трябва да бъде предварително приготвен и да е под ръка. Опитни партньори могат да продължат коитуса след 3–5 секунди.

Ако сношението трябва да се повтори след еякулацията, членът трябва да се почисти от спермата.

Половото сношение с кондом се препоръчва:

1) когато и двамата партньори не усещат презерватива като чуждо тяло, използването му не ги смущава и не намалява изживяването на контакта; при това трябва да се изчака определено време, докато се привикне към него и евентуално се изпробват различни кондоми;

2) когато срещу хапчето и вътрематочния песар съществуват възражения или ако тези методи са непоносими и предизвикват странични явления;

3) когато двойката се сношава рядко, напр. поради отдалечена месторабота на единия партньор, военна служба, следване и др.;

4) на начинаещи партньори, докато сексуалните контакти още са нередовни, и особено на млади мъже, чиито приятелки още не са имали сношение;

5.) когато ерекцията е добра и не отслабва при слагането на кондома;

6) при склонност към преждевременна еякулация, за да се притъпи свръхвъзбудата и се удължи актът. За случая е уместно да се подбере по-плътен кондом;

7) когато същевременно е желателна защита от венерическа зараза; от нея не предпазва никое друго противозачатъчно средство, но и кондомът не е абсолютно сигурен.

Б. Песар (диафрагма, калпаче). По начин на действие песарите съответствуват приблизително на кондомите с тази разлика, че се

вкарват от жената във влагалището. Те също са направени най-често от гума и имат еластичен, пръстеновиден ръб. Предназначението им е да закрият устието на матката, за да възпрепятствуват навлизането на спермиите в нея. Съществуват песари с най-различна форма, които закриват или само отвора на матката (калпачетата на шийката) или голяма част от влагалището.

Днес много малко жени употребяват традиционните песари. Когато прилягат добре, те имат предимството, че не се усещат като пречка; само представата, че във влагалището има чуждо тяло, може психогенно да намали изживяването. Недостатък представлява сложната им употреба. Поставянето трябва да се извърши от лекар. Някои песари се слагат от жената преди половия акт и след това се отстраняват; калпачето за навлизащата във влагалището шийка на матката остава по време на цикъла на мястото си, но преди менструация трябва да се извади от лекар. Ако не стоят добре, песарите може да раздразнят лигавицата или да се изместят, поради което без допълнителни химически средства те не могат да бъдат причислени към най-сигурните противозачатъчни методи (квота на отказ – 15).

В. Вътрематочни песари. Употребата на съвременни вътрематочни песари расте скокообразно. Предшествениците им бяха създадени през двадесетте години. От 1959 г. насам с тези методи отново започнаха да се занимават и да ги изследват. Засега съществуват над 20 различни вида вътрематочни песари (ВМП), изработени от недразнещи изкуствени материали. ВМП и особено новите модели с медно покритие стоят вече на второ място сред надеждните противозачатъчни средства; само „хапчето“ ги превъзхожда.

Лекарят ги вкарва в матката в края на менструационния цикъл със специален инструмент. В ГДР се употребяват предимно внасяните от СССР песари Дана-Супер, които се доставят в четири размера.

Изследването на начина на действие на ВМП още не е приключено. Между другото се приема, че чуждото тяло в матката осуетява по механичен и химичен път оплождането и загнездването на яйцето в матката.

ВМП не са за препоръчване при жени със склонност към възпаление на гениталите, с по-обилни или по-продължителни менструации; при жени, които още не са раждали, те се поставят само в изключителни случаи.

Предимствата на ВМП:

1) мъжът и жената вече не се тревожат от евентуално зачатие; отпадат всякакви противозачатъчни мерки преди коитуса, по време на

коитуса и след него;

2) ефектът на ВМП не се влияе от субективните фактори, намаляващи надеждността на всички други методи (забравяне, лекомислие, незнание, грешки в пресмятането и начина на приложението) ;

3) плътният контакт на гениталите на партньорите е неограничен; нито мъжът, нито жената усещат намиращия се в матката ВМП;

4) в противоположност на хапчето ВМП не влияе на хормоналния регулиращ механизъм.

Евентуалните усложнения, които могат да се появят вследствие поставянето на ВМП, са: обилна, удължена или нередовна менструация, в единични случаи – възпаления и течения, както и изхвърляне на песара. Понастоящем тези неприятни явления могат в много голяма степен да бъдат избягнати с грижливото изследване на жената за поносимост към песара, избора на най-подходящия модел и чрез оптималната техника на поставянето му.

ВМП е прост, удобен и необременяващ противозачатъчен метод и е за препоръчване на жените със здрави полови органи, които в следващите няколко години не желаят да имат други деца; един и същ ВМП може да остане средно до 5 години в матката, докато бъде заменен с друг.

Г. Химически средства, убиващи спермиите. Съществуват кремове, желета, разтворими таблетки, свещички, пулверизатори, чието вещество убива спермиите или ги уврежда така, че да не могат вече да оплождат. Много от средствата възпрепятствуват навлизането на спермиите в отвора на матката посредством образуване на пенеста тапичка. Те трябва да се вкарат с ръка или с приставна тръбичка във влагалището съевременно, преди половото сношение. Тази процедура, разбира се, може да провали еротичната романтика. Когато химическите антиконцепционни средства се прилагат неправилно (твърде рано или твърде късно) и същевременно не бъдат взети други предпазни мерки, квотата на отказ става сравнително висока, още повече че убиващото спермиите действие е доста различно и ограничено по време. То най-често започва 10 минути и завършва 30 минути след поставянето на средството.

Все пак самостоятелното им прилагане не е за отхвърляне, когато:

1) начинът на приложение не смущава двамата партньори и те не усещат на гениталиите си неприятни странични явления като парене, сърбеж, дразнене на лигавицата и т.н.;

2) от здравословна гледна точка са поносими и от двамата партньори (да се консултира с гинеколог!) и

3) се поема известен риск за забременяване.

Търговията в ГДР предлага влагалищни свещички Нонагел, крем Тутус и желе Инаид. Последните две средства действуват веднага след поставянето им.

Промивката на влагалището с хладка преварена вода, подкиселена с оцет или лимонов сок в съотношение 20:1, когато не са предприети други противозачатъчни мерки, е само полумярка дори когато се извършва непосредствено след акта. Тя трябва да остане само като много рядко изключение, тъй като не е безопасна, а противозачатъчното ѝ действие – много ненадеждно. Поради вредното им действие върху лигавицата на влагалището трябва да се избягват промивките със сапунен разтвор, както и душовете под налягане поради опасност от проникване на течността в матката и яйцепроводите.

ХОРМОНАЛНИ ПРОТИВОЗАЧАТЪЧНИ СРЕДСТВА

В 1952 г. бяха създадени научните предпоставки за временно освобождаване на жената от способността да зачева с помощта на хормонни препарати. Резултатите от едно голямо изследване в Пуерто Рико, които Пинкъс публикува през 1958 г., откриха нова ера в антиконцепцията. Оттогава насам изследванията върху хормоналната антиконцепция станаха толкова много, че е трудно да се обхванат. В 1973 г. имаше вече около 200 препарата, които понастоящем се вземат от кръгло 100 милиона жени. В ГДР още през 1975 г. всяка трета от способните да зачеват жени употребяваше „хапчето“. То бе наречено „anti-baby-pill“⁴⁹. По-подходящо е обаче названието „Хапче за желано дете“ (Мелан), тъй като ние няма да го употребяваме против зачатиято на дете въобще, а за създаване му в желания момент.

Най-важните съставки на хапчето са два хормона: естроген⁵⁰ (хормон на женското полово развитие) и гестаген⁵¹ (т.нар. „хормон на бременността“). В съвременните хормонални антиконцепционни средства

49. anti-baby-pill, (англ.), Anty-Baby-Pille (нем.) – „хапче против бебе“, противозачатъчна таблетка (б.ред.).

50. Естрогени (от гр. oistros – разгонване у животните) – естрогенни хормони, фоликулни хормони, имащи действието на женския полов хормон (естрадиол) (б.ред.).

51. Гестагени (от лат. gestatio – бременност) – хормони на жълтото тяло, хормони на бременността, имащи действието на прогестерона (б.ред.).

най-често се комбинират естроген и гестаген. Препаратите се различават главно по съотношението на двете съставки. Днес дозите на последните са несравнимо по-малки, отколкото в първите години след създаването на хормоналните антиконцепционни средства – колкото предпазването от бременност да бъде гарантирано. Заедно с комбинираните съществуват и секвенциални⁵² препарати. Те съответствуват на двуфазния менструален цикъл. Таблетките за първата, 15-дневна фаза съдържат само естрогени, а в тези за втората, 5-дневна фаза са добавени и гестагени. Секвенциалните препарати имат по-малко странични явления, т.е. понасят се по-добре, но не са толкова сигурни, колкото комбинираните.

КАК ДЕЙСТВУВА „ХАПЧЕТО“?

Хормоналните антиконцепционни средства действуват върху хипофизнохипоталамусната система в главния мозък (вж. глава 1), като потискат секрецията на „командни“ хормони за яйчниците. Вследствие на това яйцето не узрява и овулацията се прекратява. Затова тези противозачатъчни средства в началото бяха наречени орални (вземани през устата) блокатори на овулацията. Днес вече знаем, че този фактор наистина е най-важният, но не и единственият, чрез който комбинираният препарат предпазва от бременност. Той влияе и непосредствено върху яйчниците, като потиска производството на хормони, променя лигавицата на матката по такъв начин, че се осуетява загнездването и развитието на оплодената яйцеклетка. Накрая естрогенът в него сгъстява дотолкова слузта в маточния канал, че спермиите трудно могат да проникнат в нея. Освен това хапчето вероятно увеличава подвижността на яйцепроводите, така че яйцето бива изхвърлено по-бързо, а с това намаляват изгледите то да бъде оплодено.

Взаимодействието на тези фактори прави оралната антиконцепция най-надежден от всички съществуващи методи. Може да се каже, че хапчето е абсолютно сигурно средство, при условие че жената никога не пропуска да го вземе съгласно предписанията.

Както видяхме, за да може да действа, хапчето оказва многостранно влияние върху организма на жената. Поради това то се получава само с рецепта. Под контрола на гинеколога то не може да навреди. Той ще установи най-напред най-подходящия за всяка жена препарат, при нужда ще я посъветва да премине към друг препарат или изобщо да

52. От die Sequenz (нем.) – редица, последователност (б.ред.).

приложи друг метод. В ГДР се предлагат: овосистон, ноновлон, двуфазният препарат секвенцовосистон, а напоследък – гравистат и „седмично-то хапче“ депосистон с удължено действие. Те се дават безплатно на осигурените срещу рецепта.

Опаковките на най-употребяваните марки съдържат 21 таблетки във фолио, на което са отбелязани дните на седмицата. На петия ден от цикъла се взема първото хапче. Ако лекарят не е дал друго предписание, всекидневно се взема с малко течност по една таблетка, по възможност винаги в едно и също време (вечер, преди лягане). Пълна сигурност се постига четири седмици след вземането на първото хапче: Ако жената пропусне веднаж вземането, тя може да го навакса на другата сутрин. Ако са изминали повече от 36 часа от момента на вземане на последното хапче, предпазването от бременност трябва да се допълни с някои други методи или с полово въздържане. След 21 дни следва 7 дневна пауза, по време на която не се вземат хапчета. Обикновено по време на паузата настъпва кървене, което наподобява менструалното. Независимо от продължителността му с новата опаковка трябва да се започне след пауза от точно 7 дни. При поява на усложнения, на междинни кръвотечения (които най-често са безобидни) или на по-обилно кръвотечение трябва да се потърси консултация с гинеколог, без при това своеволно да се прекъсва вземането на хапчетата.

Нежелателни странични явления се появяват относително рядко, обикновено само в първите месеци; както бе казано, това са предимно смущения в кръвотечението. Те засягат приблизително всяка десета жена. Много рядко се явяват гадене, повръщане, отпадналост, увеличаване на теглото, потиснато настроение или други неприятни явления.

В повечето бракове с помощта на хормоналната антиконцепция по-ловият живот се подобрява, защото отпада страхът от нежелана бременност и някои други досадни противозачатъчни мерки стават излишни. Някои жени обаче се оплакват от намаляване на половото влечение. Понякога това се дължи на гестагенната съставка и може да се отстрани чрез преминаване към препарат с предимно естрогенен състав. Загубата на либидо много по-често е обусловена от психически фактори. От нея се оплакват предимно жени, които, и преди да вземат хапчето, са имали слабо либидо и които сега вече не могат да отклоняват честите желания на мъжете си под претекст на риск от забременяване. Жените, които вземат хапчето, но се съмняват в действието му или се опасяват за здравето си, се оплакват много повече от непоносимост към него. Това се отнася и за онези жени, които в същност желаят да имат дете. Ето защо хапчето

трябва да се предписва само след обстойна консултация и само когато жената убедено го приема.

Преди всичко тя трябва да знае, че то по никакъв начин не води до раково заболяване, а по-скоро го възпрепятства. Освен това, след като спре да го взема, тя може да забременее даже с по-голяма вероятност. При това предшествуващата зачатие антиконцепция не уврежда плода. След 3–4-годишна употреба се прави тримесечна почивка, за да се провери дали естественят цикъл протича нормално. Ако липсва желание за дете, през това време трябва да се приложат други противозачатъчни средства.

Все пак съществуват и някои противопоказания за вземане на хапчето. След изчерпателна преценка на резултатите от изследванията лекарят може да реши да не го предписва (временно или постоянно) на някои жени при определени чернодробни заболявания, тумори, тромбози, смущения в кръвообразуването и при млади момичета, чието телесно развитие (главно изграждането на скелета) още не е завършило и чиито менструационен цикъл още не се е стабилизирал.

Общо взето, хапчето се оказва неподходящо по здравословни причини само за 2% от всички полово зрели жени.

В много страни, включително и в ГДР, се изпробват и други някои медикаменти, напр. „месечното хапче“, респ. месечната инжекция, „хапчето за следващата сутрин“, „хапчето за следващия месец“, които могат да действуват и след евентуално зачеване. Изпробва се и хормонална антиконцепция без блокиране на овулацията. Тези методи обаче още не са готови за широко приложение. Неуспешни излязоха досегашните опити да бъдат приложени средства, които потискат плодовитостта на мъжа. Те намаляват либидото и потентността му, не са надеждни и дори водят до трайни увреждания в развитието на спермиите.

Оралната антиконцепция трябва да се препоръчва главно на жени и двойки, които:

- 1) биват сексуално потиснати от другите противозачатъчни средства;
- 2) желаят почти абсолютно сигурна защита или се нуждаят от нея по здравословни причини;
- 3) психически я приемат напълно и телесно я понасят добре;
- 4) вземат хапчето редовно съобразно предписанието.

Съвременните средства за предпазване от бременност обезпечават сигурност срещу нежелателни последствия от половото общуване и допринасят за повишаване на сексуалната наслада. Във връзка с това

често се повдига въпросът, дали вследствие на това удобство те няма да доведат до лекомислена смяна на партньорите, до сексуална разпуснатост или до пълно отричане на родителството. Такива опасности не съществуват, когато обществото се е издигнало на такова равнище, че с нарастването на знанията расте и отговорността на индивида и качеството на съвместния живот на хората.

СТЕРИЛИЗАЦИЯТА И ПРЕКЪСВАНЕТО НА БРЕМЕННОСТТА КАТО СРЕДСТВО ЗА РЕГУЛИРАНЕ НА РАЖДАЕМОСТТА

Накрая ще бъдат засегнати накратко два метода, към които трябва да се пристъпи само в краен случай.

Стерилизацията до днес е практически необратима. Либидото, потентността и способността за оргазъм, напротив, се запазват, но способността на жената да забременява и на мъжа – да опложда е загубена завинаги. Стерилизацията не трябва да се бърка с кастрацията, при която половите жлези се отстраняват оперативно. При мъжа стерилизацията се извършва относително лесно, като се превързват семепроводите. При жената операцията е малко по-сложна. Съществуват различни хирургически методи, които в крайна сметка се свеждат до преграждане на пътя на яйцето през яйцепроводите. Те са показани само тогава, когато при бременност жената или очакваното дете могат да получат сериозно увреждане на здравето, ако тази опасност не може да бъде отстранена по друг начин и когато другите противозачатъчни средства не могат да предотвратят със сигурност бременността. В ГДР молбата за стерилизация, която жената може да подаде, след като е била всестранно осведомена за последиците от нея, трябва да бъде придружена от грижливо клинично изследване и от решение на лекарска комисия на равнището на окръжна болница.

При по-възрастни жени с по няколко деца решението за стерилизация естествено се взема по-лесно, отколкото при млади жени без деца.

В някои страни относително млади хора, предимно мъже, се подлагат все по-често на стерилизация само защото не желат да създават повече деца и не искат да прилагат никакви други противозачатъчни средства. Така например в САЩ стерилизацията е станала мода. Камбъл установи още през 1964 г., че в 10% от браковете на белите единият

партньор е стерилизиран. В някои страни с висок прираст на населението стерилизацията се пропагандира от държавата и подлагашите се на стерилизация получават премии. Така в Индия за 10 години на стерилизация са се подложили 1,5 милиона мъже.

От време на време и у нас някои пациенти питат в брачната консултация или лекуващия си лекар за възможността да бъдат стерилизирани. Ние можем да препоръчаме почти на всички тях сигурни, удобни и безплатни възвратими противозачатъчни методи, които отговарят на техните индивидуални интимни навици. А и тези, които вече имат достатъчно деца и мислят, че никога вече няма да пожелаят да имат други, не могат да предвидят дали няма да попаднат в такава жизнена ситуация, че да съжаляват за желаната сега стерилност, която може да им създаде конфликти и комплекси.

Някои хора се отнасят лекомислено към предпазването от зачеване, тъй като в случай на нежелана бременност в ГДР съществува възможност тя да бъде прекъсната. Тази безнравствена нагласа за съжаление се среща преди всичко у млади хора и главно – у някои млади мъже, които мислят, че могат да се отърват от отговорност, като очакват от партньорката си да взема хапчето или при нужда да поиска прекъсването на бременността. С един закон, посрещнат с одобрение от населението и утвърден през м. март 1972 г. от Народната камара на ГДР, на нашите жени се даде правото през първите дванадесет седмици на бременността да решат сами дали да я запазят или да я прекъснат. Прекъсването на бременността в ГДР се извършва безплатно в гинекологична клиника, когато не е противопоказано и ако по време на последните 6 месеца не е имало друго прекъсване. Като алтернатива на криминалните аборти, които всяка година отнемат здравето и живота на десетки хиляди жени в други страни, този закон е един действително хуманен акт.

Но и легалното прекъсване на бременността си остава неприятна и крайна мярка, която може да бъде избягната с предпазна антиконцепция и която би трябвало да стане рядко изключение при наистина основателни възражения срещу момента на забременяването. Дори и извършената от специалист операция не е съвсем лишена от рискове (наранявания, възпаления и инфекции), които могат да увредят способността за зачеване тъкмо при млади, още нераждали жени.

След влизане в сила на споменатия закон броят на поискалите прекъсване на бременността, както се очакваше, най-напред силно нарасна. Това бе установено и в други социалистически страни. В последно време обаче този брой приблизително се изравнява със сумата на

предишните легални и нелегални аборти.

„Равноправието на жената в образованието, професията, брака и семейството – гласи законът – изисква жената сама да решава съдбата на бременността и нейното износване. Осъществяването на това право обаче е неразривно свързано с растящата отговорност на социалистическата държава и всички нейни граждани за постоянното подобряване на здравеопазването на жената, за укрепването на семейството и любовта към детето.“

ДЕЦАТА СА НЕОБХОДИМИ ЗА СЕМЕЙНОТО ЩАСТИЕ

Десет-петнадесет процента от браковете са по неволя бездетни. Читателите, които се числят към тях, сигурно са клатили глава, четейки предхождащите глави и са считали прекъсването на бременността за кошунство; те са могли да бъдат щастливи, ако са имали деца.

Днес повечето хора мислят, че жената има вина, когато не може да забременее, макар мъжът ѝ да е potentен и детето да е желано. В същност причините за стерилността⁵³ се крият у жената само в половината от случаите (липсваща или нередовна овулация, запушване на тръбите и пр.). В повече от една трета от случаите причината е у мъжа (недостатъчен брой нормално оформени спермии с добра подвижност в еякулата⁵⁴ и др.). Останалите 15% се дължат на антители⁵⁵ срещу спермиите или са неизяснени.

В болшинството от случаите стерилността е лечима. Изгледите за успех са толкова по-добри, колкото по-рано започне лечението и колкото по-млада е двойката, особено жената. Ако една двойка е извършвала в продължение на една година редовни полови сношения без противозачатъчни средства и в благоприятни за зачатия дни (вж. скалата на стр. 227) и не е настъпила бременност, това е вече сериозно основание да се потърси гинеколог. На много места в ГДР съществуват специални консултации⁵⁶ за стерилни двойки, в които работят и андролози⁵⁷.

53. Стерилност, стерилитет – безплодие, бездетност (б.ред.)

54. Еякулат (лат.) – количеството сперма, изхвърлено при една еякулация (б.ред.)

55. Иммунната система на жената я сравнително редки случаи образува антители, които правят спермиите неподвижни; това става по механизъм, подобен на имунната защита срещу микроорганизмите (б.ред.)

56. В НРБ са създадени кабинети по стерилитет към всички окръжни болници; чрез тях може да се осигури и консултация с андролог (б.ред.)

Споменатите по-горе причини налагат да бъде изследван и мъжът, още повече че изследването на еякулата за количеството на спермиите е много по-просто от изследването на проходимостта на яйцепроводите у жената. Дългото изчакване е лишило мнозина от щастието да имат деца.

Често пъти само една консултация за формите и честотата и преди всичко за благоприятните дни на половото сношение довежда до успех (необходимо е да се води календар на менструациите и крива на базалната температура). В много случаи лечението е по-трудно. То зависи от установените причини на стерилността. В ГДР се изразходват за лечение на всяка стерилна двойка по 40 000 марки (в тази сума влизат разходите за стационарно и амбулаторно лечение, за балнеолечение, получените обезщетения за временна нетрудоспособност и загубите от произведена продукция). Въпреки това всяко дете, родено благодарение на тези разходи, е придобивка и за родителите, и за всички нас.

Това обаче е и повик към всички брачни двойки, способни за безпрепятствено зачеване, да не пропиляват възможностите си за образуване на семейство. За жените възрастта между 19 и 25 години е фазата на оптимална плодовитост и минимален риск от усложнения при раждането. От биологична и медицинска гледна точка е за препоръчване жената да роди в този период поне първото си дете. На 30-годишна възраст вероятността за зачеване вече се намалява на 30%, докато опасността от усложнения на бременността и раждането значително нараства, особено при първешкините.

От социална и демографска гледна точка по-ранното раждане на първото дете е желателно, защото вероятността първото дете да остане единствено е толкова по-голяма, колкото майката е по-възрастна при раждането му. Около единственото дете възникват много повече проблеми, отколкото около израстващото между други деца в семейството. Понятно е, че всички жени биха могли да имат до двадесет и петата си година благоприятни условия, за да станат майки и да отглеждат дете. Към тези условия спадат не само оптималната плодовитост, но и психосоциалната зрелост, която често идва по-късно. Затова 18-годишните не бива да се поощряват да забременяват по-скоро. Макар в нашето социалистическо общество детето вече да не е петно за неомъжената майка, то намира по-благоприятни условия за психическо развитие в един здрав брак, при двама родители, които са го искали и му се радват от

57. Андролог – от andros (гр.) = мъж; специалист по заболяванията на мъжкия полов апарат (б.ред).

сърце. Не всяко момиче ще намери до двадесетата си година желанието си за съпруг и баща на детето си; прибързаният избор на партньора за съжаление много често се заплаща с несполучлив брак и с разтрогването му – в ущърб на вече създаденото дете.

Днес жените встъпват в брак средно на около 22 години. Дори и когато съпрузите са чакали две години, за да се пренагласят към брака, за да се приспособят един към друг и да се справят с новите проблеми, все още не е късно да създадат дете. Късно става вече, когато в името на привидно първостепенни цели (обзавеждане на жилището, кола), заради удобство или по други мотиви се пропускат още някоя и друга година.

Недовършеното образование не е сериозна причина да се зачеркне детето от семейния план, макар и временно. Следването във висше учебно заведение обикновено се застъпва с най-благоприятния за раждане период в живота на жената. Някои считат студентката и съпруга ѝ за безотговорни, ако тя забременее по време на следването. Днес ние по-скоро сме склонни да препоръчаме това, защото статистиката показва, че когато първото дете (ако изобщо се стигне до него) е родено след завършване на следването, то остава най-често единствено, каквито и субективни или обективни причини да съществуват за това.

Трябва да се подчертае, че когато от един брак се раждат две деца, това не е достатъчно, за да се поддържа броят на населението. За тази цел трябва да се ориентираме към семейството с три деца, защото не малък дял от населението остава по биологични или други жизнени причини без собствени деца. Само три от четири момичета стават майки. Със съвременната антиконцепция интервалите между ражданията (по възможност не по-малки от две години) могат добре да бъдат планирани и съгласувани със съответната жизнена ситуация – напр. да се вземат под внимание изпитните сесии и т.н.

Без съмнение в миналото раждането и майчинството създаваха много по-малко проблеми за жената, която беше само домакиня. От друга страна, по-високо развитата личност на жената с образование и с професия в крайна сметка и позволява да даде повече на детето. Затова обаче ѝ е необходима подкрепата на обществото. Всички трябва да преустроят мисленето си и да не виждат в майчинството инцидент, който обременява трудовата дейност и образованието, а да го считат за също толкова важен дълг на обществото и на родителите.

Нашата социалистическа държава обича децата, макар че все още не всеки гражданин ги обича. Тази любов се изразява в редица социалнополитически мерки и преди всичко в онези, които бяха набеязни на

VIII и IX конгрес на Германската единна социалистическа партия. Те насърчават желанието за дете и дават възможност майката да отглежда децата си (удължаване на отпуската за бременност и раждане до 24 седмици: запазване на работното място в продължение на 1 година, когато майката не желае да започне работа веднага след раждането; платен отпуск по болест за същото време от второто дете нататък; намалено работно време за многодетните майки при запазено възнаграждение; ускорено изграждане на ясли, детски градини и детски домове; детски надбавки от 1000 марки още за първото дете, отпускане на щедри кредити до 10 000 марки на младоженци; предимство на многодетните семейства при разпределяне на жилища и т.н.). Всеки отделен човек трябва да се чувствава призван да действа в духа на тези мерки – колегите, ръководителите на предприятието, съседите и не на последно място – и бащите. Равноправието на жената става формален юридически фарс без равноправното участие на мъжа в задълженията в семейството и домакинството. Не се касае само за това детето да бъде „настанено някъде“, родителите му да бъдат финансово подпомогнати и да бъде разтоварена майката, макар и това да е все пак значителна подкрепа. Важното е тя да има достатъчно време да се занимава с детето, без да бъде претоварена. Едва тогава детето става радост и потребност. Без тази нагласа даже при най-добри социалнополитически мерки ще имаме малко деца.

Утвърждаването на семейство с повече деца не е главно въпрос на материални условия; хората с достатъчно пари, време и битов комфорт съвсем нямат най-много деца. Най-важна е положителната нагласа към детето. Тя се изразява в готовността да се възприемат с удоволствие някои трудности, които децата налагат, но не премахват радостите и човешкото богатство на родителството. За да се развива тази нагласа и да се отстранят факторите, потискащи естествения стремеж към създаване на деца, е необходимо системно възпитание, в което трябва да участва с всички средства цялото общество.

III. Варианти на сексуалността

Все още се ширят най-чудновати схващания за норма и извратеност в сексуалния живот. В любовта на напълно здрави двойки се явяват конфликти и неприязън, когато жената, мъжът или и двамата мислят, че един или друг начин на възбуждане е ненормален и затова трябва да бъде избягван; в същност се касае за естествени варианти на любовната игра.

По какво трябва да се ориентира човек, за да реши кое е нормално? Не винаги е възможно да се направи това разграничение само по чувство. От друга страна, съществуват навици, които могат да създадат опасност за отдалечаване от човешкото в сексуалността и за ощастливяването в партньорството. По тази причина информацията за граничните прояви и нормалните отношения в половия живот е необходима.

Изучаването на отклоненията в половия живот не вреди на нормалните усещания; заедно със сексуалноетичното възпитание то дори помага да се предотврати излизането от рамките на обичайното и навлизането в извратено сексуално поведение. Тези познания помагат и за правилно държане с полово извратени хора.

Нуждата от научно обоснована ориентация в тази област е голяма, особено сред младите хора. Ако по-старата генерация скрива от тях информацията поради недостатъчна опитност или поради погрешни педагогически схващания, това ще ги накара да утолят жаждата си за знания от нечисти извори; ще бъде култивирано погрешното убеждение, че перверзиите⁵⁸ са особено пикантни, опияняващи и изпълнени с удоволствие. Може да стане така, когато за тези неща се премълчава или се шепнат двусмислици, събуждащи любопитството.

58. Перверзия (лат.) – извратеност (б.ред.).

Глава 8

ОТКЛОНЕНИЯ И ЗАМЕСТИТЕЛНИ ФОРМИ НА ПОЛОВИЯ ЖИВОТ

ЩО ЗНАЧИ „НОРМАЛНО“ В ПОЛОВИЯ ЖИВОТ?

В брачната консултация е изпратена изяцна, порядъчна в службата и семейството си млада жена със сърдечни оплаквания. За последните не е намерено органично обяснение. Разговаряме за живота, грижите ѝ, нуждите и. Стигаме до брака ѝ. След предпазливо зададения въпрос за наличието на интимни проблеми тя се замисля и се изчервява. На нея ѝ било неудобно да говори: в същност отдавна била намислила да го направи, но досега не намерила кураж за това. „Женени сме от 7 години и се разбираме добре. Само в половия живот и двамата не сме нормални. Поне аз мисля така и това ни потиска – мене повече, отколкото мъжа ми. В първите години на брака ни смятах, че съм фригидна. Само от приятелки зная, че при сношения имало и приятни усещания, които аз не познавах. За първи път ги почувствувах веднаж, когато с мъжа ми бяхме особено силно настроени за любов и той целуваше корема и половите ми органи. Това се е случвало понякога и покъсно. По друг начин не съм усещала това чувство. Мъжът ми понякога има смешни хрумвания. Той иска да се сношаваме, като аз съм обърната с гръб към него. Това не е ли животинско? Ние двамата се владеем и вече рядко се сношаваме. Неотдавна открих, че той има още един порок: той онанира. Аз бях потресена и дори мислех за развод. Но имам угризения за вина, въпреки че не съм направила съзнателно нищо лошо. Много пъти сънувах един мъж, чието лице не разпознавах, но тогава изпитвах същите усещания, и то съвсем силно. Разбира се, всичко това не е нормално. Може ли нещо да се направи срещу тези извращения? Трябва ли заради това нашият иначе добър брак да бъде разтрогнат?“

Удаде ни се да успокоим младата жена. Не можеше и дума да става за опасност от разтрогване на брака, защото двамата се обичаха честно и половият им живот можа да се поправи. Те трябваше само да поговорят за тези неща в подходящо време и форма. Макар известни техни действия да не са обичайни, техният полов живот не може да се нарече извратен.

Не е лесно да се каже какво е нормално и какво не, защото съществуват твърде различни понятия за норма.

1. Статистическата норма. „Нормално е това, което вършат повечето от хората, а ненормално – това, което правят малцина.“ Това е понятието за норма, която може да бъде изразена с цифра чрез изчислената по математически път средна аритметична (доколкото поведението може да се поддаде на такова изчисление). Ако по-голямата част от хората се хранят с твърде много мазнини (което за съжаление наистина е така), затлъстяването би било нормално явление. Ако беше възможно половият живот да се урежда по формулата: нормално = често, ненормално = рядко, щеше да бъде необходимо да се съставят справочни таблици и по тях да се посочи правилният път към нормален сексуален живот.

Статистическото разпределение на честотата обаче ни информира за разпространението на една или Друга форма на интимно поведение на хората при съвременните условия на живот и затова в тази книга се съдържат някои таблици и цифрови данни.

2. Субективната норма. „Нормално е това, което аз правя, което намирам за правилно и отговаря на моя вкус. Който има други наклонности, е абнормен.“ Това е най-удобното и затова най-разпространеното схващане за норма. То не изглежда погрешно. Само че последователите му са склонни да налагат принудително на другите своите възгледи за нормалното в половия живот и да налагат своите навици като задължителни за околните. Ако околните застъпват други мнения, те се чувствуват в правото си да ги поучават и да ги презират. При това малцина са наясно, че нормата, която те смятат за правилна, не е нищо друго освен продукт на тяхното възпитание, на житейския им опит и на личните им преживявания, както и на всички влияния на околната среда, в която са израснали и живеят.

3. Моралната норма. „Правилно и нормално е това, което отговаря на потребностите и желанията на двамата, не уврежда никого от партньорите и не наранява чувствата им.“ Доколкото съвокуплението става в интимна обстановка между двама души, т.е. без други лица, начинът на неговото извършване (при взаимно уважение) не засяга интересите на обществото. От морална гледна точка може да се преценява само отношението на партньорите, но не и начинът, който те прилагат за задоволяване на сексуалните си потребности.

4. Медикопсихологичната норма. „Нормално е здравето (т.е. отговарящото на телесното, душевното и социалното здраве) поведение независимо от честотата на проявите му.“ В понататъшното изложение ще

се придържахме предимно към това определение на нормата. Тя включва и поведението на партньора, и моралната норма чрез понятието за „социално здраве“. Абнормни са нагласите и действията, които нарушават вътрешната хармония и жизнеността на човека и на неговия партньор и предизвикват телесни, душевни и социални смущения. При това е решаващо не толкова какво се върши, а как то се изживява и как се възприема.

КОЕ ПОЛОВО СНОШЕНИЕ Е НОРМАЛНО?

От медикопсихологическа гледна точка нормалното полово сношение е телесен контакт на двама души с различен пол, до който се е стигнало в резултат на тяхната отговорна и съзнателна нагласа един към друг и който може да даде на двамата партньори преживяването за телесно удовлетворение, без да им вреди. Тази формулировка не включва задължително продължаването на рода, нито съединяването на гениталите, макар гениталното съвкупление да е най-честият вариант на половото сношение и да отговаря на потребността на повечето мъже да проникнат у жената и на повечето жени – да поемат penisа. Дори в случаите, когато половият акт не завърши със задоволяване на двамата партньори, той остава в обсега на нормалното – иначе трябваше да се подреди сред функционалните полови смущения, при психопатията на сексуалността. Това е правомерно само в редки случаи. Затова в дефиницията се говори само за годността на половия акт да ощастливява; това естествено може да не се реализира вследствие на някои пречки.

Нещо повече, сексуално действие, което по въшното си протичане напълно отговаря на нормалния коитус и е донесло задоволяване и на двамата, може да съдържа ненормална съставка, ако един от партньорите по време на акта си представя нещо по-различно от това, което се върши. Пример: мъж, който се възбужда от представата, че се съблича пред чужда жена. Ако той е в състояние да извърши коитуса само по този начин, налице е отклонение, защото потентността му се дължи на представата за разголването, а не на контакта с реалната жена. Желанието не се отнася до нея и тя бива използвана като заместител.

Разбира се, понякога разграничаването на нормалното от абнормното е доста трудно. Как да окачествим нередко срещания случай, когато жената се отдава по задължение на своя необичан съпруг? Тя го отхвърля вътрешно и живо си представя идеализирания от нея мъж, за когото

копнее. Едно такова поведение в същност не е ненормално, защото фантазията е насочена към истински обект. Това важи също за мъже, които понякога, сношавайки се със съпругата си, си представят друга жена независимо от това, колко оскърбително може да бъде то за нея.

Койтусът може да бъде изпълняван в най-различни пози. Те могат да се класифицират като обверзни⁵⁹ (партньорите са с лице един към друг в изпънато, наведено, странично, предно седящо, яздещо или стоящо положение) и аверзни⁶⁰ (жената е с гръб към партньора, в задно странично, яздещо, стоящо или коленно положение). Чрез комбинации и изменения в тези пози се получават почти безгранични възможности, които са били ненадминато описани в древната индийска книга Камасутрам. Нито една от тези пози не е абнормна. Няма никакво основание някоя от тях да бъде отхвърлена, щом доставя удоволствие и на двамата партньори. Тъй като извън няколко основни типове те се различават по незначителни подробности, би било излишно и отегчително за читателя да се изброяват всичките пози. За половия живот те са почти без особено значение и находчивите влюбени ще ги открият сами, ако се освободят от задържащи отдаването предрасъдъци и приспособят начина на съвокуплението към желанията си.

Ние вече видяхме основното значение на човешката сексуалност не в размножението, а в това, че тя свързва най-интимно мъжа и жената в една общност и че служи за задоволяване на телесните и душевните им потребности. Следователно и на гениталния контакт на партньорите може да се гледа не като на единствена нормална форма на полова дейност, а степента на абнормността да не се преценява в зависимост от отдалечаването от това, което е изгодно за зачатията.

За да бъде определено едно сексуално действие като нормално или абнормно, не е важен методът, с който си служим, а неговият мотив и резултат. Въпросът стои така: дали сексуалното действие може да достави на двамата удоволствие, радост, щастие и удовлетворение, да дълбочи любовта и да я обогати, да укрепи връзката им и да допринесе за извисяването на тяхното съществуване? Ако може да се отговори положително на този въпрос, тогава абнормност не съществува независимо от формата, под която протича половият акт.

59. Обверзен (лат.) – обърнат с лице към нещо или към някого (б.ред.).

60. Аверзен (лат.) – обърнат гръбом (б.ред.).

ЛЮБОВНА ИГРА (ПЕТИНГ)⁶¹

Една форма на полово общуване без съединяване на половите органи (със или без оргазъм) е т.н. петинг. Думата произхожда от английски език и означава в свободен превод „игра на възбуда“ (любовна игра). Любовната игра обхваща всички взаимни контакти, които стимулират сексуално и довеждат до удовлетворение, с изключение на въвеждането на члена във влагалището.

Една по-ограничена форма на тази любовна игра, при която ласката обхваща главата и шията или най-много горната част на тялото до талията, се нарича „некинг“.⁶² От доклада „Кинси“ стана известно огромното разпространение на тази любовна игра, особено сред младите хора в Америка. Анкетите в Европа доказаха, че и тук разпространението на любовната игра е широко. На 25-годишна възраст 90% от жените и мъжете имат опит в нея. Почти половината от жените са изживели своя първи оргазъм не с коитус, а при любовна игра.

За да бъде запазена фасадата на викторианския морал, в някои обществени слоеве в САЩ са особено загрижени момичето да влезе в брака като девственица. Изразява се задоволство, ако формалното доказателство за девственост – запазеният химен – е налице. С любовната игра е възможно да се получи сексуално удоволствие без брачно свидетелство, така да се каже, през задната врата на официалния морал. Но същевременно любовната игра се радва на голям успех заради запазването на „Удостоверението за брачна вярност“. На т.н. „петинг-парти“⁶³ и при други случаи женени мъже и жени прилагат също тази игра (със или без знанието на брачния партньор) без стеснение, достигайки до оргазъм, и си внушават, че са останали верни.

Любовната игра е непретенциозна към въшните условия. Не е необходимо дори легло. Това може да подмами към безотговорност, смяна на партньорите, бездушно гъделичкане на сетивата; тогава любовната игра престава да бъде израз на истинска любовна връзка. Но възможната злоупотреба с петинг не е аргумент за неговото отхвърляне.

Размяната на интензивни нежности прилагат най-често младите, несемейни хора. Ако те се разбират добре и в други отношения, обичат се, уважават се и се познават достатъчно дълго време, няма основание

61. Petting (англ.) – галене, милване (б.ред.).

62. Neck (англ.) – шия (б.ред.).

63. Party (англ.) – сбирка (б.ред.).

нито да им се забранява задоволяването на техните потребности, нито околните да го отхвърлят като порочно. За любовта е обичайно да се действа на принципа „всичко или нищо“ и от боязливата първа целувка да се направи без преход скок в брачното легло. Когато двама души са се приближили физически постепенно, крачка по крачка, като следват задълбочаването на духовната връзка, тяхната връзка е много по-богата на преживявания. Това им дава и определени предимства при по-късния зрял полов живот. По такъв начин, буквално казано, те се опознават предварително, добиват опит в ласките, започват да ценят и помалките източници на удоволствие, научават се да усещат реакциите на другия и да се нагласяват според тях, докато в края на краищата в пълно и взаимно разбирателство, под напора на буйни чувства и без всякакви задръжки се отдадат един на друг. Това предпазливо, постепенно навлизане в половия живот, постепенното разкриване на тялото за сексуалните усещания е психологически по-добро и особено за младото момиче, отколкото безпреходният дефлориращ коитус. Последният не само не донася удовлетворение на жената, но по-често я разочарова или отблъсква от сексуалността въобще независимо от съпътстващия коитуса страх от нежелана бременност. Смайващо е колко малко разбиране за значението на нежността има у много млади мъже, колко невежи и безчувствени се отправят те към коитуса, който неопитното младо момиче най-често приема от страх да не загуби приятеля си, а не от истинска потребност. Жените, които притежават опит в любовната игра, по-често изживяват оргазъм при коитус в брака от онези, които не са имали случай да почувствуват сексуалните реакции, предизвикани от нея. Опитът се оказва полезен, особено в първите години на брака. Много млади мъже не сполучват при първия опит за коитус, защото са несигурни и неопитни в интимните взаимоотношения. Възможно е неуспехът да ги обезкуражи и да ги направи импотентни при следващите опити. Петингът ги улеснява чрез степенуваното приближаване на успеха.

Не е вредно любовната игра да се удължава и се усилива до постигане на оргазъм. Напротив, ако тя възбужда силно, но не завършва с оргазъм, може да предизвика болки в слабините и тестикулите, състояния на неспокойство, нервна възбуденост. От тях най-често страда мъжът, който при подобни ситуации търси изход в самозадоволяването. Съвсем индивидуална, зависеща от темперамента на двойката, е продължителността на любовната игра, докато най-сетне завърши с коитус. Без съмнение играта води дотам. По тази причина би трябвало интензивен петинг да се предприема само когато е възможно да се допусне коитус,

при достатъчно продължително познанство и двустранна убеденост, че любовта и взаимната симпатия са истински и ще станат трайни.

Любовните игри не са привилегия на младите. Със своите възможности за разнообразяване те би трябвало да обогатят брачния живот и по този начин да го предпазят от притъпяване, изпадане в рутина и заедно с това – от равнодушие и невярност. Петингът е идеално допълнение на коитуса, когато жената по-лесно достига до оргазъм посредством клитора, отколкото чрез влагалището, и когато мъжът го постига по-бързо от нея.

НЕНОРМАЛНИ ЛИ СА МАНУАЛНИЯТ И ОРАЛНИЯТ ПОЛОВ КОНТАКТ?

След всичко, което беше казано за сексуалността досега, отговорът на този въпрос не е труден: нормално е всичко, което доставя удоволствие и което е приятно на любимия. Въпреки това искаме да поговорим по-определено по него, защото мненията се различават.

Който обича, той иска да бъде нежен и да получи нежност. Това, че като „инструменти“, (ако можем да си позволим тази дума) за размяната на нежности са особено пригодни ръцете и пръстите, тяхната висока чувствителност, всеки може сам да се досети, без да е чел физиологията на сетивата. Когато ръцете гаят любовно лицето и тялото на другия, те еднакво дават и получават удоволствие. Но докъде ни е позволено да стигнем? Не са ли половите органи на партньора „табу“? Мнозина мислят така и са готови по-скоро за коитус, отколкото да поспрат там ръцете си, макар да знаят, че е много приятно и че това помага на жената да постигне секрецията, а на мъжа – ерекцията. Пръстите са много подвижни и чувствителни и могат да се пригодят към особеностите и реакциите на партньора.

Някои приемат това действие за нормално като увертюра, но се страхуват да го продължат до оргазма на жената или до еякулацията на мъжа. С други думи, те се страхуват да го превърнат в полов акт и преминават към сношение с генитален контакт. При тази промяна възбудата често пъти изчезва, жената не достига до оргазъм и е възможно мъжът да загуби ерекцията си. По тази причина се препоръчва в стадия, предхождащ оргазма, да се запази ефективната в момента стимулация. Каква е предварителната игра и какво е основното, зависи не от прилаганата техника, а от въздействието. Някои двойки предпочитат тази

форма на сношение, защото тя не зависи от потентността и издръжливостта на мъжа и позволява по-добре да се имат пред вид най-възбудителните части на жената.

Проведената от нас анкета на 2000 жени и мъже показва, че за 50% от тях най-честото сношение е взаимният мануален акт, 20% го прилагат понякога, 13% от жените и 8% от мъжете го намират като най-възбуждащия вариант на половия акт.

Как стои въпросът с оралногениталните контакти? Който обича, целува и с удоволствие се оставя да бъде целуван. При целувката единството се чувства съвсем непосредствено, понякога – дори по-силно, отколкото при половия акт, при който интензивните усещания на собственото тяло могат дори временно да прекъснат интимния диалог с другия.

Всяка целувка е различна. Всеки нюанс на чувствата и желанията може да се изрази с начина на целуването. Подчертано сексуално мотивирана е целувката на тялото и дълбоката, всмукваща, т.нар. „френска“ целувка. Тази целувка с езика се смята от много мъже като знак за готовност за коитус. Те обаче често надценяват шансовете си за това при страстно целуващи момичета.

При любовната игра голото тяло с удоволствие бива целувано нежно или страстно; при това обикновено мъжът е активният, а жената приема с голямо удоволствие. Едва ли някой би се възпротивил на подобна нежност.

Бива ли гениталиите да бъдат милвани с устни и език? Някои хора (особено неопитните жени) са потресени, когато любовната игра вземе подобна форма и мъжът поиска това. Те се разкъсват между желанието да продължат и мисълта, че вършат нещо позорно, дори извратено.

Когато мъжът докосва с уста женските полови органи, се говори за кунилингус, а когато жената прави това с пениса – за фелацио. С понятието генитолингус се обхващат и двете явления.

Латинските термини създават погрешно впечатление, че се касае за заболявания. Учените от предишната генерация, които са въвели тези понятия, наистина са смятали тези явления за порочни заблуждения в половия живот. Някои хора мислят така и до днес, но не и в кръга на специалистите. Дори самото им разпространение сред душевно и телесно напълно здрави хора ни принуждава да променим преценките. Ще приведем някои данни от една собствена анонимна анкета: 27% от отговорилите от двата пола намират оралногениталното сношение за особено възбуждащо; 17% го прилагат понякога и 4% – по-често от всички други методи.

Представата, че по такъв начин жената и мъжът са по-близо един до друг, може обаче да отблъсне хора, които не се намират в състояние на страстно любовно опиянение – дори и такива, които по-рано вече са преживявали такъв контакт при много силна възбуда. Най-малко всеки втори възрастен човек е имал оралногенитални контакти, най-често хора с висока степен на образование. Оралната стимулация и преди всичко тази, която довежда до оргазъм, се извършва по-често от мъжа на жената, отколкото обратното, тъй като даже между безгранично обичащите и открити жени малко биха приели или даже пожелали да приемат еякулацията по този начин.

Генитолингусът може да бъде изява на силно желание и дълбока любов, когато хора със страстно влечение преодоляват чувството за срам и отвращението и се стремят да почувствуват партньора по всякакъв начин. Няма никакви доказателства за това, че активният и пасивният оралногенитален контакт е признак на абнормно развитие на личността. Психотерапевтичният опит по-скоро учи, че хората с изразени сексуални задръжки отбягват такива контакти, докато тези с невъзпрепятствувано влечение приемат генитолингуса с удоволствие. Дори жените: те са толкова по-склонни да понасят и сами да изпълняват такива нежни действия, колкото по-силна е еротичната им връзка с партньора, докато с нелюбим мъж изпитват отвращение от тях. Тъкмо този факт изключва оралногениталния контакт от кръга на абнормното и на сексуалните първезии, особено ако той не е единствената желана форма на коитуса и се използва главно в любовната игра като въведение към него.

Както навсякъде в половия живот не е все едно, когато две двойки вършат едно и също. Красотата, чистотата и щастието са възможни само там, където желанията на двамата съвпадат. Ако единият от партньорите опитва оралногениталния контакт против желанието на другия, може да се стигне до нежелателна сцена, която отблъсква, а не обединява. Тактът, деликатността и взаимното уважение в даването и вземането не са никъде така важни, както в интимната сфера.

Ако и интимните детайли са проникнати от взаимна любов, тогава няма никакви основания да се отричат тези варианти на сексуалното изживяване.

ЗАСИЛЕНО ПОЛОВО ВЛЕЧЕНИЕ (ХИПЕРСЕКСУАЛНОСТ)

Силата на половия нагон не може да бъде измерена както мускулната сила се измерва с ергометър или като на панаир с „премери си силата“. Мерките и числата не са измерителни категории за човешкия полов живот. И ако въпреки това се правят разлики между хора със силен нагон и хора със слаб нагон, това ни най-малко не дава представа за тяхната способност да водят задоволяващ полов живот.

По какъв начин се проявява засиленото полово влечение – един предимно мъжки вариант на сексуалността – и по какво се разпознава?

1. По силата на сексуалните пориви. Веднъж обхванат от желанието, мъжът иска да обладае жената на всяка цена; трудно му е да се откаже. Способността да се владее разумно е ограничена. Тласкан от либидото си, той се държи безогледно към партньорката и към другите хора даже в своя вреда. Често пъти той се разкайва за това държание, след като е наситил нагона си.

2. По честотата на сексуални пориви. Едва намерил удовлетворение, мъжът отново е измъчван от полов глад, тормози жената ден след ден с множество сношения или търси задоволяване при всяка възможност за извънбрачна връзка.

3. По бързината, с която настъпва половата възбуда, ако въздействуват съответни дразнения: при най-малък телесен контакт с жена, например при танц, при струпване на хора или при зрително дразнение на неговите сексуалноеротична фантазия мъжът чувства незабавно желание за полови действия и не е в състояние да изчака задоволяването на потребностите си.

4. По разнообразието на дразнителите, които могат да го доведат до полова възбуда. Мъжът бива силно полово възбуждан от почти всяко женско същество без оглед на личността и без предпочитание към определен тип партньорка, както и от фотографии, еротични разговори, определена музика, миризми и други впечатления.

Обикновено мощните сексуални пориви се явяват често, а бързо настъпващите се съчетават с разнообразие на дразнителите. Първите две особености се явяват поотделно или комбинирано като склонност или са конституционно обусловени. Вторите две имат често психични причини. Ненаситният полов глад нерядко е компенсация на комплекси за малоценност или на недоизградена личност, на която липсват по-

високи потребности и ценности. Типичен пример за това е донжуанството, което е не само психопатологично, но и социално явление.

В литературата болестно повишеният полов нагон у мъжа се означава като сатириазис⁶⁴. Той е в състояние да задуши любовта и другите интереси и да превърне личността в украшение или роб на сексуалността. Той бива унижен до обект за задоволяване; надигащата се отново полова жажда не оставя никакво място за вярност и признателност и по необходимост води до честа смяна на множество партньори.

Разликите във вродената сила на либидото на двама влюбени, изразени преди всичко в честотата на пожелаването, могат да бъдат съвсем относителни – нито той, нито тя не би трябвало значително да се отличават от средното ниво. Когато разликата помежду им стане значителна (напр. либидо със средна сила у жената, но много силно у мъжа – което е по-честият случай), е възможно по-силно желаещият от двамата при определени условия да се отклони в една абнормна форма на задоволяване, а у този, от който се иска прекалено много, да се развие съпротива срещу всяка полова близост. Доколкото рамките на навика и способността за приспособяване позволяват, желателно е да се постигне хармония поне в честотата на сексуалните желания. Тя благоприятства брачната хармония и верността. При непреодолими и неповлияващи се разлики се налага на страдащия от по-чести и силни потребности партньор да се даде акта или да му се помага мануално. Това все пак е по-добро, отколкото опасността той да бъде осъден на извънбрачна или абнормна полова активност. В същото време човек би трябвало да се стреми към такова съдържание и цел на живота си, които да вкарват сексуалността в социално приемливи рамки.

Има ли хиперсексуални жени? За женски еквивалент на сатириазиса считат нимфоманията⁶⁵. Това не е съвсем правилно, тъй като приликата е само външна. Нимфоманките биват непрекъснато измъчвани от желание, възбуждат се бързо и много силно от най-различни възприятия. Тези, които не могат да се владеят, правят впечатление с натрапчива кокетност, с усилията си да импонират, с похотливите, търсещи очи, а други – с многобройните си интимни познания.

Дали обаче нимфоманката е ненаситна „жена-вамп“, която непрекъснато търси опиянението на оргазма? Не, напротив. Нимфоманията в

64. Satyros (гр. мит.) – горско полубожество, рисувано като мъж с рога и кози крака, похотлив компаньон на Бакхус; похотлив човек, сладострастник (б.ред.).

65. Нимфомания – от nymphē (гр.) – млада жена и mania (гр.) – безумие; болестно повишено, неудържимо полово влечение у жени (б.ред.).

същност е особена форма на аноргазмията, която няма нищо общо с първично засиленото либидо. Разбира се, нимфоманката в никакъв случай не е фригидна. За нея е решаващо обаче, че при сношението и при другите форми на половия контакт тя се възбужда много силно, но никога не стига до уталожващия оргазъм. Така тя остава хронично възбудена и вечно незадоволена. В желанието най-сетне да постигне удовлетворение, тя търси сношение след сношение, които увеличават либидото още повече, но в края на краищата винаги я разочароват. Не е чудно, че накрая тя се впуска в приключения без любов, хвърля се на врата на случайни мъже, сменя партньорите с надеждата най-сетне да намери някого, който е в състояние да я задоволи. Но това никога не става. Тези жени най-често не достигат оргазъм и с високопотентни и издръжливи мъже. Сношенията оставят у тях нервност, раздвоение и засилено желание.

Жените, които намират в половия акт пълно удовлетворение, рядко биват неукротими, тъй като в оргазъма жената обикновено се изразходва телесно и душевно по-силно и за по-продължително време, отколкото мъжът. Изключенията само потвърждават правилото. За щастие нимфоманията не е много често срещана форма на абнормната женска сексуалност. Такива жени обаче идват в брачната консултация не съвсем рядко. На повечето от тях може да се помогне предимно с психотерапия, която отстранява вътрешния дефект на поведението и преди всичко страха, че в сношението няма да се стигне до оргазъм и че мъжът няма да изтрае до него; този страх обяснява защо възбудата угасва непосредствено преди оргазъма.

Извънредно слабо желание (хиполибидиния) се явява не по-рядко, но не е толкова познато сред хората, защото не противопоставя човека на моралните норми. То обаче оставя партньора сексуално незадоволен, защото той има по-големи нужди.

СЕКСУАЛНИ СЪНИЩА И ПОЛЮЦИИ

Сексуалните функции протичат не само в будно състояние. Те могат да се проявят също по време на сън и в сънищата. Това се случва толкова по-често и по-интензивно, колкото по-малко те се осъществяват в действителност и колкото по-рядко се постига задоволяване. Временното въздържание стимулира еротичната фантазия; възможно е при по-качваща се възбуда да се стигне до спонтанно включване на

сексуалните рефлексии, до еякулация и оргазъм. Спонтанните еякулации на мъжа (полюциите) почти без изключение настъпват нощем като резултат от сънища със сексуално съдържание. Осемдесет и три процента от всички мъже са имали някога полюции (най-често в младата възраст, преди започването на редовния полов живот). При 23,5% от мъжете полюцията е довела и първия оргазъм (Ренерт). С напредване на възрастта тази форма на сексуално разтоварване се явява по-рядко. Честотата на полюциите и на самозадоволяването е обратно пропорционална на честотата на коитусите. Те донасят напълно безвредно уравнивяване, когато липсва сексуална активност. Появата или липсата на нощни полюции не зависи от волята на спящия. Въпреки това до XV столетие те са били осъждани, смятани от духовенството за греховни, и наказвани. В съчинението си „Ехагрус“ Беда⁶⁶ пише: „Който въпреки желанието си получи полюция, нека 17 дни да търпи наказание, да прочете 50 молитвени псалми и в сряда и петък да пости.“ Приемането на причастие след такова събитие било забранено.

В младата възраст полюциите освобождават от половото напрежение с по-малко усложнения, отколкото мастурбацията и преждевременният полов живот. Те могат да се считат за болестно явление само когато се явяват през деня или много често, стимулират се само от сексуални представи, а при реални контакти с партньора е налице импотентност. Болестно явление е и сперматореята – изтичането на сперма без оргазъм, обикновено при уриниране. Тук е необходимо лечение.

При някои чувствителни момчета и юноши психическите натоварвания довеждат до дневни полюции – например при изпит с ограничено време.

37% от анкетираните жени, достигнали 45 години, са имали нощни оргазми, най-често предизвикани от сънища. При омъжените жени те са по-често явление, отколкото при неомъжените, още по-чести са сред самотните жени, които някога са били омъжени. Имелински анкетираше 500 полски студентки; едната трета от тях имали оргазъм насън. Пет процента от анкетираните от Ренерт студентки са получили първия си оргазъм насън. В наша анкета 56% от жените от всички възрастови групи са имали еротични сънища.

Опитът на брачната консултация показва, че жените, които са преживявали оргазъм насън, могат да бъдат успешно лекувани за аноргазмия при коитус. Фригидните жени никога или почти никога не

66. Беда – бенедиктински философ (б.прев.).

получават спонтанни нощни оргазми. Когато обаче липсват такива сънища, все още нямаме право да правим заключение за липсващо либи-до, особено ако жената получава удовлетворение от полов контакт.

Ако съновиденията съдържат постоянно ненормални форми, трябва да се мисли за девиантна нагласа⁶⁷; при сънища с еднороден партньор е вероятна скрита форма на хомосексуализъм.

Нерядко сексуални мечти се явяват и през деня. Това е тревожно, ако те стимулират по-силно от реалния контакт с партньора или довеждат отдадения на тях човек до постоянно напрежение, което му пречи да си гледа работата спокойно. Отклоняващото се съдържание на сексуалните фантазии и тук говори за склонност към абнормна сексуалност.

САМОЗАДОВОЛЯВАНЕ

Никоя друга форма на сексуалната активност с изключение на коитуса не е така широко разпространена, както самозадоволяването, наречено още „ипсация“⁶⁸, „мастурбация“⁶⁹ или (погрешно) „онанизъм“⁷⁰. Въпреки това или именно поради това за него се изказват най-противоречиви и най-странни мнения. Дори за родители и възпитатели с педагогическа подготовка този въпрос е мъчителен и те се крият в мълчанието. За преходната мастурбация на младата възраст вече говорихме в глава 2. Тук ще се занимаем с ипсацията у възрастните, т.е. След настъпването на биологичната полова зрелост. Ще се спрем и на въпроса, дали и кога тя е вредна, абнормна или трябва да се счита като извратена.

Преди всичко трябва да изясним защо някои прибегват до самозадоволяването. Преди всичко това са хора, които нямат възможност за сексуален контакт с лице от другия пол за дълги или по-кратки периоди, макар да го желаят. Не по своя воля самотни хора или съпрузи, разделени за дълго по външни – например професионални – причини, както и при продължително заболяване на партньора са лишени от интимен контакт. Някои хора понасят неизбежните периоди на въздържание без особени усилия и почти не страдат от него, особено ако рядко и слабо

67. Девиантен (лат.) – който се отклонява от нормата (б.ред.).

68. Ipse (лат.) – сам (б.ред.).

69. Masturbare (лат.) – самозадоволям се с ръка (б.ред.).

70. Онан (библ.) – син на Юда, който практикувал със сестрата на жена си прекъснат коитус; последният се нарича на латински език и *onanismus conjugalis*. По същество това не е мастурбация, затова авторът на книгата с основание счита, че терминът „онанизъм“ неправилно се отнася към самозадоволяването (б.ред.).

чувствуват необходимост от полово активност. На други това струва много енергия и самообладание.

Почти всеки човек е в състояние да овладее временно половото напрежение или да го притъпи с усилена работа. Ако при подобни условия либидото не бъде отреагирано в полюсии или в оргазмени сънища, някои хора могат да бъдат така измъчени, че напрежението, траяло месеци и дори години, да предизвика нервни симптоми, неспокойствие, раздразнителност, смущения в съня и снижение на работоспособността. Без съмнение в условията на такъв принудителен сексуален глад самозадоволяването е допустимо и от медицинска, и от етична гледна точка. Нещо повече, то може не само да помогне за премахване на споменатите смущения, но да стане предпазен клапан на сексуалното свръхнапрежение и да предотврати асоциални прояви, като изневярата, случайните полови контакти и сексуалните престъпления. Коя млада жена не би счела за по-приемливо нейният съпруг или годеник, който следва в чужбина, понякога да се самозадоволява и да намери спокойствие, отколкото да се хвърля в прегръдките на някоя друга жена? Може ли ипсацията да доведе до отчуждаване? – В тези случаи – сигурно не. Сексологичният опит показва дори една по-добра нагласа и пренагласа на партньорите, когато половите им функции не са били напълно преустановени за дълго време.

По същия начин мастурбацията при самотни жени, които страдат от полов глад, трябва да се приеме като по-добра алтернатива, отколкото взломът в чужд брак, който много женени мъже все още поощряват с удоволствие и с великодушна отзивчивост, за да хлътнат в следващата „трогателна любов“. Както жените, така и мъжете, които по някаква причина са лишени от любовна взаимност, се държат много по-достойно, ако мастурбират, отколкото ако се сношават в бегло познанство с нелюбим партньор.

Още в началото на века изтъкнати сексолози не се побояха да съветват прибягването до облекчаваща саморегулация при съответни обстоятелства и да говорят за „етичен онанизъм“, с чиято помощ да се компенсират периодите на въздържание в един добър брак и да се избягнат неморалните прояви.

Би било грешка да се пропагандира самозадоволяването. Сексуалността се изпълва със съдържание само в любовта на двама души. Мастурбацията е в състояние да разговори само телесно и да донесе облекчение от неспокойни пориви, но не повече. Тя не носи щастие като коитусът на двама влюбени; след оргазма остава чувство за празнота и

самотност. Затова тя може да бъде само помощно средство.

Защо обаче подчертаваме безвредността на самозадоволяването? Защото векове наред то е било обявявано не само за грях; защото до ден днешен даже лекари и широко популярни „докторски“ книги го третират като опасна болест, рисуват го в най-мрачни краски и защото все още безброй родители го „обясняват“ на своите деца както тези предразсъдъци и остарели книги. Ето един класически пример от страниците на такъв изживял времето си „Домашен лекар“.

„Поради този духовен разврат, от който той вече не може да се спаси, поради постоянните загуби на сокове и трайната нервна възбуда болният постепенно се изтощава до такава степен, че в него настъпва предразположение към всички възможни нервни заболявания; всички нормални функции на тялото и на духа биват напълно; разрушени и унищожени. Онанизмът може в края на краищата да заболее от душевно страдание, вследствие на което да падне по-ниско от животно; немалко от тези нещастници завършват в лудницата или със самоубийство“.

Имало е дори лекари, които не се задоволявали с предупреждения, а се борели срещу „порока“ много по-енергично, с нож в ръка. Вайнхолд (около 1820 г.) оперирал препуциума на онанистите и пломбирал половите им органи с тел. Той с удоволствие прилагал този ужасен метод и при бедни хора, за да ги предпази от твърде много деца, с което ги принуждавал да водят целомъдрен живот. Някои лекари „лекували“ женския онанизъм с хирургическо отстраняване на клитора – и това не в Средновековието, а в нашето столетие.

Не мастурбацията, а ужасяващите легенди за нейните последици нанасят психическа вреда, защото насаждат страх от болести и от наказание за греховната порочност на собственото тяло. Този страх от призрци живее все още в много глави. Всеки психотерапевт може да съобщи за пациенти, които под действието на такива насаждани от обкръжението стракове години след „самоопозоряването“ си са развили хипохондрични оплаквания, свързани с „прегрешенията на младостта“.

Оргазъмът и еякулацията, предизвикани с мастурбация, не се различават физиологически от тези при коитус. Само прекаляването с тях може да се отрази неблагоприятно на здравето; при това е съвсем все едно дали се касае за ипсаци или за сношения. Но до такива злоупотреби се стига изключително рядко, тъй като желанието не се явява по-

често, отколкото е необходимо за задоволяването на организма. Впрочем сексуални дразнения, отговарящи на ипсацията, се наблюдават при почти всички бозайници, чийто живот едва ли би могъл да се нарече „развратен“.

Защо трябва да се прави още по-тежък животът на тези хора и да се докарват те до раздвоение с морални скрупули и с напълно неоснователни заплахи за болест? Те и без това страдат от временната или трайната липса на партньор и жадуват за сексуален контакт. Само защото в своето самотно убежище търсят от време на време необходимата замяна на онова, което за другите е само част от богат любовен и полов живот? Не е ли по-добре да им се каже открито, че техните действия не са нито осъдителни, нито нездравословни? И застъпването още от Фройд и неговите ученици гледище, че ексцесивният⁷¹ онанизъм може да предизвика неврастения, защото при него оргазъмът се разсейвал и рядко водел до пълно задоволяване и отпускане, не се споделя вече от почти всички съвременни специалисти. И преданието за дълбоките кръгове около очите, по които можело да се разпознаят мастурбиращите, е само басня, която вероятно е била измислена, за да отблъсква хората от „самоопозоряването“. Изключено е потентността на мъжа или способността на жената да изживява оргазъма да се повлияят от това, че някога през живота си те са мастурбирали.

Нашата анкета показва следното за разпространението на ипсацията сред мъжете и жените:

Самозадоволяване

Пол	Не	Да	Неотговорили
Жени	60%	33%	7%
Мъже	10%	88%	2%

Цифрите в тази таблица съвпадат почти напълно с данните на другите автори. Повечето от случаите в графата неотговорили трябва да се разглеждат като отказ да се даде утвърдителен отговор (въпреки анонимността). По такъв начин най-малко 40% от жените и 90% от мъжете са мастурбирали някога в живота си.

Съгласно нашата анкета две трети от мъжете, но само една осма от жените са мастурбирали предимно във възрастта преди 20 години.

В различните възрастови групи съотношението между мастурбиращите мъже и жени е:

71. Excessus (лат.) – излишество, прекаляване (б.ред.).

- до 20 години на 4,5 мъже се пада 1 жена;
- от 21 до 30 г. на 2 мъже се пада 1 жена;
- над 31 година на 1 мъж се пада 1 жена.

Тези данни показват, че жените мастурбират по-малко от мъжете вероятно защото женското либидо се разгръща силно едва при контакт с партньора и досега е било осъждано от обществото по-остро, отколкото мъжкото. По-късно ипсацията се разпределя сравнително равномерно във всички възрастови периоди от живота на жената. Жените с по-високо образование, особено неомъжените, я използват по-често вероятно защото сред тях, както вече показахме, са повече ония, които могат да стигат до оргазъм и не са в състояние да се откажат от сексуално разтоварване.

По-иначе трябва да се преценява мастурбацията, която се практикува от семейни хора въпреки възможността за коитус. За щастие това се случва рядко. 20% от мъжете и 7,5% от жените съобщават в анкетата, че покрай половите сношения с другия пол са мастурбирали многократно. Какви са причините да се прибегва до ипсация въпреки възможността за контакт с партньора? Те се простират от предимно външни препятствия, през смущенията в междучовешкия контакт чак до перверзиите; импотентност на мъжа която тласка него и нея към ипсацията като заместител на коитуса и може да ги привикне към това; по-голяма наслада от самозадоволяването, когато мъжът не извършва коитуса по най-задоволяващия жената начин; преувеличени задръжки и комплекси за малоченност; изоставане на развитието на личността на инфантилно⁷² ниво; страх от бременност или от венерически болести; неудовлетвореност от прекъснат коитус, отхвърляне на предбрачните полови сношения поради морални подбуди, отвращение от партньора, неедновременна поява на желанието у двамата, недостиг на дразнителни или несръчно, разочаровашо поведение на партньора, склонност към потискане на възбудата при отклоняващи представи. Самозадоволяването е винаги подозрително, когато е предпочитано пред съвокуплението с партньора.

В изключителни случаи дългогодишният навик за собственоръчно предизвикване на оргазъм може да препятствува „приучването“ към задоволяване в коитус и да връща към ипсацията. Такива случаи срещнахме у някои късно омъжили се или живели дълго като вдовици жени, които търсеха лечебна помощ. Стъпка по стъпка със съдействието на разбираещия съпруг те бяха пренагласени, докато мъжкият член започне да

72. Инфантилен (лат.) – свойствен на детската възраст; недоразвит (б.ред.).

предизвиква оргазъм у тях.

Макар всичко това да е станало повод за търсене на съвет, то не дава основание да се мисли за болестно променена сексуалност, ако придружаващите фантазии са нормални, т.е. свързани с лице от другия пол. Жените обаче често мастурбират без всякакви придружаващи фантазии и по-рядко от мъжете.

Ако обаче картинната представа за еднополов партньор, за малко дете, за насилие върху някого, за преживявано унижение, за парче бельо или за какви да са необичайни действия възбужда засегнатия толкова силно, че го тласка към ипсация, неговата сексуалност е отклонена и не води до нормално партньорство, а се върти само около собствената му личност.

Така стигнахме обаче и до съмненията в постоянното самозадоволяване. Когато стане привична практика, то отдалечава от партньора, засилва вътрешното усамотение и социалната изолация и привързва човека към едно непълноценно усещане за удоволствие, което подобно на цигарите му е под ръка винаги, когато му дойде на ум за него. То унищожава най-красивото и най-човечното в сексуалността: съществуването на другия, магията на очакването и на ухаждането, както и взаимната игра на най-нежни чувства и сливането с любимия човек. След разтоварването ипсисът чувства особено силно колко горчива е неговата самота и колко е далеч той от щастието на взаимността. И най-живата фантазия не е в състояние да го заблуди.

Поради всичко това не заради опасност от телесни или нервни увреждания е необходимо да се вземат разумни педагогически мерки, а за да не се превърне „онанизмът по принуда“ в навик; заплахите и страхът тук са неуместни. У хората трябва да бъде възпитавана и способността да обуздават сексуалното желание, защото животът често изисква това.

Самозадоволяването не е вариант на любовта, пък даже и непълноценен вариант, защото няма нищо общо с нея. То е просто изход от сексуалния глад – ни повече, ни по-малко.

Глава 9 ОТКЛОНЕНИЯ В ПОЛОВИЯ ЖИВОТ

КАКВО Е „ОТКЛОНЕНИЕ“ В СЕКСУАЛНОСТТА?

Явленията, с които ще се занимаваме в тази глава, доскоро се означаваха (а някъде се означават и до днес) като перверзни. В същност „перверзен“ значи само „обратен“, „опъков“⁷³. Изразът обаче е толкова тясно свързан с представата за нещо безнравствено, противно или болестно, че е станал неупоредим за обективна дискусия. Понятието „перверзия“ е въведено от психиатри сексолози през миналия век, т.е. по време, когато диапазонът на средното ненормалното сексуално поведение на хората е бил напълно непроучен. По тази причина всичко, което е противоречало на съществуващия тогава нравствен кодекс, се смятало за перверзно. Недопустимото в поведението на хората вече не се преценявало само като неморално – някои подобни действия получили печата на болестта. Така възниква проблемът, кой в същност има право да се произнася какво е нормално и какво е перверзно и въз основа на какви критерии трябва да се класифицират разновидностите на сексуалното поведение.

Бива ли да се осъжда като перверзно това, което не отговаря на вкуса на много от хората? – Едва ли, защото сексуалните традиции подлежат на значителни културноисторически промени, и това, което вчера е било нормално, може днес да се счита за перверзно и утре отново да бъде приемано за нормално.

Бива ли да се говори за болест, когато засегнатият нито субективно страда от своите сексуални странности, нито обективно си вреди, т.е. само заради осъждането на неговите влечения от социалното обкръжение?

Перверзни ли са онези сексуални действия, които не отговарят на акта на зачатие? В смисъла на християнската сексуална идеология, застъпвана и до днес от католическата църква, това беше до неотдавна критерият и на специалистите за определяне на перверзността. Строго погледнато, тогава и коитусът с антиконцепционни средства е перверзен, тъй като в този случай се търси само удоволствието, а се пречи на

73. В оригинала е употребена думата *verkehrt*. Тя означава обаче освен „обратен“, „опъков“ още и „превратен“. Затова трябва да считаме, че авторът прекалено много стеснява значението ѝ (б. ред.).

зачатието.

Може би любовта е решаващият критерий? Вярно е, че взаимната любов открива широки граници за ощастливяване в половия живот на хората. При това тя обогатява сексуалността, но отсъствието ѝ не я превръща в перверзност. Много хора живеят в полова връзка или имат понякога сношения без истинска взаимна любов. На не малко хора би останало като алтернатива само въздържанието или някоя друга перверзия.

Най-сетне трябва да запитаме дали трябва да се поощряват само взаимните сексуални отношения на мъжа и жената, а другите случаи да се смятат за перверзни – например ако единият използва другия, за да се задоволява, или ако се възбужда само от някоя част от облеклото. Без съмнение половият акт, в който не участвуват и двамата партньори, се отдалечава твърде много от нашите представи за нормално и е лишен от многобройни ощастливяващи преживявания, които са възможни само във взаимоотношенията на двойката. И все пак отговорът не е никак лесен, като се има пред вид, че нагонът и наградата са много съществени елементи на сексуалността и че много перверзни хора живеят съвсем тих и щастлив брачен живот; от друга страна, в един нормален полов акт с отдаващ се против волята си брачен партньор не съществува истинска взаимност.

Както и да е, с този увод имах за цел да подготвя читателя за обективно и непредубедено навлизане и премисляне на следващите раздели.

По споменатите вече причини в сексологията все повече се налага несъдържашщото оценка понятие девиация (отклонение). То означава само, че става дума за относително постоянни сексуални потребности и навици, които се отличават от тези на повечето хора. По такъв начин не е казано нищо друго нито за личността на девиантния човек, нито за болестния характер на поведението му. Това изисква изясняване във всеки отделен случай и не може да се изведе от понятието девиация. По този начин преди всичко се произнася морална присъда. Една девиантна склонност, която впрочем не е подчинена на волята на носителя си, не може да е морална, нито аморална. От морална гледна точка ние можем, както правим при нормалната сексуалност и навсякъде в живота, да преценяваме действията и техните мотиви само във връзка с благополучието на другите хора.

Неморализиращото и непатологизиращо отношение към девиациите и по-толерантната нагласа към варианти, които никому не вредят, още не означават, че те са желани в сексуалния живот, защото без

любов и взаимност, които са незаменими и в извънсексуалната сфера, животът на девиантната личност остава жалък и нещастен.

Различават се два вида девиации: 1. Отклонения от сексуалния обект, т.е. от желанието партньор; сексуалните желанието са насочени не към полово зряло лице от другия пол, а към лице от същия пол, дете, старец, само една телесна част, животно или даже към неодушевен предмет, „фетиш“, част от облеклото. 2. Отклонения от сексуалната цел, т.е. от обичайната практика; сексуално задоволяване се постига чрез показване на гениталиите, подслушване или наблюдаване на интимността на други хора, жестоко третиране на партньора или чрез самоунижение.

Девиациите у един човек могат да се изменят; често са налице няколко отклонения едновременно. Много от тях се появяват в „разредена“ форма дори в напълно нормалния полов живот. При девиантните личности тези пориви са така „сгъстени“, че владеят напълно сексуалния живот, всички мисли и стремежи. Ако на девиантната личност изобщо е необходим някакъв партньор, той служи само като случайно намиращ се на разположение предмет за отреагиране на придруженото с променени представи полово напрежение. Партньорът не е човек, с когото става сексуално сливане, а върху неговото тяло се манипулира. За девианта той не е личност, с която да се свърже с любов, а статист, зрител, прислужник, който трябва да пусне в ход половите реакции. Той не представлява интерес като цялостен човек, а е съставен от отделни белези със стойност на сексуални дразнителни. Образуването на общността („ние“) като ядро на пълното любовно задоволяване липсва. Изявеният девиант може да задоволи своя нагон само с помощта на „отклонени“ действия, а когато те не могат да се реализират – със съответни фантазии. Той е роб на своя метод или на абнормната цел, която го влече. В това се състои една от важните разлики от здравия полов живот. Хора, които понякога задоволяват желанието си по необикновен начин, в опиянението на пламналите си чувства, запазват свободата си да избират един или друг метод. По такъв начин те обогатяват възможностите си за изживяване, но не зависят само от него. Девиантът е зависим от метода. Изживяването му е стеснено само върху него.

В тежките случаи девиантът изобщо не се интересува от партньора, а най-много от някои свойствени му белези, имащи значение на дразнителни. По тази причина привързаността, дългът и верността са немислими. За ненаситния търсач на дразнителни е подходящ всеки носител на жадувания белези или на желаното поведение; той не подбира. За него личността на партньора е без значение, може да се каже анонимна.

Всяка индивидуална черта, която излиза от рамките на търсения модел на дразнене, по-скоро пречи, отколкото да привлича. Така склонността към смяна на партньора става интегрална съставна част на девиацията. Колкото повече се търси само сексът на партньора, толкова по-силна става тенденцията за смяна на партньорите. Мъжете с нормална сексуалност изневеряват по-често от жените. Сред мъжете перверзиите са разпространени много по-широко. Важна причина за това вероятно е фактът, че мъжката сексуалност по-лесно се отделя от еротиката, докато при жените двете преживявания се сливат по-всеобхватно и по-пълно.

За човешката любов сексуалното е винаги само една част, никога всичко; тя винаги има история: тя се ражда в ухаждането, в първите срещи; възвисява се и достига връх, когато двамата се намерят един друг, напълно се отдават един на друг и съществуват един за друг. Понякога тя угасва, ако настъпят непреодолими противоречия и разочарования. Независимо от това, как завършва една любов, тя оставя следи и промени. Девиантният полов живот, напротив, няма история; той не е формиращо личността преживяване, а произволно повтаряща се консумация на възбуда и наслада, която бива търсена винаги и навсякъде.

При прогресиращите форми промеждутъците между девиантните действия стават все по-малки, удовлетворението е частично, то представлява само моментно разтоварване, докато здравият полов живот носи щастие. Гладът за дразнения се явява все по-често. Девиантът постоянно измисля все нови тънкости към половите си действия и им се отдава – поне мислено – с часове, понякога и през деня. „Кажи ми какви са сексуалните ти представи и желания и аз ще ти кажа дали твоят полов живот е нормален или отклонен.“ Това би било, разбира се, грубо опростена формула за диагностика. Колкото по-отклонена е половата дейност, толкова по-интензивно е участието на фантазията, защото колкото по-харесвани са желанията, толкова по-трудно се реализират. Добре е, че повечето девианти се наслаждават главно в мечтите си, защото някои от отклоненията, превърнати в действия, обременяват други хора.

Колкото по-здро е вкоренено отклонението и съответстващите му реакции са по-шлифовани, толкова повече сексуалното дразнене се постига само с помощта на специални манипулации, на определена система от въображаеми или реални дразнителни, които са и предпоставка за потребността изобщо. Играта на дразнения и реакции се превръща в твърда схема. Както при автоматизираните модели на поведение тя протича по вътрешна принуда, която блокира способността за волево самоуправление.

Това е типично за болестните страсти. Те водят до отвръщане от социалните отношения и ориентират поведението на девиантната личност към собственото „Аз“ и към неговите телесни и психически потребности.

Всичко показва, че сексуалните желания на девиантните личности са изолирани от останалите жизнени отношения, и не само се различават от тези на здравите, но са и по-силни или във всеки случай са по-трудно преодолими. Сексуалното влечение не е качество на тези хора; те са слуги на нагона.

ПРЕДПОЧИТАНИЯ И ФЕТИШИЗЪМ

Делението на девиациите според проявите им често пъти разкрива не същността на нещата, а само един външен и незначителен симптом, който не позволява да се правят сериозни изводи за тежестта на отклонението. Въпреки това е необходимо да се отделят някои от най-честите девиантни начини на поведение; от една страна, не е съвсем случайно, че при едно от тях изглеждат по един начин, а при друго – по друг; от друга страна, за целите на профилактиката е необходимо да се даде конкретна картина на тези сексуални отклонения.

Изхождаме от нормалните разновидности на сексуалната игра, защото – повтарям още веднъж – между нормата и девиантното поведение съществуват много преходни състояния. Освен това девиацията не съдържа нищо ново. От онези елементи, които се намират като фини следи и в нормалната сексуалност, изпъкват отделни, избуяват, задушават здравето и го убиват.

Започваме с фетишизма, защото той най-лесно може да се обясни и изведе от склонностите, присъщи на нормалната сексуалност.

Влюбеният трудно може да каже какво точно го е очаровало. Той мисли, че това е бил човекът като цяло. Но многостранността на една личност не може да бъде обхваната толкова бързо, колкото пламва любовта. В началото ни привличат отделни особености. Едва по-късно се разкриват други предимства, които засилват влечението. В същност всеки човек предпочита цяла система от свойства, които му се струват особено привлекателни в личност от другия пол. Не е необходимо те да му бъдат дотолкова ясни, че да може да ги изброи, ако бъде попитан. Те се сливат в един общ образ, който той смята за „свой тип“.

Наистина една или друга характерна черта на партньора

обикновено привързва особено силно. Обаче човек е фетишист, обожаваш краката, гърдите, скута, седалището, ходилото или косата, ако желае страстно само отделни части на тялото, а не човека, който ги притежава в желаня вид.

Думата „фетишизъм“ произхожда от португалската дума *feiticao* и означава „вълшебство“, издигане в култ на свещен предмет, широко разпространено сред първобитните народи. Научният термин „фетишизъм“ е въведен през 1887 г. от французина Бине за сексуалното влечение към част от тялото или към неодушевен предмет.

За „малък“ или „лъжлив“ фетишизъм се говори, когато една телесна особеност, някаква част от облеклото или вещь възбужда само ако принадлежи на любимия човек. Съществуват многобройни степени и посоки на желанието. Само тъпи хора не намират у любимия човек нищо особено, индивидуално, което да пленява тяхната чувственост – мелодията на гласа ѝ, неповторимият аромат на тялото ѝ, съчетан с нейния особен парфюм, една дреха, която съвсем го влудява, една ефирна блузка, в която тя излъчва такава особена прелест, че той едва може да устои. Ако липсваха такива предпочитания, всеки би се харесвал еднакво; нищо, което напомня за любимата, не би ни радвало; животът би бил безцветен и скучен.

Най-важното е какво преобладава. Ако предпочитаните елементи са излезли толкова напред, че личността е станала просто придатък, човекът вече затъва в девиацията; такъв е случаят, когато един мъж търси само носителка на своя фетиш.

Скокът в истинския фетишизъм е направен, когато фетишът е станал единствена и крайна цел на сексуалната потребност, а човекът – неинтересна, излишна, вече непотребна притурка.

По-раншни изследователи на сексуалността съставиха цял паноптикум на фетишите. Тук ние можем да изброим само най-важните от множеството сексуални фетиши. Преди всичко трябва да споменем голямата група на фетишистите към бельо; те най-често се въодушевяват от дамско долно бельо – не от облечената в него жена (което би било разбираемо), а от лежащото в скрина бельо. Простряното да съхне носено бельо им действа по-силно от новото. Затова много фетишисти към бельо рано или късно стигат до подсъдимата скамейка. Те крадат своите фетиши от сушилните помещения и от обществените бани. Повечето от тях са „специализирани“ на блузи или дамско трико, мнозина – на сутиени; те правят големи сбирки от плячката и я използват след кражбата или по-късно за мастурбация. Някои от тях притежават цялостни музеи

на модата в своята специална област. Ако един мъж подарява много често на жена си красиви обувки и се радва на обутите ѝ крака, това още не значи, че той е фетишист към обувки. Съвсем друго е, когато самите обувки му доставят повече удоволствие, отколкото краката и притежателката им. Това важи и за фетишизма към чорапи и кожи.

Преди, когато още се носели плитки, жените се страхували от „ре-зачите на плитки“, които в сексуалната си страст към косите измисляли рафинирани методи, за да се сдобият с желаните фетиши.

Всички тези форми на фетишизма все пак се намират в някаква връзка с женското тяло. Много по-трудно е да бъдат обяснени (ако изобщо е възможно) влеченията на фетишистите към гума, които се обличат в гумени костюми, за да се възбудят сексуално, монументофили-те, които мастурбират пред статуи, деформитетните фетишисти, на които им доставят удоволствия само осакатени крайници.

Собственото тяло е фетишът на автоеротичните нарцисисти.⁷⁴ Влюбен в себе си, той застава пред огледалото и мастурбира с по-голяма наслада, отколкото му доставя контусът с жена.

По същество всяка вещ може да стане фетиш. Девиантът не я избира, тя му се натрапва; той не знае по каква причина му е допаднала и защо именно тя.

ПОКАЗВАНЕ И ЕКСХИБИЦИОНИЗЪМ⁷⁵

Разголването на гениталиите пред други като източник на собствена сексуална наслада е значително по-голямо отклонение от нормалното сексуално поведение, отколкото по-меките фетишистки склонности. По такива мотиви показват половите си органи почти изключително мъже. За жената това не е възможно по анатомични причини. За да спасим честта на мъжа, ще посочим, че в същност жената излага на показ цялото си тяло и че дамската мода често показва повече, отколкото закрива, давайки винаги на мъжкото обкръжение някаква възможност да поразгледа. Въпреки всичко това не е ексхибиционизъм, защото жената не се възбужда по този начин, а прави впечатление на мъжете. Ако жената съзнателно или не влага еротични мотиви в начина, по който се облича (или по-точно в начина, по който се разгласява с помощта на дрехите), те са насочени да привличат⁷⁶, както женската природа изисква.

74. Нарцис (гр., мит.) – юноша, влюбен в своето отражение във водата на извора (б.ред.).

75. Exhibere (лат.) – показвам; exhibitio (лат.) – изложба (б.ред.).

Мъжът екхибиционист желяе с разголването си преди всичко да възбуди и задоволи себе си.

В съдебната практика се явяват много екхибиционисти, защото публичното разголване се преследва от наказателния закон. Техните действия са винаги еднакви почти до най-малката подробност, включително и мястото, където изиграват сцената. Като тласкани от някаква принуда, те застават до някой храст, край път или пред отворен прозорец, и то по време, когато могат да разчитат на минувачки от предпочитаната възраст (в края на работния ден, след занятията в училищата, при пристигане на някое превозно средство). Някои са по-предпазливи и действуват по-обмислено. Те се обличат например в спортен костюм, представят се за чистачи на прозорци или се правят, че искат да уринират. Между другото аз имах възможност да наблюдавам един, който всеки път, щом видеше, че идва подходящо изглеждаща жена, влизаше в клозета на жилището си в партера, отваряше широко прозореца и се почкаваше с разголен член на специално пригответено столче.

Напоследък мнозина се разголват в кола: спират уж да попитат за пътя и бързо потеглят, след като са постигнали целта си.

Това сексуално действие протича съвсем еднообразно: виждане на партньорката или чуване на стъпките ѝ, разголване на гениталиите, ерекция, поглед на жената към гениталиите, възприемане реакцията на жената или на детето, спонтанен или мастурбантен оргазъм (не във всички случаи и не винаги). С това мизерното сексуално преживяване на екхибициониста свършва, докато новият порив на абнормното желание не го тласне отново към улицата.

Какво в същност възбужда екхибициониста? – Той си въобразява, че минаващата жена изпада в полова възбуда от погледа към неговия разголен penis. Трагикомичното у тези девианти е това, че те дължат съмнителната си наслада на заблуда, на непознаване на женската психика. Някои се възбуждат от ужаса на жената при съзиране на фалуса и ги стимулира още очакването на този ефект. На екхибиционисти е било препоръчвано да отидат на плажа на нудистите, където е позволено безнаказано да се събличат. Те били разочаровани – никой не обръщал внимание на гениталиите им и по такъв начин отпаднала тъкмо тази възбуда, която ги прищпорва в техните девиантни действия.

Непосветените биха могли да сметнат, че екхибиционистът се опитва да приканва към полово сношение, като показва члена си.

Случаят не е такъв. Ако жената приеме това предложение, неговата възбуда ще изчезне и той най-вероятно ще се окаже импотентен. Той и не мисли да създава истинска взаимност. Цел на неговите желания е да предизвика, да шокира и да се възбужда в анонимна необвързаност. По тази причина разголването пред собствената жена не го възбужда особено. Неговите интереси много рядко са насочени към определен индивид; най-често те засягат обособен тип: дете, млада жена или жена в средна възраст.

Какви са тези мъже, които се държат така отблъскващо? Много лица си представят нарушителя на нравствеността като разпуснат, асоциален и морално пропаднал насилник. Това не отговаря на истината за много от девиантите – дори и за онези, които изживяват своята абнормна сексуалност с наказуеми действия и най-малко – за екхибиционистите. Това са предимно млади мъже и мъже на средна възраст, социално устроени и поне половината доста способни. Повечето от тях са женени и водят наглед с нищо небиещ на очи семеен живот. Изглежда, че съществуването им, монотонно и бедно на събития, благоприятствува избиването в тази противна на реда девиация. Мнозина са силно потиснати, те са всичко друго, само не агресивни; напротив, те са боязливи, страдат от понижено си самочувствие, а някои от тях, колкото и парадоксално да звучи, са прекалено срамежливи. Много от тях са изостанали в развитието на личността си. Те не се решават с бойка, мъжка активност да ухажват една жена, но искат да демонстрират мъжественост, като показват фалуса си – и, разбира се, не осъзнават как стигат до тази гротеска. Те въобще не са в състояние да разкажат за своя вътрешен живот и за участието на чувствата им в него. Когато ги обземе безпокойствието и ги отведе на мястото, където застават в поза, те стоят като на екзекуция. Всичко се разиграва сякаш автоматично.

С това достигнахме въпроса за наказателната отговорност на екхибиционистите. В повечето случаи тя трябва да бъде утвърдена. Има обаче и единични хора, които при импулсивна възбуда не са в състояние съзнателно да управляват действията си. В отделни случаи това може да се реши само с психологопсихиатрично изследване.

Лишаването от свобода обаче нито предпазва от рецидиви, нито потиска порива към екхибиране. Необръщането на внимание от страна на „жертвата“ е една по-резултатна профилактика на такива действия, които за щастие никога не вредят поне на възрастните. При някои юноши, които още нямат партньорка, може да се стигне до разголване по механизма на късото съединение. На тях може да им се помогне с открити

разговори и съвети, но не и с опозоряващи наказания.

НАБЛЮДЕНИЕ И ВОАЙОРСТВО⁷⁷

В известен смисъл тук ще се запознаем с противоположността на екхибиционизма. На екхибиционистите доставя наслада само разголването пред жени. Воайорите, които също са предимно мъже, се наслаждават от вида на съблечени или събличащи се женски тела. В същност тази страст за гледане не бива из един път да бъде прокълната като девиация. Не съществува нормален мъж, когото да не радва гледката на хубава гола жена. Едва ли някой мъж отминава неразгледани актовите фотографии в списанията; мнозина признават, че това ги възбужда сексуално повече или по-малко.

И жадните погледи към отсрещния прозорец на спалнята на младо момиче, и гледането през дупките в оградата на евиния плаж доставят на мъжете сравнително безобидни удоволствия. За това „изкривяване на очите“ им се присмиват добродушно в карикатурите и филмите независимо дали са касае за млади и срамежливи или за по-възрастни мъже, които малко се задържат в къщи.

Това явление се превръща в отклонение, когато възбужда мъжа по-силно, отколкото половото сношение. Такъв мъж действа систематично: намира добре осветено партерно жилище, стои на пост нощ след нощ, часове наред чака сцената на събличането и мастурбира, когато най-сетне зърне нещо. В други случаи той постъпва на работа като пазач на баня и подрежда добре обмислено нещата така, че да може да наблюдава жените при събличане или при къпане под душа. Учудващо е какви големи усилия полагат тези потайни нощни съгледвачи, за да могат нещичко да зърнат. Полуголото тяло дава простор на тяхната фантазия, а процесът на събличането покачва напрежението на очакването и най-често им въздействуват по-силно от пълната голота. Това е известно от нудизма.

Определено абнормен е воайорът, намиращ полово удовлетворение само когато наблюдава съвокуплението на други (микроскопия). По-рано в хотелите със съмнителна репутация е било обичайно гледането през ключалката. Понякога микроскопия се среща и при жените. С такава цел една пациентка постъпила като камериерка в хотел и подредила така леглата в една от стаите, че могла добре да наблюдава

77. Voyeur (фр.), der Gucker (нем.) – който скрито гледа; зяпач (б.ред.).

съвокупляващите се гости. При това тя достигала до оргазъм.

Предварително условие за половата възбуда на воайора е да бъде скрит. Той не търси партньорство, а иска да остане анонимен и да наблюдава. По това той основно се различава от онези (нормални) хора, които при вида на едно съблечено лице от другия пол или на любовната игра на други пожелават сами да вземат участие. Който упражнява миксоскопията, се идентифицира най-добре по безучастното му поведение на зрител и се отличава по това от активния полов партньор. Скрит като гъсеница в храстите или под някоя пейка в парка, на която любовни двойки си разменят нежности, той се задоволява с гледане или с мастурбация. В противовес на екхибиционистите воайорът не се интересува от реакцията на наблюдаваните. Той би искал да остане незабелязан.

Голяма роля като усилвател на възбудата играе слухът. Екутьорите⁷⁸ (подслушвачи), между тях немало жени, се възбуждат от слуховото участие в любовните действия на другите. Това може да бъде чиста завист или съвъзбуда. Една самотна 45-годишна вдовица не можела да потисне подслушването (и самозадоволяването), когато в съседната стая нейната наемателка се сношавала с годеника си. Нейното поведение отразява толкова трагизъм, че би било погрешно да се присмиваме или да го осъждаме.

Психичната структура на повечето воайори, ще рече на тези, които желаят да останат само като тихи наблюдатели, прилича на тази на екхибиционистите. Те са предимно малко боязливи, несигурни, недорасли за истинска взаимност хора.

ОПИПВАНЕ И ФРОТЪОРСТВО⁷⁹

Сетивните органи участвуват пряко в половия живот. От тях произлиза и думата „чувственост“. Зрението и осезанието опо-средствуват най-силните усещания в половия живот, при което виждането по правило предхожда осезанието, но докосването като непосредствен контакт представлява най-интезивното дразнене. Влюбените обичат да се притискат един до друг, за да се допират с по-голяма площ, и то по възможност без препятстващи усещанията дрехи. Това им доставя извънредна наслада не само преди и по време на коитуса. Възприятието на кожата и на топлото тяло на любимия човек при прегръдка има своя

78. Ecouteur (фр.) – подслушвач (б.ред.).

79. Frotteur (фр.), der Reiber (нем.) – който се притиска (б.ред.).

собствена еротична стойност и задълбочава изживяването на сигурност и на взаимното принадлежание.

Следователно желанието да усетим тялото на партньора и да се притиснем до него е нещо напълно нормално. То става абнормно, когато опипването не цели по-нататъшно развитие на партньорството, когато засегнатият действа така, сякаш неговото поведение изобщо не е сексуално мотивирано, когато той остава чужд на опипваната жена и следователно изобщо не желае да установи истински любовни отношения. Това е картината на фротъора. Неговото поле на дейност са местата, където са събрани много хора, където той може да си пробие път в навалищата до някоя жена от предпочитания от него тип и да се притисне до нея, без да събуди подозрения относно нечистите си намерения. В претъпканите обществени превозни средства той застава зад или пред някоя по възможност леко облечена жена, така че сътресенията по време на пътуването да действуват подобно на фрикции и с това да доведат до оргазъм. При спиране и потегляне той се оставя да бъде тласкан от инерцията и да пада върху „партньорката“. Други сядат по такъв начин, че краката им да докосват седящата отсреща жена. Между другото фротъорът се възбужда и от представата, че със своите действия той възбужда използваната жена. Най-често обаче му е достатъчно да чувствава топлината на движещото се чуждо тяло и въпреки това да си остане сам. Фротъорството почти винаги е относително безобидно отклонение.

ПРИЧИНЯВАНЕ НА БОЛКИ И САДИЗЪМ

Регистрите на любовта се простират от нежното, спокойно галене на ръката или косата до диво, грубо обладаване на цялото тяло. Когато двойката бъде обзета от бурята на страстта, всичко се върши все по-буино; случва се да се щипят, драскат или хапят до болка. Всеки дава на любовта си различен израз, но почти у всички темпераментни хора чувствата от време на време вземат тази форма. Садизъм ли е това? – Естествено не. В горещината на своето любовно сражение пламенните партньори могат да се пораздърпат и дни наред след това да носят драскотини и синини като любовни белези, които говорят за часове на бурна страст. Повечето жени искат от мъжа известна агресивност, т.е. охота за нападение. Съвършено правилно те я считат за доказателство, че са желани.

А какво е садизъм? – Когато измъчването, причиняването на болка,

унижаването, малтретирането на партньора е висша наслада и замества коитуса. По-голямата част от садистите не се интересуват от оргазъма. Психичната наслада да покори някого и да се радва на възбудата от това, за садиста е по-силно удоволствие от него.

Терминът „сализъм“, който се е наложил в говоримия език, произлиза от името на френския благородник маркиз дьо Сад (1740–1814). Девиантната кариера на Сад започнала, като примамил от улицата едно момиче във вилата си. Там го завързал и заклал. По-късно той убил две проститутки, като им дал големи дози отровно, полово възбуждащо средство. Това му струвало 27 години затвор. По това време той написал серия романи (без литературна стойност), в които описал почти всички ужаси, родени от отклонената му фантазия, които развратният полов живот може да поднесе, и особено жестокости. Садистичните актове съществуват във всички възможни нюанси и степени. Често пъти те са така умело прикрити, че е трудно стоящите зад тях сексуални мотиви да бъдат прозрени дори от самия актьор. Малтретирането на деца и поведението на някои педагози побойници от старата школа често пъти не е нищо друго освен плод на садистични пориви. Други отреагират с измъчване на животни.

Преминаващата всяка граница на здравия разум крайност на тази девиация е сексуално мотивираното убийство. Става дума не за убийство на жертвата на изнасилване, за да се отстрани свидетелят, а за убийство с цел полово задоволяване. Иначе садистите не са нито властни, нито брутални; някои загубили човешки образ роби на страстите водят даже порядъчен семеен живот. Криминалните престъпления, извършени по девиантни садистични мотиви, са сравнително редки, вероятно поради това, че причиняването на физически болки не е главна цел на садиста, а само средство за постигането и. Той изпитва наслада от духовното унижение, „хвърлянето в калта“ на „партньора“, комуто налага своята воля и когото желае да види безпомощен и зависим от милостта си. Съществува и един чисто душевен сализъм, който се състои в съчиняване на опозоряващи анонимни писма, съдържащи оскърбления и клевети.

Спрямо себе си често пъти садистите са мекушави, сантиментални, чувствителни, лишени от твърдост и издръжливост. С унижаването на партньора те се опитват да си създадат чувство за превъзходство.

Въпреки че сализъмът се среща предимно у мъже, не са изключени и жените. Много такива жени са фригидни; някои от тях намират удовлетворение, когато възбудят мъжа до крайна степен и след това не му се отдадат. Неудовлетворената сексуалност на жената може да се превърне

също в омраза, отмъстителност, жажда за разруха, дори до садизъм.

ПОНАСЯНЕ НА БОЛКИ И МАЗОХИЗЪМ

Пасивната противоположност, негативът на садизма е мазохизмът. Двете девиации са насочени към един партньор и се допълват взаимно. Ако някой обича да измъчва и намери друго, който с удоволствие позволява това, то ще бъде почти добър избор на партньор. Почти! Защото двойката получава толкова по-малко истинско щастие на тази абнормна плоскост, колкото повече се е отдалечила от същността на човешката любов.

Но да започнем пак с обичайните най-малки признаци на объркания полов нагон. Някоя жена обича да бъде грубо сграбчена, притисната и мачкана, за да чувства силата и половия глад на мъжа. Може и трябва да почувствува дори слаба болка. По такъв начин незначителната болка се превръща в удоволствие. Мъжът също с удоволствие се оставя да бъде щипан и хапан от нея. Йохан Хадлауб написал около 1300 г.:

Когато любовно я притиснах до мен,
тя отхвърли настрана главата си и ухапа
ми ръката.
За наказание? Както и да е смятала,
на мене ми достави само удоволствие,
и тя разбра.
Нейното ухапване, горещо и тъй бързо,
не ми донесе друга болка освен тази,
че по-бързо тя да премине
мога от вятъра.

Ако обаче жената хапе до кръв и само за да може да я вкуси, тя е вампир, с който е по-добре да не се споделя леглото, а мъжът, който харесва това, е мазохист.

Как е произлязла тази дума? Леополд Ритер фон Захер-Мазох (1836–1895) е писал между другото обемисти романи, изпълнени с робска покорност спрямо властни, насилващи и жестоки жени. Наименованието на тази девиация е свързано с неговото име.

Накратко казано, мазохистът иска да изстрада това, което садистът би желал да причини. По тази причина той се нуждае именно от садиста като допълващ партньор. Двата се удовлетворяват взаимно най-

добре. Разбира се, всичко има граници. Инстинктът за самосъхранение се нарежда дори и в лудостта преди половия нагон. Понякога мазохистът мечтае дори за собственото си физическо унищожение, но в края на краищата не изтърпява мъченията, докато угасне животът му. Когато извратените действия стигнат твърде далеко, някой може да умре. Но тогава се касае за нещастен случай. Изтърпяването на бой, връзване, тъпчене, пробождане или горене доставя на мазохиста физическа наслада, стигаща до оргазъм, но чувството, че е роб или даже куче, безволно и беззащитно отдадено на студената, безмилостната жена, го задоволява още повече. За щастие повечето мазохисти се отдават напълно само на фантазията си или отреагират в писма до своята „господарка“. В тях те описват до най-малки подробности, по какъв начин биха искали да бъдат третираны, измъчвани, мамени, ругани, презирани и какви строги наказания и репресии трябва да получат за непослушанието си.

В ежедневието повечето мазохисти са взискателни и придиричиви, те имат самочувствие и в никакъв случай не се подлагат на кого да е. Тъкмо с това държание те провокират садистите и насочват вниманието им върху себе си.

При жените, чиято сексуална фантазия и в перверзията е много победна от тази на мъжете, мазохизмът често се ограничава до абсолютна сексуална зависимост от един мъж. Той я мами, бие, използва и обижда; въпреки това тя му остава подвластна, не се освобождава от него и е готова да се пожертвува за него. Такива случаи все още не представляват девиация, тъй като е налице любов, макар едностранна, безразсъдна, деформирана и заплатена със собственото достойнство. При това възможно е с този мъж да е налице аноргазмия. Вижда се, че еротиката владее половия живот на жената чак до границата с патологията. Не бива обаче да се отминава обществения фон на това сексуално поведение на жената. Общественият ред, който прави жената зависима от мъжа, и религията, която ѝ повелява „Той ще ти бъде господар“, я гласкат именно към мазохистското поведение, все едно дали то ще приеме болестна форма или не.

Много често у една и съща личност се откриват едновременно садистични и мазохистични черти, като ударението се измества при различни ситуации и с различни партньори. В тези случаи се говори за садомазохизъм.

ВЛЕЧЕНИЕ КЪМ ДЕЦА И ПЕДОФИЛИЯ

Положителна черта в характера на възрастния е да обича децата. Всеки счита потребността да погали и прегърне с обич малкото дете за нормална. Ако родителите и най-близките роднини не се отнасят с нежност към децата, настъпва отчуждаване. Знаем също, че нежното отношение към децата помага да се възпита у тях способността да обичат.

Днес е общоприето, че нежността към детето се превръща в криминално престъпление в момента, когато се докоснат гениталите му с цел да се постигне сексуална възбуда у възрастния или да се пробудят сексуални усещания у детето. И в тези случаи въпросът за абнормността и наказуемостта не може да се изясни без познаване на общественосторическия фон. Имало е култури, в които подобни явления са принадлежали към нормалните взаимоотношения. Представата за детето като чисто и асексуално същество, както вече бе споменато, е създадена от възрастните илюзия, тяхна неосъзната защитна реакция.

Нека се опитаме да анализираме по същество този въпрос и да отговорим. Факт е, че от всички наказуеми полови деяния съдилищата най-често се занимават със сексуални действия, извършени на деца или с тях. Броят на действително извършените престъпления обаче е много по-висок, тъй като само една част от тях се явяват пред съда.

За щастие при повечето от правилно възпитаните деца, живеещи при благоприятни педагогически условия, един такъв инцидент (ако не е много шокиращ) не се отразява неблагоприятно върху по-нататъшното им развитие. За съжаление понякога разпитите, очните ставки и съдебните процедури вредят психически на децата повече от самия инцидент и стават причина споменът за него непрекъснато да се връща. Някои момичета в пубертета започват с удоволствие да кокетират с това сексуално преживяване. В тази възраст живата фантазия често измисля и представя за истина най-различни неща.

По-зле може да се отрази многократното въвличане на детето в такива действия, които събуждат сексуалните пориви преждевременно и в уродлива форма. Дали и как е увредено детето от подобни действия, може да се определи само поотделно, във всеки конкретен случай.

Педофилът малко се интересува дали се касае за момиче или за момче. Него го възбужда всяко още недоразвито дете (което не изключва мъжът педофил да търси по-често момичета), ако не е с хомосексуална склонност. Детето престава да го интересува, щом като достигне

полова зрелост. Педофилите дебнат най-често 8–13-годишните; но някои от тях търсят само съвсем малки момиченца. Това възрастово предпочитание води до честа смяна на партньора и застрашава много деца, защото те растат.

Сексуалните деяния с полово узряващи момичета са многобройни и трябва да се предотвратяват с всички възможни средства. Те са неморални, но не и педофилни деяния, защото влечението е насочено към една развита личност от другия пол. Дали мъжът се впуска в такива отношения или ги търси, е въпрос на характер, а не сексуална патология.

Но да се върнем към истинските педофили. На някои от тях не могат да се отрекат истинска любов към децата и сериозни педагогически усилия. Голяма част от педофилите работят в областта на образованието, но само в изключителни случаи се насочват натам по девиантни сексуални мотиви. За тях работата с децата представлява един непрекъснат експеримент. Те се пренасят напълно в света на детските изживявания, мислят, чувствуват заедно с тях и знаят как да ги въодушевят, да бъдат напълно приети поради неуморната си и изпълнена с разбиране работа.

В края на краищата възрастният се идентифицира напълно с дете, влиза в нереалната роля на „партньор“ и се залавя за нея, преди всичко когато детето откликва. Такива мъже никога не предприемат насилие. Повечето се задоволяват с опипване на детето или му показват члена си. Често педофилни действия се извършват и от недевиантни мъже, които не са в състояние да създадат нормално партньорство поради характерови особености или житейски обстоятелства. Много педофили могат да водят нормален брачен живот въпреки абнормните си склонности.

Как педофилът ще се доближи до детето и какво ще прави с него, зависи от професионалните условия и от мястото. Вариантите обикновено са малко: извършителят прилага винаги своите любими и изпробвани трикове. Детето бива прегръщано „приятелски“, притискано, галено по краката, вземано в скута. Някои учители педофили твърде усърдно помагат с ръце при гимнастика, преглеждат гениталите им „от хигиенни съображения“, къпят и мият децата лично преди влизането в плувния басейн. Имал съм случаи да наблюдавам престъпници, които са се съвкуплявали редовно с момичета и даже със собствената си дъщеря и които са се опитвали да заблуждават не само своите жертви, но и съда, че правели това с намерението „да им покажат нагледно“ и да ги предпазят от морални опасности. Някои такива мъже предлагат на заети майки услугите си да наглеждат и се грижат за децата им и биват хвалени години наред за готовността им да помагат. С малки подаръци те привързват

децата към себе си и им стават все по-близки. Някои ги омотават в разговори със сексуално съдържание, събуждат любопитството им, показват им анатомични или порнографски снимки и накрая – собствения си член. Те мастурбират пред децата, карат ги даже да извършват такива действия на тях и уж случайно докосват половите им органи. До опит да се извърши съвокупление се стига рядко, но почти винаги след грубо развратни действия те учат децата, особено по-големите, да не казват никому и ги заплашват: ако нещо издрънкат, ще бъдат изпратени в приют. Две трети от пострадалите деца не са оказали съпротива, а още по-голяма част от тях не намират смелост да се доверят на родителите си или на други възрастни. Без съмнение това е „заслуга“ на възпитателите, които са били неспособни да създадат необходимата основа за доверие и са останали слепи за духовните процеси у своите деца. Между децата, с които е било злоупотребено и които всичко са позволявали и са го скривали или дори активно са съдействували, се намират много повече сексуално непросветени деца, отколкото между онези, които са разказвали преживяното на родителите си. Деца на разстроени семейства, на които им липсва необходимата любов и емоционалната топлина на дома, също попадат по-лесно в ръцете на „чичото“, който предлага заместител на липсващата родителска ласка. Това поставя важни задачи пред сексуалното възпитание. Защо децата да не бъдат предпазени по подходящ начин от домогванията на педофилите? Само биологично обоснованото опровержение на приказката за щъркела не е достатъчно като сексуална просвета преди пубертета.

Как изглеждат тези мъже и кои са те? Те не излизат изпокъсани от гората и не носят разчорлена брада, която кара децата да бягат. Те не приличат на злобно плашило. Почти без изключение това са любезни, мили, контактни хора – поне когато са замислили нещо. Много малко деца са родени психолози, които веднага ги виждат през маската им. Твърде малко родители предпазват децата си, като ги просвещават своевременно и правилно.

Колкото поразително и малко известно да е, по-голямата част от половите деяния с деца и непълнолетни се извършват не от чужди хора, а от членове на семейството: от чичото, доведения баща, от собствения баща. Този кръг от хора има най-голямата възможност да си осигури съучастие поради непрекъснатия контакт с детето, познаването на особеностите му, поради доминиращото си положение, със заплахи или чрез облагодетелствуване. Затова тези деяния се разкриват (ако изобщо се разкрият) твърде късно, случайно или при скарване. Те стават навик и

често клонят към редовни полови сношения.

Съдените за полови престъпления с деца се делят на три групи: преди всичко – младежи до 25 години без сексуален опит, посредствени, безволни, неуверени, търсещи контакт с незрели момичета; на второ място – педофили в зряла възраст (25 до 50 г.), най-често средно интелигентни, социално не съвсем добре вградени, несигурни, потиснати, сексуално незадоволени, невротични личности; на трето място са педофилите над 50-годишна възраст – дотогава безукорни и доста способни, но сега оглупяващи поради мозъчна атеросклероза, бедни на пориви, унили и потиснати мъже, с крехко либидо и намаляваща потентност.

При цялото разнообразие на предпоставките трите групи (в които естествено не могат да се вместят всички педофили), имат едно общо нещо: липсва им способността да установят и да поддържат с необходимата енергия партньорство със зряла жена. Тогава те престъпно посягат на слабото дете, с което могат да се задоволят, без да е необходимо да бъдат потентни или мъжествени. Повечето от мъжете, които посягат на деца, са напълно способни да извършат съвокупление и с жена. Мнозинството са женени и само 35% (Понделискова, Недома) имат нехармоничен брак, само че за тях децата представляват по-силен дразнител.

Немного различна от педофилията е геронтофилията – половото влечение към старци, т.е. към хора с изяви белези на телесен и духовен упадък (бяла коса, сбръчкана кожа, изтощение, болнавост и т.н.). Ако се изключат остарелите в любов брачни двойки, в основата на това отклонение е страхът от връзка с по-взискателен партньор от по-млада възрастова група.

ОБЛИЧАНЕ С ДРЕХИ НА ДРУГИЯ ПОЛ И ЖЕЛЕНИЕ ЗА ПРОМЯНА НА ПОЛА

Извращенията на човешката сексуалност са значително по-многобройни, отколкото досегашният преглед позволява да се предполага. Бихме само отегчили читателя, ако се опитаме да се спрем на всички авнорни прояви. Освен това всяко изброяване прокарва изкуствени граници. Едно отклонение преминава в друго, една и съща личност притежава винаги повече от едно отклонение. Така например известни са още: зоофилията⁸⁰ (склонност към сношение с животни – предимно у слабоумни

80. Зоофилията е по-широко известна като содомия (б.ред.).

хора, живеещи на село); копрофагията (възбуждане от ядене на изпражнения); клептоманията (влечение към кражба); пироманията (сексуално опиянение от подпалване), както и много други абнормности, чието отношение към половия живот често не е никак лесно да се разгадае.

В заключение ще се спрем на странните девиации, наречени трансвестицизъм⁸¹ и транссексуализъм⁸². За карнавала жената с удоволствие се преоблича като мъж и мъжът – като жена. Това са безобидни шеги. Трансвеститът е обхванат от непреодолимо желание да носи дрехи на другия пол. Ако такъв мъж (това се отнася в обратния смисъл и за жената) се задоволява отначало само с представата, че е облечен като жена, започва да го тегли да носи поне дамско бельо. Един пациент донесе със себе си в болницата пълен куфар с комплекти. Той обува с удоволствие модни дамски чорапи. Някои си остават за цял живот такива и в такова бельо се чувствуват щастливи. Навън те не го правят, но скоро минават към пълно дамско облекло в дома си и започват да се гримират; те застават пред огледалото в този вид и се гледат ненаситно. Трансвеститът прилича на фетишист за облекло, който се възбужда и удовлетворява от обличането и носенето на всякакви дамски дрехи, като обикновено масурбира. След това той временно губи интерес към женското облекло.

Трансексуализмът много прилича по външни прояви на трансвестицизма и даже може да се сбърка с него. Но той е коренно различен както по мотиви, така и по психична основа. В същност това не е никакво сексуално отклонение или перверзия, въпреки че в специалните ръководства се намира под тази рубрика. Тук не се стига до стимулация и задоволяване.

Трансексуални са хората, които не могат да се идентифицират с биологичния си пол. Те се чувствуват напълно като хора от другия пол и страдат ужасно в своята „лъжлива“ телесна обвивка. За тях е мъчение да играят социалната роля, наложена от соматичногенетичния им пол (последният по правило е развит напълно нормално). Те носят дрехите на другия пол винаги когато е възможно, защото се чувствуват негови представители, и са щастливи, ако околните ги приемат и третират като такива (т.е. ако приемат транссексуалния мъж за жена и транссексуалната жена – за мъж). Те мечтаят за пълна смяна на пола, защото той не приляга на психическата им структура и те страдат от това. Най-

81. Трансвестицизъм – от trans- (лат.) – отвъд, и vestire (лат.) – обличам; болестна необходимост да се носят дрехи на другия пол (б.ред.).

82. Трансексуализъм – от trans- (лат.) – отвъд, и sexus (лат.) – пол; неспособност за самоидентифициране със собствения пол; понякога – желание за смяна на пола (б.ред.).

непоносими за тях са гениталиите. Транссексуалният мъж не мечтае за нищо толкова много, колкото за освобождаването от тестикулите и пениса си. Той притеснява хирурзите с молби да му ампутират тези „напълно излишни“ органи и да ги заменят с изкуствено влагалище. Той не само предлага пари, но заплашва и със самоубийство, ако му се откаже. Транссексуалните жени искат да им се премахнат гърдите, влагалището им да се затвори и да им се присади пенис.

Причините за транссексуалността не са изяснени до днес. Вероятно за създаването на чувство за принадлежност към другия пол играят роля както влияние върху мозъка по време на някаква критична фаза на ембрионалното развитие, така и мощни фактори на околната среда в ранното детство.

Транссексуалистите се измъчват от тежки страдания, иначе не биха тичали по различни инстанции, за да получат разрешение да променят пола си, нито биха ампутирали понякога собствените си гениталии. Опитите да се утвърди даденият пол с психотерапия или медикаменти най-често са безрезултатни и пациентите ги чувствуват като акт на насилие срещу най-интимната им същност. Вместо това те предпочитат да поемат рисковете и нежелателните странични явления на операцията, които дори при съвършена техника и грижлива хормонална подготовка не могат напълно да се предотвратят. „Макар хирурзите днес да са в състояние да оформят изкуствено влагалище или изкуствен пенис – пише опитният в тази област московски професор А. И. Белкин, – смяната на пола на един телесно нормален човек е свързана с много голяма отговорност. Връщане назад повече няма. Усилията ни при такива пациенти понастоящем са насочени за пригаждане на техните чувства и мислене към тялото им. Понякога след дългогодишни усилия това се удава, понякога не. Промяната на пола в такива случаи е хуманен, социално справедлив акт.“

Операцията обаче е само едната страна на лечението. Другата, не по-малко важна страна е психосоциалното враждане в обществото след смяната на пола. Затова пациентът се нуждае в течение на години от помощ, която често пъти изисква пълна промяна на семейната и социалната среда.

А. И. Белкин казва: „Смяната на пола е като второ раждане. Само новороденият може да ликвидира с едно минало“.

ПРИЧИНИ ЗА ОТКЛОНЕНИЯТА

Как е възможно дареният с ум и душа човек, понякога от най-близкото ни обкръжение, с когото работим и живеем всеки ден, да върши такива неща, за които се говори в тази глава? Учените се мъчат от десетилетия насам да намерят отговор. Но в сравнение с количеството на събраните факти нашите знания върху причините за девиациите и до днес са оскъдни. Не липсват опити за обяснение и тълкуване. Те изпълват томове. Получава се обаче впечатлението, че авторите пишат толкова по-надълго, нашироко и по-многословно за периферията на нещата, колкото по-трудно им е да докажат теориите си. Все пак днес ние вече знаем нещо за условията, обуславящи отклоненията, макар всеки отделен резултат на изследователската работа и всяка теория да се доближават до истината само с малко.

Да тръгнем хронологически. През 1887 г. Бине в духа на тогавашната научна епоха обясни перверзиите на примера на фетишизма с теорията за асоциациите. Една вещ се превръща в сексуален фетиш, след като еднократно или повторно е била свързана с изживяване на сексуална наслада – например ако едно момче получи първата си еякулация, докато държи предмет от бельото на майка си. За отделни случаи това може да е вярно. По този начин не може да се обясни обаче цялото множество от перверзни и преди всичко фактът, че един човек остава фиксиран към такива асоциации, а друг – не.

Крафт-Ебинг, който с труда си „Сексуална психопатия“ постави основата на сексуалната психопатология, беше майстор на описанието. Обяснението на перверзиите с мъглявите и неопределени понятия „израждане“ или „дегенерация“ на нервната система обаче остава твърде бедно и недоказано.

Хиршфелд е събирал предимно случаи и ги представя в многобройните си трудове с големи подробности. Той свързва асоциативната теория с учението за израждането: един индивид реагира на шокиращо преживяване с необходимата за девиацията сила и времетраене само ако нервната му структура е склонна да подпомага въшния дразнител.

Кронфелд подхожда по-диференцирано: покрай дегенерацията той признава като възможни причини още органичния упадък на личността (деменция), изоставането в развитието (инфантилност) и междинните степени на сексуалността между мъж и жена (интерсексуализъм). Понататък той посочва като подходящ терен още неутвърдения и лесно

пренагласяващ се полов нагон на младежа, които по това време е душевно неуравновесен.

Основателят на психоанализата Зигмунд Фройд създаде една системна и завършена теория за сексуалните отклонения. Тя процъфтява и запада заедно с признанието на неговото учение за психологията на подсъзнателното. Фройд като че ли первертира перверзията и твърди, че нормалната сексуалност произлиза от перверзната. Според него детето било „полиморфно⁸³ перверзно“. То преминавало през орална, анална, уретрална и други фази на либидото, докато по време на пубертета то се концентрирало в гениталната зона. По време на развитието действували поредица „частични нагони“, насочени към собственото тяло, към екскретите (урината, изпражненията), към майката, бащата или към други обекти и цели. Като последица от определени обстоятелства, психични сътресения и разочарования било възможно и след съзряването частичните нагони да запазят господстваща роля (или отново да я достигнат) и по такъв начин да се формират перверзните като негатив на неврозите.

Успоредно с тези психологични и наследственобиологични теории са правени многократни опити да се открият физически причини. Бройтигам резюмира резултатите по следния начин: „Един преглед на казуистиката и литературата показва, че не съществува нито една форма на перверзно полово поведение, която да може във всички случаи да бъде изведена от една и съща телесна причина. Не е известна освен това нито една форма на абнормно сексуално поведение, която да не се явява и при хора, при които с най-модерни средства за клинично и анатомично изследване не могат да се докажат какви да са телесни причини“. Обаче случаите с девиантно поведение са много по-чести при хората с увреждане на мозъка, при слабоумни и душевно болни в сравнение с хората със здрав мозък и нормално функционираща нервна система. Но с това органичната обусловеност на сексуалните отклонения не се доказва. Повероятно е, че тези болестни състояния преди всичко потискат способността за разумно управление на поведението и освобождават девиантни импулси, които от време на време се появяват и у здравия човек, но се обуздават съзнателно. По подобен начин алкохолът премахва задръжките и замъглява етичните принципи. Той се проявява винаги като импулсатор на девиациите и моралната разпуснатост.

Учените са изследвали въпроса, дали определени отклонения се развиват само или предимно на основата на специфична за тях

83. Полиморфен (гр.) – който има много различни форми; многообразен (б.ред.).

структура на личността. Някои от отговорите вече бяха приведени в тази глава. Тъй като изследванията са правени главно на подсъдими и не са представителни за всички хора, обобщенията трябва да бъдат предпазливи.

Резултатът е, че сред девиантите има голям брой психопати и абнормни личности, но болшинството от тях не бият на очи нито в брака и семейството, нито в професията, нито в обществения живот. Често пъти пред съда застават безукорни дотогава мъже, с добро служебно положение, способни и обичани, ценени и уважавани от хората на техния кръг и се разкриват като фетишисти, садисти, екхибиционисти. Следователно те са вършили неща, на които никой не е допускал, че са способни. Разбира се, положителната социална оценка е недостатъчно дълбока, за да може да посочи абнормната структура на личността, разкриваема само във фини психологически изследвания. Понякога още разпитването на съпругата разкрива някои скрити факти за абнормно поведение, което в никакъв случай не трябва да се ограничава само върху сексуалната сфера.

Трябва да се пазим от често допусканата грешка – от абнормното сексуално поведение да правим извод, че се касае за абнормна личност, а от него да заключим: той прави тези неща, защото е абнормен. Някои хора са способни да вградят девиацията в своя живот и да я овладяват. При други тя протича прогресивно и живее самостоятелно, без интегриране с личността. Тя избуява, задавя емоциите, превръща човека в пристрастен роб на абнормните си потребности, който фантазира наяве и в трескаво неспокойствие търси своето абнормно задоволяване, за да остане все по-незадоволен.

Статистическите сравнения с недевиантни личности показват, че тези хора са изразтавали много по-често без емоционални контакти, още като деца са станали отчуждени, страхливи и стеснителни. Често те са живели в строго семейство, но още в детството са имали сексуални изживявания, ранен пубертет и силни полови потребности, останали незадоволени и обременени с чувство за вина. Тяхната сексуалност не е била категорично насочена към другия пол и е останала без съзвучие с цялостната личност.

Когато се поставя въпросът за условията на възникване, винаги трябва да се прави разлика между „истинските“ и „заместително перверзните“ личности (Имелински). Последните, а те са повече, имат нормална цел и направление на сексуалното влечение. Те обаче са лишени по външни причини или поради физически или психически задръжки от

възможността или способността да създадат желаното нормално партньорство (затворници, живеещи разделено, принудително самотни, силно телесно увредени, хронично болни, слабоумни, овдовели възрастни, със силно смутен контакт, потиснати, импотентни, омъжени за импотентен мъж, женени за безинтересни или недружелюбни жени и т.н.). Ако половото влечение на такива хора не е много слабо или угаснало или ако не се задоволяват с ипсация, те се намират в постоянна опасност да изпаднат в „перверзности“, които са по-лесно постижими и по-малко зависят от собствената потентност, от външните обстоятелства, от нагласата на други личности, отколкото интимните отношения в едно пълноценно партньорство. Разбира се, това не бива да стане, но ако все пак се случи, с течение на времето привикването към тези форми на задоволяване (ексхибиционизъм, фротърство, сексуални действия с деца или подобни) и отвикването от нормалните полови отношения променят насоката на потребността и довеждат до импотентност в нормалното партньорство.

Зависят ли девиациите от епохата? Могат ли те да станат модни? Били ли са по-широко разпространени през XVIII в., през XX в.? Кого са засягали повече: бедните или богатите, добре или лошо възпитаните, французите или немците, гражданите или селяните, интелектуалците или работниците? С една дума, играят ли условията на живот и обществените отношения някаква роля за възникването на девиациите?

По понятни причини за това не съществуват масови статистики и изобщо никакви, които да са били водени десетилетия наред в много страни. Само те биха били в състояние да дадат точни данни и да изяснят социологията на сексуалните аномалии. Техните неизвестни не могат да се преценят. Докато общата престъпност зависи много силно от дадените обществени отношения, честотата на свързаните с девиации сексуални престъпления е доста постоянна. Това би могло да говори за незначително повлияване на относителния дял на девиантните личности от страна на обществото. От друга страна обаче, има автентични съобщения за перверзни ексцеси в загниващи обществени слоеве. Всички тези наблюдения обаче все още не удовлетворяват научните изисквания към изследването на причинността.

Порнографията, която наводнява западния пазар с надхвърлящи всяка фантазия изображения на всички перверзии и се е превърнала в гигантски бизнес, е в състояние да поведе младите хора с още неукрепнал полов живот по девиантни пътеки, да отврати от сексуалността почувствителните възрастни хора или да притъпи сексуалността на

преситените с нея – една по-голяма и по-вредна опасност от известно активиране на сексуалността.

Накратко от досегашните разсъждения за причините може да се твърди че перверзните не произлизат от една-единствена причина, а винаги – от взаимодействието на редица конституционални, биографични, характерови, обществени и други условия, изграждащи девиантното поведение. Само задълбоченият анализ на всеки отделен случай е в състояние да разкрие приблизително правилно най-съществените фактори от това множество. Най-често те се коренят в социалното обкръжение и в неблагоприятните възпитателни влияния.

ВЪЗМОЖНИ ЛИ СА ПРОФИЛАКТИКАТА И ЛЕЧЕНИЕТО НА ОТКЛОНЕНИЯТА?

Най-доброто лечение е причинното, т.е. премахването на предизвикващите фактори. Не всички причини е възможно да се открият и да се отстранят. Корените, които достигат назад в детството, едва ли могат по-късно да се изтръгнат. При по-възрастни хора може само да се окършат клоните и издънките, които стърчат от пораслото вече дърво. Това означава симптоматично лечение. Двете форми на лечение срещат една главна пречка – не се касае за зла воля или за липсата на разбиране, а за навик. Известно е колко е трудно на редовния пушач да спре да пуши, макар да вижда, че с това ще подобри здравето си. Но цигарата му е вкусна и той току посяга към нея като по някаква принуда. Той отлага осъществяването на намеренията си за следващия ден, но и тогава се повтаря същото. От пациента се изисква да се откаже от нещо, което наистина не го ощастливява, но все пак му носи наслада, колкото и висока да е цената, която той и близките му трябва да платят. Който има силен зъбобол, отива на зъболекар, защото не издържа болката. Девиантът не е измъчван от страдание или най-малко не го измъчва непосредствено сексуалната му практика. В замяна на отказа му от неговата склонност не може да му се предложи задоволителен „заместител“ поне на първо време. Той ще трябва едва по-късно, по време на лечението, да се научи да цени нормалния полов живот. Вендт сравнява неговото положение с това на едно беззъбо кърмаче, от което се иска да яде шницел, вместо да пие от бутилка. По тези причини в консултацията идват по собствен почин много малко девианти, за да се научат на нормален полов живот, и то когато ги заплашва наказателно дело или по настояване на

прокурора. При психотерапевта рядко ги довежда желанието да се лекуват, а по-скоро надеждата да бъдат освидетелствувани, че са направили престъплението в състояние на психично объркване, а не по собствена вина.

Какви лечебни възможности съществуват за този, който иска сериозно да ги използва? Шансовете за успех са благоприятни, ако той не е фиксиран само към абнормните сексуални действия, а е способен или най-малкото желае да се сношава нормално, ако има съпруга и иначе бракът му е нормален. Брачният партньор, най-често жената, често пъти изобщо не знае за скритите склонности на най-близкия си човек, защото не ги усеща на собственото тяло или не ги отгатва по държанието му. Много по-често те узнават едва от следствието на криминалната полиция и са ужасени. Тяхната готовност да сътрудничат в лечението изисква много снизходителност и самоотвержено разбиране.

Успехът не се постига за ден-два; възможни са рецидиви. Пациентът, партньорът му и терапевтът трябва да вложат много търпение, време и добра воля. Никой девиант не може да бъде излекуван с морални проповеди, дори със съвети или приканване да се овладее и да разбере колко е по-хубав нормалният полов живот.

По-добре би било вместо да се борим конвулсивно срещу отклонените желания и вместо в случаите на очертаващ се неуспех да засилваме комплексите за виновност, да се приеме част от тези пориви. Така най-добре се предотвратява тяхното прогресивно разрастване и е възможно да се канализира девиацията в социално приемлива форма.

Жените, които след дългогодишен относително добър брак разберат например, че мъжът им се възбужда от определени видове бельо или по някакъв друг странен начин и може би мастурбира тайно от тях, не би трябвало веднага да го осъдят на оскърбление и позор и незабавно да поискат развод. Кому е полезно това? Колкото и да са потресавачи тези разкрития, ще бъде от полза и за двамата да се занимаят обективно с тях, за да се помогне на партньора.

Известно съгласие с особените желания на партньора помага те да се реализират в партньорството и с това да се намали девиантният им характер, както и опасността от прогресивно развитие. Например, ако има любов и открито отношение към сексуалността, жената би могла да носи определен вид бельо по време на интимността; при мазохистични отклонения партньорът може да бъде третиран по-болезнено и строго със съзнанието, че това му доставя радост и наслада. Разводът и разпадането на семейството са по-лоша алтернатива, защото имат за

последница пълно пропадане в абнормни действия без партньор, а при определени условия – и в криминални престъпления.

Където това е възможно, би трябвало покрай всичко това да се провежда дълготрайна психотерапия. Изгледът за успех при девианти е малък, а загубата на време – значителна. Психоаналитици съобщават за голям брой излекувани случаи, но след третиране в продължение на няколко стотици часове. По-малко време се губи по метода на лечение на поведението и свързаното с него т.нар. аверсионно лечение. Те са показани, когато девиацията има антисоциален характер (педофилия, маниакален екхибиционизъм, садизъм със склонност към изнасилване).

На пациента се инжектират неколккратно средства за повръщане и успоредно с това му се показват снимки или му се разказват истории, които възбуждат неговите абнормни желания. От такова съчетание могат да се образуват условни рефлексии, които да направят перверзните действия и обекти неприятни и накрая да престанат да привличат. Подобни действия се постигат от хипнотични сеанси, в които посредством нагледни картинни внушения на пациента се внушава отвращение от абнормните и наслада от нормалните сексуални цели. Ако всичко е напразно, пациентът не показва траен интерес към лечението; ако сам не работи достатъчно върху себе си, той трябва да бъде насочен към самозадоволяване, щом поривът започне да става непреодолим. Може да му се препоръча брачно съвкупление с помощта на неговата отклонена фантазия. Това е все още по-добре, отколкото да обременява други хора, като реализира абнормните си склонности.

Ако всяко лечение е безрезултатно, а девиацията води до криминални рецидиви или най-малкото стига толкова далеч, че що-годе уравновесен живот в обществото става невъзможен, тогава може да се пристъпи към прилагане на антиандрогени. Тези хормонални препарати съществуват от няколко години и могат да задушават дозирано влечението така, че да изчезнат отклонените желания. Трябва да предпазим обаче от прилагането с лека ръка на тези препарати, например за овладяването на мастурбацията или на повишено либидо. Те не нормализират посоката на влечението, само го намаляват; при високи дози потентността отслабва толкова, че и хетеросексуалното съвкупление става вече невъможно. Следователно се касае за една степенувана хормонална кастрация, придружена от редица странични действия. Във всеки случай тя е по-хуманна, отколкото прилаганата в редица страни като лечебно мероприятие за рецидивиращите полови престъпници хирургическа кастрация. Последната е винаги пълна и невъзвратима. Въпреки че тя се изтъква като най-

успешно лечение, не представлява нищо повече от „лечението“ на един крадец с отрязване на ръцете. Съгласието на пациента не оправдава етично тази мярка. За един полов престъпник, поставен пред избира на дългосрочен затвор или кастрация, решението не е по свободна воля. Профилактиката е не само по-добра, но и по-лесна от лечението. Една закрепена девиация мъчно се отстранява, дори най-често еволюира и в крайния си стадий става асоциална. Как обаче да се предотврати тя?

1. Редовният, приспособен към индивидуалните потребности, нормален брачен полов живот разтоварва от половата свръхвъзбуда и намалява възбудата на перверзни обекти и цели. Особено в периодите на импулсивно неспокойство би трябвало склонният към девиации човек да има по-чести сношения дори ако не се задоволява напълно от тях. Това неутрализира неговото излишно либидо и предпазва него и обществото от непозволені действия. Ако половите потребности биват потискани продължително време, девиацията може да разцъфти.

2. Който достигне зрелост, би трябвало да побърза да завърже здрава любовна връзка. Предбрачните отношения са за предпочитане пред аскетизма, който носи винаги риска потиснатото либидо да избие по отклонени пътеки, те предпазват и от девиацията, и от честа смяна на партньора. Където е възможно и партньорите се познават от достатъчно дълго време, сключването на брак не бива да се протака твърде дълго.

3. Обществото би трябвало с внимателни съвети и посредничество да намери подходящи партньори и да улесни контактите с тях при физически непълноценните, обезобразените, извънредно боязливите и потиснати хора, които не се осмеляват да търсят контакт с другия пол или чийто усилия в ухажването на партньора винаги пропадат. То трябва да окаже дискретна помощ и на всички самотни хора, които желаят да създадат партньорство. По същия начин би следвало да се помогне и на овдовелите, чиято полова потентност още не е угаснала и на които липсва възможността да създадат нова връзка – освен ако те искат да запазят верността си към починалия съпруг (съпруга) и биха могли да се удовлетворяват с ипсация. Тъй като животът на хората все повече се удължава, относителният дял на старите хора расте. Много от тях прекарват най-хубавите години от живота си при конфликтни житейски условия и недобровolen отказ от партньорство. С това вероятно трябва да се обясни прирастът на старческите престъпления.

4. Функционалните полови смущения – на първо място импотентността – особено когато много често ги е обезкуражавала и е довела до загуба на партньора, изместват сексуалните стремежи към отклонени

форми, в които задоволяването не зависи от потентността. Поради широкото им разпространение тяхното лечение представлява важна обществена грижа и е една от главните задачи на брачната консултация, в това число и като профилактика на престъпленията.

5. Неуспехите и разочарованията в професионалния и обществения живот в по-голямата част от случаите усилват девиантното влечение. По тази причина резултатният и успешен живот, отговарящата на способностите длъжност, добрият климат на работното място, квалификацията, правилната почивка и т.н., макар сами по себе си да не са решаващи, представляват важни допълнителни условия за предпазване от отклонен полов живот. Активното спортване намалява честотата на абнормните актове не поради физическата умора, а преди всичко поради изживяването на успеха и на вграждането в колектива.

6. Най-важните предпоставки за предотвратяване развитието на половите отклонения ние виждаме обаче в следното:

Девиацията не е слабост на характера, както лаяците често мислят, а по-скоро е болестно състояние. Но възпитанието на всестранны развити и отговорна пред околните хора личност още от детската възраст в благоприятни условия на околната среда намалява опасността от израждане на половия нагон. Още в предучилищната възраст детето трябва да расте в атмосфера на родителска любов и да бъде изпълнено от радостни преживявания с други деца. То трябва да познава както щастието и успеха, така и задачите и дълга и да бъде насочено към многостранни интереси. По такъв начин сексуалността може да се изгради в хармонична връзка с цялостното психическо развитие. Касае се за създаването на истински социални отношения. Една стабилна и уравновесена личност е в състояние да формира половия си живот с партньора, да го управлява и да го подреди разумно в цялостния жизнен процес. Обществото е длъжно да направи всичко, което е във възможностите му и което допринася да се посочат пътищата към изпълненото с любов партньорство (сексуалноетично възпитание, подготовка за интимните отношения, брачна консултация).

Целта на лечението е „да се премахне отделянето на сексуалността от личността и от първерзия, похотливия, ограничения и егоистичния сексуален дилетант да се направи напълно способен да изживява, любещ човек“ (Вендт), който по такъв начин „в края на краищата стига до пълноценната любов“ (Бос).

Глава 10 ХОМОСЕКСУАЛНОСТ У МЪЖА И У ЖЕНАТА

ЩО Е ХОМОСЕКСУАЛНОСТ?

Много от това, което бе представено в предишната глава, беше на границата на разбирането за нормално чувстващия човек. Вероятно за него ще бъде още по-трудно да разбере как е възможно някой да пожелае като интимен партньор и да обича личност от същия пол: мъжът – мъж и жената – жена.

Впрочем не бива да се счита, че който случайно е имал полови контакти с лице от неговия пол, е хомосексуалист. Такива контакти, дори интензивни и ясно сексуално мотивирани, си спомнят много хора (според анкети в различни страни – от 10 до 40% от населението). Те са ставали най-често в младежката възраст и по време на изолиране от другия пол, напр. в интернати, казарми, на кораби. По-късният нормален полов живот не се е повлиял. Освен това съществуват психически бисексуални хора, които могат еднакво да копнеят за мъж и за жена като любовен и полов партньор. В следващото изложение ще става дума само за изявените хомосексуалисти, които предпочитат лице от същия пол, когато имат възможността да избират или могат да се съвкупляват само с него.

Хомосексуалните личности се различават независимо от посоката на влечението им твърде малко или изобщо никак от всички нас. Учени са се мъчили да открият телесни и характерови особености у тях и не са стигнали до единно становище. Типичен хомосексуалист не съществува. Все пак сред тези хора има някои особености в телесния строеж и преди всичко – някои характерни черти на личността, които са по-широко разпространени и по-изявени, отколкото сред хетеросексуалните (така се наричат обичащите другия пол, каквито са повечето от хората). Тъй като жените много по-трудно съобщават за хомосексуалната си склонност, по-голямата част от изследванията са проведени на хомосексуални мъже. От дълго време са известни две групи: едната се образува от активни (мъжествени) мъже, които и в еднополовото партньорство с удоволствие поемат активната роля. Към другата спадат пасивните (женствени) мъже. Те преобладават и поведението им е по-очебиещо. Походката им често е предвзета, ситна, полюляваща се. Много от тях

имат мека и къдрава коса, нежна кожа и сравнително широк таз. (Само по тези белези не бива в никакъв случай да се вади заключение за хомосексуалност. Това се изяснява едва когато се знае сигурно кой пол е желан и предпочитан.)

Женствените мъже още от ранно детство се сприятеляват по-лесно с момичета, отколкото с момчета. По-късно те не опитват абсолютно никакви контакти с жени, напротив на мъжествения, агресивен хомосексуален тип. Те се чувствуват привлечени от зрели, здрави мъже. „Ах, ако можех да бъда жена, за да се отдам, както трябва на приятеля си!“ – така въздишаше един неженен, млад музикант над своето страдание. Хората от този тип са склонни към прекалени грижи за тялото, суетни са и с удоволствие носят крещящи модни дрехи.

Хомосексуалистите са много чувствителни, бързо се обиждат, раздрънителни, неуравновесени, лесно поддаващи се на влияние, нервно лабилни, даже невротични. Тези свойства често произлизат от конфликтите с обкръжаващите ги, в които изпадат често заради сексуалната си структура.

Известни са интересите и надареността на хомосексуалните в изкуството и естетиката. И те са допринесли за културните постижения. Но хомосексуалисти се срещат във всички професии – сред работниците, чиновниците, учените. Техните способности, постижения и социални характеристики не са нито по-добри, нито по-лоши от тези на хетеросексуалните.

ИНТИМНАТА БЛИЗОСТ НА ХОРА С ЕДНАКЪВ ПОЛ

Доколкото партньорството засяга чувствения живот, той не се оформя съществено различно от този на мъжа и жената. На тях им е отказано щастието на родителството и на семейството; те дори трябва да внимават да не бъдат открити като „двойка“, защото това ще доведе до клюки по техен адрес. Вероятно това, а не хомосексуалната им същност е причината за честите смени на партньора, което между другото е довело до широко разпространение на венерическите болести сред тях.

Предразположените към хомосексуалност предпочитат като партньори зрели мъже (това са т.нар. андрофили) или юноши (ефебофили)⁸⁴.

84. Epehebus (гр.) – младеж на 16–18 г. (б.ред.).

Почти без изключение вторите ги грози опасността да злоупотребят с хомосексуални действия спрямо малолетни.

При лесбийките⁸⁵, както още се наричат хомосексуалните жени, също се явяват подобни възрастови предпочитания, но не така категорични. Лесбийските партньорства тревожат по-малко обществеността, тъй като прегръдките и нежностите между приятелки, както и съжителството им се разглеждат като нещо по-обичайно от толкова близкото приятелство между мъже. Лесбийската любов се среща при дълготрайно съжителство на жени, напр. в пансионите за момичета и харемите. Понастоящем то се наблюдава преди всичко в наказателноизправителните заведения. Понякога партньорката бива завладявана и защищавана от конкурентките с агресивни ръкопашни действия. Между хомосексуалистки могат да се разиграят и остри сцени на ревност.

Така както женствените хомосексуални мъже се свързват с удоволствие с мъжествения партньор, в лесбийските отношения едната от двете жени играе винаги активната, мъжката роля. Тя дори започва да отговаря на мъжко име и играе мъж, докато другата се държи като отдаваща се, женственоласкава жена. Тези роли се запазват (респ. се предпочитат) и в интимното сношение. Единият от двамата партньори е най-често инициатор, активно действащ.

Често се поставя въпросът, как хомосексуалистите се сношават помежду си. Анатоомофизиологическата еднаквост на партньорите улеснява вживяването в поривите на другия, но изисква друг вид сексуален контакт, който изглежда необичаен на хетеросексуалните хора. Най-честите начини са взаимното ръчно или орално задоволяване. Жените лесбийки научават също трибадията (взаимното притискане на гениталиите едни о други) или активната страна употребява (много рядко) изкуствен пенис.

Хомосексуалистите чувствуват също така често потребността от сношение, както и хетеросексуалните. Тези от тях, които нямат постоянен партньор, обикновено не могат да се сношават често. Състоянието на „сексуален глад“ тласка непостоянните мъже към онези паркове или обществени тоалетни, които са известни между тях като места за установяване на контакти. С приканващи погледи, жестове и забележки те търсят да се запознаят там с мъже със същата полова потребност. След ужасяващо кратко познанство те се споразумяват и се сношават без много приготовления. Това е също така по-типично мъжко, отколкото

85. От името на о. Лесбос (б.ред.).

хомосексуално, тъй като лесбийките (поне културните) стават по-близки едва след дълго ухажване и приятелство.

ПРИЧИНИТЕ НА ХОМОСЕКСУАЛНОСТТА

Сред лаиците се разпространяват все още най-странни мнения; ще назовем само някои: хомосексуалността се счита за порок, за резултат от деморализация на живота, за сексуална разпуснатост, за последица от самозадоволяването, за израз на лош характер, за развратност; най-последно се мисли, че тя се дължи на пресищане с другия пол. Всички такива „теории“, които се застъпват все още от някои специалисти, не почиват на каквито и да са научни основания. Последната от споменатите теории се самооборва, тъй като съгласно логиката и пресищането със собствения пол би трябвало да води отново до хетеросексуалност. А това не се случва. Макар далеч не всички причини и условия на този сексуален вариант да са проучени, днес ние знаем на какво той се дължи и преди всичко, че гореспоменатите теории са неверни.

Част от изследователите приемат, че хомосексуалността е предизвикана от влияния на околната среда и преди всичко – от определени неблагоприятни психически условия на развитие в детската и юношеската възраст.

Според най-старата теория за това отклонение хомосексуализмът се базира на преживяно еднополово прелъстяване. Според мнението на повечето специалисти теорията за прелъстяването не издържа повече критика. Хетеросексуалните хора си спомнят за подобни изживявания, които те не са последвали. Прелъстяването само по себе си не е в състояние да насочи влечението към собствения пол, ако то не е било вече насочено нататък; изключение правят може би онези младежи, които са били прелъстявани по такъв начин още преди пубертета, и то много често.

Много психотерапевти считат хомосексуалността за невроза, душевно обусловено смущение, предизвикано от тежки инциденти в миналото, които са блокирали пътя към другия пол – напр. твърде силна привързаност към майката при лошо отношение към бащата. Трудно и почти невъзможно е тези обяснения за възникването на еднополовото влечение да се докажат точно.

Изследователите, които считат предпоставките за развитието на влечението в хомосексуална насока за унаследени или вродени, т.е. заложени още по време на ембрионалния⁸⁶, респ. феталния⁸⁷ живот,

предлагат по-убедителни аргументи: хомосексуалността е приблизително равномерно разпространена по света, изявява се рано, не се поддава на лечение, проявява се еднакво при еднояйчни, но не и при разнояйчни близнаци. Кои биологични фактори имат значение за развитието на хомосексуалността, не се знае до днес. Изследванията, проведени неотдавна от Дьорнер в Хумболтовия университет в Берлин на плъхове, изглежда, се доближават до причинността на тази аномалия. Центърът на съвокуплението в междинния мозък има две части – една за женското и другата за мъжкото поведение. Едната от двете трябва да доминира функционално, за да се изяви женското или мъжкото поведение. Още в ембрионалния стадий тестикулите отделят в кръвта половия хормон тестостерон, който активира функционално мъжкия център на съвокуплението. По такъв начин в по-късен стадий то доминира и подбужда мъжко сексуално поведение. Ако самецът не получи в този стадий на развитие тестостерон, възможно е у него да се развие центърът на женското поведение. Ако непосредствено след раждането се кастрират мъжки плъхове, т.е. ако им се отнеме тестостеронът, то в зряла възраст те проявяват хомосексуално поведение дори ако им се инжектират мъжки хормони. Самките се маскулинизират и по-късно добиват „лесбийско поведение“, ако веднага след раждането им се дават мъжки полови хормони, без да се кастрират. По пътя на андрогенната стимулация е било възпряно развитието на женския дял на центъра на съвокуплението, мъжкия дял е взел надмощие и го е запазил независимо от вида на по-късния хормонален приток. От тези наблюдения следва, че определянето на бъдещата насоченост на половия нагон става още по време на формирането на центъра на съвокуплението.

В клиниката Берлин–Бух са били проведени сравнителни изследвания на хомосексуални и хетеросексуални мъже, които показват, че експерименталните резултати на животни допринасят за изясняване на човешкия хомосексуалитет.

Мнозинството от сексолозите понастоящем виждат причината на хомосексуализма в едно съвместно действие на много условия, които произлизат от конституцията и анамнезата. Вероятно хомосексуализмът може да произлезе по различни пътища. Трябва да се приеме, че съществува както конституционален, така също и психогенен или по друг път

86. Embryo (гр.) – зародиш до края на осмата седмица след оплождането на яйцето (б.ред.).

87. Foetus (старолат.) – плодът от деветата седмица на вътреутробното развитие до раждането (б.ред.).

придобит хомосексуализъм, които имат различни корени и се проявяват еднакво или по подобен начин.

ВЪЗМОЖНОСТИ ЗА ЛЕЧЕНИЕ НА ХОМОСЕКСУАЛНОСТТА

Съществуват ли някакви изгледи за желаещите да се лекуват? При сегашното състояние на науката те са минимални. Всички форми на лечение, преди всичко психотерапевтичните (хипноза, психоанализа, отклоняващи сеанси и т.н.) са вече опитани с много мъка и загуба на време. С изключение на малко, и то все още оспорвани изключения, равностметката е следната: върналите се към хетеросексуалността хомосексуалисти са или все още хомосексуални, или изобщо не са били хомосексуални. В най-добрия случай третираните мъже се научават да се съвокупляват с жена, но не и да я обичат. Това, че са сътворили деца и сключили брак, не е доказателство за излекуване. Лаиците и дори някои лекари съветват хомосексуалистите да сключат брак, защото мислят, че те ще се пренастроят и ще привикнат към другия пол. Такъв съвет е безотговорен и такива бракове най-често приключват трагично. Във всеки случай те остават едно домакинство без любов, дори ако сношението им се удава. Партньорът бива използван само за самозадоволяване. По-често неговото тяло предизвиква отвращение. Страданията на оставената без любов и нежност жена, която най-сетне се досеща, че мъжът ѝ държи повече на мъжките си приятели, са големи. (Това не означава, че всеки мъж, който се скъпи в любовта с жена си, е хомосексуалист.)

Други възможности открива бракът за бисексуалните, които, така да се каже, са в състояние да обичат и в двете посоки, и за онези, които са пропаднали в еднополови връзки, защото са търсили заместител на липсващите разнополови сношения. Но и в тези случаи бракът може да се препоръча само по съвети на специалиста психотерапевт.

Лекарственото и преди всичко хормоналното лечение има някакви шансове за успех също само при бисексуалност. То не е в състояние да обърне напълно посоката на влечението, а само може да го отслаби и да улесни овладяването му.

Възможностите за лечение на хомосексуалността съвсем не се изчерпват с опита да бъде върната към хетеросексуалността. То би могло да тласне по-чувствителния пациент най-напред в неврозата и би следвало да се предприема само в младата възраст. По-късно то е почти

винаги без изгледи за успех.

Особено внимание трябва да се отдели на профилактиката на хомосексуализма. Изследванията на Дьорнер дават основание да се мисли, че в близко бъдеще ще стане възможно да се диагностицира рискът от бъдещ хомосексуализъм още в критичната фаза, когато се диференцира мозъкът на фетуса, и чрез хормонолечение в подходящия момент да се въздействува профилактично. Дори ако центърът на съвкуплението вече се е развил така, че човекът е разположен към еднополово поведение, все още е погрешно да се смята, че бъдещата му полова насоченост е вече съдба. Междинният мозък и заедно с него центърът на съвкуплението се намират независимо от това, кой от двата дяла преобладава, под въздействието на нервните процеси в кората на главния мозък. Те са определени от индивидуалното възпитание и факторите на социалната среда. Последователното развиване на идеала за хетеросексуалния модел в рамките на правилно цялостно възпитание насочва по-късно половете в нормална посока и може да предотврати хомосексуалното развитие.

ОБЩЕСТВОТО И ХОМОСЕКСУАЛНИТЕ ЛИЧНОСТИ

Хомосексуалистът трябва да се научи да се примирява с факта, че живее в един свят, в който най-малко 96% от хората имат различно от неговото полово усещане, и общественото устройство, моралът и обичаите, доколкото се отнасят до половете, не могат да отговарят на неговите склонности.

Хомосексуалните действия са били наказвани и в много страни все още са наказуеми – поне когато са между мъже и ако имат подобен на съпружество характер. От сексологична гледна точка това е една напълно безсмислена диференцировка. Още в XVIII век в Холандия за това са били произнасяни и изпълнявани смъртни присъди.

След постепенното смеччаване на наказателната практика в Хитлерова Германия след 1933 г. тя отново била силно изострена. На нацисткия жаргон хомосексуалистите са били наричани „хаймани“⁸⁸ и трябвало да бъдат изтребени, за да се предпази германският народ от израждане. Действително те са били наказвани за нищожни контакти между

88. Der Sittenstrolch (нем.): от die Sitte – нравственост и der Strolch – хаймана, скитник (б.ред.).

мъже не само със затвор, но и с масово унищожаване в концентрационните лагери.

Аргументите, с които винаги са били обосновавани законите срещу хомосексуалистите, бяха опровергвани без изключение от науката като неоснователни. Дори предположението, че хомосексуалността застрашава прираста на населението, се оказа заблуда: статистическите сравнения показаха, че премахването на наказателната отговорност не повлия цифрите на раждаемостта.

Религиозните възгледи се вливат отдавна в общественото мнение за тези полови действия и ги обременяват (в християнската религия) с атрибута на греха. Днес все повече водещи представители на двете вероизповедания (католицизъм и протестантство) пледират за освобождаване от наказателна отговорност на хомосексуалното поведение.

Страхуваха се, че при смекчаване на законодателството вариантите на половото влечение ще се разпространят и хомосексуалистите ще организират клики, застрашаващи по-силно младежта. Във всички страни, където хомосексуализмът не се наказва, това не се потвърди. Точно обратното – опозиционните сдружения се разпуснаха, а изнудванията и шантажите на базата на сведения за сексуалните влечения на жертвите намаляха.

Без съмнение, когато родителите се изправят пред факта, че техният син е хомосексуалист, те са шокирани. Но те трябва да помислят, че той тъкмо сега се нуждае от тяхното разбиране и доверие, вместо да го охулят, опозорят или дори изпъдят от семейството и да го оставят сам с неговото нещастие. Това важи и за учителите, респ. възпитателите.

Както в редица други страни, и в ГДР са направени изводи от резултатите на проучванията върху хомосексуалността. Въведеният в сила през юли 1968 г. наказателен кодекс не съдържа параграфи, които да застрашават с наказание еднополовите действия. Юношите обаче са солидно защитени от закона. Параграф 151 гласи: „Възрастен човек, който предприеме полови действия с непълнолетни, се наказва с лишаване от свобода до три години или с условна присъда.“

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На почти 300 страници ние показахме интимните връзки между мъжа и жената. Кръгът беше широк. Той обхваща покрай основите на сексуалността и затрудненията, смущенията и отклоненията на половия

живот, но винаги с оглед на здравето, което ни прави щастливи.

Читателят сигурно е помислил и е сравнил съдържанието на книгата със собствения си опит. Вероятно някои неща съвпадат с неговите изживявания, желания и възгледи, други – не. Това трябва да се очаква и дори е добре: нашият любовен живот разполага с такова богатство от форми на изживяване, че техните тънкости не е възможно да бъдат предадени изчерпателно на хартия. Така единственото, особеното, най-нежното и най-личното от срещата на двама души остана недокоснато. Написаното не е достатъчно, защото винаги обобщава и огрубява. И по този начин това, което трябва веднаж да се каже в полза на любовта, понякога отстъпва на безличния факт.

В тази книга сексуалността се разглежда като под лупа, затова всичко изглежда по-голямо и по-ясно. За този, който се стреми към основно познаване, това е полезно. Само не бива той да забравя мащаба на увеличението, защото ще се получи лъжлива представа за действителността. Той трябва да помни, че в ползрението си има само един отрязък от нея и да не забравя цялата действителност.

Животът, намиращ се само под знака на сексуалността, е също така отклонен, както остава несъвършен, когато е напълно лишен от нея. Добре уравновесената сексуална общност не е подарък, а непрекъсната задача. Как тя ще бъде решена, зависи от възпитанието, от обществото – и в много тясна връзка с това – преди всичко от хората, които желаят да живеят съвместно и да са щастливи. Това им се удава толкова по-лесно, колкото повече те заедно се стремят и действуват във всички други области на живота, обичат се и се уважават. Така сексуалността придобива своя култура и допринася за човешкото щастие.

На всички, които допринесоха „Мъжът и жената интимно“ да се даде на читателя в представения вид, изказвам моята благодарност. Проф. д-р Т. Мисгелд, ръководител на Катедрата по история на медицината при Университета в Берлин, постави на наше разположение още непубликувани свои работи и даде насочващи съвети. Издателството Грайфенферлаг в Рудолщадт подпомагат грижливо и тактично работата по излизането на първите две издания на книгата, особено Г. Вилкенс с неговата основна редакция. На издателството „Народ и здраве“ дължа благодарност за издаването на следващите издания, особено на Е. Райхерт и Д. Кубал за тяхната съвестна коректорска работа. Участниците в моята сексологична анкета допринесоха с отговорите си за статистическата обосновка на много твърдения. Накрая без доверието на пациентите и идващите за съвет тази книга не можеше да се яви на бял свят.

КРАЙ

© Зигфрид Шнабл
© 1979 Ото Златарев, превод от немски

Siegfried Schnabl
Mann und Frau intim (Fragen des gesunden und des gestörten Geschlechtslebens)

Сканиране и разпознаване: MesserSchmidt, 2008

Издание:

Държавно издателство „Медицина и физкултура“, София
Преведе от девето преработено немско издание: д-р Ото Златарев
Рецензенти: проф. Илия Щъркалев, проф. Христо Христозов,
проф. Христо Големанов, проф. Коста Заимов Редактор: д-р Николай Големанов
Стилов редактор: Николина Георгиева
Немска. I издание.
Лит. група III-3 Изд. № 7951
Художник на корицата: Филип Малеев
Художник на вътрешните илюстрации: Хелмут Фиге
Художник-редактор: Димко Димчев
Технически редактор: Свобода Николова
Коректор: Маргита Николова
Дадена за набор на 24. VII. 1979 г.
Подписана за печат на 20. XII. 1979 г.
Излязла от печат на 25. XII. 1979 г.
Печатни коли 19. Издателски коли 19. Формат: 60×90/16
Държавна печатница „Тодор Димитров“, София

VEB Verlag Volk und Gesundheit Berlin, 1977

Свалено от „Моята библиотека“ [<http://purl.org/NET/mylib/text/9741>]